

EL ROL DE LAS EMOCIONES EN LOS PROCESOS DE ENSEÑANZA, UNA MIRADA DESDE LA EDUCACIÓN SOCIOEMOCIONAL

Jennyffer Andrea Melo Culcha

Orcid: <https://orcid.org/0000-0003-1653-6435>

e-mail: Jennyan147@gmail.com

Doctorando en Education
Instituto Pedagógico Rural
"Gervasio Rubio" (IPRGR)
VENEZUELA

Janneth Aponza Perea

Orcid: <https://orcid.org/0009-0000-9873-5301>

e-mail: jannethaponza5@gmail.com

Doctorando en Education
Instituto Pedagógico Rural
"Gervasio Rubio" (IPRGR)
VENEZUELA

Recibido 16/02/2026

Aprobado: 27/02/2026

RESUMEN

Las emociones juegan un papel esencial en los procesos de enseñanza y aprendizaje, influyendo en la atención, la memoria, la motivación y el rendimiento académico de los estudiantes, de ahí que el propósito del presente ensayo sea reflexionar sobre cómo la educación socioemocional se ha ido consolidando como una estrategia clave para el desarrollo integral de los niños y niñas a través de la promoción de habilidades como la autorregulación emocional, la empatía y la resiliencia. Analizando la relación entre emociones y procesos cognitivos, destacando cómo las emociones positivas favorecen el aprendizaje, mientras que el estrés y la ansiedad pueden inhibirlo. Asimismo, se presentan estrategias efectivas para integrar la educación socioemocional en la enseñanza diaria, tales como la creación de un clima de aula positivo, el desarrollo de la autorregulación emocional, la promoción de la empatía en la resolución de conflictos, la enseñanza basada en proyectos y una evaluación formativa centrada en el bienestar del estudiante ya que la dimensión emocional en la educación no solo mejora el desempeño académico, sino que también fortalece el desarrollo socioemocional de los estudiantes, preparándolos para afrontar los desafíos del mundo actual.

Palabras clave: Educación socioemocional, proceso de enseñanza, rol de las emociones.

¹ Formación docente en pregrado y postgrado. Desarrollo laboral en el área de la docencia. Doctorando en educación

² Formación docente en pregrado y postgrado. Desarrollo laboral en el área de la docencia. Doctorando en educación

THE ROLE OF EMOTIONS IN TEACHING PROCESSES, A LOOK FROM SOCIO-EMOTIONAL EDUCATION

ABSTRACT

Emotions play an essential role in the teaching and learning processes, influencing students' attention, memory, motivation, and academic performance. Hence, the purpose of this essay is to reflect on how socio-emotional education has been consolidated as a key strategy for the comprehensive development of children through the promotion of skills such as emotional self-regulation, empathy, and resilience. Analyzing the relationship between emotions and cognitive processes, highlighting how positive emotions promote learning, while stress and anxiety can inhibit it. Likewise, effective strategies for integrating socio-emotional education into daily teaching are presented, such as creating a positive classroom climate, developing emotional self-regulation, promoting empathy in conflict resolution, project-based teaching, and formative assessment focused on student well-being. The emotional dimension of education not only improves academic performance but also strengthens students' socio-emotional development, preparing them to face the challenges of today's world.

Keywords: Socio-emotional education, teaching process, role of emotions.

INTRODUCCIÓN

Desde la edad moderna con la consolidación de la escuela, los procesos de enseñanza han sido entendidos y abordados desde una perspectiva netamente cognitiva, predominando la memorización y la repetición mecánica, donde tenía más relevancia la cantidad de conocimientos que un individuo poseyera, sin enfocarse en todo lo vivido, cómo llegó a obtenerlos o su desarrollo integral. Gracias a diversos estudios se fue identificando que aprender va más allá del proceso cognitivo, que en él influyen las relaciones, las habilidades sociales y sobre todo las emociones, todo ello, inició con James en el campo de la psicología, quien destacó la función de las emociones en la conducta y la experiencia (1980, citado en Green, 1997), seguido por las investigaciones de Dewey (1946), quien al plantear la educación como experiencia determinó la relación entre emoción e interés para que surja el aprendizaje (citado Príncipe, 2023), dando así, los primeros acercamientos para considerar la importancia de las emociones en los procesos de enseñanza.

A partir de la década de los 90, ha ido tomando relevancia la visualización de la dimensión socioemocional como un factor determinante en la enseñanza y por ende en el aprendizaje de los estudiantes, reconociendo que las emociones desempeñan un papel crucial en los procesos educativos al influir directamente en la memoria, la atención, la motivación y por ende en el rendimiento académico de los estudiantes (Meneses, 2023), lo que ha permitido reconocer que dependiendo de cómo se aborden las competencias desde la comunidad educativa se podrá potenciar o inhibir el

aprendizaje de los estudiantes, ya que de acuerdo al nivel de satisfacción con que se realicen las tareas, el interés y compromiso de los alumnos aumentara y existirá mayor comprensión y asimilación de los ejes académicos (Tóala, Loor, Santana, Matínez, Vilela, y Tutiven, 2025), es por ello, que a través de la consolidación de habilidades para la vida como la empatía, la autorregulación emocional y la resiliencia la educación socioemocional se consolida como una estrategia esencial en el desarrollo integral de la niñez (CASEL, 2021).

De acuerdo con Álvarez (2020), la educación socioemocional refleja beneficios, como el aumento en la capacidad de los individuos para manejar el estrés, contribuir al incremento de su generosidad, empatía, sentido de colaboración y la capacidad para afrontar y resolver conflictos, fomentando así, el desarrollo social y emocional de los estudiantes, donde los maestros juegan un rol fundamental, ya que su competencia socioemocional influye en el clima de aula y, por ende, en el desarrollo socioemocional de los estudiantes (Colombia Aprende, 2022), debido a que, de forma directa o indirecta, en su relación constante con los alumnos puede llegar a modelar habilidades socioemocionales y fomentar interacciones positivas o negativas de acuerdo a su sentir, que si están bien canalizados logrará crear un entorno educativo que estimule el aprendizaje y el bienestar emocional de sus estudiantes (Anzelin, Marín y Chocontá, 2020), de ahí, que es muy importante que el docente logre regular y canalizar sus emociones correctamente para que lo que proyecte posibilite el sano desarrollo de los educandos.

