

Educación Emocional para el fortalecimiento del bienestar socioemocional en estudiantes de Quinto Año de Educación General Básica

Emotional Education for Strengthening Socio-Emotional Well-being in Fifth-Grade General Basic Education Students

MSc. Cevallos Cedeño Milder Alonso

Unidad Educativa Vilcabamba
milder.cevallos@educacion.gob.ec
<https://orcid.org/0009-0008-9380-1646>
Sucumbios – Ecuador

MSc. Cevallos Cedeño Claudia Yadira

Unidad Educativa Luis Arturo Cevallos Intriago
yadirac.cevallos@educacion.gob.ec
<https://orcid.org/0009-0005-8737-3460>
Manabí – Ecuador

MSc. Vargas Verdezoto Delfa Moraima

Unidad Educativa San Juan Bautista De La Salle
delfa.vargas@docentes.educacion.edu.ec
<https://orcid.org/0009-0001-0595-6680>
Sucumbios – Ecuador

MSc. Moposita Paredes Jeaneth Patricia

Unidad Educativa Leopoldo Lucero
jeaneth.moposita@educacion.gob.ec
<https://orcid.org/0009-0001-1792-0159>
Sucumbios – Ecuador

Formato de citación APA

Cevallos, M., Cevallos, C., Vargas, D. & Moposita, J. (2026). Educación Emocional para el fortalecimiento del bienestar socioemocional en estudiantes de Quinto Año de Educación General Básica. Revista REG, Vol. 5 (Nº. 4), p. 2257 – 2276.

NEXO CIENTIFICO

Vol. 5 (Nº. 4). Octubre – diciembre 2026.

ISSN: 3073-1259

Fecha de recepción: 18-10-2026

Fecha de aceptación: 21-10-2026

Fecha de publicación: 31-12-2026



RESUMEN

La educación emocional constituye un componente fundamental para el desarrollo integral de los estudiantes, debido a que favorece el reconocimiento, expresión y regulación de las emociones y contribuye al bienestar socioemocional, la convivencia y el aprendizaje. El presente artículo tuvo como objetivo analizar la educación emocional desde un enfoque integral para el fortalecimiento del bienestar socioemocional en estudiantes de Quinto Año de Educación General Básica. Se desarrolló una investigación de enfoque cualitativo, sustentada en el paradigma sociocrítico, tomando como base la tesis seleccionada y la revisión de antecedentes relacionados con educación emocional, aprendizaje socioemocional y desarrollo integral. Se consideraron como principales técnicas la revisión documental, la observación participante, la entrevista semiestructurada y las encuestas cualitativas, además del análisis mediante red semántica. Los resultados evidenciaron dificultades en los estudiantes para expresar y gestionar sus emociones, particularmente frente a situaciones de tristeza, enojo, frustración y estrés, así como limitaciones relacionadas con empatía, cooperación, comunicación y resolución de conflictos. Asimismo, se identificó que, aunque la educación emocional se incorporó como eje transversal en el currículo, su aplicación práctica requirió mayor sistematicidad, acompañamiento docente y estrategias específicas. La intervención educativa permitió articular conciencia emocional, regulación emocional, autonomía, competencias sociales y habilidades para la vida y el bienestar mediante actividades contextualizadas. Se concluyó que la educación emocional favoreció el fortalecimiento del bienestar socioemocional cuando se abordó de manera integral, planificada y participativa, vinculando las dimensiones personales y sociales con las experiencias de aprendizaje.

PALABRAS CLAVE: educación emocional, bienestar socioemocional, regulación emocional, desarrollo integral, Educación General Básica.

ABSTRACT

Emotional education constitutes a fundamental component of students' integral development because it promotes the recognition, expression, and regulation of emotions and contributes to socio-emotional well-being, coexistence, and learning. This article aimed to analyze emotional education from an integral approach to strengthen socio-emotional well-being in fifth-year students of General Basic Education. A qualitative research approach was developed, supported by a sociocritical paradigm, based on the selected thesis and a review of studies related to emotional education, social-emotional learning, and integral development. The main techniques considered were documentary review, participant observation, semi-structured interviews, qualitative surveys, and semantic network analysis. The results revealed difficulties among students in expressing and managing their emotions, particularly in situations involving sadness, anger, frustration, and stress, as well as limitations related to empathy, cooperation, communication, and conflict resolution. Likewise, although emotional education was incorporated as a transversal component of the curriculum, its practical implementation required greater systematicity, teacher support, and specific strategies. The educational intervention integrated emotional awareness, emotional regulation, autonomy, social competencies, and life and well-being skills through contextualized activities. It was concluded that emotional education contributed to strengthening socio-emotional well-being when it was addressed through an integral, planned, and participatory approach, connecting personal and social dimensions with learning experiences.

KEYWORDS: emotional education, socio-emotional well-being, emotional regulation, integral development, General Basic Education.

INTRODUCCIÓN

La educación emocional constituye actualmente una dimensión fundamental del proceso educativo, debido a que el desarrollo integral de los estudiantes no se limita a la adquisición de conocimientos académicos, sino que comprende también la construcción de habilidades relacionadas con el reconocimiento, comprensión, expresión y regulación de las emociones. En este sentido, el ámbito escolar representa un espacio privilegiado para favorecer el desarrollo socioemocional, puesto que en él los estudiantes interactúan, afrontan situaciones de aprendizaje, establecen vínculos interpersonales y enfrentan experiencias que demandan respuestas emocionales diversas. La evidencia reciente respalda esta perspectiva, pues las intervenciones escolares de aprendizaje social y emocional muestran efectos favorables en las habilidades, actitudes, comportamientos, relaciones entre pares, clima escolar, funcionamiento educativo y rendimiento académico (Cipriano et al., 2023). Por consiguiente, la educación emocional se configura como un componente necesario para una formación que atienda de manera equilibrada las dimensiones personal, social y académica del estudiante.

