

Inteligencia emocional como predictor del rendimiento académico en estudiantes de Bachillerato
Emotional Intelligence as a Predictor of Academic Performance in High School Students

Lic. Tomala Tigrero Isabel Gioconda, Lic. Martinez Lopez Mary Cecibel, Lic. Rodriguez Alvarado Genesis Paola
Lic. Martinez Ladines Zoila America

CIENCIA, TECNOLOGÍA Y SOCIEDAD

Julio - diciembre, V°7-N°2; 2026

Recibido: 20-09-2026

Aceptado: 22-09-2026

Publicado: 31-12-2026

PAIS

- Guayas - Ecuador
- Guayas - Ecuador
- Guayas - Ecuador
- Guayas - Ecuador

INSTITUCION

- Unidad Educativa "Pedro Pablo Barrezueta Mendoza"
- Unidad Educativa "Pedro Pablo Barrezueta Mendoza"
- Unidad Educativa "Pedro Pablo Barrezueta Mendoza"
- Unidad Educativa "Pedro Pablo Barrezueta Mendoza"

CORREO:

- ✉ isabelg.tomala@educacion.gob.ec
- ✉ ceci_belle@yahoo.com
- ✉ genesisp.rodriguez@educacion.gob.ec
- ✉ america.martinez@educacion.gob.ec

ORCID:

- 🌐 <https://orcid.org/0009-0003-2433-1680>
- 🌐 <https://orcid.org/0009-0000-8055-7375>
- 🌐 <https://orcid.org/0009-0003-6802-9520>
- 🌐 <https://orcid.org/0009-0000-5112-3148>

FORMATO DE CITA APA.

Tomala, I., Martínez, M., Rodríguez, G. & Martínez, Z. (2026). Inteligencia emocional como predictor del rendimiento académico en estudiantes de Bachillerato. *Revista G-ner@ndo*, V°7 (N°2), P. 4471 – 4483.

Resumen

La inteligencia emocional constituye una competencia fundamental dentro del desarrollo integral de los estudiantes, debido a que influye en la capacidad para reconocer y gestionar emociones, establecer relaciones positivas, afrontar dificultades y mantener una adecuada motivación hacia el aprendizaje. En el nivel de Bachillerato, donde los estudiantes enfrentan mayores exigencias académicas y personales, el manejo emocional puede convertirse en un factor determinante para alcanzar mejores resultados educativos. El presente artículo tiene como objetivo analizar la influencia de la inteligencia emocional como predictor del rendimiento académico en estudiantes de Bachillerato. La investigación se desarrolló mediante un enfoque mixto, con diseño no experimental y alcance descriptivo-correlacional. Se analizaron dimensiones relacionadas con autoconocimiento emocional, autorregulación, motivación, empatía, habilidades sociales y desempeño académico. Los resultados evidencian que los estudiantes con mayores niveles de inteligencia emocional presentan mejores capacidades para organizar sus actividades académicas, afrontar situaciones de estrés, mantener la motivación y desarrollar relaciones favorables dentro del entorno educativo. Asimismo, se identificó que factores emocionales como la regulación de emociones y la perseverancia influyen en la disposición del estudiante hacia el aprendizaje. Se concluye que la inteligencia emocional representa un factor relevante asociado al rendimiento académico, debido a que permite desarrollar habilidades personales que favorecen la adaptación escolar, la motivación y la gestión efectiva de los desafíos educativos.

Palabras clave: inteligencia emocional, rendimiento académico, Bachillerato, autorregulación, competencias socioemocionales.

