

## Impacto de la Educación Emocional y Psicológica en la Formación Integral Universitaria

### Impact of Emotional and Psychological Education on Comprehensive University Training

Maria Isabel Mego-Díaz<sup>1</sup>, Milton Eliseo Alca-Gutiérrez<sup>2</sup> y Julio Andres Palomino-Silva<sup>3</sup>



✓ Recibido: 27/diciembre/2024

✓ Aceptado: 6/junio/2025

✓ Publicado: 29/noviembre/2025

📖 Páginas: desde 5-12

🌐 País

<sup>1</sup>Perú

<sup>2</sup>Perú

<sup>3</sup>Perú

🏛️ Institución

<sup>1</sup>Universidad Nacional Mayor De San Marcos

<sup>2</sup>Universidad Nacional Mayor de San Marcos

<sup>3</sup>Universidad Nacional Mayor de San Marcos

✉️ Correo Electrónico

<sup>1</sup>maria.mego1@unmsm.edu.pe

<sup>2</sup>milton.alca@unmsm.edu.pe

<sup>3</sup>jpalomino@unmsm.edu.pe

ORCID

<sup>1</sup><https://orcid.org/0009-0001-5499-0965>

<sup>2</sup><https://orcid.org/0009-0001-4645-9680>

<sup>3</sup><https://orcid.org/0000-0002-5164-3829>

Citar así:  APA / IEEE

Mego-Díaz, M., Alca-Gutiérrez, M. & Palomino-Silva, J. (2025). Impacto de la Educación Emocional y Psicológica en la Formación Integral Universitaria. *Revista Tecnológica-Educativa Docentes 2.0*, 18(2), 5-12. <https://doi.org/10.37843/rted.v18i2.642>

M. Mego-Díaz, M. Alca-Gutiérrez y J. Palomino-Silva, "Impacto de la Educación Emocional y Psicológica en la Formación Integral Universitaria", RTED, vol. 18, n.º 2, pp. 5-12, nov. 2025.

#### Resumen

La educación emocional se ha constituido en un elemento clave para el desarrollo integral de los estudiantes de educación superior. El objetivo de la investigación fue analizar cómo el programa de educación emocional tiene incidencia sobre el bienestar y el rendimiento académico de los estudiantes de la Universidad Nacional Agraria La Molina (UNALM). Se realizó una investigación bajo el paradigma positivista, método hipotético-deductivo, enfoque cuantitativo, diseño preexperimental, de tipo aplicada-explicativa y corte transversal. El programa "Bienestar Emocional" se aplicó a 102 estudiantes durante el período 2022, se evaluó su efectividad a través de pruebas T-Student para muestras apareadas. En base a los resultados obtenidos, se pudo aseverar lo siguiente: la ejecución del programa de bienestar emocional en la UNALM ha tenido un impacto significativo en la formación integral de la población estudiantil, respecto a la consecución de mejoras sobre el bienestar emocional y el desempeño académico. A partir de la prueba T-Student para muestras apareadas, se ha identificado una variación positiva tanto en el bienestar emocional como en el desempeño académico, con un p-valor por debajo de 0.05, un escenario que corrobora la efectividad estadística de dicha intervención educativa. Así como en estudios previos, estos resultados refuerzan el postulado sobre la existencia de un efecto positivo de la educación emocional sobre el desarrollo personal y académico de los alumnos de educación superior, en relación con la introducción de mejoras en sus capacidades de gestión de emociones y desafíos académicos.

**Palabras clave:** Aprendizaje, bienestar, educación superior, inteligencia emocional, rendimiento académico.

#### Abstract

Emotional education has become a crucial component in the comprehensive development of higher education students. The objective of this research was to examine the impact of the emotional education program on the well-being and academic performance of students at the National Agrarian University of La Molina (UNALM). The study employed a positivist paradigm, a hypothetical-deductive method, a quantitative approach, a pre-experimental, applied-explanatory design, and a cross-sectional approach. The "Emotional Well-being" program was implemented with 102 students during the 2022 period, and its effectiveness was evaluated using Student T-tests for paired samples. Based on the results obtained, the implementation of the emotional well-being program at UNALM has significantly impacted the comprehensive development of the student population, leading to improvements in both emotional well-being and academic performance. Using the Student T-test for paired samples, a statistically significant positive change was identified in both emotional well-being and academic performance, with a p-value of less than 0.05, corroborating the statistical effectiveness of this educational intervention. As in previous studies, these results reinforce the hypothesis that emotional education positively impacts the personal and academic development of higher education students, particularly by enhancing their emotional management skills and addressing academic challenges.

