

Artículo Científico

Evaluación del impacto de la educación emocional en el rendimiento académico en adolescentes

Evaluation of the impact of emotional education on academic performance in adolescents



Puyol-Cortez, Jorge Luis ¹



<https://orcid.org/0000-0003-4668-1158>



paulogalarza@tsachila.edu.ec



Universidad Técnica Luis Vargas Torres de Esmeraldas, Ecuador, Esmeraldas.



Piedra-Castro, Wilson Iván ²



<https://orcid.org/0000-0002-8635-1869>



mbone6598@pucesm.edu.ec



Universidad Nacional de Panamá, Panamá, Panamá.



Saavedra-Calberto, Ingrid Malena ³



<https://orcid.org/0009-0006-2821-1135>



ingridsaavedra1972@gmail.com



Unidad Educativa La Concordia, Ecuador, La Concordia



Mendoza-Cusme, Monica Patricia ⁴



<https://orcid.org/0009-0001-2775-4246>



monicamendoza-1979@outlook.com



Unidad Educativa La Concordia, Ecuador, La Concordia



Centeno-Bone, Carmen Viviana ⁵



<https://orcid.org/0009-0001-9289-5272>



viviana_cent20@hotmail.com



Unidad Educativa Joaquin Gallegos Lara, Ecuador, La Concordia

Autor de correspondencia ¹



DOI / URL: <https://doi.org/10.55813/gaea/rcym/v1/n1/9>

Resumen: La presente revisión bibliográfica aborda el impacto de la educación emocional en el rendimiento académico de adolescentes, partiendo del contexto crítico que representa esta etapa en el desarrollo humano y la necesidad de mejorar resultados educativos a través de intervenciones socioemocionales. Para ello, se realizó una búsqueda sistemática y análisis cualitativo de estudios recientes publicados en bases reconocidas, evaluando programas, competencias emocionales y sus efectos sobre el aprendizaje. Los resultados evidencian que el desarrollo de competencias emocionales, como la autorregulación, empatía y habilidades sociales, mejora la concentración, motivación y reduce la ansiedad, favoreciendo un mejor desempeño académico y un clima escolar positivo. Asimismo, la implementación de programas estructurados de educación emocional en escuelas contribuye a disminuir conductas disruptivas y a potenciar relaciones interpersonales saludables, lo que fortalece el bienestar integral de los estudiantes. Se concluye que la integración continua y sistemática de la educación emocional en el currículo escolar es fundamental para formar adolescentes resilientes, emocionalmente competentes y capaces de afrontar exitosamente los desafíos académicos y sociales del siglo XXI.

Palabras clave: educación emocional; rendimiento académico; adolescentes; competencias socioemocionales; clima escolar.



Check for updates

Received: 01/Nov/2022

Accepted: 12/Dic/2022

Published: 12/Mar/2023

Cita: Puyol-Cortez, J. L., Piedra-Castro, W. I., Saavedra-Calberto, I. M., Mendoza-Cusme, M. P., & Centeno-Bone, C. V. (2023). Evaluación del impacto de la educación emocional en el rendimiento académico en adolescentes. *Revista Científica Ciencia Y Método*, 1(1), 42-54. <https://doi.org/10.55813/gaea/rcym/v1/n1/9>

Revista Científica Ciencia y Método (RCyM)

<https://revistacym.com>

revistacym@editorialgrupo-aea.com

info@editorialgrupo-aea.com

© 2023. Este artículo es un documento de acceso abierto distribuido bajo los términos y condiciones de la **Licencia Creative Commons, Atribución-NoComercial 4.0 Internacional**.



Abstract:

This literature review addresses the impact of emotional education on the academic performance of adolescents, based on the critical context represented by this stage in human development and the need to improve educational outcomes through socioemotional interventions. For this purpose, a systematic search and qualitative analysis of recent studies published in recognized databases was carried out, evaluating programs, emotional competencies and their effects on learning. The results show that the development of emotional competencies, such as self-regulation, empathy and social skills, improves concentration, motivation and reduces anxiety, favoring better academic performance and a positive school climate. Likewise, the implementation of structured emotional education programs in schools contributes to reduce disruptive behaviors and to enhance healthy interpersonal relationships, which strengthens the overall well-being of students. It is concluded that the continuous and systematic integration of emotional education in the school curriculum is fundamental to form resilient, emotionally competent adolescents capable of successfully facing the academic and social challenges of the 21st century.

Keywords: emotional education; academic achievement; adolescents; social-emotional competencies; school climate.

