

**Inteligencia emocional de los estudiantes
mediante el uso de estrategias lúdicas**

**Emotional intelligence of students
through the use of play strategies**

Lina Jacqueline Olmos-Borja¹
Universidad Técnica de Ambato - Ecuador
lolmos9549@uta.edu.ec

Adriana Paulina Araujo-Reyes²
Universidad Técnica de Ambato - Ecuador
pau_21ec@yahoo.com

Sonia Elizabeth Burgos-Tipán³
Universidad Técnica de Ambato - Ecuador
soniamburgostipan@gmail.com

Sandra Margoth Romero Peña⁴
Universidad de las Fuerzas Armadas ESPE - Ecuador
soniamburgostipán@gmail.com

doi.org/10.33386/593dp.2024.1-1.2269

V9-N1-1 (ene) 2024, pp 163 - 172 | Recibido: 06 de diciembre del 2023 - Aceptado: 10 de enero del 2024 (2 ronda rev.)
Edición Especial

1 Estudiante de la Carrera de Psicopedagogía.

4 Docente de la Esforce – Espe

Cómo citar este artículo en norma APA:

Olmos-Borja, L., Araujo-Reyes, A., Burgos-Tipán, S., & Romero Peña, S., (2023). Inteligencia emocional de los estudiantes mediante el uso de estrategias lúdicas. 593 Digital Publisher CEIT, 9(1-1), 163 - 172, <https://doi.org/10.33386/593dp.2024.1-1.2269>

Descargar para Mendeley y Zotero

RESUMEN

La presente investigación aborda como temática principal la importancia de la inteligencia emocional como requisito fundamental en el éxito personal y social, al mismo tiempo que se destaca la utilidad de las estrategias lúdicas como herramienta fundamental para desarrollar la inteligencia emocional en estudiantes y de esta manera alcanzar un desarrollo integral de la persona en todos sus ámbitos. Para cumplir con este objetivo se comienza con un análisis por separado de la inteligencia emocional y las estrategias lúdicas. Posteriormente se realiza una descripción detallada de la relación entre Inteligencia Emocional y Estrategias Lúdicas, evidenciando la necesidad de incluir contenidos al respecto tanto en la formación docente como de forma transversal en la educación a nivel escolar y universitario.

Palabras claves: aprendizaje visual; sistema escolar; formación integral

ABSTRACT

The main theme of this research is the importance of emotional intelligence as a fundamental requirement for personal and social success, while highlighting the usefulness of recreational strategies as a fundamental tool to develop emotional intelligence in students and thus achieve a comprehensive development of the person in all areas. To meet this objective, we begin with a separate analysis of emotional intelligence and playful strategies. Subsequently, a detailed description of the relationship between Emotional Intelligence and Playful Strategies is made, evidencing the need to include content in this regard both in teacher training and transversally in education at the school and university level.

Keywords: visual learning, school system, integral formation

Introducción

Los inicios de la inteligencia emocional se remontan a estudios sobre inteligencias múltiples que propone Gardner. Esta teoría hace alusión a que “los humanos tenemos inteligencias de distintos tipos, entre ellas tenemos a la inteligencia intra e inter personal, musical, corporal, viso espacial, verbal y matemática” (Mercadé, 2019). Cada ser humano al relacionarse socialmente y aprender cada día va a poseer más habilidad en una de estas inteligencias, de igual manera se piensa que las habilidades pueden ser adquiridas y desarrolladas durante distintos períodos de vida, según las necesidades y la madurez de los individuos.

La inteligencia emocional está formada por la inteligencia interpersonal e intrapersonal. La primera hace alusión al buen manejo de relaciones sociales, saber motivar a otras personas, entendimiento de los estados de ánimo y sentimientos de otras personas, hacer buen uso de la comunicación para llegar a las personas y conocer y entender el lenguaje corporal de las personas. Por otra parte, la inteligencia intrapersonal se refiere a “entender y saber manejar los propios sentimientos y emociones, controlar de manera asertiva las conductas propias y reflexiones profundas sobre sí mismo, es decir ser una buena persona” (Maureira, 2018).

