

# Potenciando la Educación Básica Secundaria y Media: Estrategias de desarrollo de inteligencia emocional en el aula

## Empowering Secondary Education: Strategies for developing emotional intelligence in the classroom



Alix Rocio Duarte Suescún  
<https://orcid.org/0009-0006-1610-6979>  
Bucaramanga, Santander / Colombia



César Augusto Barajas Mendoza  
<https://orcid.org/0009-0007-9758-5584>  
Bucaramanga, Santander / Colombia



Nubia Andrea Prada Quintero  
<https://orcid.org/0009-0000-1389-9113>  
Bucaramanga, Santander / Colombia

**Recibido:** Agosto/23/2023 **Revisado:** Septiembre/7/2023 **probado:** Octubre/26/2023 **Publicado:** Enero/10/2024

Cómo citar: Duarte, S. A. R., Barajas, M. C. A. y Prada, Q. N. A. (2024). Potenciando la Educación Secundaria: Estrategias de desarrollo de inteligencia emocional en el aula. *Revista Digital de Investigación y Postgrado*, 5(9), 93-106. <https://doi.org/10.59654/2m728d64>

\* Magister en Gestión de la Tecnología Educativa, Universidad de Santander (UDES), Bucaramanga - Colombia. Institución Educativa, San Francisco de Asís, Bucaramanga - Colombia, Docente del área de Tecnología e Informática. E-mail: [aduartesuescun@gmail.com](mailto:aduartesuescun@gmail.com)

\*\* Magister en Gestión de la Tecnología Educativa, UDES - Bucaramanga - Colombia. Institución Educativa, San Francisco de Asís, Bucaramanga - Colombia. Directivo Docente–Coordinadora. E-mail: [barajasmendoza2012@hotmail.com](mailto:barajasmendoza2012@hotmail.com)

\*\*\* Magister en Gestión de la Tecnología Educativa, UDES - Colombia. Institución Educativa, Faltriqueras, sede B Grاندillo, Piedecuesta - Colombia. Docente de Matemáticas y Ciencias Naturales Física. E-mail: [andreaprada111@gmail.com](mailto:andreaprada111@gmail.com)



## Resumen

El artículo se enfoca en la importancia de desarrollar la inteligencia emocional en los estudiantes de educación secundaria. En este propósito se destaca la necesidad que los docentes se enfoquen en el desarrollo de habilidades emocionales en los estudiantes, ya que esto puede mejorar su rendimiento académico y su bienestar emocional. Además presenta una revisión de la literatura sobre la inteligencia emocional y su relación con el aprendizaje, así como una descripción de las estrategias que los docentes pueden utilizar para fomentar el desarrollo de la inteligencia emocional en el aula. También destaca la importancia de la formación docente en este tema y sugiere que se incluya en los programas de formación inicial y continua.

**Palabras clave:** Educación secundaria, inteligencia emocional, desarrollo, estrategias, formación docente.

## Summary

The article focuses on the importance of developing emotional intelligence in high school students. In this regard, it underscores the need for teachers to concentrate on the development of emotional skills in students, as this can enhance their academic performance and emotional well-being. It also provides a review of the literature on emotional intelligence and its relationship to learning, as well as a description of strategies that teachers can use to promote the development of emotional intelligence in the classroom. Additionally, it highlights the importance of teacher training on this subject and suggests its inclusion in initial and ongoing training programs.

**Keywords:** High school education, emotional intelligence, development, strategies, teacher training.

## Introducción

La inteligencia emocional es de suma importancia en el aprendizaje y el bienestar emocional de los estudiantes por ello en el presente artículo se ofrece una revisión de la literatura sobre el tema. A partir de las ideas expuestas se presentan estrategias prácticas que los docentes pueden utilizar para fomentar el desarrollo de la inteligencia emocional en el aula. Se destaca la importancia de establecer un ambiente escolar en el que prevalezcan valores como el respeto, la confianza, el amor, la solidaridad y la empatía.

En el desarrollo de la inteligencia emocional en el aula es importante el docente sea elocuente, es decir, que tenga la habilidad de comunicar ideas y emociones de manera clara, efectiva y persuasiva, tanto oralmente como por escrito, con el fin de inspirar a los estudiantes y fomentar una conducta similar en ellos. Igualmente, el profesor debe desarrollar su capacidad empática hacia los alumnos, estableciendo así relaciones de confianza y respeto.

El artículo también revela la importancia de la formación docente en inteligencia emocional y sugiere que se incluya en los programas de formación inicial y continua. En tal sentido, es una guía



útil para cualquier docente que desee mejorar el rendimiento académico y el bienestar emocional de sus estudiantes de educación secundaria. Con información valiosa y estrategias prácticas, por lo que es una herramienta esencial para cualquier docente que desee mejorar su práctica educativa y ayudar a sus estudiantes a desarrollar habilidades emocionales importantes.

