

Exploración Integral de Competencias Socioemocionales y Ciudadanas en el Desarrollo Humano

Tatiana Paola Mosquera Vergara¹

mosqueratatianatiana.est@umecit.edu.pa

<https://orcid.org/0009-0000-1598-3992>

Universidad Metropolitana de Educación Ciencias y Tecnología

Ciudad de Panamá

Panamá

RESUMEN

Esta investigación se centra en la integración sinérgica de competencias socioemocionales en el desarrollo humano, explorando su intersección crítica para comprender el crecimiento y la adaptabilidad de los individuos. Utilizando un enfoque cualitativo documental, se identifican patrones y dinámicas que revelan la interacción mutua de estas competencias a lo largo del tiempo. La investigación destaca la importancia fundamental de las competencias socioemocionales en la toma de decisiones, resolución de problemas y bienestar emocional. El objetivo principal del estudio es, comprender cómo estas competencias se entrelazan y potencian mutuamente, contribuyendo al crecimiento holístico. El análisis documental incluyó estudios psicológicos, informes educativos y literatura especializada centrada en competencias socioemocionales. Los resultados indican patrones recurrentes de sinergia entre estas competencias, demostrando que el desarrollo de una está vinculado al fortalecimiento de la otra. Se identifican factores que influyen en esta integración, como entornos educativos, experiencias de vida y estrategias pedagógicas. Las conclusiones resaltan la necesidad de abordar estas competencias de manera conjunta en programas educativos y estrategias de desarrollo personal, reconociendo su influencia recíproca. Este enfoque integrador promete mejorar la calidad de la educación y fomentar un desarrollo humano más completo y resiliente más, cuando existe una profunda problemática en valores Humanos y sociales.

Palabras claves: competencias; competencias socioemocionales; competencias ciudadanas; desarrollo humano; educación

¹ Autor principal

Correspondencia: mosqueratatianatiana.est@umecit.edu.pa

Comprehensive Exploration of Socio-Emotional and Citizen Competencies un–Human Development

ABSTRACT

This research focuses on the synergistic integration of socioemotional competencies in human development, exploring their critical intersection for understanding the growth and adaptability of individuals. Using a qualitative documentary approach, patterns and dynamics are identified that reveal the mutual interaction of these competencies over time. The research highlights the fundamental importance of socio-emotional competencies in decision making, problem solving and emotional well-being. The main objective of the study is to understand how these competencies intertwine and enhance each other, contributing to holistic growth. The documentary analysis included psychological studies, educational reports and specialized literature focused on socio-emotional competencies. The results indicate recurring patterns of synergy between these competencies, demonstrating that the development of one is linked to the strengthening of the other. Factors that influence this integration are identified, such as educational environments, life experiences and pedagogical strategies. The conclusions highlight the need to address these competencies jointly in educational programs and personal development strategies, recognizing their reciprocal influence. This integrative approach promises to improve the quality of education and promote more complete and resilient human development, when there is a deep problem in human and social values.

Keywords: competencies; socio-emotional competencies; citizen competencies; human development; education

Artículo recibido 18 noviembre 2023
Aceptado para publicación: 30 diciembre 2023

INTRODUCCIÓN

La presente investigación se sumerge en la "Exploración Integral de Competencias Socioemocionales y Ciudadanas en el Desarrollo Humano". Este tema busca comprender en profundidad la intersección crucial entre las competencias socioemocionales y ciudadanas, explorando cómo su integración sinérgica impacta el crecimiento y la adaptabilidad de los individuos. Como problema central en este artículo se aborda la falta de comprensión integral sobre cómo las competencias socioemocionales y ciudadanas se entrelazan y se potencian mutuamente en el desarrollo humano. Existe un vacío en el conocimiento que impide apreciar la complejidad de estas competencias en conjunto, limitando así la capacidad de diseñar intervenciones educativas y estrategias de desarrollo personal más efectivas.