La inteligencia emocional hace alusión a la capacidad del reconocimiento de las emociones, tales como ira, tristeza, placer, temor, amor, entre otros. De tal manera que la persona entienda lo que siente y sepa controlar sus emociones de manera inteligente sin que interfieran de manera negativa en su vida. De igual forma se espera que “una persona emocionalmente inteligente entienda no solo sus emociones si no la de las otras personas, es decir, que sea empática con los demás” (Fernández Berrocal, 2018). Desde sus inicios la inteligencia emocional se ha caracterizado por el conocimiento que una persona tiene sobre sus propias emociones, el control que una persona tiene sobre sus propias emociones, la motivación de la persona para enfrentarse a adversidades del diario vivir y la

reacción del ser humano ante las emociones de otras personas.

Las estrategias lúdicas permiten despertar el interés, hacen que los aprendizajes sean entretenidos y significativos y al mismo tiempo aumentan los niveles de atención en los estudiantes, por esta razón es importante hacer uso de este recurso en el transcurso de su aprendizaje y más aún si buscamos desarrollar la inteligencia emocional. Con lo mencionado anteriormente, podemos decir que “las estrategias lúdicas influyen notablemente en el desarrollo de la inteligencia emocional de los estudiantes, ya que facilitarían la expresión de sentimientos y les brindaría herramientas para ser asertivos ante distintas situaciones estresantes o problemáticas” (Caballero, 2017).

Martín (2018) menciona que “la inteligencia emocional bien trabajada y gestionada nos hace personas capacitadas para relacionarnos con nosotros mismos y como el resto de las personas”. Para Vygotsky, la lúdica permite impulsar el fortalecimiento mental del niño mediante el juego para que él enfoque su atención, estimulando la expresividad, la memoria, y de igual manera la regulación de sus emociones sin dificultad alguna. Se puede concluir que dentro del contexto educativo las conductas aprendidas socialmente, sean buenas o malas pueden generar situaciones conflictivas que atenten contra el bienestar de la comunidad educativa. Por esta razón, es necesario hacer uso de la inteligencia emocional pues es una herramienta importante para reaccionar de manera asertiva ante los distintos problemas en el ámbito educativo.

Metodología

La metodología utilizada para la presente investigación consta de lo siguiente:

Este artículo es de tipo descriptivo. Es descriptiva porque pretende obtener información adicional, definir, clasificar o relacionar la inteligencia emocional y el proceso de aprendizaje, y analizar cómo influyen las estrategias lúdicas en el proceso de enseñanza de los estudiantes.

Es documental porque sigue un proceso basado en la búsqueda, recuperación, análisis, crítica e interpretación de datos secundarios, es decir, los obtenidos y registrados por otros investigadores en fuentes documentales: impresas, audiovisuales o electrónicas. Como en toda investigación, el propósito de este diseño es el aporte de nuevos conocimientos (Guerrero Dávila, 2020).

El presente artículo se realizó a partir de una revisión de diversa bibliografía con enfoque cualitativo, descriptivo y procesamiento documental acerca del objeto de estudio. Se empleó la consulta, revisión y análisis de textos de autores reconocidos tanto a nivel nacional como internacionalmente con años de trayectoria en la temática de la Inteligencia Emocional. También se seleccionaron artículos de revistas indexadas de los últimos cinco años referentes a la temática de investigación. Posterior a la fase de revisión, se comenzó la construcción del estado del arte mediante el método de mapeo (Guerrero Dávila, 2020), para finalmente dar paso a la construcción de los resultados y elaboración de las conclusiones, realizando una exhaustiva lectura analítica de toda la información bibliográfica recopilada en el estado del arte.