Este ensayo, surge por la necesidad de analizar el rol de las emociones en los procesos de enseñanza desde tres interrogantes clave, ¿Cuál es la importancia de las emociones en los procesos de enseñanza en el contexto educativo actual?, ¿Cómo contribuye la educación socioemocional al desarrollo integral de los estudiantes? y ¿Qué estrategias pedagógicas resultan más efectivas para fomentar la educación socioemocional en el aula? Estos cuestionamientos no pueden abordarse a la ligera desde cualquier planteamiento, por el contrario, requieren de una lectura detallada y crítica desde la investigación de varios autores que respondan y lo sustenten teóricamente.

Por consiguiente, a través de este ensayo se busca reflexionar sobre el papel que ha ido tomado la educación socioemocional en el desarrollo integral de los educados, partiendo desde los planteamientos de autores como William James, Jhon Dewey, Lev Vygotsky, Howard Gardner, Daniel Goleman, entre otros, sobre la adopción e inmersión del término hasta su consolidación y auge actual, continuando con la interacción entre emoción y cognición, y el impacto que ha tenido en los procesos de aprendizaje, resaltando que las emociones positivas pueden favorecer el aprendizaje, mientras que el estrés o la ansiedad pueden reprimirlo.

Posteriormente, se presentan algunas estrategias en donde se integre la educación socioemocional en la enseñanza cotidiana, como la importancia de crear un ambiente de aula sano y agradable, fortalecer la autorregulación emocional, promover la empatía en la solución de conflictos, la enseñanza basada en proyectos y la

implementación de evaluaciones formativas centradas en el bienestar del estudiante, ya que como lo plantean Fernández y Montero (2016), la dimensión emocional en la educación no solo mejora el desempeño académico, sino que a su vez fortalece el desarrollo socioemocional de los estudiantes, quienes podrían interactuar con los demás, tomar decisiones conscientes y llegar a enfrentar los desafíos actuales del mundo.

FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA

Aunque se cree que abordar la educación socioemocional es un suceso reciente, la realidad es que se ha ido gestando desde hace más de un siglo con investigaciones realizadas a otras disciplinas que han influido directamente con la educación, tal es el caso de la psicología, en donde James (1890), cuando hace referencia a la parte central del yo, en donde plantea que “en la sensación del cuerpo deben incluirse la de los tonos y tendencias emocionales generales, pues en el fondo estos no son más que los hábitos que rigen las actividades y sensibilidades orgánicas” (citado en Green, 1997, p.180), manifestando que los sentimientos y emociones son los hábitos que logran regular las funciones del cuerpo al considerarlos estrechamente ligados y en constante cambio. Hacia 1916 surgen los planteamientos de Dewey (1946, citado Príncipe, 2023), quien considero que la educación debe estar centrada en la participación activa y experiencial desde lo social, sin desligarse de su vida afectiva a través de la educación como experiencia.

Hacia 1978 se internacionalizaron las investigaciones de Vygotsky, quien desde su teoría sociocultural describe cómo las emociones y los procesos cognitivos se

construyen socialmente destacando que “las emociones son fenómenos relacionales que están situados histórica y culturalmente” (Toledo y Bonhomme, 2019, p.6), donde el contexto social influye en el desarrollo afectivo y cognitivo. Años después, con Gardner (1983, citado en Barrera, 2024) surgió la teoría de las inteligencias múltiples, en la que se aborda de forma detallada sobre la inteligencia intrapersonal, haciendo referencia al autoconocimiento e interpersonalidad, es decir la empatía, las cuales pueden ser potenciadas a través de las interacciones diarias de forma implícita.

Posteriormente hacia 1990, Salovey y Mayer, introdujeron el termino de inteligencia emocional bajo el diseño de un modelo que permitía determinar las habilidades para percibir, comprender usar y llegar a regular las emociones (Bolaños, 2020). Cuatro años después, surgió CASEL, que traduce Colaborativo para el aprendizaje académico, social y emocional, dedicado a investigar, difundir y sistematizar el termino SEL: Aprendizaje socioemocional, creando marcos y estándares para su aplicación, bajo la idea de que todos deben llevar una vida sana (CASEL, 2021). Por el mismo año, Damasio (citado en Melamed, 2024), a través de su libro El error de Descartes, dio a conocer cómo las emociones son marcadores corporales que están separadas de la razón, pero que son indispensables para tomar decisiones inteligentes y sensatas, de ahí que el cerebro no pueda funcionar de forma lógica sin la influencia de los sentimientos.

De acuerdo con Fernández y Montero (2016), por el año 1995 se populariza el concepto de inteligencia emocional con la publicación de Daniel Goleman, quien

promueve su importancia en el ámbito educativo y lo indispensable que es para el éxito de las personas no solo en su parte académica, sino en las relaciones sociales, exponiendo que las competencias emocionales son enseñables y de igual importancia que los procesos cognitivos, las cuales le permiten a las personas identificar, analizar, emplear y gestionar sus propias emociones con la capacidad de adaptación a diversas situaciones de la vida; además dio la posibilidad de que se empezara a hablar sobre empatía, autoconciencia y regulación.

Seguidamente, hacia el 2003, Bisquerra (como se citó en Immordino y Damasio, 2007), resalta la importancia de incentivar la educación emocional responsable desde el ámbito educativo incorporándola en el currículo, ya que su buen desarrollo logra garantizar el bienestar personal y la disminución notable de comportamientos conflictivos como la violencia, la depresión o el estrés, los cuales pueden llegar a reprimir el aprendizaje y minimizar las capacidades de concentración. Por el 2006 surgió la teoría control-valor de Pekrun, abordando las emociones desde el contexto del logro para alcanzar algo, ya que de acuerdo con el valor que cada persona le asigne a una tarea surgirán emociones positivas como la superación y seguridad, o negativas como la ansiedad y el aburrimiento (Anzelin, et al., 2020), lo que les permite controlar sus niveles de atención y por ende sus resultados.