De ahí que, la relevancia de este tema radica en la creciente necesidad de formar individuos completos y conscientes en la sociedad actual. Las competencias socioemocionales y ciudadanas no solo influyen en el bienestar emocional individual, sino que también son fundamentales para la participación activa en la comunidad y el afrontamiento efectivo de los desafíos de la vida. Abordar esta intersección es esencial para mejorar la calidad de la educación y promover un desarrollo humano más resiliente y equitativo.

En armonía con lo expuesto, el marco teórico de esta investigación se fundamenta en teorías que reconocen la importancia de las competencias socioemocionales y ciudadanas en la formación integral de los individuos. Se incorporan postulados de teorías psicológicas que destacan la influencia de las emociones en la toma de decisiones y el papel de las competencias blandas en el desarrollo personal. Además, se exploran conceptos de teorías sociológicas que subrayan la relevancia de las competencias ciudadanas para una participación cívica efectiva. los aportes teóricos se desarrollan a continuación a modo de subtítulos:

Impacto en el aprendizaje y rendimiento académico: la conjunción de competencias socioemocionales en entornos educativos

la educación contemporánea se enfrenta a la necesidad de evolucionar más allá de la mera transmisión de conocimientos, considerando el desarrollo integral de los estudiantes. En este contexto, el papel de las competencias socioemocionales ha ganado relevancia, ya que influyen de manera significativa en el aprendizaje, la toma de decisiones y el rendimiento académico.

En este sentido, Bisquerra (2003) abordó la educación emocional como una innovación educativa justificada por las necesidades sociales. Reconoció que las emociones desempeñan un papel crucial en la experiencia de aprendizaje, y su incorporación en el proceso educativo puede potenciar el bienestar y la adaptación de los estudiantes. La habilidad para reconocer y gestionar las emociones contribuye a un ambiente propicio para el aprendizaje, afectando directamente el rendimiento académico.

Por su parte, Álvarez (2019) amplió este enfoque al resaltar que la educación socioemocional se centra en el desarrollo de la inteligencia emocional y las competencias blandas. Estas competencias, que abarcan habilidades como la empatía, la comunicación efectiva y la resolución de conflictos, no solo impactan el entorno social del estudiante, sino que también mejoran su capacidad para enfrentar desafíos académicos. La conexión emocional con el proceso de aprendizaje crea un ambiente en el que los estudiantes se sienten motivados y comprometidos, factores esenciales para el rendimiento académico. Giler (2022) aportó a la investigación al enfocarse en la reflexión metacognitiva. Esta capacidad de reflexionar sobre el propio proceso cognitivo permite a los estudiantes comprender cómo aprenden y cómo pueden mejorar. La generación de conceptos funcionales para el sistema educativo, como señala Giler, impulsa la eficacia de la enseñanza. Este análisis metacognitivo contribuye no solo al entendimiento conceptual sino también a la aplicación efectiva de conocimientos en diferentes contextos académicos.

La conjunción de competencias socioemocionales ofrece una perspectiva holística del aprendizaje. La inteligencia emocional proporciona la base afectiva necesaria para el compromiso académico, fortaleciendo la resiliencia académica y la capacidad para tomar decisiones informadas.

En términos de análisis e interpretación, se destaca la importancia de integrar estrategias pedagógicas que fomenten el desarrollo de estas competencias en entornos educativos. Los educadores deben ser conscientes de la influencia mutua entre las emociones y la cognición, promoviendo un clima emocionalmente seguro y alentando la autorreflexión en los estudiantes. Esta integración no solo mejora el aprendizaje académico, sino que también prepara a los estudiantes para enfrentar los desafíos de manera efectiva en su vida personal y profesional.

De todo lo señalado, se concluye que la conjunción de competencias socioemocionales tiene un impacto sustancial en el aprendizaje, la toma de decisiones y el rendimiento académico. La comprensión y

aplicación de estos conceptos en entornos educativos ofrecen un enfoque integral para el desarrollo de estudiantes capaces y resilientes, preparándolos para afrontar los desafíos de manera efectiva en su trayectoria académica y más allá.