Resultados

Una vez que se ha realizado la búsqueda de las variables de estudio en las bases de datos científicas, con la metodología descrita anteriormente. Se presenta a continuación los resultados:

Estrategias lúdicas en la educación

En la educación las estrategias lúdicas se han convertido en un enfoque pedagógico innovador que busca involucrar a los estudiantes de manera activa y motivar su participación en el proceso de aprendizaje. Las estrategias lúdicas “ofrecen múltiples beneficios, incluyendo la adquisición de habilidades prácticas y el estímulo de la creatividad, mediante el uso de juegos, simulaciones, actividades prácticas y otras dinámicas divertidas, los docentes pueden fomentar un ambiente de aprendizaje interactivo y colaborativo” (Cabezas Heredia, Molina

Granja, & Ricaurte, 2019). El aprendizaje lúdico es efectivo en comparación con la enseñanza tradicional, ya que los alumnos retienen los conocimientos por un período más prolongado y sobre todo disfrutan y se divierten en adquirir nuevos conocimientos.

La gamificación, una forma de estrategia lúdica, se ha popularizado en la educación. A través de la gamificación “se incorporan elementos de juegos, como recompensas, competencias y desafíos, en el proceso de aprendizaje” (Pegalajar Palomino, 2021). Esto no solo hace que el aprendizaje sea más entretenido, sino que también motiva a los estudiantes a esforzarse más y a asumir un papel activo en su propia educación. Los docentes pueden hacer uso de herramientas digitales diseñadas para lograr los objetivos de la gamificación, como ejemplo tenemos kahoot y quizizz, estas aplicaciones son las más conocidas y utilizadas por la comunidad universitaria e incitan a la competencia sana entre estudiantes, satisfacción personal por los logros alcanzados y obtener una recompensa merecida.

2. Inteligencia emocional en la educación superior

No podemos medir el éxito académico solamente por la capacidad intelectual, sino también por la capacidad emocional, “la inteligencia emocional implica reconocer, comprender y gestionar las propias emociones y las de los demás. En un entorno académico cada vez más complejo, estas habilidades son esenciales para tomar decisiones efectivas, gestionar conflictos y construir sólidas relaciones interpersonales” (Barrera Gálvez, Solano Pérez, Arias Rico, Jaramillo Morales, & Jiménez Sánchez, 2019). Los estudiantes de educación superior enfrentan una serie de desafíos, como la independencia académica, la gestión del tiempo y la adaptación a un entorno social diverso. Las habilidades emocionales, como la autorregulación y la motivación intrínseca, son cruciales para superar estos obstáculos y alcanzar el éxito académico.

Los estudiantes que poseen un alto grado de inteligencia emocional tienden a

sobresalir en la educación superior y en su vida profesional, ya que “son capaces de manejar el estrés y la presión académica con el fin de evitar que las emociones negativas interfieran con su enfoque y concentración, lo que a su vez les permite mantenerse firmes en la búsqueda de sus objetivos académicos” (Gilar Corbi, Pozo Rico, & Castejón Costa, 2019). Asimismo, la inteligencia emocional fomenta la empatía y la comunicación asertiva, estas habilidades juntas son esenciales para establecer relaciones positivas con los compañeros y profesores, lo cual facilita el trabajo en equipo, la colaboración y el aprendizaje mutuo.

3. Evaluación de habilidades emocionales

Existen varios cuestionarios y pruebas específicamente diseñados para medir la inteligencia emocional, (Sánchez Teruel & Robles Bello, 2018) afirman que “el Test de Inteligencia Emocional de Bar-On (Bar On EQ-i), la Escala de Inteligencia Emocional de Mayer-Salovey-Caruso (MSCEIT), y el Cuestionario de Inteligencia Emocional de Goleman (EI360) son los instrumentos más utilizados para evaluar la inteligencia emocional”, estas pruebas evalúan diferentes aspectos de la inteligencia emocional, como la autoconciencia, la autorregulación, la empatía y las habilidades sociales. La inteligencia emocional es una habilidad que puede desarrollarse y mejorar con el tiempo, por lo que las mediciones pueden cambiar a medida que una persona trabaja en su desarrollo emocional.