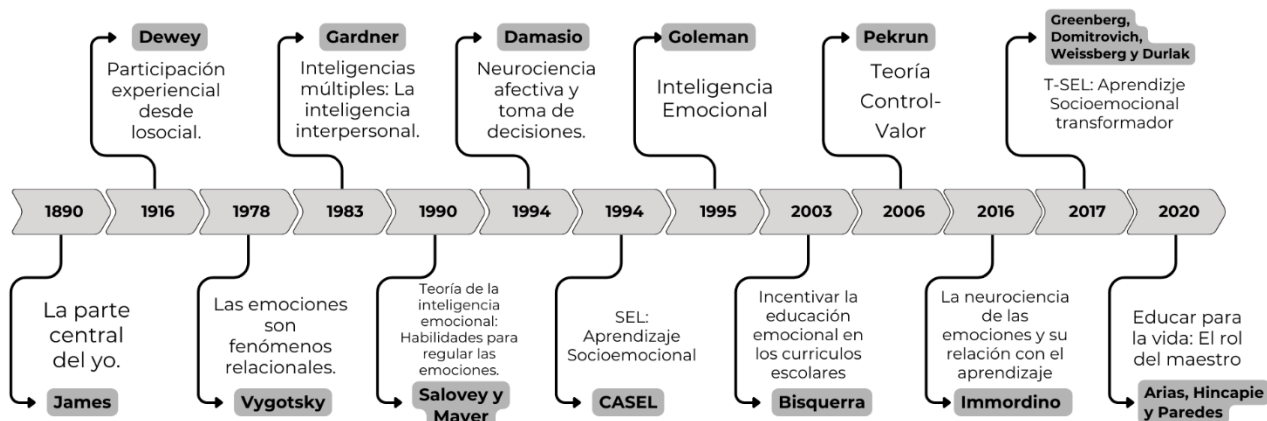
En la última década, han tenido mucha relevancia los aportes de Immordino (2016), quien argumenta que las emociones son fundamentales en la consolidación de la memoria y en la toma de decisiones acertadas, que no operan separadas de la

cognición, sino que son el camino que orienta el procesamiento de la información determinando lo que es relevante. Greenberg, et al. (2017), proponen abordar el T-SEL, conocido como aprendizaje socioemocional transformador, el cual pretende que los estudiantes se conviertan en agentes de cambio en sus entornos educativos y sociales aprendiendo a regular sus emociones y replicándolo a los demás. Arias et al., (2020), destacan el rol que juega el docente en el desarrollo socioemocional de los educandos destacándolos como un modelo a seguir, ya que generan impacto en la educación el cual puede ser benéfico, pero también perjudicial de acuerdo con el papel que desempeñe.

Para resumir, la educación socioemocional ha pasado de ser un concepto emergente a un elemento fundamental que influye en las prácticas educativas contemporáneas, reflejando un cambio significativo en la manera de entender el aprendizaje y la formación humana, es por ello, que en la Figura 1, se presenta una línea del tiempo que muestra la evolución histórica de la educación socioemocional, desde sus inicios hasta su actual consolidación en los sistemas educativos, la cual, permite comprender cómo las políticas educativas internacionales y las diversas investigaciones pedagógicas han impulsado el reconocimiento y fortalecimiento de la educación emocional como un componente clave para el desarrollo integral de los estudiantes.

Figura 1.

Cronología de la educación socioemocional



Fuente: Elaboración de las autoras.

Educación socioemocional: Definición

El termino educación socioemocional ha ido tomando relevancia en los debates pedagógicos actuales, en donde se reconoce que la enseñanza debe ir más allá de la transmisión de conocimientos, apuntándole a la formación de seres integrales, con la capacidad de amarse y comprenderse a sí mismos para luego establecer buenas conexiones con los demás, desde esta perspectiva Álvarez (2020), plantea que el propósito de la educación socioemocional es “el reconocimiento de las emociones propias y de los demás, así como la gestión asertiva de las respuestas a partir de una adecuada autorregulación, lo que favorece las relaciones sociales e interpersonales” (p. 389), buscando que cada persona no solo identifique sino que comprenda sus emociones y las de quienes le rodean, aprendiendo a manejarlas para fortalecer los vínculos con su contexto, las relaciones consigo mismo y el trabajo en equipo.

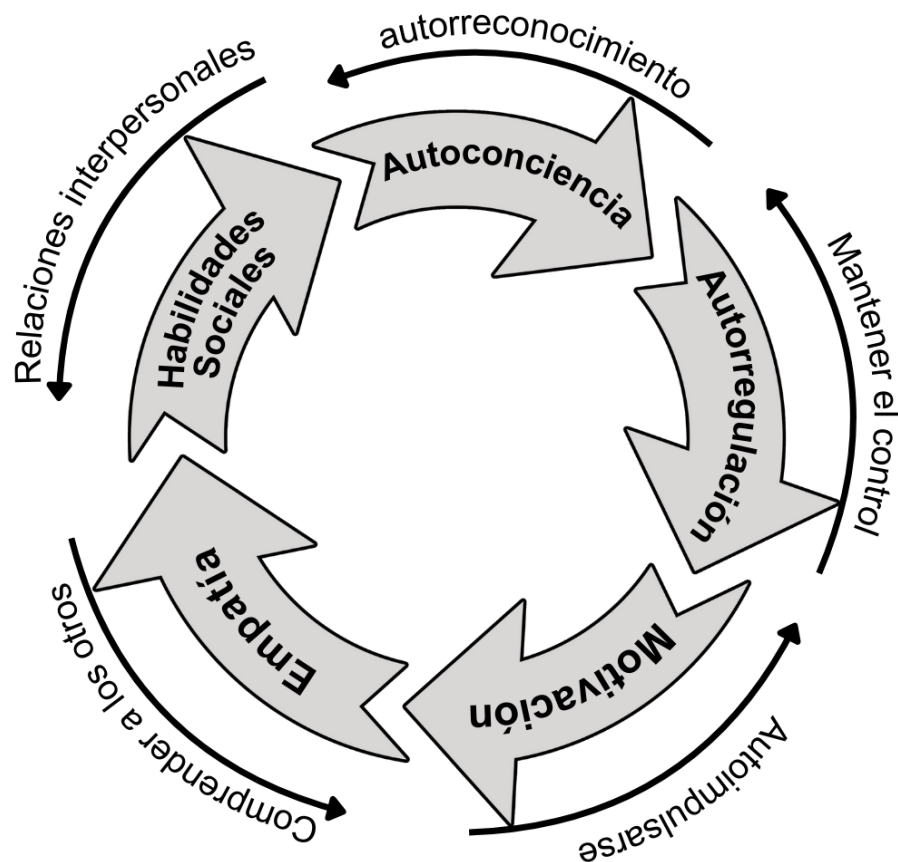
Así mismo, Bisquerra (2003), la considera como una propuesta innovadora que ha estado respondiendo a las demandas de la sociedad, ya que, está centrada en enseñarle a las personas a reconocerse, comprenderse y autorregular sus emociones, mientras simultáneamente desarrolla y fortalece habilidades de empatía, resiliencia y sana convivencia, de ahí que, Immordino y Damasio (2007), la plantean como una visión integral del aprendizaje donde se reconoce la estrecha conexión que existe entre las emociones, la cognición y el funcionamiento social, convirtiéndose en un proceso centrado en las relaciones e interacciones sociales. Estos planteamientos son reafirmados por Barrera (2024), quien la describe como un proceso pedagógico que busca formar individuos que sean capaces de convivir de manera armónica aplicando la empatía, la autorregulación, la cooperación y la resiliencia, siendo capaces de adaptarse y tomar decisiones.