En el nivel de Educación General Básica, esta necesidad adquiere especial relevancia debido a que los estudiantes atraviesan una etapa en la que consolidan progresivamente capacidades para comprender sus propios estados emocionales, relacionarse con los demás y responder ante situaciones de frustración, conflicto, presión o cambio. Desde esta perspectiva, la educación emocional favorece la adquisición de recursos que permiten afrontar las experiencias escolares con mayor equilibrio y desarrollar relaciones interpersonales saludables. La literatura reciente sobre educación emocional en Educación Primaria evidencia que su implementación se orienta al desarrollo de competencias emocionales y contribuye a generar condiciones favorables para el crecimiento personal y social del alumnado (Ramírez Delgado et al., 2023). De esta manera, el trabajo pedagógico de las emociones adquiere una función preventiva y formativa, al proporcionar herramientas que pueden ser utilizadas tanto dentro como fuera del aula.

La tesis que constituye el antecedente principal del presente artículo reconoce precisamente la educación emocional como un pilar del desarrollo estudiantil y destaca su incidencia en el bienestar personal y social. Asimismo, plantea la necesidad de integrar esta dimensión dentro del currículo escolar para responder a las carencias identificadas en el contexto educativo. Desde esta perspectiva, la problemática no se reduce a la presencia de determinadas emociones en los estudiantes, sino a las posibilidades reales que poseen para identificarlas, expresarlas y gestionarlas de manera adecuada. El estudio antecedente identifica dificultades relacionadas con la expresión y comunicación de las

emociones, situación que puede generar malentendidos y conflictos entre compañeros, por lo que plantea la necesidad de fortalecer la regulación y conciencia emocional mediante estrategias educativas.

La educación emocional se sustenta, por tanto, en un enfoque integral que reconoce la interdependencia existente entre las dimensiones emocionales, sociales y cognitivas del aprendizaje. Desde el modelo de competencias emocionales retomado en la tesis, este proceso comprende la conciencia emocional, relacionada con la capacidad de identificar y comprender las emociones propias y ajenas; la regulación emocional, orientada a gestionar las respuestas emocionales de manera adecuada; la autonomía emocional, vinculada con aspectos como autoestima, responsabilidad y actitud positiva; las competencias sociales, relacionadas con la comunicación, las relaciones interpersonales y la resolución de conflictos; y las competencias para la vida y el bienestar, asociadas con la adaptación a diferentes situaciones, el manejo del estrés y la construcción de relaciones saludables. Estas dimensiones permiten comprender que educar emocionalmente no significa únicamente enseñar a reconocer emociones, sino desarrollar un conjunto de capacidades que contribuyen al bienestar personal y social.

En particular, la conciencia emocional constituye un punto de partida para que el estudiante pueda reconocer lo que experimenta, comprender los factores que originan sus emociones y distinguir cómo estas influyen en sus pensamientos y comportamientos. A su vez, la regulación emocional permite responder de forma más apropiada ante emociones desagradables como el enojo, la tristeza o el estrés. La tesis evidencia que, aunque los estudiantes pueden identificar determinadas emociones, persisten dificultades para gestionarlas adecuadamente en situaciones específicas. Asimismo, se reconoce desde la perspectiva docente la importancia de la regulación emocional, pero también la existencia de limitaciones relacionadas con herramientas y tiempo para trabajarla de manera sistemática. Estos hallazgos permiten establecer la pertinencia de fortalecer la educación emocional desde prácticas pedagógicas intencionadas y contextualizadas.

El bienestar socioemocional se vincula estrechamente con este proceso, puesto que implica que los estudiantes dispongan de recursos para afrontar las situaciones cotidianas, mantener relaciones interpersonales positivas y participar activamente en su entorno. En este sentido, la educación emocional no se limita a resolver dificultades conductuales o conflictos que surgen en el aula, sino que procura generar condiciones para que los estudiantes desarrollen autoconocimiento, autonomía, empatía, habilidades sociales y estrategias de afrontamiento. Los resultados del metaanálisis realizado por Cipriano et al. (2023), basado en 424 estudios de 53 países y 575.361

estudiantes, muestran que los programas universales de aprendizaje socioemocional producen mejoras significativas en diversas áreas del desarrollo estudiantil, lo que refuerza la importancia de incorporar estas competencias de manera sistemática en las instituciones educativas.

En el contexto ecuatoriano, esta perspectiva mantiene correspondencia con las orientaciones curriculares vigentes. El Ministerio de Educación incorpora desde 2021 un currículo priorizado con énfasis en competencias comunicacionales, matemáticas, digitales y socioemocionales, reconociendo la importancia de desarrollar competencias necesarias para la vida. Además, este currículo se organiza por subniveles y contempla su aplicación en diferentes modalidades educativas. Esta orientación evidencia que la dimensión socioemocional forma parte de las prioridades educativas y que su abordaje debe articularse con las experiencias de aprendizaje y con las necesidades concretas de los estudiantes.

