

Emociones que transforman: el poder de sentir en la educación infantil y primaria desde una perspectiva docente.

MARÍA JOSÉ GARCÍA FERNÁNDEZ
ISEN. Adscrita a Universidad de Murcia

Recibido: 2 de febrero de 2025

Aceptado: 12 de febrero de 2025

Resumen

El presente estudio examina el papel de las emociones en el ámbito educativo, centrándose en la integración de la inteligencia emocional por parte de los docentes en Educación Infantil y Primaria. A través de un cuestionario de tipo Likert aplicado a docentes, se analizan percepciones sobre la formación recibida, la regulación emocional y el apoyo institucional. Los resultados muestran una necesidad clara de formación continua y apoyo organizativo para fortalecer las competencias socioemocionales del profesorado.

Palabras clave: educación emocional; inteligencia emocional; docentes; clima de aula; formación continua.

Abstract

This study examines the role of emotions in the educational context, focusing on teachers' integration of emotional intelligence in Early Childhood and Primary Education. Through a Likert-scale questionnaire administered to teachers, perceptions of their training, emotional regulation, and institutional support are analyzed. Results reveal a clear need for ongoing training and organizational support to strengthen teachers' socio-emotional competencies.

Keywords: emotional education; emotional intelligence; teachers; classroom climate; continuous training.

MARCO TEÓRICO

La educación emocional se fundamenta en las teorías de Vygotsky (1978) sobre el desarrollo cognitivo y social, donde las interacciones sociales y la mediación del adulto son esenciales para la construcción del conocimiento, incluyendo el emocional. Goleman (1995) popularizó el concepto de inteligencia emocional como habilidades para reconocer, entender y gestionar las propias emociones y las de los demás. A partir de estos

postulados, la literatura defiende que la expresión y regulación emocional favorecen el aprendizaje significativo y la resolución de conflictos en el aula (Brackett, 2019; Jennings & Greenberg, 2009).

Además, Rabal Alonso (2021) señala que los programas de formación docente en inteligencia emocional deben incluir tanto componentes teóricos como prácticos, con espacios de reflexión y práctica guiada, para garantizar la transferencia de estrategias al contexto real de enseñanza. Esta visión se alinea con los resultados de RIIDICI, que resaltan la importancia de un diseño curricular integrador que considere las emociones como ejes transversales del currículo (Rabal Alonso, 2021).

Rol del docente en el manejo emocional

La figura clave en el proceso de integración de las emociones en el aprendizaje es el docente, capaz de reconocer y validar las emociones de los estudiantes, proporcionar estrategias para su autorregulación emocional y fomentar un ambiente de confianza y seguridad (Lantieri, 2021). La empatía, la comunicación afectiva y la creación de un espacio para la expresión emocional son aspectos esenciales en la relación que mantienen docente-alumno.

La incorporación de actividades emocionales pueden mejorar las competencias socioemocionales de los estudiantes como juegos de roles, debates y ejercicios de reflexión emocional.

Implicaciones de las emociones en la educación

Tanto para los estudiantes como para los docentes, el reconocimiento y la gestión de las emociones en la educación tienen profundas implicaciones.

- Cambio en el rol del educador. Los docentes deben adoptar un enfoque más integral en su labor educativa siendo facilitadores del desarrollo emocional de sus estudiantes. La escucha activa y la creación de un ambiente seguro son elementos clave para que los estudiantes puedan expresar sus emociones de manera abierta.
- Desarrollo de programas socioemocionales. La incorporación de las emociones en la educación implica la necesidad de diseñar y ejecutar programas de educación socioemocional. Dichos programas deben enfocarse en el manejo de emociones, en el fomento de habilidades sociales y la resolución de conflictos.
- Atención a la diversidad emocional. Los estudiantes son emocionalmente diversos, cada uno puede tener diferentes formas de experimentar y manejar sus emociones, en estos casos, los docentes deben estar totalmente preparados para identificar y abordar las necesidades emocionales de cada estudiante y proporcionar un enfoque personalizado que reconozca sus diferencias y que apoye su desarrollo emocional.
- Prevención de problemas de salud mental. El adecuado manejo de las emociones tiene un gran impacto preventivo sobre la salud mental en los estudiantes. Los niños que aprenden a gestionar sus emociones desde una temprana edad tienen más probabilidades de desarrollar una buena salud mental en su adolescencia y en la adultez.

