

Aprender con el corazón: la Influencia de las emociones en el aula de Educación Infantil y Primaria

María José García Fernández
ISEN. Centro adscrito a Universidad de Murcia

Recibido: 30 de mayo de 2024

Aceptado: 19 de julio de 2024

Resumen

El desarrollo emocional juega un papel fundamental en el aprendizaje y el bienestar de los estudiantes en las etapas de educación infantil y primaria. Este estudio analiza la influencia de las emociones en el aula, explorando cómo la educación socioemocional y la regulación emocional pueden impactar en el rendimiento académico, la resolución de conflictos y la interacción social. A través de una revisión documental y un cuestionario aplicado a docentes, se identificó una relación estrecha entre la educación emocional y la motivación, el clima escolar y la gestión del estrés. Los resultados destacan la necesidad de integrar estrategias emocionales dentro del currículo escolar, así como la importancia de la formación docente en este ámbito. Se concluye que un enfoque educativo que contemple el desarrollo emocional como parte esencial del aprendizaje contribuye significativamente a la formación integral del alumnado.

Palabras clave: educación emocional, regulación emocional, inteligencia emocional, educación infantil, educación primaria, clima escolar.

Abstract

Emotional development plays a fundamental role in student learning and well-being in early childhood and primary education. This study examines the influence of emotions in the classroom, exploring how socio-emotional education and emotional regulation can impact academic performance, conflict resolution, and social interaction. Through a literature review and a questionnaire administered to teachers, a close relationship was identified between emotional education and motivation, school climate, and stress management. The results highlight the need to integrate emotional strategies into the school curriculum, as well as the importance of teacher training in this area. The study concludes that an educational approach that considers emotional development as an essential part of learning significantly contributes to students' comprehensive education.

Keywords: emotional education, emotional regulation, emotional intelligence, early childhood education, primary education, school climate.

MARCO TEÓRICO

La educación emocional (*Bisquerra, 2020*) es un proceso educativo continuo y permanente, puesto que debe estar presente a lo largo de todo el currículum académico y en la formación permanente a lo largo de toda la vida. La educación emocional tiene un enfoque del ciclo vital. A lo largo de toda la vida se pueden producir conflictos que afectan al estado emocional y que requieren una atención psicopedagógica.

Las emociones juegan un papel fundamental en el desarrollo y el aprendizaje de los niños, especialmente en las etapas de la Educación, tanto infantil como primaria. A lo largo del curso escolar, los estudiantes desarrollan habilidades sociales, cognitivas y emocionales así como resolución de problemas, que influyen en su bienestar y en su capacidad para afrontar los desafíos del entorno escolar y, también, de la vida cotidiana (*Hernández et al., 2024*).

Por tanto, las emociones son identificadas como pilares fundamentales para la construcción de la personalidad y las interacciones sociales desde edades tempranas. La gestión emocional favorece el desarrollo de habilidades como la resolución de conflictos, el pensamiento crítico y las actitudes prosociales, esenciales tanto dentro como fuera del aula (*Herndon et al., 2013; Trujillo González et al., 2020*).

El objetivo de este trabajo es proporcionar una introducción a una investigación documental del impacto de las emociones en el aprendizaje y en el logro de los estudiantes. Tener una mayor comprensión de cómo las emociones influyen en el aprendizaje y el logro de las mismas permite a los estudiantes a desarrollar mejores estrategias de aprendizaje y de conducta.

Las emociones en el desarrollo infantil

Las emociones son respuestas psicofisiológicas a estímulos internos y externos que se manifiestan a través de cambios en el estado corporal, expresiones faciales y conductas. En los primeros años de vida, el cerebro infantil es muy sensible a los estímulos emocionales. Según estudios de psicología del desarrollo, el sistema emocional de los niños se encuentra en una fase de construcción y adaptación que influye, concretamente, en su capacidad de aprender y socializar (*Priego-Ojeda, 2024*).

El investigador Goleman, en su obra sobre inteligencia emocional, destaca que las emociones no son opuestas a la razón y que son una parte integral de los procesos de aprendizaje y de la toma de decisiones. La capacidad de reconocer y regular las emociones propias o ajenas, es crucial para el desarrollo de competencias tanto cognitivas como sociales.