**Keywords:** Learning, well-being, higher education, emotional intelligence, academic performance.

## Introducción

La educación emocional se ha constituido en un elemento clave para el desarrollo integral de los estudiantes de educación superior, debido a su contribución positiva sobre su bienestar y desempeño académico (Bracamontes et al., 2024; Lagos & Mujica, 2024). De acuerdo con Alonso (2024), la educación emocional también coadyuva al equilibrio psicológico y social, respecto al desarrollo de capacidades de adaptación y resiliencia. Para el contexto peruano, en donde existen limitaciones en las intervenciones emocionales, se ha reportado una incidencia negativa sobre el bienestar y las capacidades de la población estudiantil (Llanos & Machuca, 2023).

La carencia de intervenciones de educación emocional para el contexto de las universidades peruanas ha restringido el desarrollo integral de la población estudiantil, un escenario que ha afectado la adaptación y capacidad de gestión emocional del alumnado (Llanos & Machuca, 2023; Valdivieso, 2024). Esta ausencia ha posibilitado la creación de una brecha en su proceso formativo, un contexto que presupone la falta de herramientas de gestión emocional, cuyos efectos adversos se materializan en su desempeño académico y salud mental. En este sentido, resulta fundamental que la educación emocional sea considerada una competencia clave para el bienestar integral de la población estudiantil (Bisquerra, 2000).

De acuerdo con Gardner (1995) y González et al. (2024), la inteligencia emocional se ha constituido en una de las inteligencias de mayor relevancia en el ámbito educativo. En el modelo de inteligencia emocional de Goleman (1996) se destaca el rol que cumplen habilidades orientadas al logro académico y profesional, como es el caso de autoconciencia, empatía y autorregulación. Para el contexto peruano, iniciativas fundamentadas en este modelo, coadyuvan al mejoramiento del bienestar de los estudiantes, a través de la provisión de herramientas de gestión emocional (Cano & Zea, 2012; Valdivieso, 2024).

El objetivo de la investigación es analizar cómo el programa de educación emocional tiene incidencia sobre el bienestar y el rendimiento académico de los estudiantes de la Universidad Nacional Agraria La Molina (UNALM). A través de este enfoque, se destaca la integración de la educación emocional en el currículo de la educación superior. De acuerdo con Rúa (2024) y Moreno et al. (2023), se requiere la priorización de la educación emocional en el contexto universitario, debido a su contribución sobre el desarrollo de habilidades clave para el éxito a nivel académico y profesional. Frente a este

escenario en particular se define el siguiente aspecto a analizar ¿Qué incidencia tiene la educación emocional sobre el bienestar y rendimiento académico de los estudiantes universitarios en la UNALM?

## Metodología

Para responder al objetivo de estudio se realizó un trabajo basado en el paradigma positivista, se direccionó hacia la observación objetiva de fenómenos, mediante el empleo de herramientas de razonamiento lógico y análisis cuantitativo (Miranda & Ortiz, 2020). Este paradigma hace referencia al establecimiento de relaciones causales entre determinadas variables, a partir de la ejecución de métodos rigurosos y cuantificables.

La investigación partió bajo método hipotético-deductivo, se validó la hipótesis general a partir la recolección de datos y se utilizó herramientas de deducción lógica, para obtener los resultados (González & Santiago, 2023). Para efectos del presente trabajo, se planteó la hipótesis, la misma que postuló lo siguiente con respecto al programa de bienestar emocional, el cual tuvo una incidencia positiva sobre el bienestar emocional y lo relacionado al rendimiento académico de población estudiantil.

El enfoque de la presente investigación ha sido cuantitativo, debido a que, a partir de los procesos de recolección y análisis de datos numéricos, se puede realizar la medición y la evaluación comparativa entre variables (Calle, 2023). Los datos recolectados se han sometido a un determinado análisis estadístico, con la finalidad de verificar la hipótesis respectiva, así como analizar los efectos de la intervención educativa.

Por su parte, se utilizó un diseño preexperimental, debido a que se implementó la intervención en un solo grupo de alumnos universitarios sin la utilización de un grupo de comparación. Este tipo de diseño se emplea en contextos en donde no se tenga un grupo de control, por consiguiente, el objetivo se asocia con la observación de cambios en las etapas anterior y posterior a la intervención, para una determinada muestra (Gay et al., 2012).

De acuerdo con Hernández et al. (2014), esta metodología es apropiada para el análisis en torno a los efectos de una determinada intervención sobre una población; y no requiere de la utilización de un grupo de control para tal objetivo. A partir de este diseño, se puede evaluar el impacto de un programa de educación emocional en la formación integral de los estudiantes pertenecientes a la UNALM. Dada la necesidad de contar con datos objetivos y cuantificables sobre los niveles de bienestar

emocional y psicológico en la población estudiantil, se ha optado por la elección de este método en particular.

