

MINISTERIO DE EDUCACIÓN
DIRECCIÓN DE FORMACION INICIAL DOCENTE
ESCUELA DE EDUCACIÓN SUPERIOR PEDAGÓGICA PÚBLICA
“GAMANIEL BLANCO MURILLO”
PROGRAMA DE PROFESIONALIZACIÓN DOCENTE
PROGRAMA DE ESTUDIO DE EDUCACION PRIMARIA



TRABAJO DE INVESTIGACIÓN

Impacto de Estrategias de Goleman para mejorar el comportamiento emocional en estudiantes de Sexto Grado de Primaria de la I.E. N° 31

“Nuestra Señora del Carmen” Yanacancha - Pasco 2024

Para Optar el Grado de Bachiller en Educación.

PRESENTADA POR:

VICENTE LUQUILLAS, Yeralyn Patrick

ASESORA:

Mg. Gloria ALIAGA TIZA

CERRO DE PASCO – PERÚ

2026

Yeralyn Patrick Vicente Luquillas

IMPACTO DE ESTRATEGIAS DE GOLEMAN PARA MEJORAR EL COMPORTAMIENTO EMOCIONAL EN ESTUDIANTES DE SEXT...

 Quick Submit Quick Submit Escuela de Educacion Superior Publica Gamaniel Blanco Murillo

Detalles del documento

Identificador de la entrega

trn:oid:::1:3479804979

Fecha de entrega

12 feb 2026, 10:04 a.m. GMT-5

Fecha de descarga

13 feb 2026, 2:53 p.m. GMT-5

Nombre del archivo

Informe_final_Completo.pdf

Tamaño del archivo

7.5 MB

121 páginas

22.031 palabras

135.394 caracteres

9% Similitud general

El total combinado de todas las coincidencias, incluidas las fuentes superpuestas, para ca...

Exclusiones

- N.º de coincidencias excluidas

Fuentes principales

- 8%  Fuentes de Internet
- 4%  Publicaciones
- 4%  Trabajos entregados (trabajos del estudiante)

Marcas de integridad

N.º de alertas de integridad para revisión

No se han detectado manipulaciones de texto sospechosas.

Los algoritmos de nuestro sistema analizan un documento en profundidad para buscar inconsistencias que permitirían distinguirlo de una entrega normal. Si advertimos algo extraño, lo marcamos como una alerta para que pueda revisarlo.

Una marca de alerta no es necesariamente un indicador de problemas. Sin embargo, recomendamos que preste atención y la revise.

DEDICATORIA

A todos los que sueñan, luchan y construyen un mundo mejor. Dedico este trabajo a mi familia, a mis maestros y a todos los que me enseñaron que el conocimiento transforma vidas. Que estas páginas sean una prueba de que, con pasión y esfuerzo, lo imposible se vuelve alcanzable.

PRESENTACIÓN

La presente investigación examina el impacto de las estrategias de inteligencia emocional propuestas por Daniel Goleman, autoconciencia, autorregulación, motivación, empatía y habilidades sociales en el comportamiento emocional de estudiantes de sexto grado de primaria en la Institución Educativa N° 31 Nuestra Señora del Carmen, Yanacancha Pasco, durante 2024, mediante un enfoque cualitativo de investigación acción.

En el ámbito educativo peruano, el desarrollo de competencias socioemocionales emerge como prioridad estratégica, alineada con los Lineamientos para la Educación Socioemocional y Convivencia Escolar del MINEDU (2023-2024) y el Currículo Nacional de Educación Básica, que enfatizan la gestión emocional como eje transversal para la formación integral. No obstante, persisten desafíos en aulas primarias de contextos vulnerables, como conductas impulsivas y conflictos interpersonales, agravados por factores socioeconómicos en regiones andinas como Pasco.

A pesar de avances normativos, la implementación sistemática de estrategias emocionales resulta insuficiente en escuelas públicas, generando brechas en la

autorregulación y convivencia escolar, particularmente en sexto grado, etapa crítica de desarrollo personal. Esta laguna justifica el análisis del modelo de Goleman (1995, 2013), respaldado por antecedentes internacionales (Fernández-Berrocal y Extremera, 2021), nacionales (Sánchez Vargas, 2022) y locales (Huere Ortega, 2021), que evidencian mejoras en regulación emocional y clima escolar.

El objetivo general consiste en analizar dicho impacto, con específicos para describir comportamientos emocionales iniciales, identificar estrategias aplicadas e interpretar su influencia en autorregulación y convivencia. El presente informe se organiza en cuatro capítulos:

Capítulo I: Planteamiento del Problema: Aquí se desarrolla la contextualización de la problemática, la formulación del problema general y específicos, los objetivos del estudio y la justificación de la investigación.

Capítulo II: Marco Teórico: En este apartado se presenta la fundamentación teórica y conceptual que sustenta la investigación, incluyendo referencias relevantes y actualizadas.

Capítulo III: Marco Metodológico: Este capítulo describe el tipo de investigación, el enfoque cualitativo de investigación-acción, las hipótesis de acción, los procedimientos empleados, así como las técnicas e instrumentos de recolección y análisis de datos.

Capítulo IV: Resultados y Discusión: Se exponen los resultados obtenidos, su validación e interpretación, y se discuten los aportes de la investigación en relación con la práctica pedagógica y las mejoras propuestas.

Finalmente, el informe incluye las conclusiones y recomendaciones derivadas del estudio, las referencias bibliográficas utilizadas y los anexos que complementan el trabajo realizado.

La Autora

RESUMEN

La investigación titulada “Estrategias de Goleman para mejorar el comportamiento emocional de los estudiantes de sexto grado de educación primaria de la Institución Educativa N.º 31 “Nuestra Señora del Carmen”, Yanacancha–Pasco, 2024”, tuvo como objetivo analizar la influencia de las estrategias de inteligencia emocional propuestas por Goleman en el comportamiento emocional de los estudiantes. La investigación se desarrolló en educación primaria, ante la necesidad de atender problemáticas relacionadas con la autorregulación emocional, la convivencia escolar y el bienestar socioemocional.

Metodológicamente, la investigación se enmarcó en el enfoque cualitativo, con el método de investigación-acción, lo que permitió comprender la realidad educativa e intervenir de manera reflexiva para generar mejoras en el contexto escolar. La población estuvo constituida por estudiantes del sexto grado de educación primaria, seleccionado una muestra de 25 estudiantes, considerando criterios de accesibilidad y pertinencia.

Las técnicas de recolección de información empleadas fueron la entrevista, la observación directa y el análisis documental, instrumentos utilizados guías de entrevista, fichas de observación y matrices de análisis documental, los cuales permitieron recoger información relevante sobre los comportamientos y relaciones interpersonales de los estudiantes. El análisis de los datos se realizó mediante un proceso de triangulación en espiral, siguiendo el modelo de investigación-acción de Kemmis y McTaggart.

Los resultados evidenciaron que la aplicación sistemática de las estrategias de Goleman contribuyó significativamente al fortalecimiento del autocontrol emocional, a la mejora de las relaciones interpersonales y a la consolidación de un clima escolar más favorable, destacando la importancia de integrar la educación emocional en el currículo escolar.

Palabras clave: Estrategias de Goleman, comportamiento emocional, autorregulación.

ABSTRACT

The research project, titled “Goleman’s Strategies to Improve the Emotional Behavior of Sixth-Grade Students at Educational Institution No. 31 “Nuestra Señora del Carmen”, Yanacancha–Pasco, 2024,” aimed to analyze the influence of Goleman’s emotional intelligence strategies on students’ emotional behavior. The research was conducted in primary education due to the need to address issues related to emotional self-regulation, school coexistence, and socio-emotional well-being.

. Methodologically, the research was framed within a qualitative approach, using the action research method, which allowed for an understanding of the educational reality and reflective intervention to generate improvements in the school context. The population consisted of sixth-grade primary school students, from which a sample of 25 students was selected, considering accessibility and relevance criteria.

The data collection techniques employed were interviews, direct observation, and document analysis. The instruments used included interview guides, observation sheets, and document analysis matrices, which allowed for the collection of relevant information about student behaviors and interpersonal relationships. Data analysis was conducted using

a spiral triangulation process, following the action research model of Kemmis and McTaggart.

The results showed that the systematic application of Goleman's strategies contributed significantly to strengthening emotional self-control, improving interpersonal relationships, and consolidating a more favorable school climate, highlighting the importance of integrating emotional education into the school curriculum.

Keywords: Goleman's strategies, emotional behavior, self-regulation.

INDICE DE CONTENIDOS

PORTADA	i
HOJA DE JURADO CALIFICADOR	ii
DEDICATORIA	iii
PRESENTACIÓN	iv
RESUMEN	vi
ABSTRACT	viii
INDICE DE CONTENIDOS	x
INDICE DE TABLAS	xiii

CAPITULO I. PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN.