Impacto de las emociones en el aprendizaje

Podemos encontrar emociones positivas y emociones negativas que afectan al aprendizaje.

Las emociones positivas como pueden ser, la motivación, la satisfacción están asociadas con un mejor rendimiento académico, mientras, las emociones negativas como pueden ser el miedo o la frustración, pueden obstaculizar la capacidad de concentración y memorización.

El cerebro humano está emocionalmente involucrado en el proceso de aprendizaje haciéndolo de manera más fácil. Las emociones positivas favorecen la liberación de

neurotransmisores como la dopamina, que refuerzan la memoria y la creatividad. En cambio, las emociones negativas, provocan un estrés prolongado y puede reducir la actividad en las áreas que corresponden y son responsables de la memoria y el razonamiento.

Comprensión de las emociones

Un aspecto que vale la pena aclarar es la diferencia entre un estado de ánimo y una emoción. Los estados de ánimo no están relacionados con un objeto o evento particular y pueden durar hasta semanas (*Oatley, Keltner, & Jenkins, 2006*). En cuanto a las emociones, podemos decir que son más intensas, son más cortas en duración y son una respuesta a un evento o un momento específico (*Fontaine, Scherer, & Soriano, 2013*).

Las emociones pueden caracterizarse por su relevancia respecto a la actividad del aprendizaje diferenciando las emociones incidentales y las emociones integrales.

Las emociones incidentales se presentan en respuesta a algo relacionado con la tarea mientras que las emociones integrales están relacionadas con la tarea de aprendizaje, como por ejemplo, la emoción que surge al recibir una nota alta en una tarea que haya sido complicada.

Regulación emocional en el aula

La regulación emocional se entiende como la capacidad de manejar y controlar las emociones, una habilidad esencial para los estudiantes. En educación primaria, los niños comienzan a desarrollar estrategias para afrontar emociones mucho más intensas, siendo clave para su bienestar y rendimiento escolar. Los educadores tienen un papel crucial en este proceso asegurando un entorno seguro y de apoyo donde los niños puedan expresar sus emociones de una manera adecuada y aprender a gestionarlas. (*Brackett, 2019*).

El enfoque de la Educación Emocional resalta la importancia de integrar la enseñanza de la regulación emocional dentro del currículo escolar. A través de ello, los estudiantes aprenden a identificar y nombrar sus emociones, conocer cómo afectan en su comportamiento y tomar decisiones que promuevan su bienestar y el de los demás.

Beneficios de las emociones en la educación

Las emociones juegan un papel muy importante en el aprendizaje y el bienestar de los estudiantes. A continuación, se detallan algunos de los más destacados:

- Mejora el rendimiento académico. Las emociones positivas como la motivación o la satisfacción están estrechamente relacionadas con un mayor rendimiento académico. Según estudios sobre el cerebro y el aprendizaje, cuando los estudiantes se sienten emocionados o interesados por lo que están aprendiendo su capacidad para retener información y resolver problemas aumenta considerablemente.
- Fomento de la autorregulación emocional. Esa capacidad de manejar y regular las emociones es clave para el éxito personal y académico. Cuando los niños desarrollan habilidades para gestionar sus emociones, experimentan menos estrés y ansiedad favoreciendo así su bienestar general.
- Fortalecimiento de la inteligencia emocional. El trabajo emocional en el aula promueve el desarrollo de la inteligencia emocional, la cuál es esencial para la interacción social y la toma de decisiones. Los estudiantes que tienen una mayor

inteligencia emocional tienden a tener mejores habilidades para resolver conflictos (Fisher, 2020).

- Clima escolar positivo. Las emociones positivas en el aula contribuyen a crear un ambiente de aprendizaje inclusivo y respetuoso. Reduce el bullying y la agresividad mejorando la convivencia escolar.

- Mejora en el bienestar psicológico y social. Cuando las emociones están correctamente gestionadas pueden contribuir al desarrollo psicológico saludable. Los niños que aprenden a manejar sus emociones se sienten más seguros de sí mismos, lo que le ayuda a su autoestima y a su capacidad de hacer frente a los desafíos que pueda afrontar en la vida

Implicaciones emocionales en el ámbito educativo

Tanto para estudiantes como para docentes, el reconocimiento y manejo de las emociones dentro de la educación tienen un impacto significativo.