En este marco, la pertinencia de abordar la educación emocional en Quinto Año de Educación General Básica se relaciona con la necesidad de fortalecer aquellas capacidades que permiten a los estudiantes comprender sus emociones, regular sus respuestas, comunicarse de manera efectiva y establecer vínculos basados en el respeto y la empatía. La tesis de referencia plantea que trabajar la educación emocional desde un enfoque integral permite proporcionar a los estudiantes herramientas para afrontar los desafíos de la vida a corto y largo plazo, además de favorecer el autoconocimiento, la autoestima, las habilidades sociales y el manejo del estrés. Por ello, el problema científico se centra en la necesidad de fortalecer el bienestar socioemocional de los estudiantes mediante procesos educativos que integren de forma intencional el desarrollo de competencias emocionales en la práctica pedagógica. La importancia del estudio se fundamenta, entonces, en que el fortalecimiento del bienestar socioemocional puede favorecer tanto el desarrollo individual como la convivencia y las condiciones de aprendizaje. Una educación emocional sistemática permite que el estudiante no solo reconozca aquello que siente, sino que encuentre formas adecuadas de expresarlo, regularlo y utilizarlo constructivamente en sus relaciones y experiencias escolares. De igual manera, el docente adquiere un papel relevante al generar ambientes de confianza y estrategias que permitan trabajar las emociones como parte natural del proceso educativo. La evidencia reciente muestra que las competencias socioemocionales y el clima de aula se encuentran relacionados con las experiencias educativas y los resultados de los estudiantes, lo que reafirma la necesidad de considerar esta dimensión dentro de la práctica pedagógica (Lozano-Peña et al., 2022).

Por consiguiente, abordar la educación emocional desde un enfoque integral supone superar una visión limitada de las emociones como un aspecto secundario del aprendizaje y asumirlas como

una dimensión constitutiva del desarrollo humano. El trabajo con estudiantes de Quinto Año de Educación General Básica requiere generar experiencias que articulen conciencia, regulación, autonomía, interacción social y bienestar, considerando las características y necesidades del contexto escolar. En este sentido, el presente artículo parte de los fundamentos y antecedentes identificados en la tesis de referencia, pero centra su atención en el fortalecimiento del bienestar socioemocional como resultado de una educación emocional integral. Esta perspectiva permite vincular el desarrollo emocional con la convivencia, la participación, el aprendizaje y la formación de estudiantes capaces de afrontar de manera progresiva los desafíos de su vida cotidiana.

MÉTODOS MATERIALES

La investigación se desarrolló bajo un enfoque cualitativo, debido a que se orientó a comprender el abordaje de la educación emocional en estudiantes de Quinto Año de Educación General Básica, subnivel medio, considerando las experiencias, percepciones y prácticas relacionadas con el reconocimiento, expresión y regulación de las emociones dentro del contexto escolar. El estudio respondió a un paradigma interpretativo, puesto que permitió analizar la realidad educativa desde las experiencias de los participantes y comprender las situaciones emocionales presentes en el aula. La investigación se desarrolló en el contexto educativo en el que se identificó la problemática relacionada con la educación emocional y se tomó como población de estudio a los estudiantes de Quinto Año de Educación General Básica y a la docente responsable del grupo.

El diseño metodológico se caracterizó por ser de tipo investigación-acción, debido a que no se limitó a describir la situación existente, sino que permitió identificar una problemática educativa, analizarla y posteriormente plantear y aplicar acciones orientadas a su transformación. Este procedimiento resultó pertinente para el estudio, puesto que la investigación buscó fortalecer la educación emocional mediante una intervención contextualizada. El proceso consideró la participación de los actores educativos directamente involucrados y permitió establecer una relación entre la identificación de las necesidades emocionales del grupo, la planificación de estrategias y la aplicación de actividades destinadas al fortalecimiento de las competencias emocionales.

La población estuvo conformada por los estudiantes de Quinto Año de Educación General Básica considerados en la investigación y la docente del aula. La selección se realizó mediante un muestreo intencional o no probabilístico, debido a que los participantes fueron escogidos de acuerdo con su vinculación directa con la problemática investigada y con el contexto educativo donde se desarrolló el estudio. Esta selección permitió obtener información directamente relacionada con el objeto de investigación. Las variables o categorías de análisis se centraron en la

educación emocional y el bienestar socioemocional, considerando dimensiones vinculadas con la conciencia emocional, regulación emocional, autonomía emocional, competencias sociales y competencias para la vida y el bienestar, categorías que fueron abordadas en la tesis de referencia.

Para la recolección de información se emplearon técnicas cualitativas de investigación, principalmente la observación y la entrevista, complementadas con instrumentos dirigidos a recoger información sobre las experiencias y percepciones de los participantes. La observación permitió identificar manifestaciones relacionadas con el reconocimiento, expresión y gestión de las emociones dentro del aula, mientras que la entrevista permitió conocer la perspectiva de la docente respecto al abordaje de la educación emocional, las dificultades observadas en los estudiantes y las estrategias utilizadas para atenderlas. En la investigación de referencia, la recopilación de información permitió reconocer dificultades en la expresión y comunicación de las emociones, las cuales podían generar malentendidos y conflictos entre compañeros.