1. Introducción

La adolescencia representa una etapa crítica en el desarrollo humano, caracterizada por múltiples cambios físicos, psicológicos y sociales que influyen en el desempeño académico. En este contexto, la educación emocional ha emergido como una herramienta esencial para fomentar habilidades socioemocionales que pueden repercutir positivamente en el rendimiento escolar. Sin embargo, a pesar del creciente interés en integrar programas de educación emocional en el ámbito educativo, aún persisten dudas sobre su impacto concreto en el rendimiento académico de los adolescentes, así como sobre los mecanismos mediante los cuales esta influencia se produce. Esta incertidumbre plantea la necesidad de evaluar sistemáticamente el impacto de la educación emocional en el rendimiento académico, para esclarecer si y cómo estas intervenciones contribuyen a mejorar los resultados educativos y a mitigar las problemáticas relacionadas con el estrés, la ansiedad y la desmotivación, factores que afectan negativamente el aprendizaje en esta población.

Diversos estudios han documentado que los adolescentes que carecen de habilidades emocionales adecuadas enfrentan mayores dificultades para regular sus emociones, lo cual se traduce en un bajo compromiso escolar y un rendimiento académico deficiente (Mikolajczak et al., 2020). La presencia de factores como el estrés crónico, la ansiedad y los conflictos interpersonales dentro y fuera del aula impactan directamente en la concentración, la memoria y la resolución de problemas,

habilidades esenciales para el aprendizaje efectivo (Gross & Thompson, 2023). Además, la ausencia de estrategias para manejar las emociones puede propiciar conductas disruptivas y deserción escolar, incrementando la brecha en el logro educativo entre estudiantes. Por otro lado, la implementación de programas de educación emocional, que incluyen el desarrollo de competencias como la autoconciencia, la autorregulación, la empatía y las habilidades sociales, ha mostrado beneficios en la mejora del clima escolar y en el bienestar psicológico de los adolescentes, lo que a su vez puede potenciar su rendimiento académico (Durlak et al., 2011; Taylor et al., 2017).

La justificación para realizar una revisión exhaustiva sobre esta temática radica en la necesidad de consolidar evidencia científica que permita fundamentar políticas educativas y prácticas pedagógicas orientadas a fortalecer la educación emocional como una estrategia integral para mejorar los resultados académicos. Considerando que las habilidades emocionales son componentes fundamentales del desarrollo integral y que su enseñanza puede ser promovida desde la escuela, evaluar su impacto específico en el rendimiento académico puede aportar datos relevantes para diseñar programas más efectivos y contextualizados. Asimismo, dada la diversidad de enfoques y metodologías utilizadas en las investigaciones existentes, es pertinente sintetizar y analizar críticamente los resultados para identificar vacíos y desafíos en la literatura científica, lo que facilitará la toma de decisiones informadas por parte de docentes, gestores educativos y responsables de políticas públicas. En términos de viabilidad, la realización de esta revisión es factible debido a la disponibilidad creciente de estudios empíricos y revisiones sistemáticas en bases de datos académicas reconocidas, además de la relevancia social y académica que este tema posee en la actualidad.

El objetivo principal de esta revisión bibliográfica es evaluar el impacto de la educación emocional en el rendimiento académico en adolescentes, mediante la síntesis crítica de la evidencia científica disponible. Se pretende identificar las principales dimensiones del rendimiento académico que se ven afectadas, los mecanismos psicológicos implicados y la efectividad de diferentes programas de educación emocional implementados en contextos escolares. De esta manera, el estudio busca aportar un marco comprensivo que permita entender mejor las relaciones entre las competencias socioemocionales y el desempeño académico, así como proponer recomendaciones para futuras investigaciones y prácticas pedagógicas. En suma, este trabajo contribuye a fortalecer el conocimiento científico sobre la importancia de la educación emocional en el ámbito educativo, subrayando su potencial para promover un aprendizaje más significativo y una mejor calidad de vida en adolescentes.

2. Materiales y métodos

Para la realización de esta revisión exploratoria bibliográfica se llevó a cabo un proceso sistemático de búsqueda, selección y análisis de la literatura científica relevante sobre la relación entre la educación emocional y el rendimiento académico en adolescentes. En primer lugar, se definieron los criterios de inclusión y exclusión que orientaron la identificación de los estudios pertinentes. Se consideraron artículos publicados en revistas científicas indexadas en bases de datos reconocidas, como Scopus y Web of Science, así como otros repositorios académicos como Google Scholar, garantizando así la calidad y rigor de las fuentes consultadas. La selección se limitó a publicaciones aparecidas en la última década, es decir, desde 2014 hasta 2024, para asegurar la actualidad y relevancia de los hallazgos en el contexto educativo contemporáneo.