En la misma línea, Tóala et al., (2025), la describe desde las cinco dimensiones de Daniel Goleman centradas en la autoconciencia, entendida como la capacidad de autorreconocimiento honesto de sus propias emociones y su impacto en la vida del individuo; la autorregulación, comprendida como la habilidad para mantener el control de los sentimientos, emociones y reacciones eligiendo cómo reaccionar ante diversas situaciones; la motivación, siendo la capacidad de autoimpulsarse para lograr lo que se proponga, siendo optimistas y perseverantes; la empatía, abordada como la capacidad de colocarse en la posición del otro, al comprender y percibir lo que puede estar sintiendo; y las habilidades sociales, asociada a cómo establecer relaciones

interpersonales sanas, eficaces y productivas, donde se destaca el liderazgo y la resolución de problemas (Goleman, 2022). Todas ellas interfieren en la capacidad de reacción en diferentes escenarios como el manejo del estrés, la concentración o la capacidad para enfrentar desafíos.

Figura 2.

Las dimensiones de Daniel Goleman



Fuente: Elaboración de las autoras.

La figura 2, ilustra de manera cíclica y dinámica el constructo de la inteligencia emocional, representando los componentes y la interconexión funcional entre cada uno de ellos, demostrando que el desarrollo de una habilidad impulsa y permite el avance a la siguiente, generando un camino de crecimiento continuo tanto personal como social, sirviendo, además como hoja de ruta para que el desarrollo socioemocional sea integral, iniciando con la *autoconciencia* o autorreconocimiento de las emociones, la cual es esencial para transitar hacia la *autorregulación*, que es la capacidad de mantener el control y gestionar las respuestas emocionales, ésta impulsa la *motivación* interna, que se traduce en la perseverancia para autoimpulsarse hacia metas. Estas tres habilidades iniciales se enfocan en el yo interno, transformándose en el cimiento de la *empatía* para comprender a los otros, y de esta comprensión se pasa a las *habilidades sociales*, que permiten establecer relaciones interpersonales sanas y productivas, cerrando el ciclo al potenciar la autoconciencia en la interacción con el entorno (Goleman, 2022).

Las emociones en los procesos de enseñanza

Desde el siglo XVII en la educación era prioridad desarrollar habilidades cognitivas y académicas, para ser altamente reconocido y respetado, entre más fuerte se fuera y menos emociones reflejara era mayormente aceptado, sin embargo, la necesidad educativa de los últimos tiempos ha ido cambiando, enfocándose en la urgencia de formar personas integrales, que puedan afrontar las exigencias del mundo adaptándose

y desenvolviéndose adecuadamente en él, es por ello que la educación debe considerar cómo funciona el cerebro y la conexión entre las estructuras de la corteza prefrontal y el sistema límbico los cuales logran trabajar mancomunadamente entre el cuerpo y el entorno abordado desde la neuroeducación, ya que como lo plantea Meneses, (2019), “todo lo que somos, sentimos, pensamos y hacemos es expresión del funcionamiento del cerebro en un diálogo constante con los demás órganos del cuerpo humano, y de éste con el medio que le rodea” (p. 211), ya que los estados emocionales, los procesos cognitivos y las conductas que desarrollan las personas, son producto de las experiencias humanas y la interacción con el cerebro, el organismo y el cuerpo.

Así pues, gracias a investigaciones neurocientíficas, actualmente se conoce que las emociones resultan indispensables para el efectivo aprendizaje de las personas, dado que estas actúan como el motor biológico que impulsa la curiosidad y despierta la atención necesaria para que exista mayor asimilación de conocimientos, porque como lo afirma Álvarez (2020), “un cerebro emocionado es capaz de aprender de manera efectiva, pues el aprendizaje está estrechamente vinculado a la curiosidad y la atención” (p. 393), de ahí que éste surja cuando existe una emoción, ya que la educación que se promueve a través del campo socioemocional repercute significativamente en los resultados académicos, el bienestar mental y por ende, las relaciones que se establezcan serán armoniosas (CASEL, 2021).

A su vez, García (2014), plantea que las emociones son parte indispensable del proceso educativo, ya que interfieren directamente en el aprendizaje y su motivación, si

estas son positivas como el amor, la serenidad, el gozo, la gratitud o la empatía generan sensaciones agradables y placenteras permitiendo que la atención mejore, enfocándose en lo que se está enseñando, haciendo que la memoria se fortalezca para facilitar la retención y la construcción de nuevos conocimientos y así se logre aumente la productividad. Por otro lado, de acuerdo con Immordino y Damasio (2007), “sentimos, luego aprendemos” (p. 1), es decir, cuando prevalecen emociones negativas como la tristeza, el miedo, el estrés, la ira o la ansiedad se convierten en una barrera neurológica que puede impedir el aprendizaje, dificultar la capacidad de concentración, afectar la autoestima y llevar a la desmotivación. De ahí, que el clima emocional no es un elemento accesorio, sino un factor determinante en la calidad del proceso enseñanza y aprendizaje, en donde el diseño curricular y la práctica pedagógica deben integrar activamente la gestión emocional como un eje fundamental para asegurar un aprendizaje significativo y efectivo.

En la misma línea, Bisquerra (2003), aborda la formación desde el ámbito afectivo como una novedad pedagógica, cuyo propósito es cultivar las habilidades emocionales que fomenten una óptima calidad de vida tanto individual como colectiva, centrada en las demandas del entorno social en que viva el individuo; para lograrlo, se necesita la creación y estructuración de planes de estudio sólidos sustentados teóricamente, además de un equipo docente altamente capacitado y consciente de su rol e implementación, recursos didácticos que posibiliten y apoyen las actividades de los docentes y herramientas de medición que permitan valorar de forma permanente la

efectividad de los procesos o la necesidad de realizar ajustes, ya que llevarlos a cabo de forma adecuada contribuirá al desarrollo integral del individuo, por lo que educar las emociones equivale a educar para el bienestar.