1.1	Planteamiento del Problema	1
1.2	Formulación del Problema	4
1.2.1	Problema General	5
1.2.2	Problemas Específicos	5
1.3	Justificación de la investigación	6
1.4	Objetivos de la investigación	6
1.4.1	Objetivo General	7
1.4.2	Objetivos Específicos	7

CAPÍTULO II MARCO TEÓRICO CONCEPTUAL

2.1	Antecedentes de estudio.	8
2.2	Bases Teóricas de la variable	16
2.2.1	Estrategias de Goleman en el comportamiento emocional en educación primaria	16

A.	Modelos de Goleman	16
B.	Importancia de las Estrategias de Goleman en el ámbito escolar.	19
C.	Procedimiento de la estrategia de aprendizaje según Goleman	22
2.2.2	Fundamentos del Comportamiento Emocional en estudiantes de primaria	24
A.	Conceptualización de Comportamiento Emocional	24
B.	Importancia del Comportamiento Emocional	26
C.	Teorías del Aprendizaje Social y Emocional (SEL)	27
D.	Factores Influyentes en el Comportamiento Emocional Escolar	30
E.	Estrategias Educativas en la Regulación Emocional	34
2.2.3	Propuestas de estrategias de Goleman para mejorar el comportamiento emocional en los estudiantes de educación primaria	37
A.	Aplicación de la estrategia de Goleman en el desarrollo del Comportamiento Emocional de los estudiantes	37
B.	El papel del Docente en la formación del estudiante	40
C.	Proceso de la Propuesta de la Estrategia de Goleman para mejorar el comportamiento emocional de los estudiantes	41
2.3	Definición de términos básicos	59

CAPÍTULO III

METODOLOGIA DE INVESTIGACIÓN

3.1	Tipo de Investigación	62
3.2	Método	63
3.3	Población y muestra	64
3.3.1	Población	64
3.3.2	Muestra	64
3.4	Técnicas e instrumentos de recolección de datos	64
3.5	Análisis de datos	65

CAPÍTULO IV

MARCO PRACTICO

4.1	Diagnóstico del Contexto	67
4.2	Sistematización de la información	68
4.2.1	Presentación, Análisis e Interpretación de Resultados	68
A.	Resultados de la Entrevista al Docente de la Institución Educativa N° 31 “Nuestra Señora del Carmen” sobre la conducta emocional	68
B.	Resultados de la encuesta a los Padres de Familia de la Institución Educativa N° 31 “Nuestra Señora del Carmen”	72
C.	Resultados de la guía de observación a estudiantes del Sexto grado de la Institución Educativa N° 31 “Nuestra Señora del Carmen”	74
D.	Análisis de la Triangulación	76
4.3	Evaluación de los resultados	79

4.3.1	Discusión de resultados	81
➤	CONCLUSIONES	84
➤	RECOMENDACIONES	86
➤	REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS	88
	ANEXOS	90

INDICE DE TABLAS

	Pag
Tabla 01 Desarrollo de las actividades de aprendizaje empleando la estrategia de Goleman	50
Tabla 02 Resultados de Entrevista al Docente	69
Tabla 03 Resultados de Entrevista a Padres de Familia	72
Tabla 04 Resultados de la Guía de Observación al Estudiante	74
Tabla 05 Triangulación de la Información sobre Conductas Reactivas en Estudiantes de sexto grado	76
Tabla 06 Discusión de los Resultados	83

CAPITULO I

PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN

1.1. Planteamiento del problema

En el contexto educativo peruano contemporáneo, el desarrollo de las competencias socioemocionales se ha consolidado como una prioridad estratégica para fortalecer la convivencia escolar y el bienestar estudiantil. El Ministerio de Educación del Perú (MINEDU, 2023) ha señalado que la formación integral no puede limitarse al logro de aprendizajes cognitivos, sino que debe incorporar la gestión emocional, la empatía y la autorregulación como pilares del desarrollo humano. Esta orientación se refleja en los Lineamientos para la Educación Socioemocional y la Convivencia Escolar (MINEDU, 2024), que proponen a las instituciones educativas promover estrategias de aprendizaje que permitan a los estudiantes reconocer, comprender y manejar sus emociones, así como establecer relaciones saludables en su entorno.

Sin embargo, a pesar de estos avances normativos y curriculares, las aulas peruanas continúan enfrentando dificultades relacionadas con el manejo emocional y la convivencia entre los estudiantes. Diversos estudios nacionales (Sánchez, 2022; Chávez, 2022; Fernández, 2023) evidencian que los niños y niñas del nivel primario presentan conductas reactivas, actitudes de intolerancia y escasas habilidades para la resolución pacífica de conflictos. Estos comportamientos no solo alteran la dinámica del aula, sino que afectan directamente la calidad del aprendizaje, la motivación y el clima institucional. En consecuencia, se observa que la educación emocional aún no se implementa de manera sistemática ni contextualizada, especialmente en escuelas públicas de zonas andinas y urbano-marginales.

En este marco, la Región Pasco refleja con claridad esta problemática. Los reportes de la Dirección Regional de Educación (DRE Pasco, 2023) muestran que un número significativo de instituciones educativas presenta dificultades en la convivencia escolar, asociadas a la falta de programas sostenidos de educación emocional. En el distrito de Yanacancha, donde predomina una población estudiantil proveniente de contextos socioeconómicos vulnerables, la escuela cumple un papel fundamental en la formación de valores, actitudes y habilidades para la vida. No obstante, la carencia de estrategias pedagógicas específicas orientadas al fortalecimiento emocional de los niños del sexto grado de primaria genera un vacío en el desarrollo integral de los estudiantes y en la consolidación de climas escolares armónicos.

En la Institución Educativa N.º 31 “Nuestra Señora del Carmen”, ubicada en Yanacancha, se ha identificado la presencia recurrente de conductas impulsivas, dificultades para la autorregulación emocional y conflictos interpersonales entre los estudiantes de sexto grado. Estas situaciones afectan la convivencia diaria y obstaculizan

el aprendizaje colaborativo. Si bien la institución aplica sesiones de tutoría y jornadas de reflexión moral, dichas intervenciones suelen centrarse en la orientación general o en la disciplina correctiva, sin un enfoque profundo en la educación emocional ni en el desarrollo de competencias de autoconciencia, empatía o control de impulsos. Como resultado, se perpetúan prácticas reactivas y escaso dominio de habilidades socioemocionales, lo que limita el desarrollo armónico de los niños y niñas en esta etapa clave de su formación.

La relevancia de atender esta situación se sustenta en la evidencia científica que vincula la inteligencia emocional con la mejora del rendimiento académico, la motivación y las relaciones interpersonales. Goleman (1995, 2013) destaca que las cinco dimensiones de la inteligencia emocional autoconciencia, autorregulación, motivación, empatía y habilidades sociales son esenciales para el bienestar personal y colectivo. Desde la perspectiva educativa, estas competencias permiten que los estudiantes comprendan sus emociones, adopten comportamientos proactivos y establezcan vínculos positivos. De manera complementaria, Bisquerra (2018) sostiene que la educación emocional debe ser parte del currículo escolar, no como un complemento, sino como un eje transversal que fortalezca las demás áreas del aprendizaje.

A nivel internacional, la Organización para la Cooperación y el Desarrollo Económicos (OECD, 2021) y la UNESCO (2023) han subrayado que el desarrollo socioemocional es un factor determinante para la formación de ciudadanos empáticos, resilientes y socialmente responsables. En el Perú, estos enfoques se alinean con el Currículo Nacional de Educación Básica (CNEB), que plantea como competencia transversal la construcción de la identidad personal y la gestión de emociones en diversos contextos.

En este contexto, la presente investigación surge de la necesidad de comprender y transformar las prácticas pedagógicas en torno al desarrollo emocional de los estudiantes del sexto grado de primaria. A través del análisis del impacto de las estrategias de Goleman, se busca evidenciar cómo la implementación sistemática de actividades basadas en la autoconciencia, la autorregulación, la empatía y la motivación puede contribuir a mejorar el comportamiento emocional y la convivencia escolar en la I.E. N.º 31 “Nuestra Señora del Carmen”. Este planteamiento se sustenta en el paradigma interpretativo y el enfoque cualitativo de investigación-acción, que reconoce la importancia de comprender las experiencias humanas en su contexto educativo real.

En síntesis, el problema central identificado radica en la insuficiente incorporación de estrategias pedagógicas orientadas al fortalecimiento de la inteligencia emocional en el aula, situación que limita la convivencia positiva y el desarrollo socioemocional de los estudiantes del sexto grado. Este diagnóstico fundamenta la pertinencia del estudio y la necesidad de generar propuestas educativas que promuevan el equilibrio emocional, el respeto y la empatía como condiciones esenciales para el aprendizaje y la formación integral.

1.2. Formulación del Problema

La observación constante de conductas impulsivas, dificultades para la autorregulación emocional y conflictos interpersonales entre los estudiantes del sexto grado de primaria de la I.E. N.º 31 “Nuestra Señora del Carmen” – Yanacancha, motivó la necesidad de analizar de qué manera las estrategias pedagógicas pueden influir positivamente en el desarrollo socioemocional del alumnado. Esta problemática se expresa en la limitada capacidad de los estudiantes para reconocer sus emociones,

manejar la frustración y establecer vínculos empáticos con sus compañeros, aspectos que afectan directamente la convivencia y el clima escolar.

Desde una mirada cualitativa, comprender el impacto de las estrategias propuestas por Daniel Goleman (1995, 2013) implica indagar cómo los docentes y estudiantes perciben, experimentan y aplican los componentes de la inteligencia emocional autoconciencia, autorregulación, motivación, empatía y habilidades sociales en las dinámicas del aula. Este proceso no se centra únicamente en medir resultados, sino en interpretar los significados, las experiencias y las transformaciones que emergen cuando la educación emocional se convierte en parte activa de la práctica pedagógica.

A partir de este análisis, la investigación plantea las siguientes preguntas:

1.2.1. Problema General:

¿De qué manera la estrategia de Goleman mejora en el comportamiento emocional de los estudiantes del sexto grado de primaria de la Institución Educativa N° 31 “Nuestra Señora del Carmen” de Yanacancha – Pasco, durante el año 2024?

1.2.2. Problemas Específicos:

- ¿Qué características presenta el comportamiento emocional de los estudiantes del sexto grado en la I.E. N° 31 “Nuestra Señora del Carmen”?
- ¿Qué estrategias de Goleman contribuyen en el desarrollo del comportamiento de los estudiantes del sexto grado en la I.E. N° 31 “Nuestra Señora del Carmen”?
- ¿De qué manera las estrategias de Goleman contribuyen en el desarrollo del comportamiento emocional en los estudiantes del sexto grado en la I.E. N° 31 “Nuestra Señora del Carmen”?

1.3. Justificación de la Investigación

La presente investigación se justifica por su contribución teórica, práctica, metodológica y social al campo educativo, en especial al fortalecimiento del desarrollo socioemocional en la educación básica. Se realiza porque en el contexto escolar actual se evidencian dificultades persistentes en la autorregulación emocional, la convivencia y el manejo adecuado de las emociones en los estudiantes, lo que afecta tanto su desempeño académico como sus relaciones interpersonales y su bienestar integral.