Los profesionales de la psicología y la educación a menudo utilizan entrevistas y observación para evaluar la inteligencia emocional de una persona, “esto puede incluir conversaciones en profundidad sobre sus experiencias emocionales, la forma en que manejan situaciones emocionales y cómo se relacionan con los demás en contextos emocionales” (Gallego Gil & Ongallo Chanclón, 2020). En el entorno laboral, es común utilizar evaluaciones 360 grados para medir la inteligencia emocional, esto implica recopilar información de múltiples fuentes, como supervisores, colegas y subordinados, para obtener una visión

más completa de las habilidades emocionales de un individuo. Es fundamental contar con profesionales capacitados en la interpretación de los resultados para garantizar una evaluación precisa y significativa.

4. Relación entre estrategias lúdicas e inteligencia emocional

Mediante estrategias lúdicas como el juego de roles y actividades de reflexión “el estudiante logra entender sus propias emociones y toman conciencia sobre ellas llegando a la autoconciencia emocional un pilar fundamental de la inteligencia emocional” (Merino Gómez, 2018), estas actividades lúdicas también influyen en la formación de la empatía, pues el estudiante está obligado a ponerse en el lugar de la otra persona, logrando comprender los sentimientos y necesidades de los demás. Muchos juegos y actividades lúdicas presentan desafíos, obstáculos y situaciones emocionales. Los participantes deben aprender a gestionar sus emociones, como la frustración o la ansiedad, mientras participan en estas actividades. Esto proporciona una oportunidad para practicar la autorregulación emocional, una habilidad esencial en la inteligencia emocional.

Las estrategias lúdicas a menudo fomentan la colaboración, la comunicación y la interacción social. Al jugar juntos, los individuos pueden mejorar sus habilidades sociales al practicar la empatía, la escucha activa y la resolución de conflictos, lo que está relacionado con la inteligencia emocional en términos de habilidades sociales. Las estrategias lúdicas suelen ser altamente motivadoras y divertidas “los individuos que participan en actividades lúdicas a menudo experimentan una mayor motivación intrínseca que es un componente importante de la inteligencia emocional, ya que impulsa la autorregulación y la búsqueda de objetivos personales” (Agudelo Velásquez, Martínez García, & Velásquez Tobón, 2020).

5. Resultados académicos y emocionales

Un estudiante con un buen manejo de inteligencia emocional sabe gestionar las

emociones de manera efectiva y lo usa para el éxito académico. Los estudiantes con una buena autorregulación emocional son capaces de manejar el estrés, la ansiedad y la frustración de manera más productiva, lo que les permite mantener el enfoque en sus estudios y superar obstáculos académicos, “la motivación intrínseca, que está relacionada con la inteligencia emocional, impulsa a los estudiantes a establecer metas académicas y esforzarse por alcanzarlas” (Quiliano Navarro, 2020), la capacidad de autorregular las emociones y mantener la motivación, incluso en momentos de dificultad, puede influir en la persistencia en el estudio y la búsqueda de logros académicos.

La empatía es una parte importante de la inteligencia emocional y contribuye a la capacidad de entender las necesidades de los demás, incluyendo profesores y compañeros, “las buenas habilidades interpersonales pueden mejorar la comunicación, las relaciones con los profesores y la colaboración con otros estudiantes, lo que puede tener un impacto positivo en el apoyo académico y la resolución de problemas” (Domenech, 2019). La autoconciencia emocional permite a los estudiantes comprender sus fortalezas y debilidades académicas, lo que puede ayudarles a tomar decisiones más informadas sobre su enfoque de estudio y su elección de cursos.

6.-Impacto de las Estrategias Lúdicas en el Rendimiento Académico

Los juegos y actividades lúdicas a menudo “fomentan la creatividad y el pensamiento lateral, estimulan la creatividad y puede tener beneficios tanto en el rendimiento académico como en el desarrollo general de las habilidades cognitivas” (Escudero Moyano, 2021). Las estrategias lúdicas ofrecen al alumno motivación, ser creativos, sentirse en un ambiente cómodo y de confianza, debido a que reciben la información fácil y divertida y al mismo tiempo favorece el aprendizaje de cualquier materia, dado que la lúdica es interdisciplinaria se puede aplicar a todas las áreas, materias, grupos, grados y edades.