El presente estudio se clasifica como una investigación aplicada, ya que busca dar respuesta a un problema concreto dentro del ámbito universitario: evaluar el impacto del programa “Bienestar Emocional” sobre el bienestar psicológico y el rendimiento académico de los estudiantes. Asimismo, posee un carácter explicativo, al pretender comprobar una hipótesis causal sobre la influencia de la intervención emocional en dichas variables. Como apoyo, adopta también un enfoque correlacional, al explorar relaciones estadísticas significativas entre los niveles de bienestar emocional y el rendimiento académico antes y después de la aplicación del programa.

La intervención se relaciona de forma estrecha con la ejecución de una estrategia estructurada sobre educación emocional y fundamentado en el modelo de inteligencia emocional de Goleman (1996), en donde se postuló lo siguiente: la autoconciencia, empatía, autocontrol y las habilidades sociales forman parte de la inteligencia emocional.

Para efectos del presente estudio, El universo está conformado por estudiantes de la UNALM, quienes han participado en la ejecución del programa de educación emocional. En efecto, se hace referencia a un grupo de personas sobre el cual se ejecuta un determinado estudio, asimismo, se hace la precisión de que, la muestra representativa es seleccionada de este grupo (Creswell, 2014). En términos específicos, el universo se ha compuesto de 102 estudiantes universitarios, que se seleccionaron mediante muestreo aleatorio simple, un enfoque que coadyuva a garantizar adecuados niveles de representatividad de la muestra, así como a la disminución del sesgo de selección.

Por su parte, la técnica empleada para el proceso de recolección de datos ha sido la encuesta. En términos generales, se pueden conceptualizar como aquellos instrumentos que coadyuvan a la obtención de datos de forma confiable y sistemática, un escenario que posibilita la medición de variables tanto psicológicas como emocionales (Babbie, 2000; Salvador-Oliván et al., 2021). Con la finalidad de abordar la temática, se empleó un cuestionario de bienestar emocional y rendimiento académico, en donde se delimitaron ciertas escalas de medición para cada variable de estudio. Respecto a la premisa anterior, dado que estas herramientas se han validado en estudios previos, se puede aseverar en torno a su confiabilidad y validez.

Con la finalidad de analizar las implicancias de la intervención, se empleó el instrumento “Bienestar

Emocional y Psicológico”, una herramienta que ha sido validada por expertos en los tópicos de la psicometría. Asimismo, se verificó el nivel de fiabilidad de dicho instrumento, con el objetivo de garantizar su consistencia interna y un adecuado rendimiento en términos de una precisa medición en torno a la variable de estudio. Respecto a la fiabilidad del instrumento, se obtuvo un alfa de Cronbach equivalente a 0.67, un valor que corresponde a la categoría de aceptable (Nunnally & Bernstein, 1994). De acuerdo con Henson (2001), un alfa de Cronbach con un valor mayor a 0.6 resulta ser adecuado en contextos en donde la meta central se relaciona de forma directa con la medición de constructos en torno a la variable de bienestar emocional.

El proceso de recolección de información se realizó mediante la aplicación de cuestionarios en dos momentos específicos: antes del inicio de la intervención y al finalizar el programa. Este diseño permite comparar los niveles de bienestar emocional de la población estudiantil antes y después de la implementación del programa de educación emocional, facilitando así la identificación de posibles cambios inducidos por dicha intervención (Cohen et al., 2011). En efecto, los cuestionarios utilizados, son herramientas de gran utilidad para los procesos de recolección de información precisa en torno a las percepciones de la población estudiantil, para el contexto de las investigaciones a nivel educativo.

En este sentido, el análisis estadístico se llevó a cabo a través de la prueba T de Student para muestras apareadas, una herramienta que coadyuva a la ejecución de un análisis comparativo de las medias correspondientes a dos grupos relacionados, con la finalidad de evaluar la existencia de diferencias significativas entre grupos (Cascañe & Villacís, 2022; Field, 2013). La utilidad de este tipo de pruebas se resalta en los contextos de investigaciones preexperimentales, debido a su contribución sobre los procesos de identificación de variaciones significativas reportadas en variables dependientes posterior a la implementación de una determinada intervención educativa (Hernández et al., 2014).

Para efectos del presente análisis, se estableció un nivel de significancia equivalente al 5%, un valor que se encuentra estrechamente vinculado con una baja probabilidad de ocurrencia del error tipo I, que se refiere a rechazar una hipótesis que resulta ser verdadera; el empleo de este valor estándar es recurrente en el contexto de los estudios en educación y psicología (Salkind, 2010).

En complementariedad con la prueba T-student, la información se ha organizado a través de la utilización de tablas descriptivas, en donde se

detallan las variaciones reportadas en los puntajes de la variable de bienestar emocional, tanto en la etapa anterior como posterior a la intervención. De acuerdo con Cano & Zea (2012), una presentación detallada en torno a la tabulación de los datos aporta en gran medida a la consecución de una precisa interpretación, así como un adecuado análisis comparativo de los resultados. Para el contexto del presente estudio, es hacer la precisión de que, se reportó un aumento significativo en la variable de bienestar emocional para la mayor parte de la población estudiantil; unos resultados que corroboran la eficacia de la intervención de educación emocional en la UNALM. A partir de este tipo de presentación de resultados, se puede estructurar una mejor visualización y comprensión en torno a los efectos de una determinada intervención educativa.