Asimismo, este trabajo se desarrolla para analizar y demostrar la relevancia de las estrategias de inteligencia emocional propuestas por Goleman como una alternativa pedagógica pertinente para mejorar el comportamiento emocional de los estudiantes de educación primaria. Desde el ámbito práctico, la investigación busca ofrecer orientaciones y estrategias concretas que puedan ser aplicadas por los docentes para fortalecer un clima escolar positivo, prevenir conflictos y promover relaciones basadas en el respeto, la empatía y la cooperación.

Desde una perspectiva metodológica, la investigación aporta un referente de intervención educativa mediante el enfoque cualitativo y el diseño de investigación-acción, permitiendo reflexionar sobre la práctica docente y generar mejoras continuas en el proceso educativo. Finalmente, se justifica socialmente porque contribuye a la formación de estudiantes emocionalmente competentes, capaces de convivir de manera armónica y resolver conflictos de forma pacífica y asertiva, favoreciendo así una educación integral orientada al desarrollo humano y social.

1.4. Objetivos de la Investigación

1.4.1 Objetivo General

Analizar el impacto de la estrategia de Goleman en la mejora del comportamiento emocional de los estudiantes del sexto grado de primaria de la Institución Educativa N° 31 “Nuestra Señora del Carmen” de Yanacancha – Pasco, durante el año 2024.

1.4.2. Objetivos Específicos

- Describir las características del comportamiento emocional de los estudiantes del sexto grado de primaria en la Institución Educativa N° 31 “Nuestra Señora del Carmen”.
- Determinar las estrategias de Goleman que contribuyan al fortalecimiento de la autorregulación emocional, en los estudiantes de la Institución Educativa N° 31 “Nuestra Señora del Carmen”.
- Aplicar las estrategias de Goleman que mejora el comportamiento emocional en los estudiantes del sexto grado de educación primaria de la Institución Educativa N° 31 “Nuestra Señora del Carmen”.

CAPÍTULO II

MARCO TEÓRICO CONCEPTUAL

2.1. Antecedentes de Estudio

El presente estudio se sustenta en una revisión teórica y empírica que permite comprender el fenómeno del comportamiento emocional desde el enfoque de la inteligencia emocional propuesto por Goleman. Para ello, se han considerado antecedentes internacionales, nacionales y locales, priorizando investigaciones publicadas entre los años 2020 y 2025, además de las fuentes clásicas que fundamentan la investigación.

A nivel Internacionales

En el contexto internacional, múltiples investigaciones han demostrado la relevancia de la educación emocional en el fortalecimiento del bienestar psicológico y la convivencia escolar.

Fernández et al. (2021), en su estudio titulado “Educación emocional y su impacto en la convivencia escolar en estudiantes de educación primaria”, desarrollado en diversas

instituciones educativas de España, tuvieron como propósito evaluar la eficacia de programas de inteligencia emocional en estudiantes del nivel primario. La investigación se enmarcó en un enfoque cuantitativo, con un diseño cuasiexperimental, que permitió comparar los efectos de la intervención socioemocional antes y después de su aplicación en el grupo de estudio. Los resultados evidenciaron que la implementación sistemática de programas de educación emocional favoreció significativamente la regulación emocional de los estudiantes, redujo los niveles de conflictividad interpersonal y fortaleció la convivencia escolar. Asimismo, los autores concluyeron que dichas intervenciones contribuyen de manera relevante al bienestar socioemocional del alumnado, destacando la necesidad de incorporar la educación emocional como un eje transversal en el currículo de la educación primaria.

Ruiz Aranda (2022), en su estudio titulado “Estrategias socioemocionales y su influencia en el desarrollo de la empatía y las habilidades sociales en estudiantes de educación primaria”, desarrollado en el contexto educativo de España, realizó una revisión sistemática de la literatura científica con el objetivo de analizar los efectos de diversas intervenciones socioemocionales aplicadas en el nivel primario. La investigación se sustentó en un enfoque cualitativo–documental, mediante el análisis riguroso de estudios empíricos publicados en bases de datos académicas especializadas en educación y psicología. Los resultados evidenciaron que la aplicación de estrategias socioemocionales contribuye significativamente al desarrollo de la empatía, al fortalecimiento de las habilidades sociales y a la promoción de actitudes prosociales en los estudiantes de educación primaria. Asimismo, se concluyó que dichas intervenciones favorecen la creación de ambientes escolares colaborativos y emocionalmente seguros,

posicionándose como herramientas clave para la educación emocional y el desarrollo integral del alumnado en contextos educativos contemporáneos.

Martínez y López (2023), en su investigación titulada “Programa de estrategias de Goleman y su influencia en la autorregulación emocional de estudiantes de educación primaria”, desarrollada en instituciones educativas de educación primaria en México, tuvieron como objetivo examinar los efectos de un programa pedagógico basado en las competencias socioemocionales propuestas por Goleman en la autorregulación emocional de los estudiantes. El estudio se enmarcó en un enfoque cuantitativo, con un diseño experimental, lo que permitió evaluar de manera objetiva los cambios producidos tras la aplicación del programa de intervención. Los resultados evidenciaron mejoras significativas en los niveles de autorregulación emocional, así como en la conducta prosocial y la resolución pacífica de conflictos entre los estudiantes participantes. Los autores concluyeron que la implementación de programas fundamentados en las estrategias de Goleman resulta altamente efectiva y pertinente, destacando su aplicabilidad y relevancia en contextos educativos latinoamericanos, donde la educación emocional constituye un componente clave para el fortalecimiento de la convivencia escolar y el desarrollo integral del alumnado.

Castro y Villalba (2021), en su investigación titulada “Intervenciones emocionales y su efecto en el estrés académico de estudiantes de educación primaria”, desarrollada en instituciones educativas de nivel primario en Chile, tuvieron como finalidad analizar la eficacia de intervenciones emocionales orientadas a reducir los niveles de estrés académico en estudiantes de educación primaria. El estudio se enmarcó en un enfoque cuantitativo, con un diseño cuasiexperimental, lo que permitió comparar los niveles de estrés y bienestar socioemocional antes y después de la implementación de las

estrategias de intervención. Los resultados evidenciaron que la aplicación de intervenciones emocionales contribuyó significativamente a la disminución del estrés académico, al fortalecimiento del sentido de pertenencia escolar y a la mejora del bienestar socioemocional de los estudiantes. Asimismo, los autores concluyeron que este tipo de intervenciones constituye un modelo pedagógico replicable para la promoción de la salud mental escolar, destacando su pertinencia y aplicabilidad en diversos contextos educativos latinoamericanos.

A Nivel Nacional

Sánchez (2022), en su investigación titulada “Inteligencia emocional y funcionamiento familiar en escolares de educación primaria de Lima”, desarrollada en una institución educativa estatal de la ciudad de Lima, Perú, tuvo como propósito analizar la relación existente entre la inteligencia emocional y la dinámica familiar en estudiantes de educación primaria. El estudio se enmarcó en un enfoque cuantitativo, con un diseño no experimental de tipo correlacional, lo que permitió examinar la asociación entre ambas variables sin manipulación directa de las mismas. Los resultados evidenciaron la existencia de una correlación baja pero estadísticamente significativa entre la inteligencia emocional de los escolares y el funcionamiento familiar, lo que sugiere que un entorno familiar caracterizado por relaciones afectivas positivas, comunicación asertiva y apoyo emocional favorece el desarrollo de competencias socioemocionales en la niñez. Se concluyó que la familia cumple un rol fundamental como agente formador en el desarrollo emocional de los estudiantes, potenciando habilidades como la empatía, la autorregulación y la adaptación social. Asimismo, el estudio resalta la importancia de articular estrategias educativas y familiares orientadas al fortalecimiento integral del desarrollo socioemocional de los escolares.

Chávez Gutiérrez (2022), en su investigación titulada “Inteligencia emocional y expresión oral en estudiantes de educación primaria de una institución educativa pública de Lima”, desarrollada en una institución educativa estatal de la ciudad de Lima, Perú, tuvo como propósito determinar la relación existente entre la inteligencia emocional y la expresión oral en estudiantes de primer grado de educación primaria. El estudio se abordó desde un enfoque cuantitativo, bajo un diseño no experimental de tipo correlacional, orientado a establecer el grado de asociación entre ambas variables sin intervención directa sobre ellas. Los resultados del análisis estadístico evidenciaron la existencia de una relación directa y significativa entre la inteligencia emocional y la expresión oral, lo que indica que los estudiantes con mayores niveles de reconocimiento, comprensión y regulación de sus emociones presentan un desempeño más favorable en sus habilidades comunicativas orales. Se concluyó que el desarrollo de las competencias socioemocionales constituye un factor determinante para el fortalecimiento de la expresión oral en la etapa escolar inicial, resaltando la importancia de integrar estrategias de educación emocional en el proceso de enseñanza-aprendizaje como un soporte fundamental para el desarrollo integral de los estudiantes.

Quispe Palomino (2022), en su trabajo de investigación titulado “Inteligencia emocional y aprendizaje significativo en estudiantes de educación primaria del distrito de San Martín de Porres”, desarrollado en una institución educativa estatal del distrito de San Martín de Porres, Lima, Perú, tuvo como propósito establecer la relación existente entre la inteligencia emocional y el aprendizaje significativo en estudiantes de educación primaria. El estudio se abordó desde un enfoque cuantitativo, bajo un diseño no experimental de tipo correlacional, orientado a determinar el grado de asociación entre ambas variables. La muestra estuvo conformada por 117 estudiantes de educación

primaria, a quienes se les aplicaron instrumentos previamente validados para la medición de la inteligencia emocional y el aprendizaje significativo. Los resultados evidenciaron la existencia de una correlación baja pero estadísticamente significativa entre ambas variables. Se concluyó que la inteligencia emocional actúa como un soporte complementario esencial para el aprendizaje significativo, especialmente en contextos educativos urbanos, al favorecer procesos como la motivación, la autorregulación y la disposición para el aprendizaje. Asimismo, el estudio resalta la importancia de fortalecer la educación socioemocional como un apoyo clave para mejorar los procesos de enseñanza-aprendizaje y promover el desarrollo integral de los estudiantes en el contexto escolar.