Desarrollo socioemocional a lo largo del ciclo de vida: explorando las fases críticas y su impacto en la adaptación social y el bienestar emocional.

El desarrollo de competencias socioemocionales es un proceso continuo que atraviesa diversas etapas del ciclo de vida, desde la infancia hasta la edad adulta. Estas competencias, definidas como conocimientos, habilidades y motivación para enfrentar situaciones sociales y emocionales, desempeñan un papel crucial en la adaptación social y el bienestar emocional de las personas. Examinar la evolución de estas competencias a lo largo del tiempo permite identificar fases críticas para su desarrollo y comprender cómo influyen en diferentes aspectos de la vida.

Desde la infancia, las competencias socioemocionales comienzan a gestarse, siendo fundamentales para la relación docente-estudiante. Bisquerra (2021) sostiene que estas competencias son esenciales para comprender, expresar y regular de manera apropiada los fenómenos emocionales, impactando en la convivencia y las relaciones interpersonales en contextos sociales. La primera infancia, marcada por la formación de vínculos emocionales, sienta las bases para la comprensión y gestión de las emociones a lo largo de la vida.

Por otro lado, Garassini y Aldana (2022) destaca la influencia significativa de las habilidades socioemocionales en diversas esferas de la vida, incluyendo los contextos académicos, laborales, de salud y ciudadanía. La adolescencia emerge como una fase crítica en la que estas competencias se consolidan y se vinculan estrechamente con el desarrollo identitario y la toma de decisiones. El aprendizaje socioemocional en esta etapa permite una aproximación estructurada hacia sociedades más incluyentes y justas. En este sentido, el actual modelo de educación centrado en el aprendizaje de los estudiantes pretende generar un cambio en la manera tradicional de concebir el proceso de enseñar y aprender. Según López et al (2020), “este enfoque constructivista social del aprendizaje, las modificaciones más relevantes del proceso deben producirse en la relación profesor y estudiante, así como también en la integración de las dimensiones cognitiva, social y emocional” (p. 3).

En el ámbito educativo, la motivación desempeña un papel crucial. Pérez y Filella (2019) resalta que la motivación en el aprendizaje de la Matemática se basa en estrategias pedagógicas que articulan procesos pedagógicos con la resolución de problemas y la voluntad de aprender. La participación informada de los actores y la formación del profesorado son esenciales para la efectividad de los cambios curriculares. La adolescencia y la adultez emergen como momentos clave para intervenir en el desarrollo de competencias socioemocionales en entornos educativos.

Pero ante todo y, como afirma Aristulle et al (2019). “las habilidades socioemocionales son importantes para el bienestar de una sociedad, pues son un cimiento crucial para la construcción de comunidades proactivas. Es importante en tal sentido que, los docentes aprendan a identificarlas, valorarlas y desarrollarlas en ellos mismos” (p. 2217). De ahí que, según Cabanillas et al (2021) La formación integral de los estudiantes necesita de la cohesión, articulación y complementariedad de la educación emocional y cognitiva. Por eso es necesario que los docentes asocien el dominio disciplinar con la promoción de la inteligencia emocional y concretar en esa dirección una educación de calidad que brinde bienestar a alumnado.

En otra plano de discurso, es importante resaltar que se ha evidenciado que Investigaciones previas han abordado las competencias socioemocionales y ciudadanas de manera fragmentada, centrándose en sus beneficios individuales. Este trabajo aporta una exploración integral de la intersección entre ambas, identificando patrones de sinergia que revelan cómo su combinación fortalece el desarrollo humano. Contribuye al conocimiento existente al proporcionar una visión más completa y contextualizada de estas competencias.

Este estudio se enmarca en un contexto contemporáneo en el que la sociedad demanda ciudadanos competentes y emocionalmente inteligentes. Considera factores históricos, culturales y sociales que influyen en la formación de competencias socioemocionales y ciudadanas. Además, se contextualiza en el ámbito educativo, reconociendo la necesidad de abordar estas competencias de manera integral para preparar a los individuos en un mundo en constante cambio.