### Definición de inteligencia emocional

El término "inteligencia emocional" es introducido por primera vez en la literatura académica en 1985 por Wayne en tesis doctoral titulada *A study of emotion: developing emotional intelligence; self-integration; relating to fear, pain and desire (theory, structure of reality, problem-solving, contraction/expansion, tuning in/comingout/letting go)*<sup>1</sup>. De acuerdo con Wayne (1985) es una facultad de la conciencia. Posteriormente, Salovey y Mayer (1990) publican el modelo de inteligencia emocional en su artículo *Emotional Intelligence* que apareció en *Imagination, Cognition and Personality*. Estos autores denominan a la inteligencia interpersonal de Howard Gardner como inteligencia emocional. Mayer y Salovey (1997) citados por Mayer et al. (2012, párr. 1) expresan: "we define emotional intelligence as the ability to perceive and express emotion, assimilate emotion in thought, understand and reason with emotion, and regulate emotion in the self and others"<sup>2</sup>.

No obstante, quien realmente popularizó el concepto fue Daniel Goleman al publicar en 1995 el libro *Emotional Intelligence*; aunque él mismo Goleman (1996, p. 11) reconoce que: "A Peter Salovey, de Yale, le debo el concepto de Inteligencia emocional". Sostiene Goleman (1996, p. 64) que la inteligencia emocional se refiere a la capacidad de "Conocer sus propias emociones, manejar las emociones, la propia motivación, reconocer emociones en los demás y el arte manejar las relaciones". Sin embargo, recientemente Goleman (2021, p. 75) revisa su definición y expone:

la inteligencia emocional es la capacidad de motivarnos a nosotros mismos, de perseverar en el empeño a pesar de las posibles frustraciones, de controlar nuestros impulsos, de diferir las gratificaciones, de regular nuestros propios estados de ánimo, de evitar que la angustia interfiera con nuestras facultades racionales y de empatizar y confiar en los demás.

Por su parte Bisquerra (2012a, p. 8) expone que la inteligencia emocional "es la habilidad para tomar conciencia de las propias emociones y de las demás personas y la capacidad para regularlas". Aunque, ya en 1920 Thorndike en *Harper's Magazine* escribe su artículo *Intelligence and its uses* en donde plantea un elemento puntual de la inteligencia emocional, la inteligencia so-

---

<sup>1</sup> Un estudio de las emociones: desarrollo de la inteligencia emocional; Autointegración; relacionado con el miedo, el dolor y el deseo.

<sup>2</sup> Definimos la inteligencia emocional como la habilidad para percibir y expresar emociones, asimilar la emoción en el pensamiento, entender y razonar con la emoción, y regular la emoción en uno mismo y en los demás.



cial, "la capacidad para comprender a los demás y actuar prudentemente en las relaciones humanas". De acuerdo con Thorndike la inteligencia tenía tres dimensiones: (a) una inteligencia abstracta, que tienen que ver con el manejo de símbolos (palabras, números, fórmulas, decisiones legales, leyes). (b) La inteligencia mecánica, es una habilidad que permite entender y manejar objetos y utensilios. (c) Inteligencia social, la habilidad para entender y manejar a las personas (Molero *et al.* 1998).

### Las esferas de la inteligencia emocional en educación secundaria

Esta teoría ha tenido un impacto significativo en diversos ámbitos, incluida la educación. En su obra Goleman argumenta que la inteligencia emocional es al menos tan importante como la inteligencia cognitiva para el éxito en la vida. La inteligencia emocional se compone de varias habilidades y competencias, incluyendo la autoconciencia, autorregulación, motivación, empatía y habilidades sociales. Las tres primeras dimensiones corresponde al propio yo y dependen de la misma persona. Pero, las dos últimas tienen que ver con competencias de carácter social.

En lo que respecta a la educación secundaria es un período crucial en el desarrollo de los jóvenes. Durante esta etapa, los adolescentes enfrentan numerosos desafíos, tanto académicos como emocionales y sociales. La implementación de la teoría de Goleman en este entorno puede tener beneficios significativos si miramos con atención las esferas de inteligencia emocional que menciona Salovey y que Goleman se puede deducir lo siguiente:

*Autoconciencia (self-awareness).* Al fomentar la autoconciencia, los estudiantes pueden reconocer sus emociones y entender cómo afectan su comportamiento y toma de decisiones. Esto es especialmente útil durante la adolescencia, un período de intensa fluctuación emocional. La autorreflexión e introspección de manera diligente en el aula de clase es vital para un buen clima escolar, social y familiar. Goleman (1996, p. 68) afirma que "esta conciencia de las emociones es la competencia emocional fundamental sobre la que se construyen las demás, como el autocontrol emocional". Mayer citado por Goleman (1996, p. 69) sostiene que la autoconciencia es ser "consciente de nuestro humor y también de nuestras ideas sobre ese humor". Bisquerra (2012b, p. 25) afirma que es "conocer las propias emociones y las emociones de los demás". Esta no es una tarea fácil, porque a pesar de estar pasando por un mal momento se tiene que ser capaz de pensar en no sentirse de esa manera y pensar cosas positivas que generen alegría o sencillamente no pensar en lo negativo o perturbador.