Transformación del rol docente. Los educadores deben asumir una perspectiva más holística, actuando como guías en el desarrollo emocional de sus estudiantes. Esto implica fomentar la escucha activa y garantizar un entorno seguro que permita la libre expresión emocional.

Implementación de programas socioemocionales. Incluir las emociones en el proceso educativo requiere diseñar y aplicar programas específicos de educación socioemocional. Estos deben centrarse en el desarrollo de habilidades para gestionar las emociones, fomentar interacciones sociales positivas y resolver conflictos de manera efectiva.

Reconocimiento de la diversidad emocional. Cada estudiante experimenta y gestiona sus emociones de forma distinta. Por ello, los docentes deben estar capacitados para identificar estas diferencias y responder a las necesidades emocionales individuales, ofreciendo un enfoque adaptado que promueva su desarrollo integral.

Promoción de la salud mental. Aprender a manejar las emociones de manera adecuada desde edades tempranas tiene un efecto preventivo crucial en la salud mental. Los niños que adquieren estas habilidades están mejor preparados para enfrentar los retos emocionales durante la adolescencia y la adultez, favoreciendo su bienestar psicológico a largo plazo.

JUSTIFICACIÓN

La educación emocional representa un eje fundamental en el desarrollo integral de los estudiantes, permitiendo no solo un crecimiento cognitivo, sino también personal y social. Las investigaciones recientes han demostrado que las emociones tienen un impacto directo en el aprendizaje, la motivación y la interacción social, haciendo evidente que una educación exclusivamente centrada en lo académico no es suficiente para preparar a los estudiantes frente a los retos del mundo actual.

Este trabajo tiene como objetivo destacar la relevancia de las emociones en el ámbito educativo, especialmente en la etapa infantil y primaria, donde las bases del desarrollo emocional y social comienzan a establecerse. Además, se reconoce que los docentes desempeñan un papel determinante en la creación de ambientes de aprendizaje

seguros y emocionalmente positivos, lo que repercute favorablemente en el bienestar de los estudiantes y en su rendimiento académico. Integrar la educación emocional en las escuelas contribuye a fomentar habilidades como la autorregulación, la empatía y la resolución de conflictos, esenciales tanto para el éxito académico como para la vida en sociedad. Este enfoque responde a la necesidad de formar ciudadanos con inteligencia emocional, capaces de enfrentar los desafíos de manera saludable y resiliente, fortaleciendo también la cohesión social y el bienestar colectivo.

METODOLOGÍA

Metodología

Este estudio adopta un enfoque mixto, combinando una revisión documental con la aplicación de un cuestionario a docentes para analizar la percepción y aplicación de la educación emocional en el aula.

Muestra

La muestra estuvo compuesta por **[indicar número] docentes de educación infantil y primaria**, quienes participaron de manera voluntaria en la investigación. La selección se realizó mediante un muestreo no probabilístico por conveniencia, considerando a docentes con experiencia en la implementación de estrategias emocionales en el aula.

Instrumento de recolección de datos

El instrumento utilizado fue un **cuestionario estructurado de 8 ítems**, diseñado en base a la literatura científica sobre educación emocional. Se empleó una **escala tipo Likert de 5 niveles**, permitiendo conocer el grado de acuerdo de los docentes con afirmaciones sobre la integración de la educación emocional en el currículo, su impacto en el aprendizaje y las dificultades para su implementación.

El cuestionario fue validado por **cinco expertos en educación emocional y desarrollo infantil**, quienes revisaron su pertinencia y claridad. Posteriormente, se realizó una prueba piloto para verificar su comprensión y ajustarlo antes de su aplicación definitiva.

Procedimiento de análisis de datos

Los datos fueron analizados mediante **estadística descriptiva**, utilizando frecuencias y porcentajes para interpretar las respuestas. Asimismo, se calculó el **Alfa de Cronbach** para evaluar la **consistencia interna** del cuestionario, asegurando la fiabilidad del instrumento.