Aunque la investigación no plantea hipótesis específicas, se propone como objetivo principal comprender la integración sinérgica de competencias socioemocionales y ciudadanas en el desarrollo humano. Se busca identificar patrones, relaciones y dinámicas que contribuyan a diseñar estrategias

educativas y de desarrollo personal más efectivas.

Para terminar, esta investigación busca llenar un vacío en el conocimiento al explorar la intersección de competencias socioemocionales y ciudadanas, destacando su importancia en el desarrollo humano. Se apoya en un marco teórico sólido y contribuye a la literatura existente al proporcionar una visión integral y contextualizada de estas competencias.

METODOLOGÍA

En la presente investigación se adoptó un enfoque metodológico cualitativo con un diseño de investigación documental. La elección de este enfoque se fundamenta en la naturaleza exploratoria del estudio, que busca comprender y analizar la intersección entre las competencias socioemocionales y metacognitivas en el desarrollo humano a través de la revisión y síntesis de la literatura existente (Hernández et al., 2014).

La estrategia de búsqueda de la literatura se llevó a cabo de manera sistemática, utilizando diversas bases de datos académicas relevantes para el campo de estudio. Se seleccionaron bases de datos como Redalyc, SciELO, ResearchGate y Google Scholar debido a su amplia cobertura en áreas relacionadas con la psicología, la educación y el desarrollo humano. Las palabras clave utilizadas en la búsqueda incluyeron términos como "competencias socioemocionales", "desarrollo humano", "intersección", y otras expresiones afines.

Para garantizar la inclusión de estudios pertinentes, se establecieron criterios de inclusión/exclusión. Se incluyeron trabajos que abordaran específicamente las competencias socioemocionales y metacognitivas en el contexto del desarrollo humano. Se excluyeron aquellos que carecían de relevancia para el tema de investigación o que no proporcionaban información sustancial sobre la intersección entre dichas competencias.

El proceso de selección de la literatura se realizó de manera rigurosa. Se llevaron a cabo dos fases: una primera fase de revisión de títulos y resúmenes, y una segunda fase de revisión completa de los textos seleccionados. En cada fase, se aplicaron criterios específicos para evaluar la calidad y pertinencia de los estudios. La elección final se basó en la contribución de cada estudio a la comprensión de la intersección entre competencias socioemocionales y metacognitivas en el desarrollo humano.

Para sistematizar la información recopilada, se utilizó una matriz de fichaje o matriz bibliográfica. Esta herramienta permitió organizar y clasificar los estudios seleccionados según variables clave, como metodología, participantes, resultados y conclusiones. La matriz facilitó la identificación de patrones, tendencias y brechas en la literatura revisada, contribuyendo así a la posterior síntesis, análisis e interpretación de resultados o hallazgos.

Es de importante destacar que, la elección del enfoque cualitativo y del diseño documental se sustentó en la necesidad de explorar a fondo las relaciones complejas entre las competencias socioemocionales y metacognitivas en el desarrollo humano. La riqueza y profundidad de la información proporcionada por estudios cualitativos resultaron fundamentales para abordar la complejidad del tema y generar una comprensión holística. (Flick, 2012)

Para terminar, la metodología adoptada en esta investigación permitió abordar de manera efectiva el objetivo de explorar la intersección de competencias socioemocionales y metacognitivas en el desarrollo humano a través de un enfoque cualitativo y un diseño documental. La estrategia de búsqueda, los criterios de inclusión/exclusión, el proceso de selección y el uso de la matriz bibliográfica contribuyeron a la sistematización y análisis riguroso de la literatura pertinente.

RESULTADOS Y DISCUSIÓN

Los resultados de la investigación revelaron un tapiz fascinante de conexiones y sinergias entre las competencias socioemocionales y ciudadanas, dimensiones fundamentales del ser humano. A través de la revisión exhaustiva de la literatura, emergieron patrones y tendencias que ofrecen una visión más clara de cómo estas competencias interactúan en el proceso de desarrollo humano.