La integración de estrategias lúdicas en el entorno educativo tiene un impacto positivo en el rendimiento académico, ya que “ayuda a los estudiantes en la retención de la información a largo plazo, reduce los niveles de estrés, motiva al estudiante en su aprendizaje por medio de la participación activa” (Cisneros Bedón & Escudero Moyano, 2021), ayudando a consolidar conceptos y habilidades de manera más efectiva, ya que están involucrados activamente en el proceso de enseñanza-aprendizaje. Hacen que el aprendizaje sea más divertido y atractivo para los estudiantes, esto puede aumentar su compromiso con las tareas académicas, ya que perciben el proceso de aprendizaje como algo más interesante y relevante. Es crucial adaptar estas estrategias según la edad de los estudiantes, el contenido específico y los objetivos de aprendizaje.

7.-Desarrollo de Habilidades Sociales a través de Juegos Educativos

Las actividades lúdicas fomentan la interacción social y el trabajo en equipo. Estas interacciones pueden mejorar las habilidades sociales de los estudiantes, como la comunicación, la colaboración, la empatía y la resolución de conflictos. Las habilidades sociales y emocionales representa un reto en la actualidad, pues tienen gran demanda en el campo laboral, por esta razón es imprescindible “desarrollar competencias personales y sociales, de tal forma que desarrollen en la persona la iniciativa, resiliencia, responsabilidad, creatividad, la cooperación, compromiso con respecto al trabajo en equipo, empatía, solidaridad y compasión” (Unuzungo Preciado, y otros, 2022). Todas las habilidades mencionadas anteriormente son indispensables para acceder al campo laboral, como para convivir en el contexto social.

Dada la incidencia del juego en el desarrollo de habilidades sociales, es necesario mencionar algunos juegos que incentiven a los estudiantes a trabajar juntos para lograr un objetivo, fomenten la colaboración y el trabajo en equipo. Por ejemplo, los docentes pueden valerse de rompecabezas, juegos de mesa cooperativos o proyectos grupales. También

existe “la dramatización o el juego de roles, que ofrece a los estudiantes la oportunidad de practicar y desarrollar habilidades sociales al representar diferentes personajes y situaciones” (Aucasi Tenorio, 2022), esto puede incluir la resolución de conflictos, la empatía y la comunicación efectiva. Al hacer uso de estas estrategias, los educadores proporcionan a los estudiantes oportunidades para practicar y fortalecer sus habilidades sociales de manera lúdica y divertida.

8.-Inteligencia Emocional y Adaptación Universitaria

La adaptación universitaria es un proceso de transición que implica ajustarse a un nuevo entorno académico y social. La inteligencia emocional “desempeña un papel crucial en la adaptación universitaria de los estudiantes, ya que están expuestos a nuevas experiencias de vida y deben enfrentarlas adecuadamente sin que afecten su desenvolvimiento diario” (Duche Pérez, Paredes Quispe, Gutiérrez Aguilar, & Carcausto Cortez, 2020). Por ejemplo, es probable que algunos estudiantes vivan lejos de casa por primera vez, tomen decisiones autónomas y asuman la responsabilidad de sus estudios y de su vida personal, una persona emocionalmente inteligente debe ser capaz de sobrellevar solo y de la mejor manera su vida personal y académica.

El nivel de exigencia académica en la universidad suele ser más alto que en la escuela secundaria, “la adaptación implica aprender a gestionar la carga de trabajo, organizar el tiempo de estudio, abordar la complejidad de las materias y manejar el estrés del diario vivir” (Hidalgo Andrade, Cañas Lerma, & Cuartero Castañer, 2022), la inteligencia emocional permite a los estudiantes responder de manera efectiva ante estas situaciones, ayudándoles a regular sus propias emociones y enfrentar situaciones difíciles. La universidad es un entorno diverso con personas de diferentes culturas e intereses, la adaptación implica establecer nuevas amistades y la inteligencia emocional va a permitir al estudiante comprender y manejar las emociones propias y ajenas, además que facilita

la comunicación efectiva y juntos son esenciales para establecer y mantener relaciones saludables.