Metodología de las emociones en la educación

Son diferentes las metodologías y enfoques que existen y que los educadores pueden aplicar para integrar las emociones en el proceso educativo con el fin de maximizar los beneficios mencionados anteriormente. Algunas de estas metodologías incluyen:

- Educación socioemocional (SEL). La educación socioemocional se basa en la enseñanza de manera explícita de habilidades emocionales y sociales. A través de actividades que permiten a los estudiantes reflexionar sobre sus emociones y las de los compañeros, promoviendo la empatía, la autorregulación y la toma de decisiones responsables. Estas clases suelen incluir juegos, debates y dinámicas que ayudan a la reflexión y la discusión sobre situaciones emocionales cotidianas.

- Técnicas de regulación emocional. La respiración profunda o la meditación, en el aula el rincón de la calama, son estrategias que los docentes pueden enseñar a los estudiantes para manejar las intensas emociones. Son técnicas que ayudan a detenerse, reflexionar y gestionar sus emociones antes de actuar, contribuyendo a un entorno más pacífico.

- Aprendizaje basado en emociones. Esta metodología integra las emociones directamente en los contenidos curriculares, este enfoque puede hacer que el aprendizaje sea más significativo asociado con experiencias emocionales que los estudiantes pueden recordar con facilidad. Un ejemplo de ello sería utilizar historias o películas que despiertan dichas emociones.

- Aprendizaje cooperativo. A través de trabajos en grupo y actividades cooperativas se fomenta el desarrollo de habilidades emocionales donde los estudiantes aprenden a manejar sus emociones en interacción con otros.

- El clima emocional en el aula. Es de vital importancia crear un ambiente emocionalmente positivo que promueva el bienestar incluyendo la validación de las emociones de los mismos estudiantes, el establecimiento de normas claras y logros emocionales.

OBJETIVO

Explorar el papel de los docentes en el desarrollo de la inteligencia emocional de los estudiantes, destacando su impacto en el aprendizaje, la resolución de conflictos y la creación de un ambiente educativo positivo.

METODOLOGÍA

Para dar respuesta al objetivo de explorar las actitudes y competencias socio-emocionales del profesorado de Educación Infantil y Primaria, se diseñó un estudio cuantitativo de carácter descriptivo, con un corte transversal. A continuación se detallan sus principales componentes.

Participantes

La muestra estuvo formada por docentes en activo de Educación Infantil y Primaria de

diversos centros escolares (públicos y concertados), seleccionados mediante un muestreo de conveniencia. Participaron profesores con experiencia docente media de 8 años (rango: 2-20 años), que respondieron de forma voluntaria y anónima al cuestionario en línea.

Instrumento

Se diseñó un cuestionario ad hoc de cuatro ítems, basado en la revisión bibliográfica sobre educación emocional y validado por cinco expertos en el área socio-emocional y didáctica. Los ítems abordan dimensiones tales como la propia formación emocional, la identificación y regulación de las emociones, el impacto del bienestar docente en el clima de aula y el apoyo institucional y familiar para integrar la educación emocional. Cada pregunta emplea una escala tipo Likert de cinco puntos (1 = totalmente en desacuerdo, 5 = totalmente de acuerdo).

Validez y fiabilidad

Para garantizar la validez de contenido, los cinco expertos evaluaron la pertinencia, claridad y exhaustividad de los ítems en dos rondas: una inicial de valoración global y una segunda tras incorporar ajustes en la redacción y en la escala. La consistencia interna se estimó mediante el coeficiente alfa de Cronbach, alcanzando un valor de 0,82, lo cual indica fiabilidad aceptable para un instrumento breve.

Procedimiento

Tras la aprobación del estudio por el comité de ética de la universidad, se envió el cuestionario mediante un formulario en línea durante un periodo de dos semanas. Se remitieron hasta dos recordatorios para maximizar la tasa de respuesta. Antes de responder, cada participante aceptó un consentimiento informado que detallaba los objetivos de la investigación, la voluntariedad, el anonimato y el tratamiento confidencial de los datos.

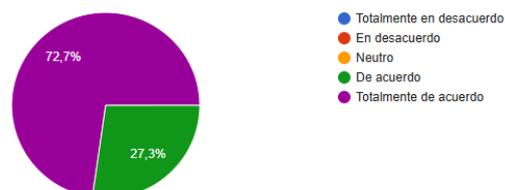
Análisis de datos

Se descargaron las respuestas en formato CSV, procediéndose a la limpieza de registros incompletos. El análisis descriptivo se centró en frecuencias y porcentajes para cada ítem, representados gráficamente en las figuras correspondientes. Estos estadísticos permitieron identificar las áreas de mayor consenso y las brechas formativas percibidas.