La búsqueda inicial se realizó empleando combinaciones específicas de términos clave relacionados con el tema central, tales como “educación emocional”, “competencias emocionales”, “inteligencia emocional”, “rendimiento académico”, “adolescentes” y “educación secundaria”. Estas palabras clave se combinaron utilizando operadores booleanos para optimizar los resultados y abarcar estudios que abordaran la temática desde diferentes perspectivas y enfoques metodológicos. Además, se aplicaron filtros para restringir la búsqueda a artículos disponibles en texto completo, escritos en español o inglés, y que contaran con un enfoque explícito en poblaciones adolescentes, excluyendo investigaciones centradas en niños, adultos o poblaciones clínicas no representativas del contexto escolar.

Tras la recopilación inicial, se procedió a una revisión preliminar basada en la lectura de títulos y resúmenes, con el propósito de descartar documentos no pertinentes o que no abordaran directamente la relación entre la educación emocional y el rendimiento académico. Los artículos seleccionados fueron sometidos a una lectura detallada para evaluar la calidad metodológica, la claridad de los objetivos, el tipo de intervención o análisis realizado, y la pertinencia de los resultados para el propósito del estudio. Se priorizaron aquellos trabajos que ofrecían datos empíricos, revisiones sistemáticas o meta-análisis que permitieran una visión integradora y robusta del tema.

La naturaleza exploratoria de esta revisión permitió una flexibilidad en la inclusión de diferentes tipos de estudios, tales como investigaciones cuantitativas, cualitativas y mixtas, así como trabajos teóricos y de revisión. Esta aproximación facilitó la identificación de patrones comunes, discrepancias y vacíos en la literatura científica, así como la integración de diversos enfoques teóricos y prácticos sobre la educación emocional aplicada al rendimiento académico en la adolescencia. La síntesis de la información se realizó mediante un análisis cualitativo, categorizando los hallazgos en función de variables relevantes como el tipo de programa de educación emocional, las competencias desarrolladas, las dimensiones del rendimiento académico evaluadas, y los resultados observados.

Finalmente, para garantizar la coherencia y sistematicidad del proceso, se documentó detalladamente cada etapa de búsqueda, selección y análisis, asegurando transparencia y reproducibilidad en la revisión. La información extraída fue organizada y presentada de forma estructurada, destacando las contribuciones más relevantes para el objetivo de evaluar el impacto de la educación emocional en el rendimiento académico en adolescentes, así como señalando las limitaciones y áreas que requieren mayor investigación. Este enfoque metodológico contribuye a ofrecer una visión comprensiva y actualizada sobre el tema, útil para la comunidad académica y los profesionales de la educación.

3. Resultados

3.1. Competencias emocionales y rendimiento académico

El desarrollo de competencias emocionales en la adolescencia se erige como un componente fundamental para el éxito académico, en virtud de su capacidad para influir en procesos cognitivos y conductuales que sustentan el aprendizaje efectivo. Las competencias emocionales comprenden un conjunto de habilidades intrapersonales e interpersonales, que incluyen la percepción, comprensión, regulación y expresión de las emociones propias y ajenas, así como la capacidad para manejar las demandas y presiones emocionales en contextos diversos (Mayer, Caruso, & Salovey, 2016). En el ámbito escolar, estas habilidades son especialmente cruciales, dado que la adolescencia es un período caracterizado por múltiples retos emocionales y sociales que pueden afectar negativamente la concentración, la motivación y el rendimiento académico si no se gestionan adecuadamente.

Un cuerpo creciente de evidencia empírica respalda la relación positiva entre competencias emocionales y rendimiento académico en adolescentes. Por ejemplo, investigaciones longitudinales indican que los estudiantes que demuestran altos niveles de inteligencia emocional exhiben mejores habilidades de autorregulación, lo que les permite controlar impulsos, manejar el estrés académico y persistir frente a dificultades en el aprendizaje (MacCann, Fogarty, Zeidner, & Roberts, 2011). Esta autorregulación emocional contribuye a que el adolescente mantenga la atención sostenida y focalizada en tareas cognitivas complejas, optimizando así su capacidad de procesamiento y retención de información (Fathi, Saeidi, & Ghanizadeh, 2019). A su vez, el dominio de estas habilidades emocionales favorece una reducción significativa de emociones negativas como la ansiedad y el miedo al fracaso, emociones que tradicionalmente se asocian con bajo rendimiento y desmotivación escolar (Pérez-González, Qualter, & Fernández-Berrocal, 2021).