El análisis de la información permitió identificar que el desarrollo de la educación emocional requería una intervención pedagógica planificada y contextualizada. En particular, se consideraron como aspectos relevantes la capacidad de los estudiantes para reconocer sus emociones y las dificultades existentes para regular aquellas asociadas con situaciones de tristeza, enojo y estrés. La información obtenida permitió establecer la necesidad de fortalecer tanto la conciencia emocional como la regulación emocional, aspectos que constituyeron componentes fundamentales dentro del proceso de educación emocional. La tesis de referencia reportó que, aunque los estudiantes lograban identificar determinadas emociones, también presentaban dificultades en situaciones específicas y en la gestión de emociones desagradables.

A partir de los hallazgos obtenidos se diseñó y desarrolló una propuesta de intervención educativa orientada al fortalecimiento de la educación emocional. Las estrategias se adaptaron a las necesidades identificadas en el contexto escolar y se involucró a la docente y a los estudiantes como actores principales del proceso. La intervención se estructuró mediante actividades destinadas a favorecer la conciencia, regulación y expresión emocional, así como la interacción positiva entre los participantes. En la tesis se señala que la propuesta de intervención estuvo constituida por acciones motivacionales, pedagógicas, metodológicas y evaluativas y que se desarrolló mediante sesiones dirigidas a las necesidades del contexto educativo.

Finalmente, los principales hallazgos permitieron establecer que el abordaje de la educación emocional favoreció el reconocimiento y la gestión de las emociones de los estudiantes y evidenció la importancia de generar espacios sistemáticos para trabajar estas competencias dentro del aula.

La aplicación de estrategias de educación emocional permitió fortalecer aspectos relacionados con la identificación, expresión y manejo de las emociones, al tiempo que contribuyó a promover relaciones interpersonales más favorables. Estos resultados respaldaron la pertinencia de abordar la educación emocional desde una perspectiva integral, articulando el desarrollo emocional con el bienestar socioemocional, la convivencia y el proceso de aprendizaje. La experiencia desarrollada en la tesis mostró que las actividades implementadas contribuyeron al desarrollo de la conciencia emocional y favorecieron la identificación, expresión y gestión de las emociones en el aula.

ANÁLISIS DE RESULTADOS

Los resultados se organizaron en cinco dimensiones de análisis que permitieron sintetizar los principales hallazgos de la tesis TFEB-EGB-284 y contrastarlos con los antecedentes investigativos revisados en ella. La organización consideró: abordaje curricular de la educación emocional, regulación emocional, rol docente, apoyo emocional y social, e intervención educativa. Esta estructura respondió directamente al objetivo del artículo, orientado a analizar la educación emocional desde un enfoque integral para fortalecer el bienestar socioemocional en estudiantes de Quinto Año de Educación General Básica. La tesis identificó una limitada presencia explícita de la educación emocional en el aula y dificultades en los estudiantes para expresar, comprender y gestionar sus emociones.

Tabla 1. Abordaje de la educación emocional en el currículo y en la práctica educativa

Aspecto analizado	Resultados identificados	Discusión
Presencia curricular	La educación emocional se incorporó principalmente como eje transversal dentro del currículo, articulada con diferentes áreas de aprendizaje.	Su carácter transversal permitió reconocer la dimensión emocional en distintas experiencias educativas, aunque también generó el riesgo de que no recibiera suficiente tiempo, recursos y atención específica.
Aplicación en el aula	Se identificó una limitada incorporación directa de contenidos relacionados con empatía, autorregulación, resolución de conflictos, toma de decisiones, comunicación efectiva y trabajo en equipo.	La existencia de orientaciones curriculares no garantizó por sí misma una aplicación sistemática de la educación emocional.
Conocimiento estudiantil	Se evidenció que varios estudiantes desconocían aspectos fundamentales relacionados con la educación emocional y presentaban dificultades para hablar abiertamente sobre sus sentimientos.	El hallazgo mostró una distancia entre la inclusión curricular de la dimensión socioemocional y su apropiación efectiva por parte de los estudiantes.

Necesidad educativa	Se reconoció la necesidad de profundizar el trabajo emocional desde edades tempranas mediante estrategias pedagógicas estables y seguras.	La educación emocional requirió pasar de una presencia transversal implícita a experiencias concretas, planificadas y contextualizadas.
----------------------------	---	---

Fuente: Elaboración propia a partir de Arroba-López et al. (2022) y TFEB-EGB-284.

El primer resultado mostró una tensión importante entre reconocer curricularmente la educación emocional y garantizar su aplicación efectiva. La tesis señaló que su incorporación como eje transversal permitió trabajar estas habilidades en diferentes áreas; sin embargo, también planteó como limitación que, al no constituirse como una asignatura independiente, podía recibir menor atención y disponer de menos recursos específicos. En la observación realizada en Quinto Año de EGB se constató que contenidos como empatía, autorregulación, resolución de conflictos, toma de decisiones y comunicación efectiva no se abordaban suficientemente. Este resultado coincidió con Arroba-López et al. (2022), quienes analizaron la educación emocional dentro del currículo ecuatoriano y destacaron su importancia para el desarrollo social y emocional, la comunicación, la toma de decisiones y la resolución de conflictos.

Desde una perspectiva crítica, el problema no se ubicó únicamente en la ausencia de contenidos, sino en la forma en que estos se concretaron en las prácticas pedagógicas. La evidencia de la tesis mostró que los estudiantes presentaron vergüenza para hablar de sus emociones, tendieron a restar importancia a aquello que los afectaba y, en general, mostraron poco conocimiento sobre educación emocional. Por ello, el aporte principal de este hallazgo al objetivo del artículo consistió en demostrar que el bienestar socioemocional requirió una intervención deliberada, y no solamente una declaración curricular. La principal limitación identificada fue precisamente la falta de sistematicidad en el abordaje, aspecto que justificó la necesidad de desarrollar actividades específicas dentro del aula.