En primer lugar, se identificó una convergencia significativa entre la autorregulación emocional y las habilidades sociales. Los estudios revisados sugieren que la capacidad para reconocer y regular las emociones se relaciona estrechamente con las habilidades sociales, especialmente en la toma de decisiones y la resolución de problemas. Esta conexión revela una danza compleja entre la conciencia emocional y las habilidades sociales que influye en la adaptabilidad y la resiliencia en diferentes contextos de la vida.

Además, se encontró evidencia de que las habilidades sociales, como la empatía y la comunicación efectiva, están intrínsecamente ligadas a la capacidad de comprender las propias ideas y entender las

perspectivas de los demás. La intersección de estas competencias es esencial para el desarrollo de relaciones interpersonales saludables y la construcción de conexiones significativas en entornos sociales diversos.

Un descubrimiento intrigante fue la influencia mutua entre la autoeficacia y la inteligencia emocional. Se observó que las personas con un alto nivel de inteligencia emocional tienden a desarrollar una mayor autoeficacia, lo que sugiere una relación bidireccional entre la comprensión de las emociones y la percepción de la propia capacidad para enfrentar desafíos. Esta conexión fortalece la idea de que las competencias socioemocionales y ciudadanas coevolucionan, impulsándose mutuamente hacia niveles más avanzados de desarrollo.

En el ámbito educativo, se encontraron pruebas de que la enseñanza de estrategias para el desarrollo de habilidades socioemocionales puede potenciar el entendimiento y la aplicación de competencias ciudadanas en los estudiantes. La implementación de programas que fomenten la autorreflexión y el pensamiento crítico no solo mejora el rendimiento académico, sino que también contribuye a un ambiente educativo emocionalmente inteligente y favorable.

Así pues, los resultados de esta investigación ofrecen una perspectiva única sobre la intersección de competencias socioemocionales y ciudadanas en el desarrollo humano. Estos hallazgos no solo enriquecen nuestra comprensión teórica, sino que también tienen implicaciones prácticas para la educación, la psicología y otras disciplinas relacionadas. La sinergia entre estas competencias es un campo de estudio prometedor que invita a futuras investigaciones y aplicación en diversos contextos para promover un desarrollo humano integral.

Por otra parte, el estudio ha explorado la fascinante intersección entre las competencias socioemocionales y metacognitivas, revelando una convergencia significativa que tiene implicaciones profundas para el desarrollo humano. Los hallazgos sugieren que existe una danza compleja entre la autorregulación emocional y las habilidades metacognitivas, influenciando la adaptabilidad y la resiliencia en diversos contextos de la vida.

La conexión entre la conciencia emocional y la reflexión metacognitiva encuentra respaldo en la teoría de Desarrollo Cognitivo de Flavell (1979). Flavell sostiene que la metacognición, que incluye la autorreflexión y la toma de decisiones, se desarrolla en paralelo con la conciencia de las propias

emociones. La habilidad para reconocer y regular las emociones se entrelaza con la capacidad de reflexionar sobre el pensamiento propio, proporcionando una base para enfrentar eficazmente los desafíos y tomar decisiones informadas. Este vínculo, evidenciado en nuestros resultados, resalta la importancia de abordar de manera integrada tanto las dimensiones emocionales como las cognitivas en la educación y el desarrollo personal.

Goleman (1995), al introducir el concepto de inteligencia emocional, refuerza nuestra observación de la influencia mutua entre la autoeficacia y la inteligencia emocional. La relación bidireccional entre comprender las emociones y creer en la propia capacidad para enfrentar desafíos destaca la importancia de cultivar estas competencias de manera simultánea. Este descubrimiento subraya la idea de que las competencias socioemocionales y metacognitivas coevolucionan, actuando como motores mutuos de desarrollo en el individuo.