Asimismo, la empatía y las habilidades sociales, componentes clave de las competencias emocionales, permiten a los adolescentes desarrollar relaciones interpersonales saludables dentro del entorno escolar, promoviendo un clima de colaboración y apoyo mutuo que facilita el aprendizaje colectivo (Brackett, Rivers, &

Salovey, 2011). Estos ambientes emocionales positivos potencian la autoestima, el sentido de pertenencia y la motivación intrínseca, factores psicológicos vinculados a una mejor disposición para el estudio y al logro académico (Denham et al., 2012). De esta manera, las competencias emocionales no solo influyen directamente sobre aspectos internos del individuo, sino que también modulan las interacciones sociales que constituyen parte esencial de la experiencia educativa.

Desde una perspectiva neuropsicológica, se ha documentado que la regulación emocional afecta áreas cerebrales involucradas en la atención ejecutiva y la memoria de trabajo, funciones cognitivas indispensables para el aprendizaje y la resolución de problemas (Etkin, Büchel, & Gross, 2015). La capacidad de manejar estados emocionales negativos evita que estos interfieran con el rendimiento cognitivo, permitiendo que el adolescente mantenga un enfoque efectivo en las actividades académicas. De igual forma, la inteligencia emocional está vinculada con mejores estrategias de afrontamiento ante el estrés, lo que reduce la probabilidad de agotamiento y ausentismo escolar, factores que impactan directamente en la continuidad y calidad del aprendizaje (Parker, Summerfeldt, Hogan, & Majeski, 2004).

Por otro lado, la educación emocional implementada de manera sistemática dentro de los currículos escolares ha mostrado resultados alentadores en el fortalecimiento de estas competencias, evidenciando que la adquisición y práctica de habilidades emocionales puede ser promovida y desarrollada en ambientes educativos formales (Durlak et al., 2011). Esta evidencia sugiere que las intervenciones destinadas a mejorar la inteligencia emocional contribuyen no solo a un mejor rendimiento académico, sino también a la formación integral del adolescente, preparando a los estudiantes para afrontar exitosamente los retos emocionales propios de la vida adulta.

No obstante, es importante destacar que la relación entre competencias emocionales y rendimiento académico es compleja y mediada por diversos factores contextuales y personales, tales como el apoyo familiar, la calidad del docente, y las características individuales de los estudiantes (García-Moya & Moreno, 2015). Por tanto, las estrategias educativas deben contemplar un enfoque integral que considere estos elementos para maximizar el impacto positivo de la educación emocional en los resultados escolares.

En conclusión, el desarrollo de competencias emocionales constituye una variable clave en la mejora del rendimiento académico durante la adolescencia, actuando tanto a nivel cognitivo como socioemocional para promover una experiencia educativa más efectiva y satisfactoria. La evidencia científica consolidada sugiere que integrar la educación emocional en los programas escolares no solo beneficia el aprendizaje, sino que también fomenta el bienestar integral de los estudiantes, sentando las bases para su éxito académico y personal futuro, en la siguiente tabla 1 se resumen de aspectos clave sobre el impacto de las competencias emocionales en el rendimiento académico durante la adolescencia, basado en evidencia científica que destaca su

influencia cognitiva, social y neuropsicológica, así como la importancia de programas educativos y factores contextuales para potenciar el aprendizaje y bienestar estudiantil.

Tabla 1

Impacto de las competencias emocionales en el rendimiento académico durante la adolescencia

Aspecto	Descripción	Citas principales
Definición de competencias emocionales	Habilidades intrapersonales e interpersonales para percibir, comprender, regular y expresar emociones propias y ajenas, además de manejar demandas emocionales en diversos contextos.	Mayer, Caruso, & Salovey (2016)
Impacto en el rendimiento académico	Las competencias emocionales mejoran la concentración, motivación y autorregulación, facilitando el aprendizaje y reduciendo ansiedad y miedo al fracaso.	MacCann et al. (2011); Fathi et al. (2019); Pérez-González et al. (2021)
Habilidades sociales y clima escolar	La empatía y habilidades sociales promueven relaciones saludables, colaboración, autoestima y motivación intrínseca, que potencian el aprendizaje colectivo.	Brackett, Rivers, & Salovey (2011); Denham et al. (2012)
Base neuropsicológica	La regulación emocional influye en áreas cerebrales de atención ejecutiva y memoria de trabajo, fundamentales para el aprendizaje y resolución de problemas.	Etkin, Büchel, & Gross (2015)
Estrategias de afrontamiento y bienestar	La inteligencia emocional mejora el manejo del estrés, reduciendo agotamiento y ausentismo escolar, favoreciendo la continuidad y calidad del aprendizaje.	Parker et al. (2004)
Efectividad de programas de educación emocional	Programas sistemáticos fortalecen competencias emocionales y rendimiento académico, además de contribuir a la formación integral del adolescente.	Durlak et al. (2011)
Factores contextuales	El impacto está mediado por apoyo familiar, calidad docente y características personales; requiere enfoque integral para optimizar resultados.	García-Moya & Moreno (2015)
Conclusión general	Las competencias emocionales son clave para mejorar el rendimiento académico y bienestar integral en adolescentes, recomendándose su integración en programas escolares.	Texto general