Abstract

Emotional intelligence is a fundamental competence in students' comprehensive development because it influences their ability to recognize and manage emotions, establish positive relationships, cope with difficulties, and maintain learning motivation. At the high school level, where students face greater academic and personal demands, emotional management can become an important factor associated with educational outcomes. This article aims to analyze emotional intelligence as a predictor of academic performance among high school students. The research followed a mixed-method approach with a non-experimental and descriptive-correlational design. The study analyzed dimensions related to emotional self-awareness, self-regulation, motivation, empathy, social skills, and academic performance. The results show that students with higher levels of emotional intelligence demonstrate greater ability to organize academic activities, manage stress, maintain motivation, and develop positive relationships within educational environments. It is concluded that emotional intelligence represents an important factor associated with academic performance because it contributes to personal skills that support school adaptation, motivation, and effective management of educational challenges.

Keywords: emotional intelligence, academic performance, high school, self-regulation, socioemotional competencies.

Introducción

El rendimiento académico constituye uno de los principales indicadores dentro de los procesos educativos, debido a que refleja el nivel de adquisición de conocimientos, desarrollo de habilidades y cumplimiento de objetivos formativos. Tradicionalmente, los resultados académicos han sido relacionados principalmente con factores cognitivos; sin embargo, investigaciones actuales destacan la importancia de variables emocionales y personales en el desempeño estudiantil.

La etapa de Bachillerato representa un período caracterizado por mayores responsabilidades académicas, toma de decisiones relacionadas con el futuro profesional y cambios emocionales propios de la adolescencia. En este contexto, la inteligencia emocional adquiere relevancia debido a su relación con la manera en que los estudiantes enfrentan dificultades, regulan sus emociones y mantienen la motivación hacia sus objetivos.

La inteligencia emocional hace referencia a la capacidad de reconocer, comprender y gestionar las propias emociones, así como interpretar y responder adecuadamente a las emociones de otras personas. Estas habilidades influyen en la forma en que los estudiantes afrontan situaciones académicas, relaciones interpersonales y desafíos personales.

Según Goleman (2021), la inteligencia emocional comprende competencias relacionadas con autoconocimiento, autorregulación, motivación, empatía y habilidades sociales, elementos que pueden influir en la adaptación y desempeño de las personas en diferentes contextos.

En el ámbito educativo, un estudiante con adecuada regulación emocional puede enfrentar con mayor eficacia situaciones como evaluaciones, presión académica, dificultades de aprendizaje o conflictos interpersonales. Por el contrario, dificultades en la gestión emocional pueden afectar la concentración, motivación y continuidad del esfuerzo académico.

El rendimiento académico no depende exclusivamente de las capacidades intelectuales, sino también de factores relacionados con la perseverancia, manejo del estrés, establecimiento de metas y capacidad para afrontar errores como parte del aprendizaje.

De acuerdo con Mayer, Salovey y Caruso (2021), la inteligencia emocional permite utilizar la información emocional para orientar el pensamiento y la conducta, favoreciendo procesos de adaptación y resolución de problemas.

Por ello, analizar la relación entre inteligencia emocional y rendimiento académico resulta importante para comprender cómo los factores emocionales pueden influir en la trayectoria educativa de los estudiantes.

El desarrollo de programas educativos orientados al fortalecimiento emocional puede contribuir a generar ambientes escolares más favorables, donde los estudiantes desarrollen habilidades para gestionar sus emociones y mejorar sus procesos de aprendizaje.

Sin embargo, es necesario considerar que el rendimiento académico es un fenómeno complejo influenciado por múltiples factores, entre ellos aspectos familiares, sociales, económicos, pedagógicos y personales. Por esta razón, la inteligencia emocional debe analizarse como un elemento asociado dentro de un conjunto amplio de variables educativas.

El presente artículo tiene como objetivo analizar la inteligencia emocional como predictor del rendimiento académico en estudiantes de Bachillerato, identificando la relación entre habilidades emocionales y desempeño escolar.

Métodos y Materiales

La investigación se desarrolló bajo un enfoque mixto, combinando métodos cuantitativos y cualitativos para analizar la relación entre inteligencia emocional y rendimiento académico.

El enfoque cuantitativo permitió identificar niveles de inteligencia emocional y comparar su relación con indicadores académicos.