El **Alfa de Cronbach** obtenido para el cuestionario es **0.873**, lo que indica una **alta fiabilidad** del instrumento. Un valor superior a **0.8** sugiere una buena consistencia interna, lo que significa que los ítems del cuestionario están bien relacionados y miden de manera confiable la percepción de los docentes sobre la educación emocional en el aula.

Cuestionario

El cuestionario empleado consta de 8 ítems. Su diseño se originó a partir de una fase de revisión bibliográfica, durante la cual se identificaron los temas clave que dieron lugar a varias variables, las cuales se orientaron a cumplir los objetivos del estudio.

Una vez definidos los ítems y las posibles respuestas, se consideró el uso de una escala tipo Likert con 4 opciones, con el objetivo de que los participantes se posicionaran claramente hacia alguno de los extremos. Tras completar el primer borrador del cuestionario, este fue revisado por cinco docentes expertos en el área, quienes proporcionaron retroalimentación que llevó a modificar algunas de las preguntas y a ajustar la escala Likert, manteniéndola en su formato original de cinco ítems, debido a la naturaleza del público objetivo y las temáticas abordadas. El cuestionario final fue enviado a los docentes y se presenta en el apartado de resultados, ilustrado a través de las figuras correspondientes.

RESULTADOS

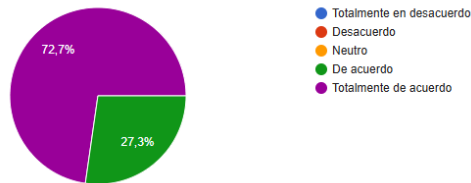
Los hallazgos de esta investigación subrayan la importancia de considerar las emociones como un componente esencial en el proceso de enseñanza-aprendizaje. Las emociones positivas, como la motivación y la satisfacción, favorecen el rendimiento académico, mientras que la gestión adecuada de emociones negativas, como el miedo y la frustración, previene problemas emocionales y psicológicos que podrían afectar la vida escolar y personal de los estudiantes. Además, el desarrollo de la inteligencia emocional desde edades tempranas fortalece habilidades clave como la empatía, la resolución de problemas y la autorregulación emocional, aspectos imprescindibles para el éxito individual y colectivo.

Por otra parte, el papel de los docentes es crucial en este proceso, ya que son los encargados de modelar comportamientos emocionales adecuados y de proporcionar un entorno emocionalmente seguro que fomente la participación activa y el aprendizaje significativo. Esto pone de manifiesto la necesidad de incorporar la educación emocional de manera sistemática en el currículo escolar y en los programas de formación docente, promoviendo estrategias pedagógicas que favorezcan tanto el bienestar emocional como el desarrollo académico.

En suma, la integración de la educación emocional en las instituciones educativas no solo mejora el rendimiento académico, sino que también contribuye a la formación de ciudadanos emocionalmente equilibrados y socialmente responsables. Este enfoque representa una inversión a largo plazo en el bienestar individual y colectivo, reafirmando la importancia de las emociones como motor del aprendizaje y del desarrollo humano.

Figura 1

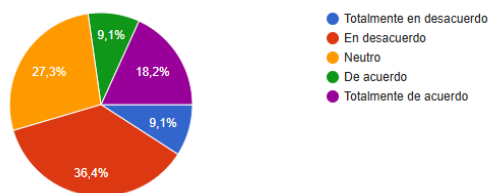
El desarrollo emocional durante la etapa infantil influye significativamente en el aprendizaje futuro de los alumnos



Tal y como se aprecia en la figura 1, el 27,3% de las personas encuestadas, están de acuerdo con la expresión: El desarrollo emocional durante la etapa infantil influye significativamente en el aprendizaje futuro de los alumnos, mientras que el 72,7% están totalmente de acuerdo.

Figura 2

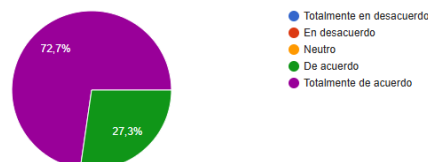
El desarrollo cognitivo es más importante que el desarrollo emocional en esta etapa educativa



Tal y como se aprecia en la figura 1, el 27,3% de las personas encuestadas, están de acuerdo con la expresión: El desarrollo emocional durante la etapa infantil influye significativamente en el aprendizaje futuro de los alumnos, mientras que el 72,7% están totalmente de acuerdo.