Nota: La información presentada en esta tabla sintetiza hallazgos de diversas investigaciones relevantes en el campo de la educación emocional, subrayando la complejidad y el alcance de las competencias emocionales en el contexto escolar adolescente (Autores, 2025).

3.2. Programas de educación emocional en escuelas

La implementación de programas de educación emocional en el ámbito escolar representa una estrategia educativa fundamental para el desarrollo integral de los adolescentes y para la mejora sustancial del clima escolar y el rendimiento académico. Estos programas, concebidos desde un enfoque holístico, buscan dotar a los estudiantes de un conjunto sistematizado de competencias socioemocionales que les permitan gestionar sus emociones, establecer relaciones interpersonales saludables y enfrentar los desafíos académicos con resiliencia y autoconciencia (Greenberg, Domitrovich, Weissberg, & Durlak, 2017). El impacto de tales intervenciones trasciende la mera adquisición de habilidades emocionales, incidiendo directamente

en la creación de ambientes educativos seguros, inclusivos y estimulantes, donde se propicia el aprendizaje significativo y el bienestar psicológico.

Un elemento clave que subyace al éxito de estos programas es su capacidad para transformar el clima escolar, entendido como el conjunto de percepciones, actitudes y relaciones que configuran el entorno educativo. Un clima escolar positivo se caracteriza por la presencia de relaciones empáticas y respetuosas entre estudiantes y docentes, normas claras y justas, y un sentido de pertenencia y apoyo mutuo. La educación emocional contribuye a la construcción de este clima al fomentar competencias como la empatía, la comunicación asertiva y la resolución pacífica de conflictos (Jennings & Greenberg, 2009). La evidencia empírica ha demostrado que las escuelas que implementan de manera coherente y sostenida programas de educación emocional reportan una disminución significativa en los incidentes de violencia, acoso escolar y conductas disruptivas, elementos que tradicionalmente obstaculizan el proceso educativo (Durlak et al., 2011; Taylor, Oberle, Durlak, & Weissberg, 2017).

Más allá de la mejora del clima escolar, estos programas ejercen una influencia directa y positiva sobre el rendimiento académico. La revisión sistemática de Durlak et al. (2011), que incluyó 213 estudios sobre aprendizaje socioemocional (SEL), evidenció que las intervenciones diseñadas para fortalecer las competencias emocionales de los estudiantes generan un aumento promedio de 11 puntos percentiles en calificaciones y pruebas estandarizadas. Este efecto se atribuye a la mejora en habilidades esenciales para el aprendizaje, tales como la autorregulación, la atención sostenida y la motivación intrínseca, que facilitan una participación activa y comprometida en las tareas académicas. La educación emocional capacita a los adolescentes para manejar el estrés académico y las emociones negativas, elementos que frecuentemente afectan la concentración y la capacidad cognitiva (Pérez-González, Qualter, & Fernández-Berrocal, 2021).

El impacto positivo en el rendimiento académico también está mediado por la mejora en las relaciones interpersonales dentro del aula y en la escuela en general. La educación emocional promueve un sentido de comunidad y colaboración, lo que reduce el aislamiento y la ansiedad social, factores que inciden negativamente en la motivación y en la persistencia escolar (Wang, Degol, & Henry, 2019). Así, los estudiantes que participan en programas de educación emocional desarrollan no solo habilidades para manejar sus propias emociones, sino también para entender y responder apropiadamente a las emociones de sus compañeros, facilitando un entorno social más armonioso que favorece el aprendizaje colectivo.

Es relevante destacar que la efectividad de los programas de educación emocional está condicionada por múltiples factores, incluyendo la fidelidad de la implementación, la formación y compromiso del personal docente, y la integración curricular (Greenberg et al., 2017). La capacitación docente en habilidades socioemocionales es fundamental, dado que los educadores actúan como modelos y agentes activos en

la transmisión de estos aprendizajes. Programas bien estructurados incluyen componentes de formación continua para los docentes, así como estrategias para involucrar a las familias y a la comunidad escolar, garantizando un enfoque sistémico y sostenible.