9.-Evaluación de Programas de Desarrollo de Inteligencia Emocional

Existen muchos programas para desarrollar la inteligencia emocional, podemos nombrar el programa Ruler Approach que está diseñado principalmente para escuelas, pero también se ha adaptado para su uso en entornos empresariales. Se centra en cinco habilidades clave “reconocer las propias emociones y las de los demás, comprender las causas y consecuencias de las emociones, etiquetar las emociones con precisión, expresar las emociones adecuadamente y regular las emociones de forma efectiva” (Rivera & Domínguez Saldívar, 2021). Al implementar el programa RULER, se pretende, enseñar que todas las emociones valen en sí mismas, crear un lenguaje común para clasificar y expresar emociones, favorecer que la persona pueda expresar lo que siente y tenga las herramientas para regularlo y fomentar la empatía.

Otro programa que interviene en el desarrollo de la inteligencia emocional es el mindfulness, ya que “ayuda en la reducción del distrés emocional y promueve la regulación emocional” (Moscoso, 2019). Es importante plantear tres mecanismos de acción específicos por los cuales la práctica de mindfulness estimula la inteligencia emocional. Primero tenemos el control y sostenibilidad de la atención, en el cual vamos a reconocer la presencia de emociones positivas y negativas en el momento presente y con una postura de ecuanimidad refocalizar la atención en la respiración. Segundo tenemos el distanciamiento cognitivo, en el cual se observar y reconoce ciertos patrones emocionales y de conducta del paciente, poniendo énfasis en no caer en el juego rumiativo de las emociones negativas. Por último tenemos la revaloración cognitiva de las emociones, en la medida en que la práctica de mindfulness progresa, el participante logra un cambio de percepción de sus experiencias emocionales negativas, transformándolas en una actitud de aceptación y en otros casos una postura de autocompasión.

10.-Rol del Docente en la Implementación de Estrategias Lúdicas y Desarrollo de Inteligencia Emocional

Integrar estrategias lúdicas y actividades centradas en la inteligencia emocional puede hacer que el aprendizaje sea más significativo y preparar a los estudiantes para enfrentar los desafíos de la vida de manera equilibrada. Los docentes pueden servir como modelos de comportamiento emocionalmente inteligente, “al gestionar sus propias emociones de manera positiva, están demostrando a los estudiantes cómo abordar situaciones emocionales de manera constructiva” (Luy Montejo, 2019). Enseñar estrategias de resolución de conflictos es parte integral del desarrollo de la inteligencia emocional. Los docentes pueden proporcionar oportunidades para que los estudiantes practiquen la resolución de problemas y la comunicación efectiva mediante la estrategia lúdica el juego de roles.

La tarea del docente no se limita únicamente a facilitar el acceso al conocimiento científico, también debe construir los andamios para un correcto desarrollo emocional de los estudiantes. Del trabajo que el docente logre realizar en el campo emocional va a derivar las competencias emocionales de los alumnos para desarrollar la empatía, manejo de conflictos y adecuadas relaciones sociales. El docente está en la obligación de desarrollar la inteligencia emocional desde los primeros años, debe partir por enseñar a reconocer emociones y para esto puede valerse de estrategias lúdicas, ya que “el juego permite construir situaciones en las que los niños puedan hablar, representar situaciones concretas en las que puedan identificar emociones básicas como tristeza, alegría, enfado, miedo” (Cuenca, 2023). También debe enseñar a los estudiantes a expresar adecuadamente sus emociones, esto les ayuda a ser consciente de sus emociones, desarrollar la empatía y tolerancia a la frustración. Por último, lo más importante es enseñar a regular sus emociones, esto les permitirá controlar la impulsividad, ira, violencia y cualquier comportamiento disruptivo. Existen diferentes recursos dentro de las estrategias lúdicas que el docente puede hacer uso para

desarrollar la inteligencia emocional desde los primeros años de escolaridad. OIP: Informe los resultados más relevantes en esta sección. Debes evitar omitir datos del estudio al máximo, aunque en muchas ocasiones es inapropiado informar absolutamente todos los datos. Sea selectivo al elegir los análisis.