En el salón de clase, nuestros chicos de educación secundaria, presentan unas características culturales, tecnológicas y sociales muy particulares porque tienen acceso inmediato a la información a través de sus teléfonos. Además de manejar fácilmente los medios electrónicos y diferentes plataformas digitales nuestros estudiantes de secundaria han desarrollado una forma de resiliencia y adaptabilidad porque han crecido en una época de rápidos cambios tecnológicos y sociales, así como en un contexto de crisis económicas y tensiones globales.

Asimismo los docentes tienen que entender que nuestros chicos tienen una conciencia global



de los problemas sociales y globales (cambio climático, la igualdad de género y las cuestiones de justicia social) porque han tenido acceso a información global desde una edad temprana y, como resultado, tiende a ser más consciente de los problemas sociales y globales. Eso explica parte sus comportamientos y opiniones en determinados momentos en los cuales están en desacuerdo con otras personas que no tienen la misma información.

**Autorregulación.** Goleman (1996, p. 64) lo explica de la siguiente forma: "La capacidad de serenarse, de librarse de la irritabilidad, la ansiedad y la melancolía excesivas... y las consecuencias del fracaso en esta destreza emocional básica". Bisquerra (2012b, p. 26) menciona que es "dar una respuesta apropiada a las emociones que experimentamos". Desde nuestro punto de vista no es otra cosa que el estudiante tiene aprender a controlar las emociones porque ello los puede ayudar a manejar el estrés, la presión y las tensiones sociales más eficazmente. Esto es vital para el rendimiento académico y la salud mental. Pero así mismo, el docente también debe actuar de manera autorregulada ante situaciones de estrés en aula o en la vida personal porque ello puede influir en la relación con sus estudiantes y demás miembros de la comunidad y compañeros de trabajo.

El docente tiene que tener presente la generación de estudiantes es más abierta al diálogo sobre salud mental que las generaciones anteriores. Sin embargo, también se han observado tasas más altas de estrés, ansiedad y depresión en comparación con generaciones anteriores, aunque las causas son complejas y multifactoriales.

Partiendo de este hecho en aula de clase hay que trabajar en pro de la autorregulación de los jóvenes. El aula de clase es un espacio donde tiene que existir control emocional entre estudiantes-docente y viceversa. Los educadores pueden modelar la inteligencia emocional a través de su propio comportamiento, mostrando cómo manejar el estrés, resolver conflictos y comunicarse de manera efectiva. Igualmente se puede incorporar técnicas de *mindfulness* o relajación en el aula puede ayudar a los estudiantes a ser más conscientes de sus emociones y a regular su comportamiento. Bisquerra (2012b, p. 26) menciona las siguientes técnicas para lograr la autorregulación: "diálogo interno, control del estrés (relajación, meditación, respiración), autoafirmaciones positivas; asertividad; reestructuración cognitiva, imaginación emotiva, atribución causal, etc.". Asimismo, afirma que para ello se requiere hacerlo continuamente y que una manera es regular emociones como la "ira, miedo, tristeza, vergüenza, timidez, envidia, alegría, amor, etc." (p. 26).

**Motivación.** Al entender las palancas emocionales que impulsan la motivación, los educadores pueden crear entornos de aprendizaje más atractivos y estimulantes. Goleman (1996, p. 64) menciona la "necesidad de ordenar las emociones al servicio de un objetivo es esencial para prestar atención, para la automotivación y el dominio, y para la creatividad". En tal sentido, la inteligencia emocional puede jugar un papel crucial en la creación de entornos de aprendizaje más atractivos y estimulantes, especialmente en la educación secundaria donde los estudiantes están en una etapa crucial de desarrollo emocional y social.

En este contexto, es crucial reconocer y celebrar los éxitos de los estudiantes en ámbitos aca-



démicos, emocionales y sociales, ya que ello repercute positivamente en su autoestima y en su nivel de motivación. Conforme a lo indicado por Schunk (2012, p. 346), la motivación es un fenómeno psicológico profundo que influye en el aprendizaje “Los estudiantes motivados para aprender prestan atención a la enseñanza y se involucran en actividades”. Bain et al. (2010) también resaltaron la correlación entre la motivación estudiantil y la eficacia de su proceso de aprendizaje. En línea con esto, Tella (2007) apuntó que resulta complicado lograr resultados de aprendizaje satisfactorios en ausencia de una motivación adecuada para aprender.

Por lo tanto, mantener y estimular la motivación de los estudiantes puede ser un elemento clave para garantizar un aprendizaje efectivo. Hay que tomar en consideración las palabras de Duchatelet y Donche (2019) de su investigación realizada en Holanda:

*The results indicate that autonomy-supportive teacher behaviour enhances self-efficacy for students who are autonomously motivated. Amotivated students might need other than autonomy-supportive teacher behaviour to develop self-efficacy<sup>3</sup>.*

Estudios adicionales realizados en Alemania, como el de Bürgermeister et al. (2016), han explorado cómo los factores emocionales se ven afectados en entornos que fomentan la autonomía. Sus conclusiones muestran que, cuando los estudiantes sienten que tienen un control adecuado sobre su entorno (competencia), también experimentan un sentido de apoyo social de parte de su profesor (relación). En otras palabras, un entorno educativo que respalda la autonomía está relacionado con una mayor sensación de competencia y con la percepción de un apoyo social significativo.