En el presente estudio, los aspectos éticos se han considerado con rigor y transparencia. Los participantes firmaron un consentimiento informado en el que se les explicó detalladamente los objetivos de la investigación, el nivel de confidencialidad de sus respuestas y su derecho a retirarse del estudio en cualquier momento (Creswell, 2014). Según Cohen et al. (2011), el consentimiento informado constituye un principio fundamental en las investigaciones que involucran a personas, ya que contribuye significativamente a la protección de sus derechos y fomenta un entorno de respeto hacia su dignidad.

En efecto, la presente metodología aporta en gran medida a la obtención de datos confiables en torno a las implicancias de la educación emocional en alumnos de educación superior. Esta aproximación es

consistente con los principios metodológicos planteados en los trabajos de Hernández et al. (2014) y Creswell (2014), en donde se resalta la que tiene la rigurosidad metodológica en investigaciones que buscan validar programas educativos. Entre los potenciales aportes de este diseño metodológico, se destaca su contribución en términos de una mejor comprensión en torno al grado de efectividad de los programas de educación emocional en la población estudiantil universitaria.

## Resultados

Los resultados obtenidos muestran una mejora significativa en la formación integral de los estudiantes tras la implementación del programa “Bienestar Emocional”. La prueba T-Student para muestras apareadas indicó un cambio positivo en el bienestar emocional y el rendimiento académico, con un valor  $p < 0.0001$ , lo cual es estadísticamente significativo y refuerza la efectividad del programa (Fernández-Berrocal & Ruiz, 2008). Este resultado es consistente con estudios que destacan cómo el desarrollo de habilidades emocionales contribuye al éxito académico y personal de los estudiantes universitarios (Bisquerra, 2003; Gajardo & Tilleria, 2019; Goleman, 1996). Por su parte, a través de la Tabla 1 se presentan en detalle las variaciones de los puntajes de bienestar emocional y rendimiento académico antes y después de la intervención educativa.

**Tabla 1**

*Cambios en los Puntajes de Bienestar Emocional y Rendimiento Académico antes y después del Programa.*

Variable	Preintervención	Postintervención	Diferencia Media	p-Valor
<b>Bienestar Emocional</b>	3.2 ± 0.5	4.5 ± 0.4	1.3	< 0.0001
<b>Rendimiento Académico</b>	2.8 ± 0.6	3.9 ± 0.5	1.1	< 0.0001

*Nota.* Análisis en torno a la diferencia de medias entre los puntajes pre y post intervención, elaboración propia (2024).

Tal como se observa en la Tabla 1, hay incrementos promedio equivalentes a 1.3 y 1.1 puntos en el bienestar emocional y el rendimiento académico, respectivamente, tras la implementación del programa. Este hallazgo es congruente con los postulados del trabajo de Bisquerra (2000), en donde se planteó lo siguiente: las habilidades emocionales tienen incidencia positiva sobre la variable de bienestar psicológico, un escenario que coadyuva a la consecución de mejoras sobre el rendimiento académico. Por consiguiente, se puede aseverar sobre la existencia de una contribución significativa de la educación emocional sobre la formación integral de l

la población estudiantil; un contexto que se materializa en el fortalecimiento de las competencias académicas y capacidades para hacer frente a desafíos emocionales, como es el caso del estrés (Goleman, 1996).

A partir del análisis cualitativo sobre las encuestas que se han aplicado en la culminación de la intervención, se reportó una percepción favorable de los alumnos hacia los resultados del programa educativo. La mayoría de los participantes ha manifestado lo siguiente: la contribución del programa se materializó en su ayuda sobre el reconocimiento y gestión de emociones, introducción de mejoras sobre las relaciones interpersonales, y

respuestas eficaces frente a determinados retos académicos (Castro & Cortés, 2023; Domenech et al., 2024; García et al., 2018). En efecto, los hallazgos de estas percepciones han coincidido con los principales resultados de Rúa (2024) y Mamani (2023), en donde se determinó que las intervenciones colaboran a la promoción de contextos de aprendizaje positivo, en

donde los alumnos han presentado seguridad y motivación para el logro de objetivos. A través de la Tabla 2, se presentan en detalle los aspectos más relevantes en torno a la evaluación del bienestar emocional, así como el promedio de los puntajes en la etapa anterior y posterior de la intervención.