Figura 4

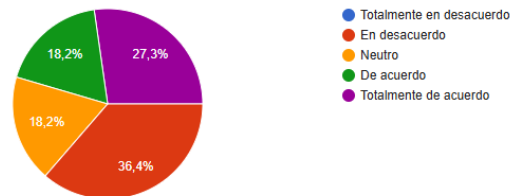
Crecer en un ambiente emocionalmente seguro es tan relevante como adquirir contenidos académicos en Educación Infantil



Tal y como se aprecia en la figura 4, el 72,7% de las personas encuestadas están totalmente de acuerdo en crecer en un ambiente emocionalmente seguro, estando de acuerdo el 27,3%.

Figura 10

La falta de tiempo hace prácticamente imposible integrar la educación emocional en la programación diaria



Observando la figura 10 se puede constatar que el 36,4% de las personas encuestadas están en desacuerdo, un 27,3% totalmente de acuerdo, siendo empate con un 18,2% neutro o de acuerdo.

DISCUSIÓN

Los hallazgos de este estudio reafirman la conexión fundamental entre el desarrollo emocional y el rendimiento académico, corroborada por autores como Rimm-Kaufman y Sandilos (2016) y Santiago (2022). Un ambiente emocionalmente seguro, según Bisquerra y Chao (2021), fomenta la confianza, creatividad y colaboración, mientras que los niños que experimentan seguridad emocional tienen una actitud más positiva hacia el aprendizaje.

La disposición de los docentes a integrar la educación emocional en sus prácticas diarias, con un 54,5 % de acuerdo y un 45,5 % totalmente de acuerdo en ajustar sus planificaciones curriculares (Figura 11), refleja un consenso general sobre su relevancia. Sin embargo, persisten barreras significativas, como la percepción de que esta responsabilidad recae en otros profesionales (Bani & Ríos, 2021) o la falta de tiempo y recursos (Sullivan et al., 2020). Este panorama subraya la necesidad de continuar promoviendo políticas educativas que integren el desarrollo emocional como un eje transversal en el currículo.

La autorregulación emocional de los docentes es otro aspecto crucial identificado en el estudio. Si bien un porcentaje significativo de los encuestados (36,4 %) admite desafíos para manejar sus emociones en contextos estresantes, investigaciones como la de Brackett (2019) evidencian que los docentes emocionalmente competentes no solo promueven un clima positivo en el aula, sino que también modelan habilidades emocionales esenciales para los estudiantes.

Finalmente, el consenso sobre la importancia de la educación emocional resalta la necesidad de formación continua para los docentes en estrategias prácticas que integren estas habilidades al currículo, como lo sugieren Sullivan et al. (2020) y Zinsser et al. (2019). Estos programas deben garantizar apoyo institucional, recursos adecuados y tiempo suficiente para que los docentes puedan equilibrar las demandas académicas con el desarrollo integral de los estudiantes.

En este sentido, los resultados destacan que la integración de la educación emocional no solo contribuye al bienestar y éxito académico de los estudiantes, sino que

también refuerza las competencias pedagógicas de los docentes, generando un impacto positivo a nivel educativo y social.

CONCLUSIÓN

Los resultados obtenidos refuerzan la percepción generalizada de que el desarrollo emocional influye significativamente en el aprendizaje y en la capacidad de adaptación de los estudiantes. Esta conclusión encuentra respaldo en estudios recientes que destacan el impacto de las habilidades emocionales en las competencias cognitivas, la adaptación social y la motivación hacia el aprendizaje (Eisenberg & Spinrad, 2021; Greenberg et al., 2017). Los docentes reconocen que fomentar la autorregulación emocional y la empatía en las primeras etapas educativas proporciona una base sólida para el éxito académico y personal de los estudiantes.