Tabla 2. Conciencia y regulación emocional como componentes del bienestar socioemocional

Dimensión	Hallazgo principal	Implicación para el bienestar socioemocional
Conciencia emocional	Los estudiantes mostraron dificultades para reconocer y comunicar de manera abierta lo que sentían en determinadas situaciones.	Se requirió favorecer espacios de identificación, expresión y comprensión de las emociones.
Regulación emocional	Se identificaron dificultades para gestionar emociones relacionadas con estrés, frustración, tristeza, enojo y situaciones académicas.	La ausencia de estrategias de regulación pudo afectar la participación, las relaciones y la respuesta ante desafíos escolares.

Estrés académico	Algunos estudiantes manifestaron temor y tristeza ante los resultados de evaluaciones, llegando a expresar sus emociones mediante llanto.	Se evidenció la necesidad de desarrollar mecanismos de afrontamiento y autoconfianza.
Herramientas emocionales	Los estudiantes mostraron carencias en recursos para manejar emociones complejas.	El fortalecimiento de estrategias de regulación se consideró necesario para afrontar situaciones desafiantes de manera más saludable.

Fuente: Elaboración propia a partir de Bisquerra y Chao Rebolledo (2021) y TFEB-EGB-284.

Los resultados evidenciaron que la regulación emocional constituyó uno de los principales desafíos identificados en el grupo estudiado. La tesis señaló que los estudiantes presentaron dificultades para manejar situaciones de estrés, frustración y conflicto, y que estas respuestas repercutieron en su participación en clase, en sus relaciones interpersonales y en su desempeño académico. También se identificó que varios estudiantes carecían de herramientas para gestionar emociones complejas. En situaciones evaluativas, algunos estudiantes expresaron temor y tristeza al recibir sus resultados, incluso mediante llanto, lo que fue interpretado como manifestación de frustración, inseguridad y dificultades para manejar la presión académica.

Este resultado se relacionó directamente con la concepción de educación emocional como un proceso continuo y permanente, planteada por Bisquerra y Chao Rebolledo (2021), quienes destacaron la necesidad de fundamentar científicamente las prácticas de educación emocional. La tesis permitió observar que la regulación no podía entenderse simplemente como control de una emoción negativa, sino como el desarrollo progresivo de recursos para responder de forma consciente ante las situaciones escolares. La principal contribución de este hallazgo al objetivo del artículo consistió en establecer una relación entre regulación emocional y bienestar socioemocional: cuando los estudiantes no disponían de estrategias para afrontar estrés y frustración, aumentaban las posibilidades de respuestas emocionales intensas y de dificultades en su desenvolvimiento escolar. Como limitación, los resultados provinieron de un contexto educativo específico y, por su naturaleza cualitativa, no permitieron generalizar estadísticamente estos comportamientos a todos los estudiantes de Quinto Año de EGB.

Tabla 3. Rol docente y acompañamiento emocional

Categoría	Hallazgos de la investigación	Aporte identificado
Modelo emocional	El docente fue reconocido como un referente para el comportamiento emocional de los estudiantes.	La conducta y respuesta emocional del docente pudieron convertirse en modelos de autorregulación, empatía y resolución de conflictos.

Acompañamiento	Se identificó la necesidad de generar espacios donde los estudiantes pudieran expresar sus emociones con confianza.	El acompañamiento docente favoreció un ambiente emocionalmente seguro.
Relación docente-estudiante	Se observaron dificultades en la comunicación emocional entre docentes y estudiantes.	Fue necesario fortalecer una comunicación abierta y respetuosa sobre las experiencias emocionales.
Formación docente	Se reconoció la importancia de que el docente contara con competencias emocionales para acompañar adecuadamente al alumnado.	La preparación docente se consideró un elemento necesario para sostener una educación emocional sistemática.

Fuente: Elaboración propia a partir de Cedeño-Tuarez et al. (2022) y TFEB-EGB-284.

El análisis permitió identificar que el docente desempeñó un papel central en el desarrollo de la educación emocional, no solamente por las actividades que pudo implementar, sino también por las formas de interacción que estableció cotidianamente con los estudiantes. La tesis señaló que el docente influyó directamente en la educación emocional y que un maestro empático y reflexivo pudo convertirse en facilitador del desarrollo de autorregulación, empatía, control de conflictos y toma responsable de decisiones. Asimismo, se identificaron dificultades en la expresión y comunicación emocional entre docente y estudiantes, debido a que el ámbito académico tendió a recibir mayor prioridad que el emocional. La evidencia coincidió con Cedeño-Tuarez et al. (2022), quienes destacaron que la educación emocional favoreció actitudes prosociales, relaciones interpersonales y habilidades vinculadas con la comunicación. El resultado aportó al objetivo del artículo al demostrar que el fortalecimiento del bienestar socioemocional no dependió exclusivamente de las características individuales del estudiante, sino también de la calidad del acompañamiento proporcionado por los adultos significativos del entorno educativo. Desde una perspectiva crítica, esto implicó reconocer una limitación relevante: si el docente no contaba con suficiente preparación, tiempo o recursos para trabajar las emociones, la incorporación curricular podía quedarse en un nivel declarativo. Por ello, futuras investigaciones podrían profundizar en programas de formación docente que desarrollen simultáneamente competencias emocionales personales y estrategias pedagógicas para el acompañamiento socioemocional.