**Reconocer emociones de los demás (empatía).** Nos cuenta Goleman (1996, p. 123) que la empatía es “esa capacidad –o la habilidad de saber lo que siente otro”. Sin embargo su base es la conciencia de uno mismo, sino se está abierto a uno mismo no se puede entender los sentimientos de los demás. Karimi et al., (2014) y Vidyarthi et al., (2014) han determinado que la inteligencia emocional hace referencia a la comprensión de nosotros mismos y de los demás, el autocontrol de las necesidades inmediatas, la empatía de las personas y el ejercicio positivo de las emociones. Difícil tarea la que tiene el docente con sus estudiantes y consigo mismo. Hoy día en que las personas son más insensibles es necesario enseñar empatía desde la escuela y la secundaria puede conducir a ambientes más inclusivos y tolerantes.

La empatía ayuda en la resolución de conflictos y mejora las habilidades sociales de los estudiantes. El aula de clase tiene que ser un espacio seguro para expresión emocional, es decir, que un entorno en el que los estudiantes se sientan seguros para expresar sus emociones y opiniones puede fomentar un aprendizaje más auténtico y comprometido. Para ello es vital

---

<sup>3</sup> Los resultados indican que el comportamiento docente que apoya la autonomía mejora la autoeficacia de los estudiantes que están motivados de forma autónoma. Los estudiantes desmotivados podrían necesitar algo más que un comportamiento docente que apoye su autonomía para desarrollar su autoeficacia.



enseñar y modelar técnicas de resolución de conflictos efectivos puede fomentar un ambiente más armonioso y colaborativo. En este propósito se utilizar estudios de caso y discusiones para explorar temas emocionales y éticos puede fomentar la empatía y la comprensión mutua. Pero también se puede involucrar a los estudiantes en proyectos de servicio comunitario, esto puede ser una excelente manera de desarrollar empatía y responsabilidad social en los estudiantes.

**Habilidades Sociales (manejar las relaciones).** Goleman (1996, p. 141) afirma “esta habilidades sociales le permiten a uno dar forma a un encuentro, movilizar o inspirar otros, prosperar en las relaciones íntimas, persuadir e influir, tranquilizar a los demás”. Creemos que la inteligencia emocional fomenta las habilidades sociales que son cruciales para trabajar en equipo, resolver conflictos y comunicarse eficazmente, competencias que son cada vez más importantes en el mundo laboral.

### Estudios de caso y experiencias exitosas

Existen investigaciones que confirman la existencia de una relación entre el rendimiento académico y la inteligencia emocional (Titrek et al., 2018; Ashknasy & Dasborough, 2003; kbaribooreng, 2015; Martínez, et al. 2020, Fallahzadeh, 2011; Duchatelet y Donche, 2019). Otros como Song (2010) afirman que la inteligencia emocional permite el rendimiento académico de los estudiantes y la calidad de sus interacciones sociales con sus compañeros. Por su parte, Fallahzadeh (2011) al estudiar adolescentes en Irán encontró diferencias significativas en las puntuaciones de inteligencia emocional según hábitat de los estudiantes.

En su investigación Libre et al., (2015) encontraron que los estudiantes cubanos con altos niveles de inteligencia emocional tienden a tener un rendimiento académico superior, mientras que aquellos con niveles bajos de inteligencia emocional mostraron una propensión a obtener calificaciones más bajas. Por lo tanto, se observó una predominancia de resultados académicos favorables en los estudiantes con alta inteligencia emocional.

Estudios realizados en China por Chang y Tsai (2022) evaluando cuatro dimensiones de la inteligencia emocional que incluyen la evaluación de las emociones propias, la evaluación emocional de los demás, el uso de las emociones y la regulación de las emociones. Los resultados muestran que la inteligencia emocional de los estudiantes tuvo un efecto positivo en su motivación para el aprendizaje y su autoeficacia.

Además, el análisis de mediación mostró que la relación entre la inteligencia emocional y el rendimiento académico estaba mediada secuencialmente por la motivación para el aprendizaje y la autoeficacia. Buitrago y Herrera (2013) mencionan que la gestión de las emociones en el entorno escolar representaría un componente dinámico importante en la educación, lo que ayudaría a mejorar las relaciones interpersonales y el rendimiento. Por su parte, Hamad et al., (2022) en Riyadh, (África) han reportado que los estudiantes con excelente rendimiento académico tuvieron un alto nivel de inteligencia emocional.



En la Comunidad Valenciana de España, en un estudio realizado por [Ordóñez et al. \(2014\)](#) se investigó la relación entre conciencia emocional, estados de ánimo y rendimiento académico. El análisis demostró una correlación significativa entre estas variables. Concretamente, los estudiantes con mayores habilidades para identificar, comunicar y reflexionar sobre sus emociones, prestar atención a las emociones de los demás y mantener una conciencia corporal, registraron un rendimiento académico superior. Además, estos alumnos presentaron niveles más elevados de felicidad. En contraste, aquellos estudiantes que puntuaron más bajo en emociones como tristeza, miedo y enfado tendieron a desempeñarse peor académicamente. A partir de estos resultados, los investigadores determinaron que los estudiantes con habilidades emocionales más avanzadas y estados de ánimo positivos tienden a lograr mejores resultados académicos.