Asimismo, los datos reflejan un consenso mayoritario sobre el papel de la educación emocional en la autoestima y motivación de los alumnos, confirmando que un entorno emocionalmente seguro mejora tanto el bienestar de los estudiantes como su rendimiento académico (Rimm-Kaufman & Sandilos, 2016; Zins et al., 2004). Cuando los estudiantes se sienten emocionalmente valorados, desarrollan una actitud positiva hacia el aprendizaje, lo que incrementa su compromiso y su disposición para superar desafíos.

A pesar del reconocimiento de la importancia de la educación emocional, persisten desafíos relacionados con la implementación práctica. Un 36,4 % de los encuestados manifiesta dificultades para integrar actividades emocionales en su práctica diaria, debido a barreras como la falta de tiempo, recursos y formación especializada, así como a la presión por cumplir con los estándares académicos (Bani & Ríos, 2021; Santiago, 2022). Este hallazgo pone de manifiesto la necesidad de superar la tensión entre las demandas curriculares tradicionales y la atención al desarrollo emocional de los estudiantes.

En cuanto al papel de los docentes, se observa una disparidad en su capacidad para manejar sus propias emociones en contextos estresantes, lo que afecta directamente el clima emocional del aula. Si bien un porcentaje significativo de educadores se siente capacitado para autorregularse, existe una proporción que enfrenta dificultades en este aspecto (Jennings & Greenberg, 2009). Por ello, es fundamental que las políticas educativas incluyan formación continua en estrategias de gestión emocional, tanto para el bienestar de los docentes como para el beneficio de los estudiantes.

Finalmente, los resultados subrayan la importancia de integrar la educación emocional en la planificación curricular, no solo para fomentar habilidades socioemocionales, sino también para crear un entorno inclusivo y empático que reduzca las barreras al aprendizaje (Zinsser et al., 2019). La disposición de la mayoría de los docentes a ajustar sus prácticas pedagógicas para incluir actividades emocionales evidencia un compromiso con el desarrollo integral de los estudiantes, aunque es imprescindible proporcionar apoyo institucional, formación especializada y recursos adecuados para facilitar esta integración.

REFERENCIAS

- Bani, M., & Ríos, R. (2021). Barreras para la implementación de la educación emocional en las aulas: Una revisión crítica. *Revista de Psicología Educativa*, 37(2), 245-259.
- Bisquerra Alzina, R., & Chao Rebolledo, C. (2021). *Educación emocional y bienestar: por una práctica científicamente fundamentada*. *Revista Internacional de Educación Emocional y Bienestar*, 1(1), 9-29. <https://doi.org/10.48102/riieb.2021.1.1.4>
- Hernández, V., Pereira, D., Espada, M., Castelli, L. F., García-Barrera, A., & Gamonales, J. M. (2024). ¿Es importante trabajar las emociones en Educación Infantil? Revisión Bibliométrica. *e-Motion*, (22), 103-124.
- Martínez-Domínguez, B. y Rodríguez-Entrena, M.J. (2017). Los contenidos del desarrollo profesional docente: presencias y omisiones. *Profesorado, Revista de Currículum y Formación del Profesorado*, 21(3), 41-61.
- Pulido Acosta, F., & Herrera Clavero, F. (2017). La influencia de las emociones sobre el rendimiento académico. *Ciencias Psicológicas*, 11(1), 29-39. <https://doi.org/10.22235/cp.v11i2.1344>
- Rosal-Sánchez del, I., Moreno-Manso, J.M. y Bermejo-García, M.L. (2018). Inteligencia emocional y rendimiento académico en futuros maestros de la Universidad de Extremadura. *Profesorado, Revista de Currículum y Formación del Profesorado*, 22(1), 273-291.
- Santiago, E. (2022). La importancia de la educación emocional en la formación docente: Nuevas perspectivas en el contexto escolar. *Educación y Sociedad*, 45(1), 37-53.
- Trujillo González, E., Ceballos Vacas, E. M., Trujillo González, M. del C., & Moral Lorenzo, C. (2020). El papel de las emociones en el aula de educación infantil. *Profesorado, Revista de Currículum y Formación del Profesorado*, 24(1), 226-244. <https://doi.org/10.30827/profesorado.v24i1.8675>
- Vygotsky, L. S. (1978). *Mind in Society: The Development of Higher Psychological Processes*. Harvard University Press.