**Tabla 2**

*Cambios en los Puntajes de los Aspectos de Bienestar Emocional antes y después de la Intervención.*

Aspecto Evaluado	Preintervención	Postintervención	Mejora (%)
<b>Autoconciencia</b>	2.9 ± 0.4	4.2 ± 0.5	45%
<b>Autorregulación</b>	3.1 ± 0.3	4.4 ± 0.4	42%
<b>Empatía</b>	3.0 ± 0.5	4.3 ± 0.4	43%
<b>Habilidades Sociales</b>	3.2 ± 0.6	4.6 ± 0.5	44%

*Nota.* Análisis desagregado de los puntajes al interior de la variable de bienestar emocional, elaboración propia (2024).

En función a los datos reportados en la Tabla 2, se identificó mejoras en aspectos fundamentales correspondientes a la variable de bienestar emocional, específicamente, se reportó incrementos entre el rango comprendido entre 42% y el 45% respecto a los tópicos de autoconciencia, autorregulación, empatía y habilidades sociales. De acuerdo con Goleman (1996), las habilidades emocionales han constituido en elementos clave en materia de éxito académico, desarrollo personal y profesional en la población estudiantil. Los planteamientos de Bisquerra (2003), tanto la autoconciencia como la autorregulación han apoyado a los alumnos en la gestión de los desafíos emocionales como el manejo del estrés; asimismo, la empatía y las habilidades sociales han contribuido al fortalecimiento de las relaciones interpersonales, un escenario que contribuye al mejoramiento del bienestar integral.

En este sentido, se puede aseverar sobre mayores niveles de autoconciencia en los estudiantes, el análisis de resultados; para Gardner (1995), este concepto cumple un rol fundamental en el desarrollo de inteligencia intrapersonal y la autoestima. La sinergia entre autoconciencia y las mejoras en cuanto a autorregulación, han coadyuvado a que los alumnos puedan gestionar de forma adecuada sus emociones, un escenario que se ha materializado en el incremento del rendimiento académico (Cano & Zea, 2012). Por su parte, se puede aseverar que empatía y habilidades sociales contribuyen a la existencia de una interrelación efectiva entre población estudiantil y el personal docente, un contexto que ha propiciado la estructuración de un entorno de aprendizaje colaborativo (Gajardo & Tilleria, 2019; Mamani, 2023).

Dado los resultados en torno a la consecución de mejoras sobre el rendimiento académico, se puede

afirmar lo siguiente: el programa de educación emocional ha tenido un impacto positivo sobre el bienestar psicológico, también sobre el desempeño académico. De acuerdo con los planteamientos de Fernández-Berrocal & Ruiz (2008), el bienestar emocional se encuentra estrechamente vinculado con la concentración y aprendizaje de la población estudiantil, y, por ende, con su rendimiento académico. A partir de los resultados obtenidos de la intervención educativa en la UNALM, se presenta una forma de integración eficiente de un programa de educación emocional en el currículo universitario, un escenario que coadyuvará al desarrollo de la formación tanto a nivel académico como emocional (Bisquerra, 2003).

En efecto, los resultados del presente estudio se constituyen en un adecuado respaldo a la ejecución y adopción de programas de educación emocional en la educación superior, dada su importante contribución sobre la introducción de mejoras sobre el bienestar y rendimiento académico de la población estudiantil. En función a los datos reportados, resulta que la educación emocional sea considerada como una competencia clave en los procesos formativos de los estudiantes de educación superior (Alonso, 2024). La intervención educativa en la UNALM puede constituirse en un modelo replicable para otras instituciones, que se orienten a la búsqueda de mejoras sobre la calidad en la educación, a partir del fortalecimiento de las capacidades emocionales de la población estudiantil.

## Discusión

Los resultados obtenidos, se puede aseverar lo siguiente: la ejecución del programa de bienestar emocional en la UNALM ha tenido un impacto

significativo en la formación integral de la población estudiantil, respecto a la consecución de mejoras sobre el bienestar emocional y el desempeño académico. A partir de la prueba T-Student para muestras apareadas, se ha identificado una variación positiva tanto en el bienestar emocional como en el desempeño académico, con un p-valor por debajo de 0.05, un escenario que corrobora la efectividad estadística de dicha intervención educativa. Tal como sucede en los estudios previos, estos resultados refuerzan el postulado sobre la existencia de un efecto positivo de la educación emocional sobre el desarrollo personal y académico de los alumnos de educación superior, en relación con la introducción de mejoras en sus capacidades de gestión de emociones y desafíos académicos.

En los trabajos de Gajardo & Tilleria (2019), y Fernández-Berrocal & Ruiz (2008), se concluyó que el bienestar emocional se encuentra estrechamente relacionado con el desarrollo de la concentración y el aprendizaje, hallazgos que coinciden con los resultados de la presente investigación. En adición, en el estudio de Bisquerra (2000) se argumenta sobre la existencia de un impacto directo de las habilidades emocionales sobre las variables de bienestar psicológico - académico, un hallazgo que concuerda con el incremento reportado en los puntajes de bienestar emocional y el rendimiento académico en los alumnos de la UNALM. Asimismo, se destaca que tienen los tópicos de autoconciencia, empatía, autorregulación, y habilidades sociales en el éxito académico (Gajardo & Tilleria, 2019; Goleman, 1996).