Desde la perspectiva neuroeducativa planteada por Immordino y Damasio (2007), se deduce que no es posible separar el pensamiento de la emoción, ya que la actividad cognitiva se fundamenta en los estados afectivos que la acompañan, en este contexto, la emoción funciona como un factor que dirige la memoria y la toma de decisiones, afectando de manera directa la habilidad del individuo para aprender, así pues, cuando un estudiante siente emociones positivas como alegría, curiosidad o interés, se estimula el sistema dopaminérgico, lo que favorece la plasticidad cerebral y fortalece la consolidación de la memoria (Immordino, 2016), en cambio, emociones como la ansiedad, el miedo o la frustración provocan una liberación excesiva de cortisol que impacta la corteza prefrontal, reduciendo la concentración y la capacidad de retener información; Pekrun y Lichtenfeld (2017), respaldan esta conexión en sus estudios longitudinales, demostrando que las emociones positivas relacionadas con el logro predicen un mejor rendimiento académico, mientras que las emociones negativas lo limitan, dando lugar a un ciclo de desmotivación y bajo desempeño.

De igual manera, Toledo y Bonhomme, (2019), consideran que las emociones no solo surgen de experiencias individuales, sino de las interacciones entre docentes, estudiantes y los contextos en que se encuentren, ya que no son meros estados internos aislados, sino productos de las relaciones que emergen de continuas interacciones, en

este sentido, enseñar implica gestionar climas emocionales colectivos que posibiliten la construcción compartida del conocimiento, donde la práctica docente se transforma en una pedagogía de la afectividad, siendo capaces de crear un ambiente de seguridad, confianza y motivación compartida (Immordino, 2016), ya que el entorno emocional que se genera durante la enseñanza incide directamente en la disposición cognitiva del estudiante, en donde un clima de respeto, confianza y apoyo mutuo favorece la participación activa y el pensamiento crítico, mientras que un ambiente cargado de tensión o miedo inhiben la expresión y la creatividad (Anzelin, et al., 2020), de ahí que, las emociones configuran una red invisible pero sólida que condiciona la dinámica pedagógica, la percepción del aprendizaje y la construcción de significado.

Es por ello, que comprender cómo se relacionan las emociones con la cognición implica aceptar que aprender no es un proceso puramente racional, sino una experiencia profundamente humana, en donde el aprendizaje ocurre dentro de un entramado de sentimientos, motivaciones y vínculos sociales que influyen directamente en la forma como los estudiantes asimilan los conocimientos, de ahí que al contemplar la teoría de las inteligencias múltiples de Gardner, retomada por Barrera (2024), se entiende que la inteligencia emocional en sus dimensiones intrapersonal e interpersonal, tiene el mismo valor que las habilidades lógico-matemáticas o lingüísticas, en este sentido, desarrollar la capacidad de reconocer y gestionar las emociones no limita el rendimiento académico, por el contrario, lo enriquece, ya que como lo plantean Greenberg et al. (2017) y Arias, et al. (2020) una educación que atiende lo emocional fortalece la salud mental, mejora la

convivencia escolar y prepara a los estudiantes para afrontar con resiliencia los desafíos de la vida cotidiana, en este sentido, las emociones no deben verse como un complemento del proceso educativo, sino como un componente esencial que hace posible un aprendizaje más profundo, significativo y humano.

Estrategias para integrar la educación socioemocional en el aula

Incorporar la educación socioemocional en el aula exige la articulación de varios elementos y actores que al unirse de forma consiente y adecuada se convierten en un engranaje solido que perdura, da resultados y logra impactar en la sociedad (CASEL, 2025), entre ellos se encuentra la planificación intencional y responsable centrada en realizar un proceso reflexivo y fundamentado el contexto educativo real, en donde se consideren las necesidades emocionales, sociales y cognitivas de los estudiantes, yendo mas allá de un plan o programa y tomando decisiones pedagógicas que favorezcan el aprendizaje significativo y ante todo el bienestar integral. Las capacitaciones apropiadas para los docentes, vistas como procesos continuos, organizados y adaptados al contexto que permiten a los maestros desarrollar las competencias pedagógicas, emocionales y sociales necesarias para fomentar un aprendizaje integral en los estudiantes, en donde se incluyan espacios para la reflexión, la práctica, el acompañamiento y la evaluación, en donde experimenten y ejemplifiquen habilidades socioemocionales como la empatía,

la autorregulación, la resiliencia y la conciencia emocional para integrarlas de manera natural en sus actividades de aula (Arias, Hincapié y Paredes, 2020).

Para Meneses (2023), los recursos didácticos pertinentes, son aquellos que logran vincular el mundo emocional del estudiante con el contenido escolar, fomentando la motivación interna, la participación colaborativa y la reflexión personal, apoyando un aprendizaje significativo que supera la simple transmisión de información, a través de la incorporación de elementos simbólicos, narrativos y experiencias que estimulan el interés y la curiosidad, los cuales deben tener un significado personal para el alumno, lo que permite generar experiencias afectivas positivas y así aprendizajes duraderos.

Seguidamente, CASEL (2021), describe las herramientas de evaluación y medición son dispositivos diseñados para medir de forma sistemática y objetiva los procesos, resultados y habilidades involucradas en el aprendizaje, abarcando tanto el ámbito cognitivo como el socioemocional, su objetivo es determinar el nivel de desarrollo, progreso y necesidades de los estudiantes, brindando información valiosa para guiar la práctica docente, la toma de decisiones pedagógicas y la mejora constante del proceso educativo (Bisquerra, 2003), estas herramientas no solo se enfocan en conocimientos o habilidades observables, sino también en aspectos internos del individuo como la autopercepción, el manejo emocional, la empatía y la autorregulación, utilizando y aplicando instrumentos como las observaciones estructuradas, autoevaluaciones, rúbricas y escalas. Del mismo modo, Colombia Aprende (2022) destaca que los instrumentos para medir aspectos socioemocionales son fundamentales para mejorar el

bienestar en el entorno escolar, siempre que sean inclusivos, adaptados al contexto y respetuosos de la diversidad, lo que implica, que se deben tener en cuenta los factores culturales, sociales y familiares que afectan las emociones y conductas de los estudiantes, donde las herramientas no se limiten a pruebas o escalas sino que posibiliten la comprensión de observaciones participativas, diálogos dirigidos, portafolios emocionales y registros narrativos que combinan datos cualitativos y cuantitativos.