El enfoque cualitativo permitió comprender las percepciones docentes sobre la influencia emocional en el aprendizaje.

Análisis de Resultados

El análisis de resultados se desarrolló considerando la relación entre las variables inteligencia emocional y rendimiento académico en estudiantes de Bachillerato. La información fue recopilada mediante encuestas aplicadas a 80 estudiantes y entrevistas realizadas a 10 docentes, considerando dimensiones relacionadas con autoconocimiento emocional, autorregulación, motivación académica, empatía, habilidades sociales y desempeño escolar.

Los resultados evidencian que la inteligencia emocional representa un factor asociado al desempeño académico, debido a que las habilidades emocionales permiten a los estudiantes gestionar mejor sus emociones, mantener la motivación, enfrentar dificultades y desarrollar hábitos favorables para el aprendizaje.

Tabla 1.

Nivel general de inteligencia emocional en estudiantes de Bachillerato

Nivel de inteligencia emocional	Frecuencia	Porcentaje
Bajo	12	15 %
Medio	34	42,5 %
Alto	34	42,5 %
Total	80	100 %

Fuente: Encuesta aplicada a estudiantes.

Análisis e interpretación

Los resultados muestran que el 85 % de los estudiantes presenta niveles medios o altos de inteligencia emocional, mientras que un 15 % evidencia dificultades en el manejo emocional.

Estos datos reflejan que la mayoría de estudiantes posee capacidades relacionadas con reconocimiento emocional, interacción social y adaptación ante situaciones escolares.

Sin embargo, la presencia de estudiantes con niveles bajos evidencia la necesidad de fortalecer programas educativos orientados al desarrollo socioemocional, especialmente en aspectos como regulación emocional y manejo del estrés académico.

Tabla 2.

Relación entre autorregulación emocional y cumplimiento académico

Nivel de autorregulación	Frecuencia	Porcentaje
Baja	10	12,5 %
Media	31	38,75 %
Alta	39	48,75 %
Total	80	100 %

Fuente: Encuesta aplicada.

Análisis e interpretación

El 48,75 % de los estudiantes manifiesta un nivel alto de autorregulación emocional, relacionado con la capacidad de controlar impulsos, manejar presión académica y mantener la concentración.

Estos resultados evidencian que los estudiantes con mayor control emocional pueden enfrentar de mejor manera las exigencias escolares, organizar sus actividades y mantener una actitud constante hacia sus objetivos académicos.

La autorregulación se convierte en un elemento importante para sostener hábitos de estudio y responder adecuadamente ante dificultades educativas.

Tabla 3.

Influencia de la motivación emocional en el rendimiento académico

Nivel de influencia	Frecuencia	Porcentaje
Baja	11	13,75 %
Media	29	36,25 %
Alta	40	50 %
Total	80	100 %

Fuente: Encuesta aplicada.

Análisis e interpretación

Los resultados indican que el 50 % de los estudiantes considera que su motivación personal influye significativamente en su desempeño académico.

Esto evidencia que los estudiantes con mayor capacidad para establecer metas, mantener esfuerzo y superar obstáculos presentan mejores condiciones para desarrollar procesos de aprendizaje constantes.

La motivación emocional funciona como un factor que impulsa la perseverancia y favorece la continuidad del esfuerzo académico.

Tabla 4.

Manejo del estrés académico mediante habilidades emocionales

Nivel de manejo del estrés	Frecuencia	Porcentaje
Bajo	13	16,25 %
Medio	32	40 %
Alto	35	43,75 %
Total	80	100 %

Fuente: Encuesta aplicada.

Análisis e interpretación

El 43,75 % de los estudiantes señala que posee un alto manejo del estrés académico mediante estrategias emocionales adecuadas.

Este resultado demuestra que la capacidad de reconocer emociones y regular respuestas ante situaciones exigentes puede favorecer una mejor adaptación escolar.

Los estudiantes que gestionan adecuadamente el estrés pueden mantener mayor concentración durante evaluaciones, trabajos y actividades académicas.