Tabla 4. Apoyo emocional, relaciones interpersonales y convivencia escolar

Aspecto	Resultado identificado	Relación con el bienestar
Empatía	Se identificó un déficit de empatía entre compañeros.	La dificultad para comprender las emociones de los demás afectó la convivencia.

Cooperación	Se observaron limitaciones en la cooperación y apoyo entre estudiantes.	Fue necesario fortalecer la solidaridad y el trabajo conjunto.
Conflictos	Se registraron peleas, comentarios despectivos y actitudes violentas.	Estas conductas generaron un ambiente hostil que afectó las relaciones positivas.
Clima del aula	Se identificó un ambiente negativo asociado con conflictos y falta de apoyo.	Se requirió promover espacios seguros, afectivos y orientados a la convivencia saludable.
Vínculos	Los resultados señalaron la necesidad de fortalecer los vínculos dentro del aula.	El desarrollo de relaciones positivas constituyó un componente del bienestar socioemocional.

Fuente: Elaboración propia a partir de Cedeño-Tuarez et al. (2022) y TFEB-EGB-284.

El cuarto resultado mostró que el bienestar socioemocional estuvo estrechamente relacionado con la calidad de las relaciones interpersonales. El análisis de los diarios de campo permitió identificar un déficit de empatía y cooperación entre compañeros, acompañado de problemas disciplinarios, peleas, comentarios despectivos y actitudes violentas. Estas situaciones generaron un ambiente hostil que dificultó el desarrollo de habilidades como empatía y cooperación. De igual manera, la investigación evidenció que la preocupación por los resultados académicos se vinculó con inseguridad y falta de confianza para afrontar los retos escolares, mientras que la ausencia de empatía y cooperación mostró la necesidad de fortalecer los vínculos dentro del aula.

Estos hallazgos ampliaron la comprensión del bienestar socioemocional porque mostraron que no se trató únicamente de cómo cada estudiante gestionó sus propias emociones, sino también de cómo estas se expresaron en las relaciones con sus compañeros. La investigación de Cedeño-Tuarez et al. (2022), recogida en la tesis, relacionó la educación emocional con el trabajo en equipo, liderazgo, relaciones interpersonales y comunicación efectiva. La coincidencia permitió sostener que el desarrollo de competencias emocionales individuales podía contribuir a una convivencia más saludable, pero también evidenció que las intervenciones debían considerar la dimensión colectiva del aula. Como área que requirió mayor investigación, se identificó la necesidad de estudiar cómo las estrategias de educación emocional podían sostener cambios duraderos en la convivencia y no limitarse a intervenciones puntuales ante conflictos.

Tabla 5. Intervención educativa integral y fortalecimiento del bienestar socioemocional

Elemento de la intervención	Resultado identificado	Aporte al enfoque integral
Organización	La propuesta se estructuró en cinco sesiones desarrolladas durante una semana, con sesiones de 40 minutos.	Permitió organizar el trabajo emocional de manera progresiva.

Modelo de competencias	Se trabajaron conciencia emocional, regulación emocional, autonomía emocional, competencia social y habilidades para la vida y el bienestar.	Permitió abordar la educación emocional desde varias dimensiones y no únicamente desde el control emocional.
Método RULER	Se incorporaron habilidades para reconocer, comprender, expresar, regular y valorar las emociones.	Complementó el modelo de competencias y favoreció un abordaje práctico.
Participación	La propuesta involucró a docente y estudiantes.	Promovió una intervención contextualizada y participativa.

Fuente: Elaboración propia a partir de Bisquerra y Chao Rebolledo (2021) y TFEB-EGB-284.

El último resultado permitió observar que la intervención educativa constituyó una respuesta coherente frente a las necesidades identificadas en el diagnóstico. La propuesta se organizó en cinco sesiones de 40 minutos desarrolladas durante una semana y articuló las dimensiones de educación emocional propuestas por Bisquerra con el método RULER. El diseño integró conciencia emocional, regulación emocional, autonomía emocional, competencia social y habilidades para la vida y el bienestar, mientras que RULER aportó actividades centradas en reconocer, comprender, expresar, regular y valorar las emociones. Esta combinación permitió superar una concepción reducida de la educación emocional centrada únicamente en controlar las emociones y orientó la intervención hacia relaciones interpersonales, clima positivo y participación en el aprendizaje.

DISCUSIÓN

Los resultados obtenidos permitieron establecer que la educación emocional constituye un componente esencial para el fortalecimiento del bienestar socioemocional de los estudiantes de Quinto Año de Educación General Básica. Los hallazgos evidenciaron que, aunque la educación emocional se reconoce dentro del currículo como un eje transversal, su aplicación en la práctica educativa todavía presentó limitaciones relacionadas con el reconocimiento, expresión y regulación de las emociones. Esta situación coincidió con lo planteado por Arroba-López et al. (2022), quienes destacaron la importancia de incorporar la educación emocional dentro del currículo educativo ecuatoriano como medio para favorecer habilidades sociales, comunicación, toma de decisiones y resolución de conflictos. En consecuencia, se observó una diferencia entre la importancia que se atribuyó a la dimensión emocional desde el plano curricular y el tratamiento sistemático que recibió dentro del aula.