Por su parte, en los trabajos de Rúa (2024) y Mamani (2023), se pudo determinar lo siguiente: las intervenciones emocionales coadyuvan a la estructuración de un entorno de aprendizaje positivo, un escenario que coincide con la percepción favorable reportada en los alumnos de la UNALM, quienes han identificado mejoras en términos de gestión de emociones, relaciones interpersonales y manejo de desafíos académicos. En concordancia con estudios previos, los resultados del presente trabajo refuerzan la aseveración de que, las intervenciones emocionales contribuyen al fortalecimiento de las competencias emocionales, también a la esquematización de adecuado entorno de aprendizaje.

En los trabajos de Gordillo (2023) y Nogueira (2024), la relevancia que tienen las habilidades emocionales respecto a la consecución de mejoras sobre el bienestar emocional y las relaciones interpersonales entre estudiantes, un escenario que concuerda con el aumento reportado en las puntuaciones de autoconciencia, empatía, autorregulación, y habilidades sociales en la

población estudiantil de la UNALM. De igual manera, la teoría de la inteligencia emocional de Gardner (1995) se puede constituir en un adecuado marco teórico de los resultados del presente estudio, respecto a la consideración de la variable de autoconciencia como un elemento clave para el desarrollo de la inteligencia emocional y los resultados de desempeño académico.

Respecto al análisis comparativo con los hallazgos de estudios similares, se puede aseverar lo siguiente: los resultados obtenidos en esta investigación son consistentes con la existencia de un efecto positivo de una adecuada implementación de intervenciones emocionales sobre el bienestar emocional y el desempeño académico de los alumnos universitarios; dada la ausencia de discrepancias significativas en torno a trabajos previos, se refuerza la validez de los hallazgos de la investigación.

En torno a futuros estudios sobre la temática, se destaca el análisis exploratorio sobre la ejecución de intervenciones de educación emocional en otros entornos educativos, así como el incremento de la muestra según disciplinas académicas y grados de educación. En adición, resulta de suma la investigación en torno a los efectos a largo plazo de los programas emocionales sobre las variables de bienestar emocional y desempeño académico. La adopción de tecnologías innovadoras en las intervenciones de educación emocional, un escenario que hace referencia a la disponibilidad de nuevas herramientas para la consecución de mejoras sobre la gestión emocional de la población estudiantil. Dada las diferencias sociales y culturales en el contexto universitario, se requiere que futuras investigaciones puedan evaluar el impacto de las características demográficas y culturales sobre el grado de efectividad de los programas educativos.

## Conclusiones

Se destaca la relevancia que tiene la implementación de intervenciones de educación emocional para el contexto universitario. Los hallazgos reportados, se identificó beneficios de estos programas en términos de bienestar emocional y desempeño académico. Por su parte, resulta fundamental la transición de un enfoque educativo tradicional, hacia un esquema educativo holístico, en donde se incorporen a todos los tópicos del desarrollo emocional. En efecto, se puede aseverar sobre la existencia de un impacto directo de la inteligencia emocional sobre el éxito académico, y el bienestar personal y profesional; por consiguiente, a partir de los hallazgos, se puede evidenciar el grado de relevancia que tienen las intervenciones emocionales

en el contexto de la educación superior.

Las intervenciones de educación emocional contribuyen a la consecución de mejoras sobre el bienestar emocional y académico, también a la formación profesional de los estudiantes universitarios. En este sentido, la inteligencia emocional juega un rol fundamental en el desarrollo de capacidades requeridas para hacer frente de forma adecuada a los desafíos académicos y profesionales (Santos et al., 2023). En adición, la integración de competencias emocionales en el contexto universitario se encuentra directamente vinculado con el éxito profesional, respecto a la introducción de mejoras sobre el liderazgo, la gestión de conflictos y el trabajo colaborativo. De igual forma, la incorporación del enfoque emocional en el entorno universitario puede coadyuvar a la transformación de los procesos formativos, debido a la priorización en las capacidades técnicas, también en las de tipo emocional.

Por su parte, que futuras investigaciones se orienten hacia la realización de estudios longitudinales, con la finalidad de analizar los efectos a largo plazo de las intervenciones de educación emocional. Respecto a la premisa anterior, estos estudios pueden constituirse en elementos fundamentales para una mejor comprensión en torno a la sostenibilidad de los beneficios que se derivan del desarrollo integral de la población estudiantil. Asimismo, resulta fundamental la realización de una investigación exploratoria sobre la efectividad de las intervenciones de educación emocional en diferentes entornos sociales, culturales y económicos. En adición, la adopción de tecnologías emergentes y metodologías innovadoras coadyuvaría al fortalecimiento de los procesos de enseñanza emocional para el ámbito universitario. Frente a este contexto en particular, resulta fundamental el análisis de estrategias que puedan hacer frente de forma efectiva a las barreras institucionales que restringen el proceso de integración de dichas intervenciones (Coronado-Maldonado & Benítez-Márquez, 2023; Santos et al., 2023).