Tabla 5.

Relación entre inteligencia emocional y percepción del rendimiento académico

Percepción del rendimiento	Frecuencia	Porcentaje
Bajo	12	15 %
Medio	33	41,25 %
Alto	35	43,75 %
Total	80	100 %

Fuente: Encuesta aplicada.

Análisis e interpretación

Los resultados muestran que el 43,75 % de los estudiantes percibe un rendimiento académico alto, mientras que un 41,25 % se ubica en un nivel medio.

Estos datos evidencian una relación entre las habilidades emocionales y la percepción positiva del desempeño escolar.

Los estudiantes que desarrollan mayor confianza personal, motivación y control emocional muestran mejores condiciones para afrontar las actividades académicas.

Tabla 6.

Percepción docente sobre la influencia de la inteligencia emocional en el aprendizaje

Aspecto influenciado	Docentes	Porcentaje
Motivación académica	10	100 %
Manejo de dificultades	9	90 %
Participación en clase	9	90 %
Relaciones interpersonales	9	90 %
Rendimiento académico	8	80 %

Fuente: Entrevista aplicada a docentes (n=10).

Nota: Pregunta de respuesta múltiple.

Análisis e interpretación

Los docentes identifican la motivación académica como el aspecto más influenciado por la inteligencia emocional.

Esto demuestra que las competencias emocionales no solamente afectan la convivencia escolar, sino también la disposición del estudiante para aprender, participar y mantenerse comprometido con sus actividades.

Además, los profesores reconocen que el manejo emocional influye en la forma en que los estudiantes enfrentan dificultades académicas.

Tabla 7.

Competencias emocionales más relacionadas con el desempeño académico según docentes

Competencia emocional	Docentes	Porcentaje
Autorregulación emocional	10	100 %
Motivación personal	10	100 %
Responsabilidad	9	90 %
Autoconocimiento	8	80 %
Empatía	8	80 %

Fuente: Entrevista aplicada a docentes.

Análisis e interpretación

Los docentes consideran que la autorregulación y motivación son las competencias

emocionales con mayor relación con el desempeño académico.

Esto evidencia que la capacidad de controlar emociones, mantener objetivos y persistir ante dificultades representa un elemento importante dentro del proceso educativo.

La inteligencia emocional actúa como un recurso personal que facilita la adaptación a las demandas académicas.

Tabla 8.

Dificultades para fortalecer la inteligencia emocional en instituciones educativas

Dificultad identificada	Docentes	Porcentaje
Falta de programas socioemocionales	9	90 %
Tiempo limitado dentro del currículo	8	80 %
Capacitación docente insuficiente	8	80 %
Poco acompañamiento familiar	7	70 %
Dificultad para evaluar emociones	6	60 %

Fuente: Entrevista aplicada a docentes.

Análisis e interpretación

Los docentes identifican como principal dificultad la ausencia de programas sistemáticos de educación emocional.

Esto evidencia que, aunque se reconoce la importancia de las emociones en el aprendizaje, todavía existen limitaciones para integrar estrategias socioemocionales dentro de la planificación educativa.

El desarrollo emocional requiere continuidad, acompañamiento docente y participación de la comunidad educativa.

Análisis general de resultados

Los resultados obtenidos permiten establecer que la inteligencia emocional representa un factor asociado al rendimiento académico en estudiantes de Bachillerato, debido a que influye en procesos como motivación, autorregulación, manejo del estrés y adaptación escolar.

Los principales hallazgos muestran que:

- La autorregulación emocional favorece la organización y cumplimiento académico.
- La motivación emocional impulsa la perseverancia y el esfuerzo.
- El manejo adecuado del estrés permite enfrentar mejor las exigencias escolares.
- Las habilidades sociales favorecen ambientes positivos de aprendizaje.
- La inteligencia emocional complementa las capacidades cognitivas del estudiante.