Fernández Ramos (2023), en su investigación titulada *La inteligencia emocional y su aporte en la competencia: se comunica oralmente en su lengua materna en los niños de segundo grado del Cercado de Lima*, tuvo como propósito determinar el impacto de la inteligencia emocional en el desarrollo de la competencia comunicativa, se comunica oralmente en su lengua materna. La metodología de este estudio se centró en la evaluación del impacto de una intervención, implementación de estrategias socioemocionales, lo que sugiere un enfoque experimental o cuasiexperimental, implícito al medir el efecto de la implementación. A partir de los hallazgos, se concluyó que la implementación de estrategias socioemocionales fortaleció significativamente la expresión oral de los estudiantes de segundo grado. Esta conclusión clave demuestra que el trabajo dirigido a las emociones favorece el aprendizaje integral en la educación primaria, destacando que la inteligencia emocional no solo es una habilidad personal, sino un factor que impulsa directamente las competencias académicas y comunicativas.

A Nivel Local.

Huere Ortega (2021), en su investigación titulada “Programa de habilidades socioemocionales y su influencia en la convivencia escolar de los alumnos de la Institución Educativa J.E.C. ‘Augusto Salazar Bondy’ del distrito de Ninacaca, Pasco”, desarrollada en la Institución Educativa J.E.C. ‘Augusto Salazar Bondy’, ubicada en el distrito de Ninacaca, provincia y región Pasco, Perú, tuvo como propósito implementar y evaluar un programa de habilidades socioemocionales en estudiantes de primero a cuarto grado de educación primaria, con la finalidad de fortalecer la convivencia escolar. El estudio se abordó desde un enfoque cuantitativo, bajo un diseño cuasiexperimental, con la conformación de un grupo experimental y un grupo de control, lo que permitió analizar los efectos de la intervención socioemocional en las dinámicas de convivencia escolar. Los resultados evidenciaron que la aplicación del programa generó mejoras significativas en la convivencia escolar, manifestadas en mayores niveles de respeto, empatía y colaboración entre los estudiantes. Se concluyó que la educación socioemocional constituye una estrategia pedagógica eficaz para fortalecer no solo la convivencia escolar, sino también las interacciones positivas dentro del aula y el clima institucional en general. Asimismo, el estudio destacó que el desarrollo de habilidades socioemocionales contribuye de manera indirecta al rendimiento académico, al promover un ambiente escolar más armónico y favorable para el aprendizaje.

Alvarado y Porras (2019), en su investigación titulada “Inteligencia emocional y actitud hacia el aprendizaje en estudiantes de educación primaria de una institución educativa pública de Cerro de Pasco”, desarrollada en una institución educativa estatal de la ciudad de Cerro de Pasco, región Pasco, Perú, tuvieron como propósito determinar la relación existente entre la inteligencia emocional y la actitud hacia el aprendizaje en estudiantes del nivel primario. El estudio se abordó desde un enfoque cuantitativo, bajo un diseño no

experimental de tipo descriptivo-correlacional, y contó con una muestra conformada por 82 estudiantes de educación primaria. La metodología permitió analizar el grado de asociación entre las variables sin manipulación directa de las mismas. Los resultados evidenciaron la existencia de una correlación baja pero estadísticamente significativa entre la inteligencia emocional y la actitud hacia el aprendizaje. Se concluyó que el fortalecimiento de las competencias emocionales contribuye de manera positiva a la disposición, motivación e interés de los estudiantes frente a sus procesos de aprendizaje. Asimismo, el estudio resalta la relevancia de integrar estrategias de educación emocional en el ámbito escolar como un medio para favorecer actitudes positivas hacia el aprendizaje y promover el desarrollo integral de los estudiantes.

Mendoza Ñaupari (2023), en su investigación titulada “Programa ‘Educando nuestras emociones’ para mejorar la inteligencia emocional en estudiantes de educación secundaria del curso de inglés de una institución educativa de Pasco”, desarrollada en una institución educativa de nivel secundario de la región Pasco, Perú, tuvo como propósito aplicar y evaluar un programa socioemocional orientado a potenciar la regulación emocional en estudiantes adolescentes. El estudio se abordó desde un enfoque cuantitativo, bajo un diseño experimental, lo que permitió analizar los efectos del programa en la inteligencia emocional de los estudiantes participantes. La intervención estuvo centrada en el desarrollo de habilidades de autorregulación emocional, conciencia emocional y habilidades sociales, integradas al proceso de enseñanza-aprendizaje del idioma inglés. Los resultados evidenciaron que los estudiantes que participaron en el programa desarrollaron una mayor capacidad de autorregulación emocional, un fortalecimiento de las habilidades sociales y un incremento significativo en la motivación hacia el aprendizaje del idioma inglés. Se concluyó que la educación emocional

constituye un factor decisivo para la mejora simultánea de las competencias socioafectivas y académicas en la etapa escolar, destacándose la pertinencia de implementar programas socioemocionales de manera sistemática en el currículo educativo.

2.2. Bases Teóricas de la variable.

2.2.1. Estrategia de Goleman en el comportamiento emocional en educación

primaria

El presente estudio se sustenta en la teoría de la inteligencia emocional, desarrollada inicialmente por Goleman (1995, 2013) y complementada por diversos autores contemporáneos. Esta teoría constituye el eje central para comprender cómo las emociones influyen en el aprendizaje, la conducta y las relaciones interpersonales dentro del ámbito educativo.

A. Modelos de Goleman

El modelo de inteligencia emocional desarrollado por Daniel Goleman (1995, 2013) representa una de las aproximaciones más influyentes y aplicadas en los ámbitos educativo y organizacional. A diferencia de los enfoques tradicionales centrados en el coeficiente intelectual, Goleman propone una visión más amplia del ser humano, en la que las emociones desempeñan un papel esencial en el pensamiento, la motivación y las relaciones interpersonales. Su modelo se compone de cinco dimensiones interrelacionadas: autoconocimiento, autorregulación, motivación, empatía y habilidades sociales, que en conjunto configuran la base del desarrollo emocional integral.

1. Autoconocimiento

El autoconocimiento emocional se refiere a la capacidad de identificar, reconocer y comprender los propios estados emocionales, así como sus causas y consecuencias (Goleman, 2013). Esta dimensión constituye el punto de partida para toda forma de inteligencia emocional, ya que posibilita la reflexión sobre las propias emociones y su influencia en los pensamientos y conductas. En el contexto educativo, el autoconocimiento permite que los estudiantes tomen conciencia de sus fortalezas, limitaciones y valores personales, facilitando el desarrollo de una identidad emocional sólida y auténtica. Como señala Bisquerra (2018), educar el autoconocimiento implica enseñar a los niños a “leer su mundo interior”, condición necesaria para el equilibrio personal y la toma de decisiones éticas.

2. Autorregulación o Autocontrol

La autorregulación emocional —también denominada autocontrol— consiste en la capacidad para gestionar las emociones impulsivas, manejar la frustración y adaptarse de forma flexible a los cambios (Mayer et al., 2020). En la práctica educativa, esta dimensión es clave para el aprendizaje autónomo y la convivencia pacífica. Los estudiantes que desarrollan autorregulación muestran mayor tolerancia a la frustración, autocontrol ante los conflictos y disposición para resolverlos de manera constructiva. Desde una perspectiva crítica, esta competencia no debe entenderse como represión emocional, sino como canalización consciente de los afectos hacia el bienestar propio y colectivo. Goleman (2013) advierte que la autorregulación emocional es una habilidad que se cultiva mediante el ejemplo docente y el acompañamiento emocional, más que a través de normas coercitivas.

3. Motivación

La motivación constituye la tercera dimensión del modelo de Goleman y se refiere a la energía interna que impulsa a las personas a alcanzar sus metas, perseverar ante las dificultades y mantener la esperanza incluso en circunstancias adversas (Goleman, 1995). En el ámbito educativo, la motivación emocional es el motor que sostiene el aprendizaje significativo: fomenta la curiosidad intelectual, la perseverancia y la autoconfianza (MacCann, 2020). De acuerdo con Halimi et al. (2020), los estudiantes emocionalmente motivados no aprenden solo por obligación externa, sino porque encuentran sentido y propósito en el conocimiento. Desde esta mirada, la motivación se convierte en un vínculo entre emoción y cognición, impulsando el desarrollo personal y académico de manera sostenida.

4. Empatía

La empatía es la capacidad de reconocer, comprender y valorar las emociones y perspectivas de los demás. Según Goleman (2013), la empatía no solo implica sensibilidad hacia las emociones ajenas, sino también la disposición a actuar en función de ellas. En el contexto escolar, la empatía promueve la solidaridad, la tolerancia y la cooperación, valores esenciales para construir comunidades educativas democráticas y respetuosas. Quispe y Romero (2024) hallaron que la empatía es una de las dimensiones más determinantes en el desarrollo emocional de los estudiantes de primaria, pues fortalece la convivencia y reduce comportamientos agresivos o excluyentes. Desde una visión crítica, la empatía trasciende la mera comprensión emocional:

constituye una competencia ética y social, indispensable para la formación de ciudadanos sensibles ante la diversidad humana.

5. Habilidades Sociales

Finalmente, las habilidades sociales comprenden la capacidad de comunicarse asertivamente, trabajar en equipo, liderar con empatía y resolver conflictos de manera pacífica (Goleman, 2013). Estas competencias integran todas las dimensiones anteriores, pues el autoconocimiento, la autorregulación, la motivación y la empatía se expresan principalmente en la interacción con los demás. En el entorno escolar, las habilidades sociales posibilitan la creación de vínculos sanos, el fortalecimiento del sentido de pertenencia y el desarrollo de un clima emocional positivo. Martínez y López (2023) demostraron que la práctica sistemática de estas competencias reduce los niveles de agresividad y fomenta la cooperación y el respeto mutuo en los estudiantes.

B. Importancia de las Estrategias de Goleman en el Ámbito Escolar

Las estrategias de inteligencia emocional propuestas por Daniel Goleman representan un eje transformador en la educación contemporánea, pues colocan al desarrollo emocional en el mismo nivel de relevancia que el aprendizaje cognitivo. En el ámbito escolar, estas estrategias no solo fortalecen las competencias emocionales de los estudiantes, sino que mejoran la convivencia, reducen los conflictos interpersonales y promueven un rendimiento académico sostenible. Según Goleman (2013), las emociones constituyen el motor de la conducta y el aprendizaje; por tanto, enseñar a los niños a reconocer,

comprender y gestionar sus emociones es tan importante como enseñarles a leer o resolver problemas matemáticos.