[Kbaribooreng et al. \(2015\)](#) han encontrado en Irán una correlación significativa entre todos los componentes de la inteligencia emocional y el rendimiento académico de los estudiantes de secundaria de Zabol. Esto sugiere que la integración de lecciones con aprendizaje socioemocional en las escuelas podría mejorar el rendimiento de los estudiantes. [Kbaribooreng et al. \(2015\)](#) afirman:

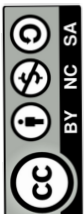
*In this regard, El [emotional intelligence] can predict the performance because it shows how an individual can immediately apply his knowledge in different situations, a person who does not have the emotional skills will face problem in transforming their potential knowledge into observable performance<sup>4</sup>.*

En un proyecto dirigido por [Postigo et al. \(2019\)](#) y respaldado por el Ministerio de Economía y Competitividad de España en colaboración con la Universitat de València, se llevó a cabo un estudio para evaluar los efectos percibidos por adolescentes participantes en el Programa de Educación Emocional. Este innovador programa se fundamenta en un modelo que enfatiza las habilidades de inteligencia emocional y utiliza un enfoque dialógico con el objetivo de fomentar un aprendizaje profundo y significativo. Los resultados del estudio demuestran avances significativos en las cuatro dimensiones de competencia emocional que el modelo de inteligencia emocional describe, además de progresos en áreas relacionadas.

En España [Carbonell et al., \(2019\)](#) han implementado un “Programa de convivencia e Inteligencia Emocional” en Educación Secundaria con estudiantes entre 11 y 15 años de edad a fin de “prevenir las situaciones de acoso escolar del centro a través del aprendizaje y la práctica de la Inteligencia Emocional” ([Carbonell, et al., 2019, p. 9](#)). Los resultados obtenidos un aumento de los niveles de inteligencia emocional y reducción de las conductas de acoso, en especial en Competencia Social y empatía. Tal investigación es un indicador valioso a la hora de buscar alternativas para resolver problemas de acoso escolar en estudiantes de educación secundaria.

---

<sup>4</sup>En este sentido, la inteligencia emocional (IE) puede predecir el rendimiento porque muestra cómo un individuo puede aplicar de inmediato sus conocimientos en diferentes situaciones. Una persona que no tiene las habilidades emocionales enfrentará problemas al transformar su conocimiento potencial en un rendimiento observable.



Ezeiza *et al.* (2008), también en España, impulsaron a través de la Diputación Foral de Gipuzkoa un proyecto dirigido a la comunidad educativa guipuzcoana, abarcando edades desde los 3 hasta los 20 años. El propósito principal era brindar un programa práctico y orientativo, de carácter transversal, centrado en el desarrollo de la Inteligencia Emocional a través de la "acción tutorial". El objetivo final es que, al concluir su formación académica, los jóvenes posean competencias emocionales que les capaciten para fomentar e integrarse en un territorio emocionalmente inteligente y a la vez innovador. Para ello, el proyecto ha elaborado materiales didácticos con ejercicios prácticos destinados tanto a estudiantes como a docentes de cada nivel educativo propuesto.

Entre las estrategias y procedimientos para poner en práctica el proyecto de educación emocional se tienen: Orientación ocasional, programas en paralelo, asignaturas optativas, acción tutorial, integración curricular y educación para la ciudadanía. Asimismo se plantean las fases de:

(a) Análisis de contexto: contexto ambiental, estructura, formato (duración), recursos, situación del profesorado, clima del centro... (b). Identificación de necesidades: destinatarios/as, objetivos... (c) Diseño: fundamentación, formulación de objetivos, contenidos a desarrollar, selección de actividades, recursos, plazos, destinatarios/as, criterios de evaluación y costes. (d) Ejecución: puesta en marcha de las actividades. Atención a posibles variaciones. (e) Evaluación: no basta con ofrecer valoraciones, la evaluación consiste en uno de los elementos básicos (Ezeiza *et al.*, 2008, p. 11).

Entre los contenidos del programa se tienen: Inteligencia emocional, conocimiento de las propias emociones y las del resto, autoestima, automotivación, empatía, resolución de conflictos, habilidades de vida, habilidades sociales, comprensión y regulación de las emociones. Los bloques temáticos se dividen en dos partes: (a) Competencias intrapersonales (van dirigidas a la propia persona): Conciencia emocional, regulación emocional, autonomía emocional. (b) Competencias interpersonales (van dirigidas al resto): Habilidades socioemocionales y habilidades de vida y bienestar (Ezeiza *et al.*, 2008).

Los estudios y ejemplos presentados subrayan la relevancia de las emociones en el ámbito educativo. Dalai-Lama & Ekman (2009) argumentaron que, si bien el conocimiento en un sistema educativo es valioso y puede llevar a la felicidad, alcanzar esta felicidad requiere una comprensión inteligente de las emociones. En consonancia con esto, Shahzada *et al.* (2011) sugieren la inclusión del desarrollo emocional en los currículos escolares, puesto que existe una correlación entre el rendimiento académico y la inteligencia emocional.