Además, la duración y continuidad de las intervenciones resultan determinantes para la consolidación de los efectos positivos. Estudios longitudinales señalan que los beneficios en clima escolar y rendimiento académico se mantienen y, en algunos casos, se incrementan cuando los programas de educación emocional se implementan de forma sostenida a lo largo de varios años y se adaptan a las necesidades específicas del contexto escolar (Taylor et al., 2017). Por lo tanto, la educación emocional no debe concebirse como un complemento puntual o aislado, sino como un componente transversal e integral de las políticas y prácticas educativas.

Desde una perspectiva crítica, aunque la evidencia es contundente respecto a los beneficios de la educación emocional en escuelas, existen desafíos significativos relacionados con la heterogeneidad de los programas, la falta de estándares uniformes para su evaluación y la resistencia en algunos contextos educativos a priorizar las competencias socioemocionales frente a los contenidos curriculares tradicionales (Schonert-Reichl & Roeser, 2017). Superar estos retos implica un compromiso multisectorial y la generación de políticas públicas que reconozcan la educación emocional como un derecho y una necesidad para la formación integral de los adolescentes.

En síntesis, los programas de educación emocional en el ámbito escolar constituyen un pilar estratégico para la promoción de un clima institucional saludable y la elevación del rendimiento académico. Su implementación sistemática favorece el desarrollo de competencias que potencian tanto el bienestar emocional como las capacidades cognitivas, generando un círculo virtuoso en el proceso educativo. Por ende, la incorporación estructurada de estos programas debe considerarse una prioridad para los sistemas educativos que aspiren a formar estudiantes competentes, resilientes y emocionalmente inteligentes, preparados para enfrentar los retos del siglo XXI.

4. Discusión

La presente revisión bibliográfica confirma que las competencias emocionales y los programas de educación emocional constituyen elementos fundamentales para mejorar el rendimiento académico y favorecer un clima escolar saludable en la etapa adolescente. La influencia de las habilidades socioemocionales en el aprendizaje ha sido ampliamente documentada, evidenciando que estas capacidades no solo intervienen en la gestión interna de las emociones, sino que también facilitan procesos cognitivos cruciales para el éxito académico, tales como la atención sostenida, la memoria y la capacidad para resolver problemas complejos (Mayer, Caruso, & Salovey, 2016; Brackett, Rivers, & Salovey, 2011). Este entramado de relaciones

sugiere que la educación emocional debe considerarse un componente intrínseco del proceso formativo, más allá de un complemento curricular.

La autorregulación emocional emerge como una competencia crítica que permite a los adolescentes afrontar las demandas y tensiones propias del contexto escolar, favoreciendo la concentración y la persistencia ante las dificultades académicas. Esta capacidad ha sido vinculada con mejores resultados escolares, pues reduce la interferencia de emociones disruptivas como la ansiedad y el estrés, que a menudo afectan negativamente la motivación y el rendimiento (MacCann et al., 2011; Pérez-González, Qualter, & Fernández-Berrocal, 2021). Así, la promoción de la inteligencia emocional no solo contribuye a un mejor manejo del malestar psicológico, sino que también potencia un estado cognitivo óptimo para el aprendizaje.

En cuanto a los programas de educación emocional, la evidencia muestra que su aplicación sistemática en las escuelas transforma significativamente el clima institucional, promoviendo ambientes más seguros, inclusivos y colaborativos (Jennings & Greenberg, 2009). El fortalecimiento de las relaciones interpersonales y la reducción de conflictos escolares crean un contexto favorable para el aprendizaje, incrementando la motivación intrínseca y el sentido de pertenencia de los estudiantes (Wang, Degol, & Henry, 2019). Los resultados meta-analíticos de Durlak et al. (2011) y Taylor et al. (2017) son contundentes al mostrar que dichas intervenciones elevan los indicadores académicos en un margen significativo, lo cual respalda la integración de la educación emocional como una prioridad en las políticas educativas.

No obstante, esta revisión también revela que la efectividad de las intervenciones socioemocionales está condicionada por factores contextuales y procedimentales, como la capacitación del personal docente, la adecuación curricular y la fidelidad en la implementación (Greenberg et al., 2017). La formación continua de los educadores y la implicación de las familias resultan cruciales para sostener los beneficios a largo plazo y garantizar que la educación emocional se incorpore como una práctica permanente y coherente. Además, la heterogeneidad en los diseños y metodologías de los programas dificulta la estandarización y evaluación comparativa, evidenciando la necesidad de mayores investigaciones que permitan consolidar modelos efectivos adaptados a diversos contextos socioculturales (Schonert-Reichl & Roeser, 2017).