Conclusiones

Las estrategias lúdicas proporcionan un entorno seguro y divertido para explorar y expresar emociones. Los juegos pueden ayudar a las personas a identificar y comprender sus propias emociones, así como a reconocer y responder a las emociones de los demás. La participación en juegos que involucran situaciones emocionales puede facilitar el desarrollo de habilidades emocionales fundamentales, como la empatía, la autoconciencia y la regulación emocional. La relación entre inteligencia emocional y estrategias lúdicas implica que los juegos pueden ser herramientas poderosas para desarrollar y aplicar habilidades emocionales en situaciones prácticas y divertidas. La combinación de estos dos elementos puede tener beneficios significativos en términos de desarrollo personal, social y emocional.

Al integrar la inteligencia emocional y la lúdica en el ámbito educativo crea un entorno enriquecedor que no solo potencia el rendimiento académico, sino que también contribuye a preparar a los estudiantes para enfrentar los desafíos del mundo real, con una mayor conciencia emocional y habilidades interpersonales sólidas. La inteligencia emocional y las habilidades sociales son esenciales en la vida cotidiana y profesional, una persona adulta debe ser capaz de controlar sus emociones negativas y las situaciones problemáticas que se presenten sin que afecten su estado mental ni su desenvolvimiento diario, para esto es imprescindible educar desde los primeros años escolares en materia de inteligencia emocional con ayuda de la lúdica.

Los resultados de esta investigación permiten comprender la importancia de la inteligencia emocional, pues nuestras emociones

influyen en nuestras decisiones, es decir que está ligado al bienestar humano. En este sentido, se hace necesario destacar que las primeras dos décadas de vida de la mayoría de las personas se desarrollan principalmente dentro de las escuelas, por lo tanto, parece lógico que además de las familias, sean los y las docentes los encargados de educar desde la etapa infantil el autoconocimiento y el manejo emocional, sin embargo, esta importante tarea no se debe dejar al criterio o iniciativa de cada profesor o profesora, si no que el ministerio de educación debe brindar la capacitación y los proyectos educativos con enfoque en esta temática tan importante.

Agradecimientos

Los autores agradecen a la Universidad Técnica de Ambato (UTA) y a la Dirección de Investigación y Desarrollo (DIDE) por el apoyo brindado para la realización de este trabajo a través del grupo de investigación.

También queremos agradecer al proyecto de investigación GESTIÓN EDUCATIVA Y CALIDAD DE VIDA DE LOS ACTORES DE LAS UNIDADES EDUCATIVAS DE LA COORDINACIÓN ZONAL 3 DEL MINISTERIO DE EDUCACIÓN DEL ECUADOR, aprobado mediante resolución UTA-CONIN-2023-0046-R.