El papel crucial de las habilidades sociales en la intersección con la capacidad metacognitiva también encuentra eco en la obra de Bisquerra (2003), quien destaca la importancia de las habilidades socioemocionales en el bienestar personal y social. Nuestros resultados respaldan la idea de que la empatía y la comunicación efectiva están intrínsecamente ligadas a la capacidad de comprender las propias ideas y entender las perspectivas de los demás. Esta intersección es esencial para el desarrollo de relaciones interpersonales saludables y la construcción de conexiones significativas en entornos sociales diversos.

En el ámbito educativo, nuestros hallazgos razonan con la perspectiva de Bisquerra (2011) sobre la educación emocional y social. La evidencia de que la enseñanza de estrategias metacognitivas puede potenciar el desarrollo de habilidades socioemocionales en los estudiantes sugiere que programas que fomenten la autorreflexión y el pensamiento crítico no solo mejoran el rendimiento académico, sino que también contribuyen a un ambiente educativo emocionalmente inteligente y favorable. Estos programas podrían ser diseñados para abordar de manera integral tanto las competencias emocionales como las cognitivas, promoviendo así un desarrollo equilibrado y holístico.

En conclusión, los resultados de este estudio destacan la necesidad de abordar la integración sinérgica de competencias socioemocionales y metacognitivas para promover un desarrollo humano completo. La conexión entre la autorregulación emocional y las habilidades metacognitivas, la influencia mutua

entre la autoeficacia y la inteligencia emocional, y la intersección de las habilidades sociales con la capacidad metacognitiva, subrayan la complejidad y la riqueza de esta interacción. Estos hallazgos ofrecen una base sólida para futuras investigaciones y prácticas educativas que busquen potenciar de manera integral el desarrollo humano.

CONCLUSIÓN

Este estudio ha explorado la intrincada red de relaciones entre las competencias socioemocionales, desentrañando conexiones significativas que arrojan luz sobre la complejidad del desarrollo humano. Las conclusiones extraídas ofrecen insights valiosos para la comprensión integral de cómo estas competencias se entrelazan y se potencian mutuamente, contribuyendo así al enriquecimiento de la experiencia humana.

En primer lugar, la identificación de una convergencia sustancial entre la autorregulación emocional y las competencias socioemocionales subraya la importancia de considerar estas dimensiones de manera conjunta en programas educativos y de desarrollo personal. Los resultados respaldan la noción de que la capacidad para reconocer y regular las emociones está intrínsecamente relacionada con las competencias socioemocionales, especialmente en situaciones que demandan toma de decisiones y resolución de problemas. Esta conexión revela una danza compleja entre la conciencia emocional y la adaptabilidad socioemocional, subrayando su papel crucial en la resiliencia a lo largo de diferentes contextos de la vida.

La intersección entre las habilidades sociales, como la empatía y la comunicación efectiva, y la capacidad para comprender las propias ideas y las perspectivas de los demás, destaca la necesidad de abordar el desarrollo humano de manera holística, centrándose en las competencias ciudadanas y socioemocionales. La construcción de conexiones significativas en entornos sociales diversos se ve enriquecida cuando se reconocen y cultivan estas competencias de manera integrada. Estos hallazgos sugieren que la promoción de habilidades sociales podría tener un impacto positivo no solo en la calidad de las relaciones interpersonales, sino también en la capacidad de individuos para navegar con éxito los desafíos sociales.

Un descubrimiento particularmente intrigante es la relación bidireccional entre la autoeficacia y la inteligencia emocional. La observación de que individuos con un alto nivel de inteligencia emocional

tienden a desarrollar una mayor autoeficacia destaca la coevolución de estas competencias. Este hallazgo refuerza la idea de que la comprensión de las emociones y la percepción de la propia capacidad para enfrentar desafíos son aspectos interdependientes que se fortalecen mutuamente a lo largo del tiempo. Esta conexión tiene implicaciones profundas para la promoción de un desarrollo personal integral y sugiere que intervenciones focalizadas en el fortalecimiento de ambas competencias podrían ser especialmente efectivas.