Desde esta perspectiva, el aula se convierte en un espacio emocionalmente significativo, donde cada experiencia educativa tiene el potencial de moldear la autoconciencia, la empatía y la autorregulación de los estudiantes. Diversas investigaciones demuestran que los programas basados en la inteligencia emocional contribuyen a mejorar el clima escolar, disminuir los niveles de agresividad y aumentar la cooperación entre compañeros (Bisquerra, 2018; Halimi et al., 2020; Quispe & Romero, 2024). Esto se debe a que las estrategias de Goleman, al centrarse en los cinco componentes fundamentales — autoconocimiento, autorregulación, motivación, empatía y habilidades sociales—, promueven una convivencia escolar más armónica y colaborativa, donde las emociones dejan de ser vistas como obstáculos y se convierten en recursos para el aprendizaje.

Por ejemplo, estrategias como el diario emocional o el uso de la rueda de las emociones ayudan a los estudiantes de sexto grado a identificar y expresar sus emociones con mayor claridad, reduciendo reacciones impulsivas y favoreciendo la comunicación asertiva. Estas prácticas fortalecen el autoconocimiento y la autorreflexión, habilidades clave para la regulación emocional y la toma de decisiones (Bisquerra & Pérez, 2021). De igual modo, la implementación del mindfulness en el aula, con breves momentos de respiración o meditación guiada, permite a los estudiantes gestionar el estrés académico y desarrollar una mayor concentración, lo cual impacta

positivamente en su rendimiento escolar (Lantieri & Goleman, 2015; Sudatha, 2025).

En relación con la empatía y las habilidades sociales, dinámicas como el role-playing, *los círculos de diálogo o los proyectos cooperativos* fomentan el entendimiento mutuo, la solidaridad y la resolución pacífica de conflictos. Estas actividades no solo previenen la aparición de conductas agresivas, sino que consolidan una cultura de respeto y colaboración dentro del aula (Martínez & López, 2023). Cuando los estudiantes aprenden a ponerse en el lugar del otro y a comunicarse desde la escucha activa, se reduce notablemente la violencia escolar y aumenta el sentido de pertenencia al grupo, lo cual mejora el clima emocional y el bienestar colectivo (Khuan & Koh, 2021).

Por otro lado, la motivación emocional, entendida como la capacidad para dirigir la energía interna hacia el logro de metas significativas se fortalece mediante estrategias de reconocimiento, retroalimentación positiva y establecimiento de objetivos alcanzables. De acuerdo con Dweck (2017), el desarrollo de una *mentalidad de crecimiento* en los estudiantes potencia su resiliencia y su disposición para aprender de los errores, generando una motivación intrínseca que se traduce en un mejor rendimiento académico. En este sentido, las estrategias de Goleman actúan como mediadores emocionales del aprendizaje, conectando el esfuerzo con el placer de aprender y el éxito con el equilibrio emocional.

De forma crítica, es importante reconocer que la aplicación de estas estrategias exige una transformación del rol docente. El maestro deja de ser un

transmisor de contenidos para convertirse en un facilitador emocional, capaz de modelar comportamientos empáticos, autorregulados y solidarios. Según Fernández-Berrocal y Extremera (2016), los docentes emocionalmente competentes generan un ambiente más seguro y confiable, que potencia tanto el bienestar como el rendimiento del alumnado. Por lo tanto, el impacto de las estrategias de Goleman no solo recae sobre los estudiantes, sino también sobre la cultura escolar, redefiniendo la manera en que se entiende la enseñanza y la convivencia.

En fin, las estrategias de inteligencia emocional propuestas por Goleman constituyen un puente entre el saber y el ser, promoviendo una educación más humana, inclusiva y consciente. Al aplicarse en la educación primaria, especialmente en el sexto grado, etapa clave de consolidación emocional y social, estas estrategias no solo previenen conflictos y fortalecen la convivencia, sino que también contribuyen a formar estudiantes más autónomos, empáticos y comprometidos con su aprendizaje y con su comunidad. En consecuencia, educar con inteligencia emocional es educar para la vida: implica reconocer que cada emoción, bien guiada, puede convertirse en una oportunidad para crecer, aprender y convivir en armonía.

C. Procedimientos de la estrategia de aprendizaje según Goleman

Los procedimientos de la estrategia de aprendizaje se fundamentan en el modelo de Inteligencia Emocional propuesto por Goleman, el cual concibe el desarrollo emocional como un proceso educativo sistemático orientado al fortalecimiento de competencias personales y sociales. Dichos procedimientos

se estructuran de manera secuencial y reflexiva, favoreciendo la toma de conciencia emocional, la autorregulación y la convivencia positiva en el contexto escolar (Goleman, 1995, 1998).

En un primer momento, se desarrolla la identificación y reconocimiento de las emociones, mediante actividades orientadas a que los estudiantes tomen conciencia de sus propios estados emocionales y los de los demás. Este procedimiento permite que los estudiantes aprendan a nombrar sus emociones, reconocer sus causas y comprender cómo influyen en su comportamiento, lo cual constituye la base del aprendizaje socioemocional.

Posteriormente, se promueve el desarrollo de la autorregulación emocional, a través de ejercicios de reflexión guiada, control de impulsos y manejo de reacciones emocionales ante situaciones escolares cotidianas. Este procedimiento busca que los estudiantes aprendan a gestionar adecuadamente emociones como la ira, la frustración o la ansiedad, favoreciendo respuestas más adaptativas y responsables.

Un tercer procedimiento se orienta al fortalecimiento de la motivación personal, incentivando la perseverancia, el esfuerzo y la responsabilidad en las actividades escolares. Desde el enfoque de Goleman, la motivación intrínseca se vincula directamente con el logro de metas personales y el compromiso con el aprendizaje.

Asimismo, se incorpora el desarrollo de la empatía, promoviendo la capacidad de comprender los sentimientos, pensamientos y necesidades de los demás. Este procedimiento se trabaja mediante actividades de diálogo, escucha

activa y análisis de situaciones sociales, favoreciendo relaciones interpersonales basadas en el respeto.

Finalmente, se fomenta el desarrollo de habilidades sociales, orientadas a la comunicación asertiva, la cooperación y la resolución pacífica de conflictos. Estos procedimientos contribuyen a la consolidación de un clima escolar positivo y a una convivencia armónica.

2.2.2. Fundamentación del Comportamiento emocional en estudiantes de primaria

A. Conceptualización de Comportamiento Emocional:

El comportamiento emocional constituye una dimensión fundamental del desarrollo humano y educativo, ya que se refiere a la manifestación observable de las emociones en la conducta cotidiana de las personas, especialmente en la forma en que reaccionan, interactúan y se relacionan con su entorno. En el contexto escolar, el comportamiento emocional se evidencia en las respuestas que los estudiantes muestran ante situaciones de aprendizaje, convivencia, conflicto y logro académico, reflejando su capacidad para reconocer, expresar y regular sus emociones de manera adecuada.

Desde la perspectiva de la inteligencia emocional, Goleman (2013) sostiene que las emociones influyen de manera decisiva en la conducta, pues determinan cómo las personas afrontan los retos, establecen vínculos interpersonales y toman decisiones. En este sentido, el comportamiento emocional no se limita a la expresión espontánea de sentimientos, sino que involucra procesos de autorregulación, autocontrol y adaptación social, los

cuales permiten actuar de forma consciente y responsable frente a diversas situaciones.

Complementariamente, Mayer, Salovey y Caruso (2020) explican que el comportamiento emocional se deriva del uso efectivo de habilidades emocionales orientadas a percibir, comprender y regular las emociones para favorecer conductas adaptativas. Desde este enfoque, las emociones no se oponen a la razón, sino que influyen directamente en los procesos cognitivos y en la toma de decisiones, manifestándose en comportamientos que pueden favorecer o dificultar el aprendizaje y la convivencia escolar.

Diversos estudios recientes evidencian que un comportamiento emocional adecuado se asocia con mayores niveles de bienestar, compromiso académico y relaciones interpersonales positivas. Investigaciones como las de MacCann et al. (2020) y Khuan y Koh (2021) señalan que los estudiantes que presentan conductas emocionales reguladas muestran mayor resiliencia, cooperación y manejo del estrés escolar. Asimismo, Augusto-Landa et al. (2024) destacan que el desarrollo de competencias emocionales se traduce en comportamientos prosociales que fortalecen el clima escolar.

Desde el ámbito educativo, Bisquerra (2018) enfatiza que el comportamiento emocional debe ser trabajado de manera sistemática y preventiva, promoviendo conductas basadas en la autoconciencia, la regulación emocional, la empatía y las habilidades sociales. Por tanto, el comportamiento emocional puede definirse como el conjunto de respuestas conductuales mediante las cuales los estudiantes expresan, regulan y gestionan sus emociones

en interacción con los demás, influyendo directamente en la convivencia, el aprendizaje y el desarrollo integral.

En consecuencia, el comportamiento emocional no debe entenderse únicamente como un rasgo individual, sino como un indicador pedagógico y social que refleja el nivel de desarrollo socioemocional de los estudiantes y su capacidad para convivir de manera armónica, resolver conflictos de forma pacífica y participar activamente en el proceso educativo.

B. Importancia del Comportamiento Emocional

El comportamiento emocional es un aspecto fundamental del desarrollo integral del ser humano, ya que se manifiesta en la manera en que las personas expresan, regulan y gestionan sus emociones en los distintos contextos de interacción social. En el ámbito educativo, el comportamiento emocional adquiere especial relevancia porque influye directamente en la convivencia escolar, el aprendizaje y el bienestar psicológico de los estudiantes. Las conductas emocionales que los niños desarrollan durante la infancia condicionan su forma de relacionarse consigo mismos, con sus pares y con los adultos, así como su capacidad para enfrentar situaciones de conflicto y desafío.