Referencias bibliográficas

- Agudelo Velasquez, L. P., Martínez García, A. I., & Velasquez Tobon, M. I. Integración de la lúdica en el fortalecimiento de la inteligencia emocional. (Tesis de maestría). Fundación universitaria los libertadores, Medellín.
- Aucasi Tenorio, G. M. (2022). Estrategias para el desarrollo de habilidades sociales en estudiantes de la Institución Educativa de Santillana. *Horizonte de la Ciencia*, 83-91.
- Barrera Gálvez, R., Solano Pérez, C. T., Arias Rico, J., Jaramillo Morales, O. A., & Jiménez Sánchez, R. C. (2019). La inteligencia emocional en estudiantes universitarios. *Educación Y Salud Boletín Científico Instituto De Ciencias De La Salud Universidad Autónoma Del Estado De Hidalgo*, 50-55.
- Caballero, F. B. (2017). Inteligencia emocional en el salón de clases. *Innovación y desarrollo profesional docente*, 17-24.
- Cabezas Heredia, E., Molina Granja, F., & Ricaurte, P. (2019). Estrategia Lúdica para enseñanza en estudiantes de Ingeniería. Caso práctico. *Revista Espacios*, 10.
- Cisneros Bedón, J., & Escudero Moyano, G. E. *Estrategias lúdicas para mejorar el rendimiento académico en niños con TDAH del nivel básica, elemental y media [tesis de maestría, Universidad Tecnológica Indoamérica]*. Repositorio institucional.
- Cuenca, A. *El rol del docente en el fortalecimiento de la inteligencia emocional en niños de Educación Inicial de 4 años [Tesis de maestría, Universidad Técnica de Machala]*. Repositorio Institucional.
- Domenech, B. D. (2019). La autoeficacia académica y la inteligencia emocional como factores asociados al éxito académico de los estudiantes universitarios. *Gestión de las Personas y Tecnología*, 46-60.
- Duche Pérez, A. B., Paredes Quispe, F. M., Gutiérrez Aguilar, O. A., & Carcausto Cortez, L. C. (2020). Transición secundaria-universidad y la adaptación a la vida universitaria. *Revista de ciencias sociales*, 244-258.
- Fernández Berrocal, P. (2018). *Inteligencia emocional: aprender a gestionar las emociones*. Shackleton Books.
- Gallego Gil, D., & Ongallo Chanclón, C. (2020). El 'emofeedback': la inteligencia emocional y el feedback en los procesos de acompañamiento. *Revista de Ciencias de la Comunicación e Información*, 1-22.
- Gilar Corbi, R., Pozo Rico, T., & Castejón Costa, J. L. (2019). Desarrollando la inteligencia emocional en educación superior: evaluación de la efectividad de

- un programa en tres países. *Educación XXI*, 161-187.
- Guerrero Dávila, G., & Guerrero Dávila, C. (2020). *Metodología de la investigación*. Grupo Editorial Patria.
- Hidalgo Andrade, P., Cañas Lerma, A., & Cuartero Castañer, M. E. (2022). Autocuidado, afrontamiento e inteligencia emocional en estudiantes universitarios. *Revista INFAD de Psicología. International Journal of Developmental and Educational Psychology.*, 327-340.
- Luy Montejo, C. (2019). El Aprendizaje Basado en Problemas (ABP) en el desarrollo de la inteligencia emocional de estudiantes universitarios. *Propósitos y representaciones*, 353-383.
- Maureira, F. (2018). Que es la inteligencia. En F. Maureira, *Que es la inteligencia* (págs. 52,53,59,63,64,65,66,67). España: Bubok Publishing S.L.
- Mercadé, A. (2019). Los 8 tipos de inteligencia según Howard Gardner: la teoría de las inteligencias múltiples.
- Merino Gomez, B. (2018). Guías HBR: Inteligencia emocional. En B. Merino Gomez, *Guías HBR: Inteligencia emocional* (págs. 169-175). Barcelona: Reverté.
- Moscoso, M. S. (2019). Hacia una integración de mindfulness e inteligencia emocional en psicología y educación. *Liberabit*, 107-117.
- Pegalajar Palomino, M. C. (2021). Implicaciones de la gamificación en Educación Superior: una revisión sistemática sobre la percepción del estudiante. *Revista de Investigación Educativa*, 169-188.
- Quiliano Navarro, M. &. (2020). Inteligencia emocional y estrés académico en estudiantes de enfermería. *Ciencia y enfermería*, 26.
- Rivera, M. D., & Domínguez Saldívar, A. (2021). Las estrategias del programa RULER para desarrollar la Inteligencia Emocional. *Conisen*.
- Sánchez Teruel, D., & Robles Bello, M. A. (2018). Instrumentos de evaluación en inteligencia emocional: una revisión sistemática cuantitativa. *Perspectiva Educativa*, 27-50.
- Unuzungo Preciado, M., Balladares Atoche, C., Bravo Cedeño, B., Gordon Torres, C., Quito Santana, L., & Fernandez Unuzungo, G. (2022). Habilidades sociales: desarrollo desde lo lúdico, en niños de etapa pre escolar. *Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar*, 544-557.