En el ámbito educativo, la evidencia de que la enseñanza de estrategias para potenciar competencias socioemocionales puede ser clave para el desarrollo destaca la relevancia de implementar programas que vayan más allá de la mera transmisión de conocimientos académicos. La incorporación de la autorreflexión y el pensamiento crítico en el entorno educativo no solo puede mejorar el rendimiento académico, sino también contribuir a la formación de individuos emocionalmente inteligentes y socialmente competentes.

Se concluye pues que, la integración sinérgica de competencias socioemocionales emerge como un componente esencial en el desarrollo humano. Este estudio proporciona una base sólida para futuras investigaciones y prácticas educativas que busquen aprovechar esta intersección para fomentar un crecimiento integral y sostenible en los individuos. Al reconocer la complejidad de estas relaciones y la influencia mutua entre estas competencias, se abre la puerta a enfoques más efectivos y centrados en la persona para el desarrollo humano en diversos contextos.

REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS

Álvarez Bolaños, E. (2020). Educación socioemocional Controversias y Concurrencias Latinoamericanas, ALAS 11(20), 388-408.

<https://www.redalyc.org/journal/5886/588663787023/html/>

Aponte Otálvaro, J. E., Rodríguez Ávila, S. P. y Acosta Jiménez, W. A. (2022). Docentes y saberes escolares de las ciencias sociales: la evaluación como mandato curricular. *Pedagogía y Saberes*, (57), 81–96.

<https://revistas.pedagogica.edu.co/index.php/PYS/article/view/13981/11149>

Aristulle, P. C., & Paoloni Stente, P. V (2019). Habilidades socioemocionales en las comunidades educativas: aportes para la formación integral de los y las docentes. *Revista Educación*, 43 (2),

- 122- 167. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=44058158005>
- Bisquerra, R. (2011). Psicopedagogía de las emociones. Editorial Síntesis.
- Bisquerra, R. (2003). Educación emocional y bienestar. Editorial Praxis.
- Cabanillas Tello, M. N., Rivadeneyra Pérez, R., Palacios Alva, C. Y., & Hernández Fernández, B. (2021). Habilidades Socioemocionales en las Instituciones Educativas. SciComm Report, 1(1), 1–17. <https://revistas.uautonoma.cl/index.php/scr/article/view/609>
- Flavell, J. H. (1979). Metacognition and cognitive monitoring: A new area of cognitive–developmental inquiry. *American Psychologist*, 34(10), 906-911.
- Flick, U. (2012). *Introducing research methodology: A beginner's guide to doing a research project*. Sage.162-167. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=349733228009>
- Garassini C., M. E. y Aldana Z., H. M. (2022). Un modelo de desarrollo de habilidades socioemocionales: la experiencia de la comunidad educativa de UNICA. *Plumilla Educativa*, 29(1), 69-97. <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/8539880.pdf>
- Goleman, D. (1995). *Emotional intelligence: Why it can matter more than IQ*. Bantam.
- Giler Medina, P. (2022). Reflexión metacognitiva en el aprendizaje de Química Orgánica en estudiantes de Bachillerato. *Prometeo Conocimiento Científico* 3(1), 43-55. <https://doi.org/10.55204/pcc.v3i1.16>
- Hernández, R., & Mendoza, C., (2018). *Metodología de la investigación: las rutas, cuantitativa, cualitativa y mixta*. The McGraw-Hill.
- López López, V., Zagal Valenzuela, E., & Lagos San Martín, N. (2020). Competencias socioemocionales en el contexto educativo: Una reflexión desde la pedagogía contemporánea. *Revista Reflexión E Investigación Educativa*, 3(1), 149–160. <https://revistas.ubiobio.cl/index.php/REINED/article/view/4508/25>
- Pérez, N., & Filella, G. (2019). Educación emocional para el desarrollo de competencias emocionales en niños y adolescentes. *Praxis & Saber*, 10(24), 23-44. <https://doi.org/10.19053/22160159.v10.n25.2019.8941>