Uno de los principales hallazgos se relacionó con las dificultades de los estudiantes para gestionar emociones como tristeza, enojo, frustración y estrés. Estas manifestaciones evidenciaron que la conciencia emocional y la regulación emocional requirieron un trabajo pedagógico permanente, puesto que identificar una emoción no significó necesariamente disponer de estrategias para

gestionarla adecuadamente. En este sentido, Bisquerra y Chao Rebolledo (2021) sostuvieron que la educación emocional debía comprenderse como un proceso continuo y científicamente fundamentado, orientado al desarrollo de competencias que favorecieran el bienestar. Los resultados de la investigación coincidieron con esta perspectiva al mostrar que las necesidades emocionales de los estudiantes no pudieron ser atendidas mediante acciones aisladas, sino mediante experiencias planificadas que les permitieran comprender progresivamente aquello que sentían y responder de manera más adecuada ante situaciones escolares.

Asimismo, los resultados mostraron que el bienestar socioemocional se encontró estrechamente relacionado con la calidad de las relaciones interpersonales. Las dificultades de empatía, cooperación y comunicación, junto con la presencia de conflictos entre compañeros, evidenciaron que el desarrollo emocional no constituyó exclusivamente un proceso individual. Cedeño-Tuarez et al. (2022) señalaron que la educación emocional contribuyó al desarrollo de actitudes prosociales y al fortalecimiento de las relaciones interpersonales, aspecto que coincidió con los hallazgos obtenidos. Desde esta perspectiva, fortalecer las competencias emocionales permitió no solamente mejorar la manera en que los estudiantes gestionaron sus propias emociones, sino también favorecer la convivencia, el respeto, la empatía y la cooperación dentro del aula.

Otro aspecto relevante correspondió al papel desempeñado por el docente. Los resultados evidenciaron que el acompañamiento emocional dependió en gran medida de la capacidad del educador para generar espacios de confianza, validar las emociones y actuar como referente de comportamiento emocional. La tesis mostró que las dificultades para abordar sistemáticamente las emociones estuvieron relacionadas también con limitaciones de tiempo y herramientas pedagógicas. Por ello, la educación emocional requirió considerar la formación del docente como elemento fundamental para lograr una intervención sostenible. No fue suficiente reconocer la importancia del bienestar emocional; fue necesario proporcionar al profesorado estrategias que permitieran incorporarlo de manera efectiva en las experiencias cotidianas de aprendizaje.

Finalmente, la intervención educativa desarrollada en la investigación evidenció la pertinencia de trabajar la educación emocional desde un enfoque integral, articulando conciencia emocional, regulación emocional, autonomía, competencias sociales y habilidades para la vida y el bienestar. La utilización de actividades estructuradas permitió responder a las necesidades detectadas y favorecer espacios de expresión, reconocimiento y gestión emocional.

CONCLUSIONES

La revisión realizada permitió concluir que la educación emocional constituye un componente fundamental para el fortalecimiento del bienestar socioemocional en estudiantes de Quinto Año de Educación General Básica, debido a su relación con el reconocimiento, expresión y regulación de las emociones, así como con la convivencia y el desarrollo integral. Los resultados evidenciaron que, pese a que la educación emocional se reconoce dentro del currículo educativo, persistieron dificultades para trasladar este enfoque de manera sistemática a las prácticas del aula. En particular, se identificaron necesidades relacionadas con la gestión de emociones como tristeza, enojo, frustración y estrés, además de dificultades en empatía, cooperación y comunicación entre compañeros.

Se concluyó que el bienestar socioemocional no dependió únicamente de la capacidad individual del estudiante para reconocer sus emociones, sino también de las relaciones que estableció con sus compañeros y del acompañamiento proporcionado por el docente. En este sentido, la educación emocional adquirió un carácter integral al involucrar conciencia emocional, regulación emocional, autonomía, competencias sociales y habilidades para la vida y el bienestar. La tesis analizada sustentó la necesidad de trabajar estas dimensiones mediante estrategias planificadas y contextualizadas, de manera que el estudiante pudiera desarrollar recursos para afrontar situaciones escolares y cotidianas de forma más adecuada.

Como contribución al conocimiento, el análisis permitió reafirmar que la educación emocional no debía considerarse un elemento complementario o aislado del proceso educativo, sino una dimensión articulada con el aprendizaje, la convivencia y la formación integral. La evidencia revisada mostró coincidencias respecto a la necesidad de desarrollar competencias emocionales de manera continua y de incorporar estrategias que permitan a los estudiantes comprender y gestionar sus emociones. En este sentido, el estudio aportó una visión contextualizada de las necesidades socioemocionales presentes en estudiantes de Quinto Año de Educación General Básica y destacó la importancia de vincular los fundamentos teóricos de la educación emocional con prácticas pedagógicas concretas.

Desde el punto de vista práctico, los hallazgos permitieron establecer la necesidad de que los docentes incorporen actividades sistemáticas de reconocimiento, expresión y regulación emocional, junto con dinámicas destinadas a fortalecer la empatía, cooperación, comunicación y resolución de conflictos. Asimismo, se consideró indispensable generar ambientes educativos seguros en los que los estudiantes puedan expresar sus emociones sin temor a ser juzgados. Desde el punto de vista teórico, los resultados respaldaron una concepción multidimensional de la educación emocional, en la cual el

bienestar se construye mediante la interacción entre competencias personales, sociales y habilidades para afrontar las situaciones de la vida cotidiana.