RESULTADOS

Figura 1

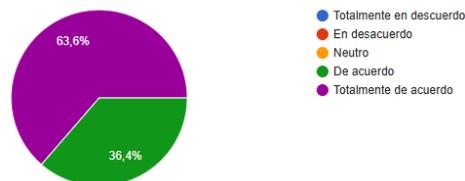
Reconozco que todavía tengo aspectos que mejorar en mi propia educación emocional para poder guiar a mis alumnos



Esta figura 1, nos demuestra que la mayoría de las personas encuestadas, siendo su porcentaje un 72,7%, consideran necesario mejorar su propia educación emocional antes de guiar a sus alumnos, estando el 27,3% de acuerdo.

Figura 2

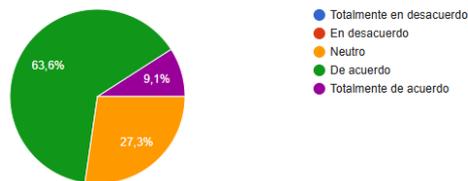
Considero que mi bienestar emocional influye directamente en el clima emocional de mi aula



Apreciando esta figura 2, se considera que el 63,6% de las personas encuestadas están totalmente de acuerdo considerando que su bienestar influye en el aula, estando de acuerdo un 36,4%.

Figura 3

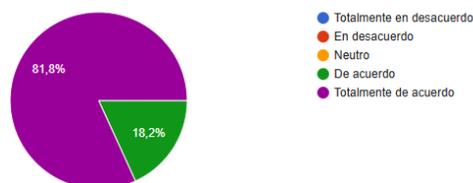
Me es fácil identificar y regular mis reacciones emocionales antes de transmitir las a los niños



Como podemos apreciar en la figura 3, el 63,6% de las personas encuestadas están de acuerdo en qué pueden regular sus emociones antes de transmitir las en el aula, siendo un 9,1% totalmente de acuerdo, mientras que el 27,3% neutro.

Figura 4

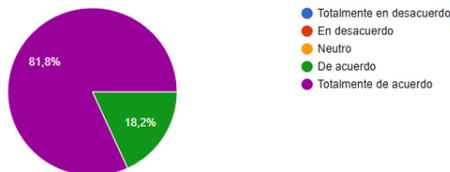
Creo que contar con el apoyo de la dirección y las familias facilita la incorporación de la educación emocional en el aula



Tal y como se aprecia en la figura 4, las personas encuestadas están totalmente de acuerdo, con un 81,8%, mientras que el 18,2% están de acuerdo en cuanto a la educación emocional en el aula.

Figura 5

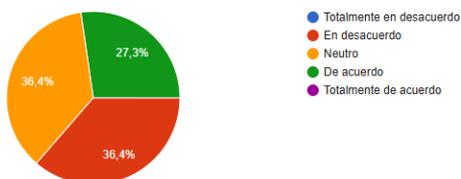
Considero que la educación emocional debe ser un pilar fundamental en la formación de los docentes de Educación Infantil



Se constata en la figura 5, que el 81,8% de las personas encuestadas están totalmente de acuerdo en la formación de los docentes estando de acuerdo un 18,2%.

Figura 6

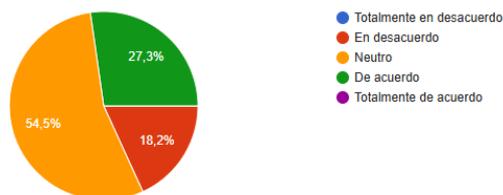
Estoy familiarizado/a con estrategias específicas para promover la conciencia emocional en mis alumnos



Observando esta figura 6, se puede constatar un claro ajuste de porcentajes siendo empate con 36,4% en desacuerdo y neutro, mientras que de acuerdo se consta un 27,3%.