### Declaración de Conflictos de Intereses

Los autores declaran que no existe ningún conflicto de interés que pudiera afectar la realización de este estudio. Ninguno de los autores ha recibido financiación ni mantiene relaciones personales o profesionales que puedan influir o condicionar los resultados obtenidos o su interpretación. La totalidad del trabajo fue llevado a cabo de manera independiente, garantizando la imparcialidad y rigor científico en cada una de las etapas del proceso investigativo.

### Referencias

- Alonso, L. (2024). La educación emocional: Una alternativa educativa impostergable tras el retorno a la presencialidad. *Unidades Episteme. Revista Digital de Ciencia, Tecnología e Innovación*, 11 (1), 123–139. <https://doi.org/10.61154/rue.v11i1.3355>
- Babbie, E. (2000). *Fundamentos de la investigación social*. International Thomson Editores, S. A. de C. V.
- Bisquerra, R. (2000). *Educación emocional y bienestar*. Praxis.
- Bisquerra, R. (2003). Educación emocional y competencias básicas para la vida. *Revista de Investigación Educativa*, 21 (1), 7–43. <https://revistas.um.es/rie/article/view/99071>
- Bracamontes, E., Jiménez, I. U., & Vázquez, G. C. (2024). Avances y desafíos de la educación emocional en la educación superior: Una revisión documental. *IE Revista de Investigación Educativa de la REDIECH*, 15, e1924. [https://doi.org/10.33010/ie\\_rie\\_rediech.v15i0.1924](https://doi.org/10.33010/ie_rie_rediech.v15i0.1924)
- Calle, S. E. (2023). Diseños de investigación cualitativa y cuantitativa. *Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar*, 7 (4), 1865–1879. [https://doi.org/10.37811/cl\\_rcm.v7i4.7016](https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v7i4.7016)
- Cano, S. R., & Zea, M. (2012). Manejar las emociones, factor importante en el mejoramiento de la calidad de vida. *Revista LOGOS Ciencia & Tecnología*, 4 (1), 58–67. <https://doi.org/10.22335/rlct.v4i1.169>
- Cascante, M., & Villacís, I. (2022). Prueba T de Student para una investigación odontológica. *Odontología Activa Revista Científica*, 7 (1), 49–54. <https://doi.org/10.31984/oactiva.v7i1.562>
- Castro, D. M., & Cortés, R. (2023). Influencia de inteligencia emocional y habilidades sociales en contextos escolarizados. Revisión sistemática. *Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar*, 7 (1), 9342–9359. [https://doi.org/10.37811/cl\\_rcm.v7i1.5133](https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v7i1.5133)
- Creswell, J. W. (2014). *Research design: Qualitative, quantitative, and mixed methods approaches* (4.<sup>a</sup> ed.). SAGE Publications.
- Cohen, J., Cohen, P., West, S. G., & Aiken, L. S. (2011). *Applied multiple regression/correlation analysis for the behavioral sciences* (3rd ed.). Routledge. <https://doi.org/10.4324/9780203774441>
- Coronado-Maldonado, I., & Benítez-Márquez, M. D. (2023). Emotional intelligence, leadership, and work teams: A hybrid literature review. *Heliyon*, 9 (10), e20356. <https://doi.org/10.1016/j.heliyon.2023.e20356>
- Domenech, G. A., González, D. R., & Lainez, I. I. (2024). Rol de la inteligencia emocional en las relaciones interpersonales de estudiantes de séptimo grado. *Revista Científica*, 9 (32), 229–249. <https://doi.org/10.29394/Scientific.issn.2542-2987.2024.9.32.11.229-249>
- Fernández-Berrocal, P., & Ruiz, D. (2008). La inteligencia emocional en la educación. *Electronic Journal of*