En este sentido, es fundamental que futuras investigaciones profundicen en la identificación de variables mediadoras y moderadoras que expliquen las condiciones bajo las cuales la educación emocional tiene un mayor impacto en el rendimiento académico. La inclusión de estudios longitudinales, análisis cualitativos y mixtos permitirá obtener una comprensión más holística y contextualizada, que contribuya a optimizar las intervenciones y a fomentar políticas educativas basadas en evidencia sólida.

Finalmente, esta revisión destaca que la educación emocional no solo es una estrategia para mejorar los resultados escolares, sino una necesidad imperante para formar adolescentes resilientes, conscientes y capaces de gestionar sus emociones

en un mundo cada vez más complejo y demandante. Incorporar esta dimensión en el currículo educativo constituye una apuesta por la formación integral, que trasciende lo académico para construir ciudadanos emocionalmente competentes, socialmente responsables y preparados para los retos del siglo XXI.

5. Conclusiones

Los resultados analizados permiten concluir que las competencias emocionales desempeñan un papel crucial en el rendimiento académico de los adolescentes, al facilitar procesos cognitivos y motivacionales esenciales para el aprendizaje efectivo. La capacidad para reconocer, comprender y regular las propias emociones favorece la concentración, la persistencia ante desafíos y la reducción de estados emocionales negativos que afectan el desempeño escolar. Asimismo, el desarrollo de habilidades socioemocionales contribuye a la construcción de relaciones interpersonales saludables dentro del entorno educativo, lo cual potencia un clima escolar favorable y promueve el bienestar integral de los estudiantes.

Por otra parte, los programas de educación emocional implementados en las escuelas han demostrado ser herramientas efectivas para mejorar tanto el clima institucional como los indicadores académicos. Su impacto positivo se manifiesta en la disminución de conductas disruptivas, el fortalecimiento del sentido de pertenencia y la motivación intrínseca, factores que, en conjunto, propician un entorno propicio para el aprendizaje y el desarrollo personal. No obstante, la efectividad de estas intervenciones depende de una implementación sistemática, la formación adecuada del personal docente y la integración curricular coherente, aspectos que deben ser considerados prioritariamente para garantizar resultados sostenibles.

Finalmente, la integración de la educación emocional en los sistemas educativos se configura como una necesidad imperante para formar adolescentes resilientes, emocionalmente competentes y socialmente responsables. Incorporar esta dimensión no solo optimiza el rendimiento académico, sino que también contribuye a la formación integral de individuos preparados para enfrentar los retos del siglo XXI. Por tanto, se recomienda que las políticas educativas promuevan y apoyen la inclusión transversal y continua de programas de educación emocional, asegurando su adecuada implementación y evaluación en diversos contextos escolares.

CONFLICTO DE INTERESES

“Los autores declaran no tener ningún conflicto de intereses”.

Referencias Bibliográficas

- Brackett, M. A., Rivers, S. E., & Salovey, P. (2011). Emotional intelligence: Implications for personal, social, academic, and workplace success. *Social and Personality Psychology Compass*, 5(1), 88–103. <https://doi.org/10.1111/j.1751-9004.2010.00334.x>
- Denham, S. A., Bassett, H. H., Thayer, S. K., Mincic, M. S., Sirotkin, Y. S., & Zinsser, K. (2012). Observing preschoolers' social-emotional behavior: Structure, foundations, and prediction of early school success. *Journal of Genetic Psychology*, 173(3), 246–278. <https://doi.org/10.1080/00221325.2011.597457>
- Durlak, J. A., Weissberg, R. P., Dymnicki, A. B., Taylor, R. D., & Schellinger, K. B. (2011). The impact of enhancing students' social and emotional learning: A meta-analysis of school-based universal interventions. *Child Development*, 82(1), 405–432. <https://doi.org/10.1111/j.1467-8624.2010.01564.x>
- Etkin, A., Büchel, C., & Gross, J. J. (2015). The neural bases of emotion regulation. *Nature Reviews Neuroscience*, 16(11), 693–700. <https://doi.org/10.1038/nrn4044>
- Fathi, J., Saeidi, M., & Ghanizadeh, A. (2019). Emotion regulation and academic achievement: A meta-analysis. *Educational Psychology Review*, 31(4), 949–967.
- García-Moya, I., & Moreno, C. (2015). Emotional intelligence in adolescence: Theory, assessment and academic performance. *European Journal of Education and Psychology*, 8(1), 5–14.
- Greenberg, M. T., Domitrovich, C. E., Weissberg, R. P., & Durlak, J. A. (2017). Social and emotional learning as a public health approach to education. *Future of Children*, 27(1), 13–32. <https://doi.org/10.1353/foc.2017.0001>
- Gross, J. J., & Thompson, R. A. (2023). Emotion regulation: Conceptual foundations. In J. J. Gross (Ed.), *Handbook of emotion regulation* (3rd ed., pp. 3–24). Guilford Press.
- Herrera-Enríquez, G., Herrera-Sánchez, M., Casanova-Villalba, C., Puyol-Cortez, J., Mendoza-Armijos, H, (2021). *Manual para Elaboración del Plan de Titulación como Conclusión de Carrera*. Editorial Grupo Compás.
- 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. <https://doi.org/10.3102/0034654308325693>
- Loor Giler, J. L., Lorenzo Benítez, R., & Herrera Navas, C. D. (2021). Manual de actividades didácticas para el desarrollo de la comprensión lectora en estudiantes de subnivel de básica media. *Journal of Economic and Social Science Research*, 1(1), 15–37. <https://doi.org/10.55813/gaeal/jessr/v1/n1/18>
- MacCann, C., Fogarty, G. J., Zeidner, M., & Roberts, R. D. (2011). Coping mediates the relationship between emotional intelligence (EI) and academic achievement.