Figura 7

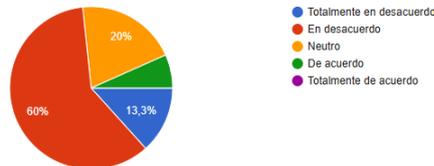
Tengo suficientes conocimientos sobre cómo gestionar las emociones de mis alumnos durante las rutinas diarias en el aula



En esta figura 7 podemos observar cómo un 54,5% se encuentra neutro en cuanto a saber gestionar las emociones de los alumnos, estando de acuerdo un 27,3% y un 18,2% en desacuerdo.

Figura 8

He recibido formación suficiente sobre educación emocional en mi carrera o a través de cursos complementarios



Tal y como podemos apreciar en la figura 8, el 60% de las personas encuestadas están en desacuerdo con haber recibido formación suficiente sobre educación emocional, siendo un 6,7% de acuerdo en haberla recibido. Un 20% se encuentra neutro y un 13,3% totalmente en desacuerdo.

DISCUSIÓN

Los resultados obtenidos destacan la relevancia de la educación emocional en la práctica docente y su impacto en el clima de aula. En línea con investigaciones previas (Brackett, 2019; Jennings & Greenberg, 2009), los datos muestran que el 72,7 % de los encuestados considera "necesario" mejorar su educación emocional antes de guiar a los estudiantes, subrayando la importancia de que los docentes gestionen sus propias emociones para fomentar un ambiente positivo. Además, un 63,6 % está "totalmente de acuerdo" en que su bienestar emocional influye directamente en el clima del aula, lo que refuerza la necesidad de políticas educativas que prioricen la formación socioemocional de los educadores (Skaalvik & Skaalvik, 2017).

El apoyo institucional y la colaboración con las familias también emergen como factores clave. Según los resultados, el 81,8 % de los docentes destaca la importancia del respaldo de la dirección escolar y las familias para facilitar la incorporación de la educación emocional, coincidiendo con estudios que resaltan el papel del apoyo organizativo en la sostenibilidad de estos programas (Sullivan et al., 2020; Zinsser et al., 2019). Asimismo, el 81,8 % reconoce la necesidad de formación específica en este ámbito, evidenciando una percepción clara sobre la falta de preparación en la gestión emocional (Santiago, 2022; Durlak et al., 2020).

Sin embargo, las figuras 14 y 15 reflejan incertidumbre entre los docentes sobre su capacidad para gestionar las emociones, tanto propias como de los estudiantes, con un 36,4 % en desacuerdo respecto a estar familiarizados con estrategias específicas. Este resultado apunta a una brecha en la formación inicial y continua, lo que limita la confianza de los docentes y afecta la implementación de prácticas emocionales efectivas (Greenberg et al., 2021; Brown et al., 2022).

Finalmente, el 60 % de los encuestados considera insuficiente la formación recibida en educación emocional, lo que señala una necesidad urgente de integrar este componente en los programas de formación docente (O'Connor et al., 2022; Domitrovich et al., 2020).

Estudios previos indican que una formación adecuada en competencias emocionales puede transformar el entorno escolar y mejorar tanto el bienestar docente como el rendimiento de los estudiantes (Zinsser et al., 2019; Durlak et al., 2021).

Estos hallazgos subrayan la importancia de implementar políticas educativas que promuevan la formación continua en educación emocional, el apoyo institucional y la colaboración con las familias, elementos esenciales para fortalecer las competencias socioemocionales de los docentes y crear climas escolares positivos.

CONCLUSIONES

En conclusión, los resultados de esta investigación subrayan la importancia fundamental de la educación emocional tanto en los docentes como en los estudiantes. Los hallazgos reflejan una visión compartida de que los educadores emocionalmente competentes tienen un impacto significativo en la creación de ambientes de aprendizaje positivos. La competencia emocional de los docentes, tal como lo señala Brackett (2019), influye directamente en su capacidad para gestionar las dinámicas del aula y promover un clima propicio para el aprendizaje. Sin embargo, la investigación también destaca que, a pesar del reconocimiento de la necesidad de formación continua en educación emocional, muchos docentes aún no se sienten completamente preparados debido a la falta de una formación especializada suficiente en este ámbito (Santiago, 2022; Durlak et al., 2020; O'Connor et al., 2022).

El bienestar emocional de los educadores se ha identificado como un factor clave para el éxito educativo, ya que influye en su capacidad para manejar el aula y crear relaciones positivas con los estudiantes (Jennings y Greenberg, 2009). La percepción de los docentes sobre el impacto de su bienestar emocional en el clima del aula refuerza la necesidad de políticas educativas que fomenten la formación socioemocional de los educadores. Estos resultados coinciden con investigaciones previas que sugieren que un ambiente de trabajo saludable para los docentes no solo mejora su desempeño profesional, sino que también beneficia el desarrollo emocional de los estudiantes (Sullivan et al., 2020; Zinsser et al., 2019).