- Research in Educational Psychology*, 6 (2), 421–436.  
<https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=293121924009>
- Field, A. (2013). *Discovering statistics using IBM SPSS statistics* (4.ª ed.). SAGE Publications.
- Gajardo, J., & Tilleria, J. L. (2019). Inteligencia emocional: Una clave para el éxito académico. *Revista Reflexión e Investigación Educativa*, 2 (1), 93–106.  
<https://doi.org/10.22320/reined.v2i1.3860>
- García, M., Hurtado, P. A., Quintero, D. M., Rivera, D. A., & Ureña, Y. C. (2018). La gestión de las emociones, una necesidad en el contexto educativo y en la formación profesional. *Revista ESPACIOS*, 39 (49).  
<https://www.revistaespacios.com/a18v39n49/18394908.html>
- Gardner, H. (1995). *La teoría de las inteligencias múltiples: Aplicaciones en la educación*. Paidós.
- Gay, L. R., Miles, G. E., & Airasian, P. (2012). *Educational research: Competencies for analysis and applications* (10.ª ed.). Pearson Education International.
- Goleman, D. (1996). *Emotional intelligence: Why it can matter more than IQ*. Bantam Books.
- González, R., & Santiago, Y. D. (2023). El método hipotético-deductivo de Karl Popper en los estudiantes de la Educación Básica Regular en Perú. *Educación*, 29 (2).  
<https://doi.org/10.33539/educacion.2023.v29n2.3045>
- González, S. N., Hernández, S. de la C., Fera, G. E., & Rodríguez, Y. (2024). La educación emocional en el desarrollo integral de los estudiantes de ciencias de la salud. *Revista Cubana de Medicina Militar*, 53 (4).  
<https://revmedmilitar.sld.cu/index.php/mil/article/view/59986>
- Gordillo, A. L. (2023). Bienestar y educación emocional en la educación superior. *Horizontes. Revista de Investigación en Ciencias de la Educación*, 7 (27), 414–428.  
<https://doi.org/10.33996/revistahorizontes.v7i27.526>
- Henson, R. K. (2001). Understanding internal consistency reliability estimates: A conceptual primer. *Educational and Psychological Measurement*, 61(3), 375–392.  
<https://doi.org/10.1177/0013164401613002>
- Hernández, R., Fernández, C., & Baptista, P. (2014). *Research Methodology*. Mc Graw Hill.
- Lagos, N., & Mujica, F. (2024). Emociones en la educación latinoamericana. Análisis desde el estudio curricular crítico y la pedagógica corporal. *Revista Dilemas Contemporáneos*, 12 (1).  
<https://doi.org/10.46377/dilemas.v12i1.4263>
- Llanos, J., & Machuca, Y. J. (2023). Inteligencia emocional y rendimiento académico en el Perú: Revisión sistemática periodo 2020 al 2023 y metaanálisis. *Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar*, 7 (5), 9733–9748.  
[https://doi.org/10.37811/cl\\_rcm.v7i5.8536](https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v7i5.8536)
- Mamani, K. H. (2023). La inteligencia emocional y el aprendizaje significativo. *Horizontes Revista de Investigación en Ciencias de la Educación*, 7 (27), 454–467.  
<https://doi.org/10.33996/revistahorizontes.v7i27.529>
- Miranda, S., & Ortiz, J. A. (2020). Los paradigmas de la investigación: Un acercamiento teórico para reflexionar desde el campo de la investigación educativa. *RIDE Revista Iberoamericana para la Investigación y el Desarrollo Educativo*, 11 (21).  
<https://doi.org/10.23913/ride.v11i21.717>
- Moreno, N. M., Roldán, B. F., Mena, I. M., Castillo, M., & Rodríguez, B. L. (2023). Inteligencia emocional en el aula: Una revisión de prácticas y estrategias para promover el bienestar estudiantil. *Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar*, 7 (2), 1461–1477.  
[https://doi.org/10.37811/cl\\_rcm.v7i2.5413](https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v7i2.5413)
- Nogueira, C. (2024). Educación emocional y bienestar psicológico en la universidad. *Revista Iberoamericana ConCiencia*, 9 (1), 1–20.  
<https://doi.org/10.32654/ConCiencia.9-1.1>
- Nunnally, J. C., & Bernstein, I. H. (1994). *Psychometric theory* (3rd ed.). McGraw-Hill.
- Rúa, M. (2024). La inteligencia emocional en los procesos de aprendizaje en instituciones educativas oficiales de Colombia. *Delectus*, 7 (1), 86–94.  
<https://doi.org/10.36996/delectus.v7i1.247>
- Salkind, N. J. (2010). *Encyclopedia of research design* (1–3). SAGE Publications.  
<https://doi.org/10.4135/9781412961288>
- Salvador-Oliván, J. A., Marco-Cuenca, G., & Arquero-Avilés, R. (2021). Evaluación de la investigación con encuestas en artículos publicados en revistas del área de Biblioteconomía y Documentación. *Revista Española de Documentación Científica*, 44 (2).  
<https://doi.org/10.3989/redc.2021.2.1774>
- Santos, E., Ferreira, M., Ribeiro, C., Cardoso, A. P., Cunha, M., & Campos, S. (2023). Emotional intelligence in higher education students. *Millenium - Journal of Education, Technologies, and Health*, 2 (13e), e29759.  
<https://doi.org/10.29352/mill0213e.29759>
- Valdivieso, M. A. (2024). Educación emocional en el Perú. Una revisión sistemática. *Revista de Climatología*, 24, 511–517.  
<https://doi.org/10.59427/rcli/2024/v24cs.511-517>