De igual manera, de acuerdo con Bisquerra (2003), la aplicación constante de métodos que promueven la autorregulación emocional, la empatía, la resiliencia y las habilidades sociales hace referencia a la implementación sistemática, planificada y sostenida de estrategias pedagógicas que favorecen el desarrollo de competencias socioemocionales dentro del proceso de enseñanza y aprendizaje, lo que significa que la educación socioemocional debe ir más allá de actividades aisladas y convertirse en una práctica constante, integrada tanto en la cultura escolar como en el currículo, creando espacios de aprendizaje donde los estudiantes desarrollen habilidades para identificar, expresar y controlar sus emociones, entender las ajenas, establecer relaciones positivas, manejar conflictos de forma pacífica y mantener la perseverancia frente a la frustración.

Por lo anterior, se plantean como estrategias para integrar la educación socioemocional en el aula la formación de docentes en la aplicación práctica de habilidades socioemocionales, a partir de casos concretos y del análisis de errores emocionales o momentos críticos, incluyendo módulos en donde se ayude a los docentes

a identificar sus propias emociones, técnicas para manejar el estrés, estrategias para autorregularse y cómo generar y promover ambientes positivos ante situaciones adversas, tensas o de conflicto en el aula, para que puedan ejemplificar estas competencias ante sus estudiantes, ya que ellos aprenden de forma directa e indirecta, tanto de lo que sucede en sus interacciones como de lo que se enseña explícitamente (Arias, et al., 2020).

La creación deliberada de un clima de aula positivo con rutinas de inicio y cierre que incluyan momentos de reflexión, expresión emocional, palabras de afirmación, entre otros, para que funcionen como un espacio seguro desde el punto de vista psicológico, en donde los estudiantes se sienten valorados y libres para expresar sus emociones sin miedo a ser juzgados o ridiculizados, centrados en los aportes sobre neuroeducación de Meneses (2023) donde describe que el aprendizaje profundo solo es posible cuando existe un vínculo afectivo, donde el maestro en sus constantes interacciones escuche activamente, sea asertivo y empático.

La pausa reflexiva o pausa activa socioemocional consiste en guiar a los estudiantes a detener la actividad, reconocer la emoción que experimentan y realizar un ejercicio corto y focalizado, como tres respiraciones profundas o una rápida exploración sensorial del entorno, lo que permite fortalecer la capacidad de autorregulación y evitar que emociones intensas como la frustración o la ansiedad se manifiesten en conductas inapropiadas, brindando al sistema nervioso una breve oportunidad de reconexión que

previene la inhibición cognitiva que, deterioran el desempeño académico (Anzelin, et.al., 2020).

El termómetro de las emociones es una imagen o gráfico que utiliza colores o números crecientes para representar la intensidad de sus emociones, por ejemplo, desde un azul frío que simboliza la calma hasta un rojo ardiente que indica rabia o excitación intensa, ayuda a los estudiantes a desarrollar su autoconciencia y ampliar su vocabulario emocional, facilita el reconocimiento de manera honesta de sus estados emociones y comprendan su impacto (Goleman, 2022), su valor pedagógico radica en hacer visible y expresable algo interno y abstracto: al poder señalar que están en un nivel específico de frustración, ya que proporcionar un lenguaje común y una escala para identificar sus sentimientos, se promueve no solo la autogestión emocional, sino también una comunicación interpersonal más clara y empática con compañeros y profesores, lo que impulsa el desarrollo de habilidades sociales (Fernández y Montero, 2016).

Los diarios emocionales son una técnica de reflexión metacognitiva profunda que conecta la experiencia emocional inmediata con un análisis consciente posterior, permiten fortalecer la autoconciencia y la autorregulación de los estudiantes, en él se registran de manera regular las emociones sentidas a lo largo del día o en situaciones específicas, investigando sus causas a través de interrogantes como ¿qué me generó esta emoción?, ¿cómo influyó esto en mi conducta o aprendizaje?, ¿cómo me sentí?, ¿cómo me siento ahora?, seguidas de las estrategias utilizadas para gestionarlas; este ejercicio ayuda a la persona no solo a reconocer sus emociones, sino también a

entenderlas para fortalecer la relación consigo mismo, lo cual es un objetivo fundamental de la educación socioemocional, como lo señala Álvarez (2020), además favorece el desarrollo de la resiliencia y la capacidad de tomar decisiones conscientes, preparando al estudiante para enfrentar los desafíos actuales mediante la integración de la reflexión en su aprendizaje continuo para la vida (Arias, et. Al., 2020).

Las dinámicas cooperativas que permiten fomentar la empatía y las habilidades sociales a través de actividades en grupo, juegos de roles, debates estructurados o proyectos colaborativos en los que los estudiantes tengan que ponerse en el lugar del otro, negociar, resolver conflictos o considerar diferentes perspectivas contribuyen al fortalecimiento de la conciencia social y de la capacidad de comunicación asertiva, ya que según Arias et al. (2020) y Bisquerra (2003), la empatía es fundamental no solo para una buena convivencia, sino también para un aprendizaje profundo, porque facilita que los estudiantes entiendan los contenidos desde varios puntos de vista, impulsando la integración del conocimiento y aumento de la motivación.

Las herramientas de evaluación y medición del desarrollo socioemocional, a través de la evaluación formativa con la observación sistemática, los portafolios emocionales y las rúbricas de desempeño socioemocional, las cuales priorizan el progreso individual y la reflexión sobre las propias emociones, en lugar de las calificaciones numéricas a través de *diarios emocionales*, *autoinformes*, *cuestionarios de autoconciencia emocional* para fomentar la metacognición emocional.

Los recursos didácticos, según Fernández y Montero (2016) proponen materiales simbólicos, como cuentos, fábulas o cortometrajes, que representen conflictos emocionales cotidianos y que promuevan la empatía a través del análisis de personajes y emociones. Las *historias sociales*, Principe (2024), retomando la pedagogía social de Dewey, plantea la importancia de los recursos experienciales, como los *proyectos de aprendizaje-servicio*, que vinculan a los estudiantes con su comunidad y fomentan la solidaridad, la cooperación y el compromiso cívico, por su parte, Immordino (2016) sugiere la utilización de materiales multisensoriales y actividades artísticas (música, pintura, dramatización) que activen las emociones positivas y fortalezcan la conexión entre lo afectivo y lo cognitivo. Finalmente, CASEL (2021) recomienda integrar estos recursos dentro de un currículo coherente, donde cada actividad tenga un propósito emocional definido y promueva la práctica intencional de competencias como la empatía, la comunicación asertiva y la toma de decisiones responsable; de esta manera, los recursos didácticos dejan de ser simples herramientas y se convierten en mediadores del desarrollo socioemocional integral.