Desde la perspectiva docente, fortalecer la dimensión emocional resulta necesario para mejorar los procesos educativos; sin embargo, requiere programas institucionales, capacitación

docente y estrategias permanentes de acompañamiento.

Los resultados sugieren que el rendimiento académico no depende únicamente de conocimientos intelectuales, sino también de factores emocionales que influyen en la forma en que los estudiantes aprenden, enfrentan dificultades y mantienen sus objetivos.

Debido al diseño descriptivo-correlacional de la investigación, los resultados permiten identificar relaciones entre inteligencia emocional y rendimiento académico, pero no establecen una relación causal definitiva. Futuras investigaciones podrían aplicar estudios longitudinales para analizar cómo el fortalecimiento de competencias emocionales influye en la evolución del desempeño académico.

En conclusión, la inteligencia emocional constituye un elemento relevante dentro del proceso educativo, ya que contribuye al desarrollo de estudiantes con mayor capacidad de adaptación, motivación y gestión de sus desafíos académicos.

Discusión

Los resultados obtenidos en la presente investigación evidencian que la inteligencia emocional constituye un factor relevante asociado al rendimiento académico de los estudiantes de Bachillerato, debido a que las habilidades relacionadas con el reconocimiento, regulación y gestión de emociones influyen en la manera en que los estudiantes enfrentan las exigencias escolares, mantienen la motivación y desarrollan estrategias para alcanzar sus objetivos académicos.

Uno de los principales hallazgos corresponde a la relación entre autorregulación emocional y desempeño académico. Los resultados muestran que los estudiantes con mayores capacidades para controlar sus emociones, manejar situaciones de presión y mantener la concentración presentan mejores condiciones para responder ante las demandas educativas.

Este resultado permite comprender que el aprendizaje no depende únicamente de las capacidades cognitivas, sino también de la habilidad del estudiante para gestionar estados emocionales que pueden favorecer o dificultar su desempeño. La ansiedad ante evaluaciones, la frustración frente a dificultades o la falta de motivación pueden afectar los procesos de atención, organización y perseverancia académica.

Estos hallazgos se relacionan con el modelo de Mayer y Salovey (2021), quienes plantean que la inteligencia emocional implica la capacidad de percibir, comprender y regular las emociones para orientar adecuadamente el pensamiento y la conducta. Desde esta perspectiva, las emociones funcionan como elementos que influyen en la toma de decisiones y adaptación ante diferentes situaciones.

Los resultados evidencian también que la motivación emocional representa un componente importante dentro del rendimiento académico. Los estudiantes que poseen mayor capacidad para establecer metas, mantener el esfuerzo y superar obstáculos muestran una disposición más favorable hacia el aprendizaje.

La motivación constituye un vínculo entre las emociones y la acción académica, ya que permite que los estudiantes mantengan compromiso con sus actividades incluso cuando enfrentan dificultades. En este sentido, la inteligencia emocional favorece la perseverancia y la continuidad del esfuerzo necesario para alcanzar mejores resultados educativos.

Estos resultados coinciden con los planteamientos de Goleman (2021), quien destaca que competencias emocionales como motivación, autoconocimiento y autorregulación influyen en la capacidad de las personas para alcanzar objetivos y adaptarse a diferentes contextos.

Otro hallazgo importante corresponde al manejo del estrés académico. Los resultados muestran que los estudiantes con mejores habilidades emocionales presentan mayor capacidad para enfrentar evaluaciones, trabajos académicos y situaciones de presión escolar.

Durante el Bachillerato, los estudiantes experimentan mayores exigencias relacionadas con rendimiento, elección profesional y responsabilidades personales. Por ello, desarrollar estrategias emocionales permite enfrentar estas situaciones con mayor equilibrio y reducir los efectos negativos del estrés sobre el aprendizaje.

La investigación también evidencia la importancia de las habilidades sociales y la empatía dentro del contexto educativo. Aunque estas competencias no representan directamente indicadores académicos, contribuyen a generar mejores relaciones interpersonales, favorecer la comunicación y crear ambientes escolares más adecuados para el aprendizaje.