La falta de estrategias específicas y de confianza en la gestión de las emociones dentro del aula, observada en los resultados de la figura 14, pone de manifiesto la urgencia de reforzar los programas de formación docente. Si bien existe un consenso sobre la importancia de recibir capacitación en educación emocional, aún persisten barreras significativas en términos de acceso y calidad de dicha formación (Greenberg et al., 2021; Zinsser et al., 2019). Este vacío formativo impide a muchos docentes implementar estrategias efectivas para promover la conciencia emocional en sus estudiantes y gestionar sus propias emociones, lo que limita la efectividad de los programas socioemocionales en el aula.

Los hallazgos también destacan la necesidad de un enfoque más colaborativo y un apoyo institucional robusto para que los programas de educación emocional sean sostenibles y exitosos. La implicación activa de las familias y la administración escolar juega un papel crucial en la creación de un entorno educativo que favorezca el bienestar integral de los alumnos (Jagers et al., 2021). La investigación reafirma la necesidad de integrar la formación emocional no solo en la educación de los estudiantes, sino también en la preparación y desarrollo continuo de los docentes.

BIBLIOGRAFÍA

- Brackett, M. A. (2019). *Permission to Feel: Unlocking the Power of Emotions to Help Our Kids, Ourselves, and Our Society Thrive*. Celadon Books.
- Brackett, M. A. (2019). *Permission to Feel: Unlocking the Power of Emotions to Help Our Kids, Ourselves, and Our Society Thrive*. Celadon Books.
- Durlak, J. A., Domitrovich, C. E., Weissberg, R. P., & Gullotta, T. P. (2020). The impact of enhancing students' social and emotional learning: A meta-analysis of school-based universal interventions. *Child Development*, 91(4), 1124-1141.
- Durlak, J. A., Domitrovich, C. E., Weissberg, R. P., & Gullotta, T. P. (2020). The impact of enhancing students' social and emotional learning: A meta-analysis of school-based universal interventions. *Child Development*, 91(4), 1124-1141.
- Goleman, D. (1995). *Emotional Intelligence: Why It Can Matter More Than IQ*. Bantam Books.
- Goleman, D. (1995). *Emotional Intelligence: Why It Can Matter More Than IQ*. Bantam Books.
- Greenberg, M. T., Domitrovich, C. E., & Weissberg, R. P. (2021). The importance of teacher emotions in student learning. *Journal of School Psychology*, 77, 105-118.
- Jennings, P. A., & Greenberg, M. T. (2009). The prosocial classroom: Teacher social and emotional competence in relation to student and classroom outcomes. *Review of Educational Research*, 79(1), 491-525.
- Marín, I. (2018). *¿Jugamos?: Cómo el aprendizaje lúdico puede transformar la educación*. Paidós Educación, Barcelona.
- Montessori, M. (2003). *El descubrimiento del niño*. Ediciones Palabra.
- O'Connor, E. E., Dearing, E., & Collins, B. A. (2022). Teacher stress and students' emotional development. *Teaching and Teacher Education*, 104, 103-116.
- Quintanilla, N. (2021). *Estrategias lúdicas dirigidas a la enseñanza de la matemática a nivel de Educación Primaria*. Mérito - Revista De Educación, 2(6), 143-157. <https://doi.org/10.33996/merito.v2i6.261>
- Rabal Alonso, J. M. (2021). Diseño curricular y emociones: Una aproximación desde la formación docente. *Revista RIIDICI*, 15(2), 45-58.
- Sullivan, L. M., Johnson, S., & Foster, J. (2020). Enhancing emotional learning in the classroom: Strategies and outcomes. *Journal of Educational Psychology*, 112(4), 635-648
- Sullivan, L. M., Johnson, S., & Foster, J. (2020). Enhancing emotional learning in the classroom: Strategies and outcomes. *Journal of Educational Psychology*, 112(4), 635-648.
- Vygotsky, L. S. (1978). *Mind in Society: The Development of Higher Psychological Processes*. Harvard University Press.
- Vygotsky, L. S. (1978). *Mind in Society: The Development of Higher Psychological Processes*. Harvard University Press.