Desde la perspectiva de Goleman (2013), las emociones orientan la conducta humana y determinan la calidad de las relaciones interpersonales. En este sentido, un comportamiento emocional adecuado se evidencia en actitudes como el autocontrol, la empatía, la cooperación y la comunicación asertiva, mientras que un comportamiento emocional inadecuado puede manifestarse en impulsividad, agresividad o dificultades de adaptación social. Por ello, la

regulación emocional resulta clave para promover conductas responsables y socialmente aceptadas dentro del contexto escolar.

Asimismo, el comportamiento emocional está estrechamente vinculado a la capacidad de comprender y regular las emociones de manera adaptativa, lo cual favorece la toma de decisiones, el manejo del estrés y la resolución pacífica de conflictos. En el entorno educativo, estas conductas emocionales influyen de manera significativa en el clima del aula y en la disposición del estudiante hacia el aprendizaje.

Diversos estudios empíricos han demostrado que un comportamiento emocional positivo se asocia con un mejor rendimiento académico, mayores niveles de motivación y relaciones interpersonales más saludables. evidencian que los estudiantes con conductas emocionales equilibradas presentan mayor atención y resiliencia frente a las dificultades escolares. Del mismo modo, el fortalecimiento del comportamiento emocional contribuye a la formación de ciudadanos capaces de convivir con respeto, responsabilidad y solidaridad.

En consecuencia, el comportamiento emocional debe ser considerado un elemento esencial en el proceso educativo, ya que no solo favorece el aprendizaje y la convivencia escolar, sino que también sienta las bases para el desarrollo personal, social y ético de los estudiantes a lo largo de su vida.

C. Teorías del Aprendizaje Social y Emocional (SEL)

El comportamiento emocional no es una característica innata e inmutable del individuo, sino una competencia que puede ser aprendida, modelada y fortalecida a lo largo del proceso educativo. Esta concepción encuentra sustento

en las teorías del aprendizaje social y emocional (SEL), las cuales integran los aportes de la psicología del desarrollo, la pedagogía y las neurociencias para explicar cómo las emociones influyen en el aprendizaje y en la conducta social. El enfoque SEL promovido por el *Collaborative for Academic, Social, and Emotional Learning* (CASEL, 2020) sostiene que el desarrollo emocional es tan importante como el cognitivo, y que los contextos educativos deben cultivar habilidades como la autoconciencia, la autorregulación, la empatía y las habilidades sociales, en línea con el modelo propuesto por Goleman (2013).

Desde una perspectiva sociocultural, Vygotsky (1978) plantea que el aprendizaje humano es un proceso mediado socialmente, en el que las interacciones con adultos, pares y el entorno cultural facilitan la adquisición de nuevas competencias, entre ellas las emocionales. Para este autor, las emociones no se desarrollan de manera aislada, sino que emergen en el contexto de las relaciones interpersonales y de las experiencias compartidas. El aprendizaje mediado permite al estudiante interiorizar modelos de regulación emocional y normas sociales a través del lenguaje, el diálogo y la participación guiada. Así, el aula se convierte en un espacio privilegiado donde los niños aprenden no solo contenidos académicos, sino también formas de sentir, pensar y actuar emocionalmente adecuadas (Moll, 2014).

De manera complementaria, Bandura (1986), desde su teoría del aprendizaje social, sostiene que la conducta humana, incluido el comportamiento emocional se adquiere mediante la observación, imitación y modelado de las acciones de los demás. Los estudiantes aprenden cómo manejar sus emociones al observar cómo lo hacen sus docentes, compañeros o figuras de

referencia, internalizando patrones de autorregulación, empatía y resolución de conflictos. Según Bandura (2001), este proceso de aprendizaje vicario es especialmente potente en la infancia, cuando los modelos sociales ejercen una influencia decisiva sobre la formación del carácter y la conducta emocional. En este sentido, el docente no solo transmite conocimiento, sino que encarna un modelo emocional que los estudiantes tienden a reproducir, consciente o inconscientemente, en su propia interacción cotidiana.

La teoría humanista del aprendizaje también aporta una base sólida para comprender la educación emocional. Rogers (1983) plantea que el aprendizaje significativo ocurre cuando el estudiante se siente emocionalmente aceptado, valorado y comprendido. El ambiente de confianza y empatía que el docente genera es determinante para que el alumno se atreva a expresar sus emociones, reflexionar sobre ellas y transformarlas en comportamientos constructivos. Desde esta visión, educar las emociones implica reconocer la dimensión afectiva del aprendizaje, respetando el ritmo y la individualidad de cada estudiante.

Las investigaciones contemporáneas sobre SEL confirman la vigencia de estas teorías clásicas. Weissberg et al. (2015) demostraron que los programas de aprendizaje social y emocional basados en los principios de Vygotsky y Bandura producen mejoras significativas en la conducta prosocial, la convivencia escolar y el rendimiento académico. Asimismo, Durlak et al. (2011), en un metaanálisis de más de 200 programas SEL, concluyeron que los estudiantes que participan en intervenciones sistemáticas de educación emocional muestran mayor autorregulación, empatía y rendimiento académico, además de una reducción en conductas problemáticas y síntomas de estrés. Estos hallazgos refuerzan la idea

de que las competencias emocionales son educables y transformables, especialmente cuando se abordan desde un enfoque pedagógico planificado y sostenido.

Aplicado al contexto de la educación primaria, este marco teórico sugiere que el comportamiento emocional de los estudiantes puede moldearse mediante estrategias pedagógicas basadas en el modelado, la mediación y la reflexión emocional. Por ejemplo, cuando el docente gestiona con serenidad un conflicto entre estudiantes, está enseñando, a través del ejemplo, habilidades de regulación emocional y comunicación asertiva. De igual forma, cuando promueve el trabajo colaborativo, la escucha activa o el reconocimiento de las emociones ajenas, está contribuyendo a la construcción de una cultura emocional positiva en el aula.

En síntesis, las teorías de Vygotsky y Bandura, complementadas con la visión humanista de Rogers y el enfoque SEL contemporáneo, coinciden en que el comportamiento emocional se aprende, se moldea y se fortalece en interacción con los demás. La escuela, como espacio de convivencia y aprendizaje, tiene el poder de transformar las emociones en herramientas de desarrollo personal y social. Formar estudiantes emocionalmente competentes implica, por tanto, educar desde el ejemplo, la empatía y la mediación consciente, promoviendo un aprendizaje que integre la mente y el corazón.

D. Factores Influyentes en el Comportamiento Emocional Escolar

El contexto educativo constituye un escenario privilegiado para el desarrollo del comportamiento emocional, pues en él los estudiantes no solo

adquieren conocimientos académicos, sino también aprenden a reconocer, expresar y regular sus emociones dentro de un entorno social diverso. La escuela, y en particular el aula, se convierten en un microcosmos de convivencia donde se modelan las habilidades emocionales y sociales necesarias para la vida en comunidad (Bisquerra, 2018). En el caso de instituciones públicas como la I.E. N.º 31 “Nuestra Señora del Carmen” de Yanacancha – Pasco, este espacio adquiere un valor aún más relevante, ya que actúa como un agente compensador de desigualdades sociales y emocionales, contribuyendo a la formación integral del estudiante desde un enfoque humano y contextualizado.

Desde la psicología educativa, se reconoce que las emociones desempeñan un papel determinante en los procesos de aprendizaje, la motivación y la conducta en el aula. Mayer, Caruso y Salovey (2016) sostienen que el ambiente escolar puede potenciar o inhibir la regulación emocional de los estudiantes según el tipo de interacciones que en él se desarrollen. Un clima emocional positivo, caracterizado por relaciones basadas en el respeto, la empatía y la confianza, favorece la apertura cognitiva, el sentido de pertenencia y la autorregulación emocional (Extremera & Fernández-Berrocal, 2014). Por el contrario, un entorno cargado de estrés, competencia desmedida o falta de contención emocional puede derivar en comportamientos disruptivos, apatía o dificultades en la convivencia escolar.

En este sentido, la institución educativa debe ser comprendida no solo como un espacio de transmisión de conocimientos, sino como un ecosistema emocional y social, donde cada interacción entre docente y estudiante, entre pares o entre los propios adultos moldea la manera en que los niños interpretan

y expresan sus emociones (Hargreaves, 2000). Desde la perspectiva de la pedagogía humanista, la escuela cumple una función ética y formativa: cultivar la sensibilidad, la empatía y la responsabilidad emocional. Rogers (1983) plantea que un ambiente educativo centrado en la persona, donde el educador actúa como facilitador del aprendizaje y del crecimiento emocional, promueve el desarrollo de conductas más equilibradas, colaborativas y reflexivas.

En el contexto específico de la educación primaria, el aula es el núcleo esencial del aprendizaje emocional, ya que los estudiantes se encuentran en una etapa de transición entre la niñez y la preadolescencia, marcada por la búsqueda de identidad, la necesidad de pertenencia y la afirmación personal (Bisquerra & Pérez, 2021). El comportamiento emocional en esta etapa se ve influido por las prácticas pedagógicas del docente, el clima socioafectivo del grupo y las normas de convivencia institucional. Un docente emocionalmente competente, capaz de reconocer y gestionar sus propias emociones, ejerce un liderazgo positivo que modela la regulación emocional en sus estudiantes (Jennings & Greenberg, 2009).

Asimismo, el contexto físico y simbólico del aula su organización, estética y normas también comunica valores emocionales. Espacios acogedores, flexibles y cooperativos transmiten seguridad y confianza; en cambio, entornos rígidos o autoritarios pueden generar ansiedad o retraimiento emocional (Fernández-Berrocal & Extremera, 2016). Por ello, el diseño del ambiente educativo debe promover la expresión emocional, el diálogo y la resolución pacífica de conflictos, favoreciendo el desarrollo de la empatía y el respeto mutuo.

En instituciones como la I.E. N.º 31 “Nuestra Señora del Carmen”, ubicada en un contexto sociocultural diverso, el rol del aula como espacio de socialización emocional se vuelve aún más significativo. La convivencia cotidiana entre estudiantes de distintos entornos familiares y socioeconómicos implica un desafío para la gestión emocional tanto de los niños como de los docentes. Aquí, las estrategias de Goleman sobre autoconocimiento, autorregulación y empatía encuentran un terreno fértil para su aplicación, al ofrecer herramientas que permiten canalizar las emociones y construir relaciones más saludables.