Además, el desarrollo emocional favorece las relaciones y por lo tanto es pertinente considerar educar emocionalmente a las personas para que alcancen una competencia emocional. En este sentido, Landry (2019) afirma que son cuatro competencias básicas de la inteligencia emocional: Conciencia de sí mismo (autonciencia), autogestión, conciencia social y gestión de relaciones.



## La integración de la inteligencia emocional en la educación secundaria

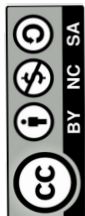
López (2012, p. 45) que la inteligencia emocional se debe aplicar desde la infancia y cualquier edad sin embargo advierte que en el caso de la adolescencia es necesario “autoafirmarse, valorar sus capacidades y limitaciones, tomar sus propias decisiones, tener responsabilidades, sentirse aceptados por los demás, etc.”. Él al igual que Goleman (1996), Salovey & Mayer (1990), Mayer, Salovey & Caruso. (2012) coincide en que la inteligencia emocional permite que la persona se conozca mejor y comprenda a los demás. Por esta razón, López (2012, p. 26) atribuye gran importancia al trabajo que realiza el docente en el aula de clase con sus estudiantes para formar lo que él denomina la “carga emocional y afectiva”. Para ello recomienda partir de “sus intereses y necesidades personales y sociales y en sus vivencias directas”. Entre los recursos didácticos a utilizar y la forma como debe disponer el aula de clase menciona lo siguiente:

... (imágenes, fotografías, canciones, cuentos, literatura, juegos, vídeos, objetos, noticias de prensa, *role-playing*, etc.) que susciten la conciencia emocional y que ofrezcan la posibilidad de experimentar emociones. Conviene ofrecer espacios en el aula de reflexión y de introspección, fomentar la comunicación con los demás y trabajar en equipo.

Es efectivo preparar espacios abiertos con sillas o cojines en los que, desde una cierta comodidad postural, se puedan exponer, compartir y vivenciar situaciones de aprendizaje emocional y favorezcan la comunicación visual y corporal de los alumnos (López, p. 46).

En la educación secundaria, el objetivo es ir más allá del aula para fomentar un aprendizaje que sea significativo, pedagógicamente valioso y aplicable en la vida cotidiana de los estudiantes, en su entorno social y con las personas con las que interactúan. Una estrategia efectiva para alcanzar este objetivo es la incorporación transversal de la educación emocional en diversas asignaturas, unidades curriculares o áreas de aprendizaje, idealmente en el mayor número de ellas posible. Los docentes desempeñan un papel crucial como modelos a seguir, facilitando que los estudiantes aprendan a desarrollar su inteligencia emocional a través de la imitación. Para que este enfoque tenga éxito, es imperativo establecer un ambiente escolar en el que prevalezcan valores como el respeto, la confianza, el amor, la solidaridad y la empatía. Es crucial que el docente sea elocuente, es decir, que tenga la habilidad de comunicar ideas y emociones de manera clara, efectiva y persuasiva, tanto oralmente como por escrito, con el fin de inspirar a los estudiantes y fomentar una conducta similar en ellos.

Para fomentar un ambiente de aprendizaje integral y efectivo, es esencial que el profesor desarrolle su capacidad empática hacia los alumnos, estableciendo así relaciones de confianza y cordialidad. Ser receptivo al contacto humano no solo facilita la comunicación afectuosa, sino que también cimienta relaciones interpersonales positivas. Este enfoque requiere que el docente se forme y sensibilice en competencias emocionales como un paso previo indispensable para impartir educación emocional de calidad. Cursos, lecturas y el intercambio de experiencias son excelentes recursos para esta formación. El papel del profesor es especialmente relevante en la implementación de programas de educación emocional, ya que suele ser el referente más



inmediato y constante para los estudiantes a lo largo de la semana.

La educación emocional, por su parte, debe ser un enfoque continuo a lo largo de toda la escolaridad y ofrecer diversas oportunidades para la práctica y aplicación de estos aprendizajes. Esto no debe limitarse únicamente al entorno escolar, sino que debe extenderse a la familia, actividades extraescolares y tiempo libre. En última instancia, el objetivo es que toda la experiencia vital del estudiante se convierta en un escenario para el desarrollo de sus competencias emocionales, ya que la vida misma es la mejor escuela para este tipo de aprendizaje.

### Conclusiones

Después de lo expuesto se concluye que la educación emocional es fundamental para el bienestar de los estudiantes y su rendimiento académico. Los docentes pueden incorporarla en diversas asignaturas y áreas de aprendizaje para fomentar un ambiente de aprendizaje integral y efectivo.

Para lograr el verdadero fin de educar a los estudiantes para una sociedad más justa y con sentido de respeto a los demás es necesario desarrollar en el aula de clase la confianza, el amor, la solidaridad y la empatía; ellos son esenciales para establecer un clima escolar adecuado. Lo cual supone la implementación de estrategias prácticas para fomentar el desarrollo de la inteligencia emocional en el aula.