Así pues, en la siguiente tabla se presenta de forma resumida y ordenada las estrategias pedagógicas presentadas anteriormente, las cuales que pueden ser integradas en las aulas y en las instituciones educativas para fortalecer la educación socioemocional. Estas estrategias se relacionan con las competencias socioemocionales descritas por Daniel Goleman, tales como la autoconciencia, la autorregulación, la empatía y las habilidades sociales, entre otras (Tóala et al., 2025), así mismo, se describe

el propósito específico de cada estrategia y los autores que sustentan su validez y efectividad desde diferentes enfoques teóricos y prácticos, lo cual facilita una comprensión integral de cómo cada práctica contribuye al desarrollo socioemocional de estudiantes y docentes, subrayando la importancia de un abordaje sistemático que potencie tanto el bienestar emocional como el aprendizaje en el contexto escolar.

Tabla 1.

Tabla de Estrategias Pedagógicas y su Competencia

Estrategia Pedagógica	Competencia de		Referencia conceptual
	Educación	Propósito	
	socioemocional		
	Fortalecida		
Formación Docente Práctica	Autoconciencia y Autorregulación y Habilidades Sociales.	El docente ejemplifica las competencias ante sus estudiantes (aprendizaje indirecto) y maneja ambientes tensos.	Arias, Hincapié y Paredes, 2020
Creación de un clima de aula positivo.	Autoconciencia (expresión libre) y Empatía (escucha	Establecer un entorno que brinde seguridad psicológica. El aprendizaje profundo solo	Meneses, 2023.

	activa del	es posible con un vínculo	
	docente)	afectivo.	
Pausa	Autorregulación	Permite una reconexión del	Anzelin,
Reflexiva/Activa	Emocional	sistema nervioso,	Marín y
Socioemocional.		fortaleciendo la capacidad de	Chocontá,
		gestión y previniendo la	2020
		inhibición cognitiva por	
		ansiedad o frustración.	
Termómetro de	Autoconciencia y	Facilita el autorreconocimiento	Goleman,
las Emociones.	Habilidades	honesto y amplía el	2022;
	Sociales	vocabulario emocional,	Fernández y
	(comunicación)	promoviendo una	Montero,
		comunicación interpersonal	2016.
		más clara y empática.	
Diarios	Autoconciencia y	Conecta la experiencia	Álvarez,
Emocionales.	Autorregulación	inmediata con el análisis	2020; Arias
		cognitivo posterior,	Hincapié y
		fortaleciendo la relación	Paredes,
		consigo mismo y favoreciendo	2020.

la resiliencia y la toma de
decisiones.

Dinámicas	Empatía y	Obliga a los estudiantes a	<i>Bisquerra,</i>
Cooperativas.	Habilidades	colocarse en el lugar del otro y	<i>2003; Arias,</i>
	Sociales	a negociar, siendo	<i>Hincapié y</i>
	(Comunicación	fundamental para la	<i>Paredes,</i>
	asertiva,	convivencia y un aprendizaje	<i>2020.</i>
	resolución de	profundo desde diferentes	
	conflictos)	puntos de vista.	
Evaluación	Autoconciencia y	Prioriza el progreso individual	<i>Bisquerra,</i>
Formativa	Metacognición	y la reflexión, utilizando	<i>2003; ;</i>
Socioemocional.	Emocional	herramientas como diarios y	<i>CASEL, 2021</i>
		cuestionarios para fomentar la	
		reflexión sobre las propias	
		emociones.	
Uso de	Empatía,	Activan emociones positivas,	<i>Immordino,</i>
Recursos	Habilidades	fortalecen la conexión afectiva	<i>2016;</i>
Didácticos	Sociales y	y cognitiva, fomentando la	<i>Principe,</i>
Simbólicos y	Motivación	solidaridad y el compromiso	<i>2024;</i>
Experienciales.		cívico a través de la	<i>CASEL, 2021</i>

representación y la acción en
la comunidad.

Fuente: Elaboración de las autoras.

Conclusiones

El análisis desarrollado a lo largo de este ensayo reafirma la idea de que la dimensión emocional no es un complemento opcional en la educación, sino la base neurobiológica sobre la cual se sustentan los procesos de enseñanza y aprendizaje, pues al realizar el recorrido histórico desde los aportes iniciales de William James y John Dewey hasta las modernas contribuciones de Daniel Goleman y los avances en neuroeducación, se evidencia que el aprendizaje significativo está profundamente vinculado con el afecto y la experiencia vivencial, de ahí que años de investigaciones, experimentos, observaciones y análisis han hecho entender la importancia de las emociones dentro de los procesos de enseñanza y aprendizaje, permitiendo reconocer que educar va más allá de transmitir conocimientos, sino que implica formar personas integrales, conscientes de sí mismos y su sentir, capaces de gestionar sus emociones, mostrar empatía hacia los otros y afrontar con resiliencia las diversas situaciones que la vida presenta, es por ello, que las emociones son un eje central que influyen directamente en la atención, la memoria, la motivación y el rendimiento académico de los estudiantes, ya que de acuerdo con autores como Immordino y Damasio (2007) y Bisquerra (2003), educar las emociones no solo fortalece la convivencia y el bienestar, sino que también potencia el desarrollo cognitivo y la capacidad de aprendizaje significativo.

Del mismo modo, el análisis realizado permite comprender que la educación socioemocional se consolida como una estrategia pedagógica clave para el desarrollo infantil y juvenil para potenciar no solo el rendimiento académico, sino también el desarrollo integral de los estudiantes, ya que al enseñar a los niños a reconocer, gestionar y expresar sus emociones favorece no solo el clima escolar, sino también la convivencia, la motivación y la disposición hacia el aprendizaje (Arias, et., al. 2020), además, la implementación sistemática de métodos que promuevan la autorregulación emocional, la empatía, la resiliencia y las habilidades sociales resultan indispensables para consolidar comunidades educativas más humanas y solidarias. contribuyendo al bienestar emocional, al fortalecimiento de las relaciones interpersonales y a la formación de individuos conscientes y capaces de afrontar los retos sociales contemporáneos.