El liderazgo emocional del docente, la participación colaborativa de los estudiantes y la coherencia institucional en las normas de convivencia conforman, en conjunto, los pilares del comportamiento emocional equilibrado en la escuela. Como subraya Bisquerra (2018), educar emocionalmente implica integrar la dimensión afectiva en todas las áreas del currículo y en la cultura institucional, de modo que la escuela sea un espacio donde el alumno aprenda no solo a saber, sino también a ser, convivir y sentir.

Por tanto, el contexto educativo influye directamente en el comportamiento emocional de los estudiantes al moldear sus modos de percibir, expresar y regular las emociones dentro de una red de interacciones sociales. La escuela, más allá de ser un espacio académico, es una comunidad emocional donde se construyen los cimientos de la convivencia democrática, la empatía y el bienestar colectivo. De ahí que fortalecer el clima emocional del aula y de la institución sea una tarea ética y pedagógica ineludible para el desarrollo integral del estudiante del siglo XXI.

E. Estrategias Educativas en la Regulación Emocional

El desarrollo de la inteligencia emocional (IE) en la escuela no debe limitarse a la transmisión teórica de conceptos, sino que requiere estrategias pedagógicas vivenciales que permitan a los estudiantes experimentar, reflexionar y aplicar las competencias emocionales en su vida cotidiana. De acuerdo con Goleman (2013), las emociones no se aprenden por instrucción directa, sino a través de la práctica constante, la autorreflexión y el modelamiento social. Por ello, los cinco componentes de la Inteligencia Emocional: autoconocimiento, autorregulación, motivación, empatía y habilidades sociales, pueden ser cultivados mediante intervenciones educativas intencionadas que integren lo emocional con lo cognitivo y lo relacional dentro del aula.

En primer lugar, el autoconocimiento emocional se puede promover mediante estrategias que fomenten la introspección y la identificación de los estados afectivos. Actividades como los *diarios de emociones*, el uso de *ruedas emocionales* o la *lectura reflexiva de relatos* permiten que los niños reconozcan y nombren sus emociones, comprendan sus causas y analicen cómo influyen en su comportamiento. Según Bisquerra (2018), esta práctica no solo desarrolla el vocabulario emocional, sino que fortalece la autoestima y la capacidad de autorreflexión, elementos indispensables para la madurez afectiva. En el aula de sexto grado, esta estrategia puede acompañarse con conversaciones guiadas o círculos de diálogo, donde los estudiantes compartan sus emociones en un ambiente de respeto y confidencialidad.

La segunda dimensión, la autorregulación emocional, se trabaja mediante técnicas que enseñen a los estudiantes a manejar la impulsividad y el estrés. Entre las estrategias más efectivas se encuentra la práctica del *mindfulness* o atención plena, que ayuda a los niños a concentrarse en el momento presente y a responder de manera más consciente ante las situaciones difíciles. Estudios recientes han demostrado que la implementación del *mindfulness* en contextos escolares reduce la ansiedad, mejora la concentración y fortalece la resiliencia emocional (Lantieri & Goleman, 2015; Sudatha, 2025). Asimismo, los *ejercicios de respiración consciente, visualización positiva y pausas emocionales* antes de reaccionar ante un conflicto promueven el equilibrio emocional y la autorregulación conductual, aspectos esenciales para el desarrollo de la responsabilidad personal.

La tercera dimensión, la motivación emocional, puede potenciarse a través de actividades que fortalezcan la perseverancia, la autonomía y el sentido de propósito. Estrategias como el establecimiento de *metas personales y grupales*, la *gamificación educativa* o los *proyectos colaborativos* permiten que los estudiantes experimenten el valor del esfuerzo y la satisfacción por el logro alcanzado. De acuerdo con Dweck (2017), la motivación se fortalece cuando los niños desarrollan una *mentalidad de crecimiento*, entendiendo el error no como un fracaso, sino como una oportunidad de aprendizaje. En este sentido, el rol del docente es clave para ofrecer retroalimentación positiva, reconocer los avances y cultivar la autoeficacia emocional y académica (MacCann, 2020).

En cuarto lugar, la empatía, capacidad de comprender y compartir los sentimientos de los demás, puede ser promovida mediante dinámicas de *role-*

playing o *dramatizaciones*, donde los estudiantes asumen distintos roles para experimentar perspectivas diversas. Esta metodología permite vivenciar emociones ajenas, reflexionar sobre los efectos de las propias acciones y fortalecer la tolerancia y la solidaridad. Es una herramienta pedagógica poderosa para el desarrollo de la empatía, ya que transforma la comprensión emocional en acción prosocial. Además, la lectura de cuentos o biografías inspiradoras, seguida de debates reflexivos, también estimula la empatía cognitiva y afectiva al conectar con realidades distintas a las propias.

Por último, las habilidades sociales se consolidan mediante estrategias que promuevan la cooperación, la comunicación asertiva y la resolución pacífica de conflictos. Actividades como los *trabajos en equipo*, los *círculos restaurativos* y los *contratos de convivencia emocional* ayudan a los estudiantes a practicar la escucha activa, la negociación y el respeto mutuo. Goleman (2013) subraya que las habilidades sociales constituyen la culminación práctica de la inteligencia emocional, pues integran todas las demás dimensiones en la interacción cotidiana. En el contexto escolar, estas estrategias contribuyen a la creación de un *clima emocional positivo*, donde los estudiantes se sienten valorados y apoyados, reduciendo los comportamientos disruptivos y fomentando la cohesión grupal. Desde una mirada crítica y humanizadora, es fundamental reconocer que las estrategias de inteligencia emocional no son simples técnicas de control conductual, sino procesos formativos orientados al desarrollo integral del ser humano. Implican una pedagogía del cuidado, donde el docente se convierte en mediador emocional y ejemplo viviente de autorregulación y empatía. La efectividad de estas estrategias radica no solo en su aplicación

metodológica, sino en la coherencia entre el discurso y la práctica educativa. En consecuencia, educar las emociones en la infancia es educar para la vida, y cada acción pedagógica debe orientarse a cultivar una conciencia emocional profunda, crítica y solidaria que permita a los estudiantes convivir de manera armónica consigo mismos y con los demás.

2.2.3. Propuestas de estrategias de Goleman para mejorar el comportamiento emocional en los estudiantes de educación primaria

A. Aplicación de la estrategia de Goleman en el desarrollo del comportamiento emocional de los estudiantes

El vínculo teórico entre la inteligencia emocional (IE) y el comportamiento emocional (CE) se sustenta en la premisa de que las emociones, lejos de ser elementos irracionales o secundarios, constituyen el eje del desarrollo humano integral y de la convivencia social. En este sentido, las estrategias propuestas por Daniel Goleman (1995, 2013) actúan como un medio pedagógico eficaz para desarrollar competencias emocionales que transforman las conductas reactivas en comportamientos conscientes, regulados y prosociales. La educación emocional, entendida desde esta perspectiva, no se limita a la enseñanza de contenidos cognitivos, sino que implica formar personas capaces de reconocer, comprender y orientar sus emociones hacia el bienestar personal y colectivo. Las dimensiones son:

Primer paso desarrollo de la autoconciencia emocional. Constituye transformación. Cuando los estudiantes adquieren la capacidad de reconocer sus emociones y comprender su origen, comienzan a desarrollar un sentido de

identidad emocional que les permite actuar con mayor responsabilidad ante las demandas del entorno. En el contexto escolar, esta competencia se traduce en una reducción de conductas impulsivas, en un aumento de la reflexión antes de actuar y en una disposición más empática hacia los compañeros. Goleman (2013) señala que el autoconocimiento emocional “amplía la capacidad de elección” del individuo, permitiendo que las respuestas conductuales sean más coherentes y menos dominadas por reacciones automáticas.

Segundo paso la autorregulación, representa el puente entre el reconocimiento emocional y la acción comportamental. Los estudiantes que aprenden a manejar su frustración, controlar los impulsos y adaptarse a los cambios demuestran una conducta emocional más estable y constructiva. En el aula, esta competencia se evidencia en la capacidad para resolver conflictos mediante el diálogo, mantener la calma ante la adversidad y colaborar de manera respetuosa con los demás. Desde la pedagogía humanista, este proceso de autorregulación no busca reprimir la emoción, sino canalizarla hacia la convivencia y el aprendizaje significativo.

Por su parte, la empatía constituye la competencia emocional que consolida el paso del yo al nosotros. Implica reconocer y comprender los sentimientos de los demás, lo que permite establecer vínculos afectivos y solidarios. En el ámbito educativo, la empatía es la base de la convivencia escolar, pues promueve el respeto, la cooperación y la resolución pacífica de conflictos. Los estudiantes empáticos son capaces de percibir las necesidades emocionales de sus pares y ajustar su comportamiento para contribuir a un clima de aula armonioso.

De esta manera, las estrategias pedagógicas derivadas del modelo de Goleman, como el *role-playing* para practicar la empatía, los *diarios de emociones* para fortalecer la autoconciencia o las dinámicas de *mindfulness* para fomentar la autorregulación, actúan como instrumentos concretos de transformación del comportamiento emocional, demostraron que las intervenciones basadas en la enseñanza explícita de competencias emocionales reducen los comportamientos agresivos y aumentan las conductas prosociales en contextos escolares.

En un sentido más amplio, la integración de la inteligencia emocional en el currículo escolar contribuye a la construcción de climas de aula emocionalmente seguros y colaborativos, donde los estudiantes se sienten comprendidos y valorados. Los programas de aprendizaje socioemocional basados en modelos como el de Goleman generan mejoras significativas en la convivencia, el rendimiento académico y la estabilidad emocional. En consecuencia, la relación entre ambas variables no es simplemente correlacional, sino causal y transformadora, pues el desarrollo de la IE se manifiesta directamente en comportamientos emocionales más regulados, empáticos y socialmente responsables.