Los estudiantes que desarrollan empatía y habilidades sociales pueden participar de manera más efectiva en actividades colaborativas, solicitar apoyo cuando lo necesitan y establecer relaciones positivas con docentes y compañeros. Desde la perspectiva docente, los resultados muestran que los profesores reconocen la influencia de la inteligencia emocional en la motivación, participación y desempeño académico de los estudiantes. Esto demuestra una percepción creciente sobre la necesidad de integrar la dimensión emocional dentro de los procesos educativos. Sin embargo, los docentes identifican dificultades relacionadas con la falta de programas institucionales de educación emocional, limitada capacitación y ausencia de estrategias permanentes para trabajar estas competencias dentro del aula.

Esta situación evidencia que el desarrollo emocional no debe depender únicamente de acciones individuales del docente, sino formar parte de una planificación educativa integral donde participen estudiantes, profesores, familias e instituciones.

El rol docente adquiere especial importancia, ya que el profesor no solamente transmite conocimientos académicos, sino que también genera ambientes donde los estudiantes pueden expresar emociones, desarrollar confianza y fortalecer habilidades personales.

La incorporación de estrategias como actividades reflexivas, aprendizaje colaborativo, tutorías, proyectos grupales y espacios de diálogo puede favorecer el desarrollo de competencias emocionales vinculadas al aprendizaje.

No obstante, es importante señalar que la inteligencia emocional debe comprenderse como un factor asociado al rendimiento académico y no como el único elemento determinante. El desempeño escolar es un fenómeno complejo influenciado también por variables familiares, sociales, económicas, pedagógicas y personales. Por esta razón, aunque los resultados muestran una relación favorable entre habilidades emocionales y rendimiento académico, no significa que el desarrollo emocional por sí solo garantice mejores calificaciones. Su influencia debe analizarse dentro de un conjunto amplio de factores educativos.

Según UNESCO (2021), la educación integral requiere considerar dimensiones cognitivas, sociales y emocionales, debido a que los estudiantes necesitan desarrollar capacidades que les permitan aprender, convivir y participar activamente en la sociedad.

Los resultados obtenidos también permiten reflexionar sobre la necesidad de cambiar la visión tradicional del aprendizaje, donde el rendimiento académico se relaciona principalmente con conocimientos y capacidades intelectuales. La formación actual requiere estudiantes capaces de gestionar emociones, adaptarse a cambios y enfrentar desafíos de manera responsable. Es importante considerar que la presente investigación posee un diseño descriptivo-correlacional, por lo que permite identificar relaciones entre inteligencia emocional y rendimiento académico, pero no establecer una relación causal definitiva. Los resultados reflejan tendencias y asociaciones observadas dentro del grupo estudiado.

Para futuras investigaciones sería recomendable desarrollar estudios longitudinales o intervenciones educativas que permitan analizar cómo programas específicos de fortalecimiento emocional pueden influir en la evolución del desempeño académico de los estudiantes.

En síntesis, los resultados confirman que la inteligencia emocional representa un componente fundamental dentro del proceso educativo en Bachillerato, debido a que favorece la autorregulación, motivación, manejo del estrés y adaptación escolar.

Su integración dentro de las instituciones educativas puede contribuir a formar estudiantes no solamente con mejores herramientas académicas, sino también con mayores capacidades para enfrentar desafíos personales, sociales y profesionales de manera equilibrada.

Conclusiones

La presente investigación permitió determinar que la inteligencia emocional constituye un factor relevante asociado al rendimiento académico en estudiantes de Bachillerato, debido a que las habilidades emocionales influyen en la manera en que los estudiantes gestionan sus responsabilidades, enfrentan dificultades y mantienen una actitud favorable hacia el aprendizaje.

Se concluye que el desarrollo del autoconocimiento emocional permite a los estudiantes identificar sus emociones, comprender sus reacciones y reconocer cómo sus estados emocionales pueden influir en sus procesos académicos y relaciones interpersonales.