Así mismo, se evidencia que no basta con desarrollar en el aula actividades aisladas sin un sentido claro, por el contrario, para la integración de la educación socioemocional se requiere una acción deliberada, planificada y transversal en donde se forme a los maestros como mediadores emocionales, capaces de diseñar y aplicar recursos contextualizados, además de herramientas de evaluación que contemplen el bienestar emocional de los estudiantes (CASEL, 2021), invitando a repensar la escuela como un espacio de desarrollo socioafectivo, donde las emociones se comprendan, se gestionen y se valoren como parte integral del proceso educativo (Greenberg et al., 2017). Para ello, según Anzelin, et al. (2020), el docente se convierte en modelo y agente clave en la promoción de un clima de aula positivo y en la implementación de prácticas

pedagógicas centradas en la educación socioemocional, ya que su competencia emocional impacta directamente en la calidad de las interacciones educativas y en el desarrollo socioemocional de sus estudiantes, por lo cual, su formación debe incluir el fortalecimiento de estas competencias para garantizar una educación que promueva una formación humana integral, equitativa y justa.

De igual manera, el análisis entre emociones y procesos cognitivos revela que las emociones positivas facilitan la atención, la memoria y la motivación, mientras que estados emocionales negativos como el estrés y la ansiedad pueden inhibir dichos procesos esenciales (Anzelin, et al., 2020), por ello, resulta fundamental que los maestros integren en su práctica pedagógica estrategias que promuevan ambientes psicológicamente seguros, así como la enseñanza y el desarrollo continuo de habilidades socioemocionales a través de herramientas de evaluación socioemocional y recursos didácticos pertinentes como diarios emocionales, autoevaluaciones o dinámicas lúdicas que contribuyan a monitorear el progreso de los estudiantes para que así la educación socioemocional se convierta en una responsabilidad compartida entre escuela, los docentes y la comunidad educativa, tal como lo plantea el modelo de aprendizaje social y emocional de CASEL (2021).

En conclusión, integrar las emociones en la enseñanza es apostar por una educación más humana, inclusiva y transformadora, en donde al formar sujetos emocionalmente competentes no solo mejora el rendimiento escolar, sino que fortalece la convivencia, la salud mental y la capacidad de los estudiantes para enfrentar los retos

del siglo XXI con sensibilidad, autonomía y esperanza, de ahí que este artículo se convierte en una invitación a la comunidad educativa ya los investigadores a seguir profundizando en la integración de la educación socioemocional en todas las dimensiones del proceso educativo, reconociendo que el aprendizaje efectivo y significativo solo es posible cuando se atiende también la dimensión emocional de cada estudiante.

REFERENCIAS

- Anzelin, I., Marín, A. y Chocontá, J. (2020). Relación entre la emoción y los procesos de enseñanza aprendizaje. *Revista Sophie*, 16(1), 48-64.
<https://doi.org/10.18634/sophiaj.16v.1i.1007>
- Arias, E., Hincapie, D. y Paredes, D. (2020). *Educar para la vida: El desarrollo de las habilidades socioemocionales y el rol de los docentes*.
<https://doi.org/10.18235/0002492>
- Barrera, N. (2024). Teoría de las Inteligencias Múltiples de Gardner para el fortalecimiento del aprendizaje de las Matemáticas. *Revista docencia universitaria* 25(2), 73-82.
<https://doi.org/10.18273/revdu.v25n2-2024006>
- Bisquerra, R. (2003). Educación emocional y competencias básicas para la vida. *Revista de Investigación Educativa*, 21(1), 7-43.
https://congreso-inteligencia-emocional.com/wp-content/uploads/2018/12/Bisquerra_R_Educacion-emocional-y-competencias-2003.pdf
- CASEL (1 de julio de 2021). Fundamentos del SEL. <https://casel.org/fundamentals-of-sel/>
- Colombia aprende (26 de octubre de 2022). La importancia de las habilidades socioemocionales para el aprendizaje y la vida.
<https://www.colombiaaprende.edu.co/agenda/tips-y-orientaciones/la-importancia-de-las-habilidades-socioemocionales-para-el-aprendizaje>
- Fernández, A. y Montero, I. (2016). Aportes para la educación de la Inteligencia Emocional desde la Educación Infantil. *Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales, Niñez y Juventud* 14(1), 55-63.
<https://doi.org/http://dx.doi.org/10.11600/1692715x.1412120415>
- Goleman, D. (2022). *La inteligencia emocional: Por qué es más importante que el cociente intelectual*. EDICIONES B.

- https://www.google.com.co/books/edition/La_inteligencia_emocional/mIJJaEAAQBAJ?hl=es-419&gbpv=0
- Green, C. (1997). The Principles of Psychology William James (1890). *York University*, <https://psychclassics.yorku.ca/James/Principles/index.htm>
- Greenberg, M., Domitrovich, C., Weissberg, R. y Durlak, J. (2017). Social and emotional learning as a public health approach to education. *Primavera 2017, aprendizaje social y emocional*, 27(1), 13-32. <https://www.jstor.org/stable/i40176578>
- Immordino, (2016). *Emociones, aprendizaje y cerebro: exploración de las implicaciones educativas de la neurociencia afectiva*. WW Norton & Company. <https://psycnet.apa.org/record/2014-37480-000>
- Immordino, M. y Damasio, A. (2007). Sentimos, luego aprendemos: La relevancia de la neurociencia afectiva y social para la educación. *Mente, Cerebro y Educación*, 1(1), 3-10. <https://doi.org/10.1111/j.1751-228X.2007.00004.x>
- Meneses, N. (2023). Neuroeducación. Sólo se puede aprender aquello que se ama. *Perfiles educativos* 41(165), 210-216. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=13271595013>
- Pekrun, R. y Lichtenfeld, S. Marsh, H. y Murayama, K. (2017). Emociones de Logro y Rendimiento Académico: Modelos Longitudinales de Efectos Recíprocos. *Child Development*. 88(5), 1-42. DOI: 10.1111/cdev.12704
- Principe, A. (2024). Pedagogía social de John Dewey: filosofía para consecución educativa infantil postpandemia. *Aula Virtual* 5(11), 294-302. <https://doi.org/10.5281/zenodo.10465845>
- Tóala, J., Loor, C., Santana, A., Matínez, P., Vilela, E. y Tutiven, J. (2025). Impacto de las emociones en el rendimiento académico: un enfoque psicopedagógico. *South Florida Journal of Development*. 6(3), 01-22. <https://doi.org/10.46932/sfjdv6n3-007>
- Toledo y Bonhomme, 2019. Educación y emociones: coordinadas para una teoría Vygotskiana de los afectos. *Psicología Escolar e Educacional*. 2019, 23, 1-7. <https://www.scielo.br/j/pee/a/HNVxSVbfsMjDRqsZW3j55LR/>