Finalmente se concluye que en cuanto a las estrategias para desarrollar la inteligencia emocional en educación secundaria, es importante la incorporación transversal de la educación emocional en diversas asignaturas y áreas de aprendizaje.

### Referencias

- Ashknasy, N. M.; Dasborough, M. T. (2003). Emotional Awareness and Emotional Intelligence in Leadership Teaching. *Journal of Education for Business*, 79, 18-22. DOI:10.1080/08832320309599082
- Bain, S. K., McCallum, R. S., Bell, S. M., Cochran, J. L. & Sawyer, S. C. (2010). Foreign language learning aptitudes, attitudes, attributions, and achievement of postsecondary students identified as gifted. *Journal of Advanced Academics*, 22, 130-156. <https://www.ejmste.com/download/the-impact-of-motivation-on-students-academic-achievement-and-learning-outcomes-in-mathematics-among-4060.pdf>
- Bisquerra, R. (Coord.). Punset, E., Mora, F., García, N. E., López, C. É., Pérez, G. J. C., Lanttieri, L., Nambiar, M., Aguilera, P. Segovia, N. y Planells, O. (2012a). ¿Cómo educar las emociones? *La inteligencia emocional en la infancia y la adolescencia*. Esplugues de Llobregat: Hospital Sant Joan de Déu. <https://www.observatoriodelainfancia.es/oia/esp/descargar.aspx?id=3483&tipo=documento>



Bisquerra, R. (2012b). *De la inteligencia emocional a la educación emocional*. 24-35. En Bisquerra, R. (Coord.). Punset, E., Mora, F., García, N. E., López, C. É., Pérez, G. J. C., Lanttieri, L., Nambiar, M., Aguilera, P. Segovia, N. y Planells, O. ¿Cómo educar las emociones? La inteligencia emocional en la infancia y la adolescencia. Esplugues de Llobregat: Hospital Sant Joan de Déu. <https://www.observatoriodelainfancia.es/oia/esp/descargar.aspx?id=3483&tipo=documento>

Buitrago R.E. y Herrera L. (2013). Matricular las emociones en la escuela, una necesidad educativa y social. *Praxis & Saber*. 4(8), 87–108. doi: 10.19053/22160159.2653.

Bürgermeister, A., Ringeisen, T., & Raufelder, D. (2016). Fostering students' moderation competence: the interplay between social relatedness and perceived competence. *Teaching in Higher Education*, 21(8), 990– 1005. <https://doi.org/10.1080/13562517.2016.1209183>

Carbonell, B. N., Cerezeo, R. F., Sánchez, E. S., Méndez, M. I. y Ruiz, E. C. (2019). Programa de convivencia e Inteligencia Emocional en Educación Secundaria. *Creatividad y sociedad: revista de la Asociación para la Creatividad*, 29, 62-82. <http://creatividadysociedad.com/creatividad-y-emociones>

Chang, Y. C. & Tsai, Y. T. (2022). The Effect of University Students' Emotional Intelligence, Learning Motivation and Self-Efficacy on Their Academic Achievement—Online English Courses. *Frontier in Psychology*, 13:818929. doi: 10.3389/fpsyg.2022.818929

Dalai-Lama, y Ekman, P. (2009). *Sabiduría Emocional*. Barcelona: Kairós.

Duchatelet, D & Donche, V. (2019). Fostering self-efficacy and self-regulation in higher education. *Higher Education Research and Development*, 38(1), 1-15. doi:10.1080/07294360.2019.1581143

Ezeiza, U. B., Izagirre, G. A. Y Lakunza, A. A. (2008). *Inteligencia emocional. Educación Secundaria Obligatoria 12-14 años. 1er ciclo*. Gipuzkoako Foru Aldundia. <https://www.orientacionandujar.es/wp-content/uploads/2015/11/Programa-Inteligencia-Emocional-Secundaria-12-14-años.pdf>

Fallahzadeh, H. (2011). The Relationship between Emotional Intelligence and Academic Achievement in medical science students in Iran. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 30, 1451-1466. <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S1877042811021082>

Goleman, D. (1996). *La inteligencia emocional*. Javier Vergara Editor.

Goleman, D. (2021). *Inteligencia emocional*. Kairos, Editorial.

Hamad, A. W., Rawdhan, A., Saleh, M., Alrimal, M., Alasmari, R., Alhamad, S., Estudiante, R., Al-