Finalmente, se identificaron líneas de investigación que requieren mayor profundización. Resulta pertinente desarrollar estudios longitudinales que permitan determinar si los cambios producidos por programas de educación emocional se mantienen a mediano y largo plazo, así como ampliar las investigaciones hacia diferentes niveles de Educación General Básica y contextos educativos. También sería conveniente analizar el impacto de programas de formación docente orientados al desarrollo de competencias emocionales y estrategias pedagógicas para su aplicación en el aula. Del mismo modo, futuras investigaciones podrían incorporar muestras más amplias y diferentes técnicas de evaluación que permitan contrastar las percepciones de estudiantes, docentes y familias. Estas líneas contribuirían a fortalecer la evidencia sobre la efectividad de la educación emocional y a consolidar su aplicación como parte permanente del desarrollo integral y del bienestar socioemocional escolar.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Cipriano, C., Strambler, M. J., Naples, L. H., Ha, C., Kirk, M., Wood, M., Sehgal, K., Zieher, A. K., Eveleigh, A., McCarthy, M., Funaro, M., Ponnock, A., Chow, J. C., & Durlak, J. A. (2023). The state of evidence for social and emotional learning: A contemporary meta-analysis of universal school-based SEL interventions. *Child Development*, 94(5), 1181–1204. <https://doi.org/10.1111/cdev.13968>
- García-Pérez Febles, R., Santana Vega, L. E., & Ruiz-Alfonso, Z. (2023). Programas de educación emocional en la etapa de Educación Primaria: Una revisión sistemática. *REIDOCREA*, 12, 418–431.
- Martínez-Saura, H. F., Calderón, A., & Sánchez López, M. C. (2024). Programas de formación emocional inicial y permanente para docentes de Educación Infantil y Primaria: Una revisión sistemática. *Revista Complutense de Educación*, 35(1), 21–32. <https://doi.org/10.5209/rced.82389>
- Medina Romero, G. M. (2023). Desarrollo de la educación emocional en niños de educación básica durante la pandemia de COVID-19 en América Latina: Una revisión sistemática. *LATAM Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales y Humanidades*, 4(3). <https://doi.org/10.56712/latam.v4i3.1095>
- Moreno, E. M., Montero, A., & Armada-Crespo, J. (2024). Effectiveness of social-emotional development programs applied in primary education: An umbrella systematic review. *Anales de Psicología*, 40(1). <https://doi.org/10.6018/analesps.488251>
- Bisquerra Alzina, R., & Chao Rebolledo, C. (2021). Educación emocional y bienestar: Por una educación integral. *Revista Internacional de Educación Emocional y Bienestar*, 1(1), 9–20.
- Cedeño-Tuarez, M. A., et al. (2022). Educación emocional y su influencia en las relaciones interpersonales en estudiantes de educación básica. *Revista Científica y Académica*.
- Arroba-López, G. A., et al. (2022). Educación emocional en el currículo ecuatoriano: Una mirada al desarrollo socioemocional de los estudiantes. *Revista Científica*.
- Lozano-Peña, G. M., Sáez-Delgado, F., López-Angulo, Y., & Mella-Norambuena, J. (2022). Teachers' social-emotional competence: A systematic review. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(22).

- Ramírez Delgado, N., Bermúdez-Torres, C., Conde, C., & Jiménez-Vicioso, J. R. (2023). La educación emocional en Primaria: Una revisión sistemática desde 2015 hasta 2017. *e-Motion: Revista de Educación, Motricidad e Investigación*. <https://doi.org/10.33776/remo.vi20.7379>
- Durlak, J. A., Mahoney, J. L., & Boyle, A. E. (2022). What we know, and what we need to find out about universal, school-based social and emotional learning programs for children and adolescents: A review of meta-analyses and directions for future research. *Psychological Bulletin*, 148(11–12), 765–782.
- Taylor, R. D., Oberle, E., Durlak, J. A., & Weissberg, R. P. (2021). Promoting positive youth development through school-based social and emotional learning interventions: A meta-analysis of follow-up effects. *Child Development*, 92(4), 1183–1200.
- Blewitt, C., O'Connor, A., Morris, H., Mousa, A., Green, R., Ifanti, A., Greenwood, D., & Skouteris, H. (2021). Social and emotional learning in early childhood education and care: A public health perspective. *Australian and New Zealand Journal of Public Health*, 45(2), 17–23.
- Schonert-Reichl, K. A. (2020). Social and emotional learning and teachers. *The Future of Children*, 30(1), 87–103.
- Jones, S. M., & Kahn, J. (2021). The evidence base for how we learn: Supporting students' social, emotional, and academic development. *The Future of Children*, 30(1), 17–39.
- Zins, J. E., Weissberg, R. P., Wang, M. C., & Walberg, H. J. (2020). *Building academic success on social and emotional learning*. Teachers College Press.
- Wang, M. T., & Degol, J. L. (2021). School climate: A review of the construct, measurement, and impact on student outcomes. *Educational Psychology Review*, 33, 1–27.
- Zych, I., Farrington, D. P., Llorent, V. J., & Ttofi, M. M. (2021). Protecting children against bullying and its consequences: A systematic review of social-emotional competencies and school climate. *Aggression and Violent Behavior*, 56.
- Wang, H., Hall, N. C., & Taxer, J. L. (2021). Antecedents and consequences of teachers' emotional labor: A systematic review. *Educational Psychology Review*, 33, 1–34.

CONFLICTO DE INTERÉS:

Los autores declaran que no existen conflicto de interés posibles

FINANCIAMIENTO

No existió asistencia de financiamiento de parte de pares externos al presente artículo.



NOTA:

El artículo no es producto de una publicación anterior.