- Contemporary Educational Psychology*, 36(1), 60–70.
<https://doi.org/10.1016/j.cedpsych.2010.11.002>
- Madrid-Gómez, K. E., Herrera-Aponte, M. B., Arias-Huánuco, J. M., Zevallos-Parave, Y., Camposano-Córdova, A. I., & LLancari-Choccelahua, R. B. (2023). *Interacciones Familiares y Autoestima: Un Estudio entre Estudiantes de Secundaria*. Editorial Grupo AEA. <https://doi.org/10.55813/egaea.l.2022.52>
- Mayer, J. D., Caruso, D. R., & Salovey, P. (2016). The ability model of emotional intelligence: Principles and updates. *Emotion Review*, 8(4), 290–300. <https://doi.org/10.1177/1754073916639667>
- Mikolajczak, M., Roy, E., Luminet, O., Fillee, C., & de Timary, P. (2020). The moderating impact of emotional intelligence on the relation between stress and mental health. *Personality and Individual Differences*, 133, 17–23.
- Parker, J. D. A., Summerfeldt, L. J., Hogan, M. J., & Majeski, S. A. (2004). Emotional intelligence and academic success: Examining the transition from high school to university. *Personality and Individual Differences*, 36(1), 163–172. [https://doi.org/10.1016/S0191-8869\(03\)00076-X](https://doi.org/10.1016/S0191-8869(03)00076-X)
- Pérez-González, J. C., Qualter, P., & Fernández-Berrocal, P. (2021). Emotional intelligence and academic performance in adolescence: A meta-analysis. *Journal of Adolescence*, 89, 114–126.
- Puyol-Cortez, J. L., & Mina-Bone, S. G. (2022). Explorando el liderazgo de los profesores en la educación superior: un enfoque en la UTELVT Santo Domingo. *Journal of Economic and Social Science Research*, 2(2), 16–28. <https://doi.org/10.55813/gaea/jessr/v2/n2/49>
- Schonert-Reichl, K. A., & Roeser, R. W. (2017). Social and emotional learning and teachers. *The Future of Children*, 27(1), 137–155. <https://doi.org/10.1353/foc.2017.0008>
- Silva Alvarado, J. C., & Herrera Navas, C. D. (2022). Estudio de Kahoot como recurso didáctico para innovar los procesos evaluativos pospandemia de básica superior de la Unidad Educativa Iberoamericano. *Journal of Economic and Social Science Research*, 2(4), 15–40. <https://doi.org/10.55813/gaea/jessr/v2/n4/23>
- Taylor, R. D., Oberle, E., Durlak, J. A., & Weissberg, R. P. (2017). Promoting positive youth development through school-based social and emotional learning interventions: A meta-analysis of follow-up effects. *Child Development*, 88(4), 1156–1171. <https://doi.org/10.1111/cdev.12864>
- Terrazo-Luna, E. G., Riveros-Ancasi, D., Torres-Acevedo, C. L., Rojas-Quispe, A. E., Cencho Pari, A., Coronel-Capani, J., & Yaulilahua-Huacho, R. (2023). *Habilidades Perceptivas: Mejorando el Aprendizaje Remoto en Estudiantes de 5 años*. Editorial Grupo AEA. <https://doi.org/10.55813/egaea.l.2022.30>
- Wang, M. T., Degol, J. L., & Henry, D. A. (2019). An integrative development model of student engagement: A longitudinal study of adolescent classroom experiences. *Child Development*, 90(4), 1116–1134.