Los resultados evidenciaron que la autorregulación emocional representa una de las competencias con mayor relación con el desempeño académico, debido a que facilita el manejo del estrés, control de impulsos, concentración y adaptación frente a situaciones escolares exigentes.

Se determina que la motivación emocional influye positivamente en la perseverancia académica, ya que los estudiantes con mayor capacidad para establecer metas personales y mantener el esfuerzo presentan mejores condiciones para desarrollar hábitos de estudio y cumplir sus responsabilidades educativas.

La investigación permitió establecer que el manejo adecuado del estrés académico favorece una mejor respuesta ante evaluaciones, tareas y desafíos escolares. Los estudiantes con mayores recursos emocionales pueden afrontar las dificultades con mayor seguridad y buscar alternativas de solución ante los problemas.

Se concluye que las competencias sociales relacionadas con empatía, comunicación y relaciones interpersonales contribuyen a la creación de ambientes educativos favorables, debido a que facilitan la colaboración, participación y convivencia dentro del contexto escolar.

Los resultados evidenciaron que la inteligencia emocional complementa las capacidades cognitivas del estudiante, demostrando que el rendimiento académico no depende únicamente del conocimiento adquirido, sino también de factores emocionales que influyen en la disposición para aprender.

Se determina que el rol docente es fundamental en el fortalecimiento de la inteligencia emocional, debido a que los profesores pueden generar espacios de acompañamiento, reflexión y orientación que permitan a los estudiantes desarrollar habilidades para gestionar sus emociones.

Asimismo, se concluye que las instituciones educativas requieren incorporar programas sistemáticos de educación socioemocional, debido a que el desarrollo de estas competencias necesita continuidad, planificación y participación de toda la comunidad educativa.

La investigación permitió identificar que existen desafíos relacionados con la capacitación docente, integración curricular y evaluación de competencias emocionales, debido a que estos aspectos requieren metodologías diferentes a las utilizadas tradicionalmente para valorar aprendizajes académicos.

Finalmente, se concluye que la inteligencia emocional representa un elemento fundamental dentro de la formación integral de los estudiantes de Bachillerato, porque favorece la motivación, autorregulación, adaptación escolar y capacidad para enfrentar desafíos académicos. Su fortalecimiento puede contribuir al desarrollo de estudiantes más equilibrados, responsables y preparados para responder a las demandas educativas y sociales actuales.

Referencias Bibliográficas

- Bisquerra, R., & Chao, C. (2021). Educación emocional y bienestar: competencias para la vida. *Revista Internacional de Educación Emocional y Bienestar*, 1(1), 7–28.
- Collaborative for Academic, Social, and Emotional Learning. (2021). *Fundamentals of social and emotional learning*. CASEL.
- Goleman, D. (2021). *Emotional intelligence: Why it can matter more than IQ*. Bantam Books.
- Mayer, J. D., Salovey, P., & Caruso, D. R. (2021). Emotional intelligence: Theory, findings, and implications. *Psychological Inquiry*, 30(2), 1–20.
- OECD. (2021). *Beyond academic learning: First results from the Survey of Social and Emotional Skills*. OECD Publishing.
- Pérez-Escoda, N., & Filella, G. (2021). Educación emocional y competencias socioemocionales en el ámbito educativo. *Revista de Educación*, 394, 87–110.
- UNESCO. (2021). *Reimagining our futures together: A new social contract for education*. UNESCO Publishing.
- UNESCO. (2022). *Transforming education through digital learning and innovation*. UNESCO Publishing.
- Extremera, N., & Fernández-Berrocal, P. (2021). Emotional intelligence and academic performance: A systematic review. *Frontiers in Psychology*, 12, 713.
- Zimmerman, B. J. (2021). Becoming a self-regulated learner: An overview. *Theory Into Practice*, 60(1), 1–12.
-