- jebreenb, M., Alsubaieb, H., Farghaly, A. S. M. (2022). Correlation between emotional intelligence and academic achievement among undergraduate nursing students. *International Journal of Africa Nursing Sciences*, 17, 1-6. <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S2214139122000981>
- Karimi, L., Leggat, S. G, Donohue, L., Farrell, G. y Couper, G. E. (2014). Emotional rescue: The role of emotional intelligence and emotional labour on well-being and job-stress among community nurses. *Journal of advanced nursing*, 70(1), 176–186. <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/10.1111/jan.12185>
- Kbaribooreng, M., Hosseini, S., Zangouei, A, A. y Ramroodi, M. (2015). Relating emotional intelligence and social competence to academic performance in high school students. *International Journal of Educational and Psychological Researches*, 1, 75-9.
- Landry, L. (2019). Why emotional intelligence is important in leadership. Harvard Business School. *Información Empresarial*, <https://online.hbs.edu/blog/post/emotional-intelligence-in-leadership>
- Llibre, J., Prieto, A., García, L., Díaz, J., Viera, C, y Piloto, A. (2015). Influencia de la inteligencia emocional en los resultados académicos de estudiantes de las Ciencias Médicas. *Revista Habanera de Ciencias Médicas*, 14(2), 241-252. <https://revhabanera.sld.cu/index.php/rhab/article/view/562#:~:text=Se%20observó%20una%20influencia%20significativa,p%20%2C05>.
- López, C. E. (2012). Inteligencia emocional en el aula. pp. 45-55. En Bisquerra, R. (Coord.). Punset, E., Mora, F., García, N. E., López, C. É., Pérez, G. J. C., Lanttieri, L., Nambiar, M., Aguilera, P. Segovia, N. y Planells, O. *¿Cómo educar las emociones? La inteligencia emocional en la infancia y la adolescencia*. Esplugues de Llobregat: Hospital Sant Joan de Déu. <https://www.observatoriodelainfancia.es/oia/esp/descargar.aspx?id=3483&tipo=documento>
- Martínez, M. A. M., López, L. R., Aguilar, P. J. M., Trigueros, R., Morales, G. M. J. & Rocamora, P. P. (2020). Relationship between Emotional Intelligence, Cybervictimization, and Academic Performance in Secondary School Students. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(21), 7717. doi: 10.3390/ijerph17217717.
- Mayer, J. D., Salovey, P. y Caruso, D. (2012). *Models of Emotional Intelligence*. In Sternberg, R. J. *Handbook of Intelligence - Cambridge University Press*. [www.cambridge.org/core/books/abs/handbook-of-intelligence/models-of-emotional-intelligence/939985F534A44268E9C5AD7B33036087](http://www.cambridge.org/core/books/abs/handbook-of-intelligence/models-of-emotional-intelligence/939985F534A44268E9C5AD7B33036087)
- Molero, C., Saiz, E. & Esteban, C. (1998). Revisión histórica del concepto de inteligencia: una aproximación a la inteligencia emocional. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 30(1), 11-30. <https://www.redalyc.org/pdf/805/80530101.pdf>



- Ordóñez, L. A., González, B. R., Montoya, C. I. Y Schoeps, K. (2014). Conciencia emocional, estados de ánimo y rendimiento académico. *International Journal of Developmental and Educational Psychology INFAD Revista de Psicología*, 1(6), 229-236. <https://revista.infad.eu/index.php/IJODAEP/article/view/738/675>
- Postigo, Z. S., Schoeps, K., Montoya, C. I. & Escartí, A. (2019). Emotional education program for adolescents (PREDEMA): evaluation from the perspective of students and effects on socio-affective competences. *Journal for the Study of Education and Development*, 42(2), 303-336. DOI: 10.1080/02103702.2019.1578925
- Salovey, P. y Mayer, J. D. (1990). Emotional Intelligence. *Imagination, Cognition and Personality*, 9(3), 185-211.
- Shahzada, G., Ghazi, S. R., Khan, A., Khan, H. N. & Shah, M. T. (2011). The relationship of emotional intelligence with the student's academic achievement. *Interdisciplinary Journal of Contemporary Research Business*, 3(1), 994-1001.
- Song, L. J., Huang, G. H., Peng, K. Z., Law, K. S., Wong, C. S & Chen Z. (2010). The differential effects of general mental ability and emotional intelligence on academic performance and social interactions. *Intelligence*, 38(1), 137-143. doi: 10.1016/j.intell.2009.09.003.
- Schunk, D. H. (2012). *Teorías del aprendizaje. Una perspectiva educativa*. 6a edición. Pearson Educación.
- Tella, A. (2007). The Impact of Motivation on Student's Academic Achievement and Learning Outcomes in Mathematics among Secondary School Students in Nigeria. *Eurasia Journal of Mathematics, Science and Technology Education*, 3(2), 149-156. doi: 10.12973/ejmste/75390
- Titrek, O., Çetin, C., Kaymak, E. y Kaşıkçı, MM (2018). Academic Motivation and Academic Self-efficacy of Prospective Teachers. *Journal of Education en Taining Studies*, I. 6, 77-82. <https://redfame.com/journal/index.php/jets/article/view/3803>
- Thorndike, E. L. (1920). Intelligence and its use. *Harper's Magazine*, 140, 227-235.
- Vidarthi, P. R., Anand, S. & Liden, R. C. (2014). Do emotionally perceptive leaders motivate higher employee performance? The moderating role of task interdependence and power distance. *The Leadership Quarterly*, 25(2), 232-244. <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S1048984313000817?via%3Dihub>
- Wayne, L. P. (1985). *A study of emotion: developing emotional intelligence, self-integration, relating to fear, pain and desire (theory, structure of reality, problem-solving, contraction/expansion, tuning in/coming out/letting go)*. Dissertation, The Union for Experimenting Colleges and Universities. <http://eqi.org/payne.htm>