Así, el vínculo entre la inteligencia emocional y el comportamiento emocional escolar puede entenderse como una relación dinámica de retroalimentación positiva: a mayor desarrollo emocional, mejor comportamiento, y a su vez, un comportamiento emocional equilibrado facilita nuevas oportunidades de aprendizaje emocional. Se respalda el uso de las estrategias de Goleman como una herramienta eficaz para mejorar la

convivencia, prevenir conflictos y promover un desarrollo humano integral en los estudiantes de educación primaria, particularmente en la etapa de transición socioemocional que representa el sexto grado.

En fin, el modelo de Goleman ofrece no solo un marco teórico explicativo, sino también una guía práctica para la acción educativa. Su aplicación permite transformar la educación tradicional, centrada en la instrucción cognitiva, en un proceso verdaderamente formativo, donde las emociones se convierten en aliadas del aprendizaje y de la convivencia social. De este modo, las estrategias de Goleman se consolidan como un medio eficaz para potenciar la inteligencia emocional y, a través de ella, orientar el comportamiento emocional hacia el bienestar, la autorregulación y la empatía, pilares esenciales de una educación más humana y significativa.

B. El papel del Docente en la formación del estudiante

El docente desempeña un papel central en la formación emocional de los estudiantes, ya que actúa como mediador, guía y modelo en la construcción del comportamiento emocional dentro del aula. Su influencia trasciende la transmisión de conocimientos cognitivos, pues incide directamente en la manera en que los niños aprenden a reconocer, regular y expresar sus emociones. En este sentido, la figura del maestro se convierte en un referente afectivo y ético que orienta las experiencias emocionales hacia el desarrollo de actitudes positivas, la convivencia pacífica y el bienestar integral.

De acuerdo con Bisquerra (2018), la educación emocional no puede entenderse como un contenido aislado del currículo, sino como una práctica

transversal que debe impregnar la dinámica pedagógica cotidiana. Desde esta perspectiva, el docente no solo enseña con la razón, sino también con la emoción; su comportamiento, tono de voz, empatía y forma de gestionar los conflictos constituyen aprendizajes significativos que los estudiantes internalizan mediante la observación y la interacción. Bandura (1986) explicó este proceso a través del aprendizaje social, señalando que los niños aprenden las conductas emocionales observando los modelos que perciben en su entorno, especialmente aquellos que representan figuras de autoridad y afecto, como los profesores.

C. Proceso de la Propuesta de la Estrategia de Goleman para mejorar el comportamiento emocional de los estudiantes

Justificación de la Propuesta

La presente propuesta surge porque se identifica la necesidad de fortalecer el comportamiento emocional y las habilidades socioemocionales de los estudiantes de sexto grado, etapa en la que se intensifica la transición hacia la adolescencia y se profundizan cambios relevantes en la identidad personal, la expresión emocional, la convivencia escolar y la toma de decisiones. En este periodo, los estudiantes enfrentan desafíos emocionales que, si no son acompañados pedagógicamente, pueden afectar su bienestar, sus relaciones interpersonales y su disposición hacia el aprendizaje. Por ello, se hace necesario implementar acciones educativas intencionadas que respondan a las características evolutivas propias de esta etapa y que consideren al estudiante como un ser integral.

La propuesta se desarrolla para contribuir al fortalecimiento del comportamiento emocional de los estudiantes, favoreciendo el reconocimiento, la regulación y la expresión adecuada de sus emociones en el contexto escolar. A través de estrategias pedagógicas basadas en el modelo de Inteligencia Emocional de Daniel Goleman, se busca acompañar a los estudiantes en el desarrollo de la autoconciencia, la autorregulación, la motivación, la empatía y las habilidades sociales, entendidas como capacidades fundamentales para la convivencia armónica y el aprendizaje significativo.

Objetivos de la Propuesta

Objetivo general

Fortalecer el comportamiento emocional de los estudiantes de sexto grado mediante la implementación sistemática, humanizada y reflexiva del modelo de Inteligencia Emocional de Goleman, alineado al enfoque socioemocional.

Objetivos específicos

- Desarrollar la autoconciencia emocional mediante actividades reflexivas y expresivas.
- Favorecer la autorregulación emocional con estrategias de control y hábitos saludables.
- Promover la empatía como base del respeto y la convivencia democrática.
- Fortalecer habilidades sociales para la resolución pacífica de conflictos y la comunicación asertiva.

Procedimiento de la Propuesta

Procedimiento 1. Autoconciencia emocional

Implica reconocer las propias emociones, nombrarlas y comprender su origen. en estudiantes de 12 y 13 años, esta habilidad es crítica para prevenir impulsividad y fortalecer la autoestima. Se aplico mediante las estrategias:

1. **Rueda emocional:** Es una herramienta gráfica con diferentes emociones básicas y sus intensidades. Cada estudiante señala cómo se siente al comenzar la jornada escolar y vuelve a hacerlo al finalizar el día. Permite reconocer el estado emocional, comparar cambios y reflexionar sobre qué factores influyeron en su bienestar.El docente acompaña con preguntas breves como: “*¿Qué te hizo sentir así?*”, “*¿Qué necesitas ahora?*”.
2. **Diario reflexivo de emociones:** Cuaderno personal donde los estudiantes escriben diariamente o semanalmente:

- Qué emoción sintieron,
- Por qué surgió,
- Cómo reaccionaron,
- Qué podrían hacer diferente.

Favorece la autoconciencia, la expresión emocional saludable y la reflexión sobre la conducta. El docente revisa solo si el estudiante desea compartirlo, respetando la privacidad y promoviendo confianza.

3. **Mi semáforo interno:** identificar señales corporales que anticipan una reacción emocional: Estrategia visual que enseña a identificar señales corporales que anticipan reacciones impulsivas. Usa los tres colores:

- **Rojo:** “Me detengo” — noto signos de enojo o tensión.
- **Amarillo:** “Pienso” — observo lo que siento y lo que podría pasar si actúo impulsivamente.
- **Verde:** “Actúo” — elijo una respuesta tranquila y adecuada.

Ayuda a los estudiantes a pausar, reflexionar y actuar con autocontrol en situaciones desafiantes.

Procedimiento 2. Autorregulación emocional

Supone manejar impulsos, tolerar la frustración y responder de manera adecuada ante situaciones desafiantes. Se aplican las estrategias:

1. **Técnica de respiración 4-7-8.** Es una técnica breve de respiración consciente que ayuda a reducir la ansiedad, el enojo y la impulsividad.

Actividades:

- Inhalar por la nariz durante **4 segundos**.
- Mantener el aire dentro **7 segundos**.
- Exhalar lentamente por la boca durante **8 segundos**.

Se practica antes de una situación tensa, durante un conflicto o cuando el estudiante siente que “perderá el control”. Favorece la calma fisiológica, la toma de decisiones reflexiva y el autocontrol emocional.

2. **El rincón de la calma.** Es un espacio dentro del aula donde los estudiantes pueden acudir voluntariamente cuando se sienten alterados o sobrecargados emocionalmente.

Elementos:

- Tarjetas de respiración.
- Frases positivas.
- Pelotas antiestrés o materiales sensoriales.
- Cuadro de emociones o “semáforo”.

El estudiante se retira unos minutos para respirar, tranquilizarse y autorregularse antes de volver a participar en clase. Promueve la autonomía, el autocuidado y la prevención de reacciones impulsivas.

3. **Tarjetas de autocontrol ante conflicto.** Son tarjetas pequeñas que los estudiantes llevan en su cuaderno o mochila. Contienen pasos breves para manejar un conflicto de forma reflexiva.

Ejemplos de mensajes:

- “Me detengo y respiro.”
- “Escucho antes de responder.”
- “Pienso en dos opciones antes de actuar.”
- “Elijo una respuesta tranquila.”

Ayudan al estudiante a recordar estrategias de manejo emocional en situaciones reales, actuando como un “recordatorio portátil” de autorregulación.

Procedimiento 3. Motivación

Relacionada con el deseo por aprender, la resiliencia y la capacidad de orientarse hacia metas personales y colectivas. Se aplicaron las siguientes estrategias:

1. **Metas semanales personales.** Los estudiantes establecen una o dos metas sencillas para la semana (académicas, conductuales o emocionales), por ejemplo:

- “Escuchar sin interrumpir”.
- “Terminar mis tareas a tiempo”.
- “Pedir ayuda cuando lo necesite”.

Cada viernes reflexionan sobre si lograron sus metas y qué pueden mejorar. Esta estrategia fortalece la autodisciplina, la orientación al logro y la motivación intrínseca.

2. **Registro de logros y “mi progreso emocional”.** Es una hoja o cuaderno donde los estudiantes anotan pequeños logros diarios o semanales, especialmente aquellos relacionados con la gestión emocional:

- “Hoy controlé mi enojo y respiré antes de responder”.
- “Pude trabajar en equipo sin pelear”.

El registro permite visualizar el progreso personal, reforzando la autoestima y la sensación de avance. Ayuda a que el estudiante se dé cuenta de que está mejorando poco a poco y con esfuerzo propio.

3. **Refuerzo emocional positivo y autoafirmaciones.** Consiste en promover mensajes internos que fortalezcan la confianza y la actitud positiva.

Ejemplos de autoafirmaciones:

- “Puedo mejorar cada día”.
- “Soy capaz de controlar mis emociones”.
- “Soy valioso y mis esfuerzos importan”.

Pueden repetirse al iniciar la mañana o antes de tareas difíciles.

Funciona como un impulsor emocional que disminuye la ansiedad, mejora la autopercepción y aumenta la motivación.

Procedimiento 4. Habilidades sociales

Comprenden comunicación asertiva, trabajo en equipo, solución de conflictos y convivencia armónica. Se aplicaron las siguientes estrategias:

1. **Círculos de diálogo restaurativo.** Los estudiantes se sientan en círculo para conversar sobre un conflicto o situación que afecta la convivencia. Cada participante habla cuando tiene “la palabra” (un objeto simbólico) mientras los demás escuchan sin interrumpir. El objetivo es expresar emociones, comprender al otro y buscar acuerdos justos para reparar el daño. Promueve comunicación asertiva, escucha activa y resolución pacífica de conflictos.
2. **Juegos cooperativos.** Actividades grupales donde todos deben colaborar para alcanzar un objetivo común (por ejemplo: “La cuerda humana”, “La isla”, “Construyamos la torre”). Fomentan la cooperación, la solidaridad, el

respeto y la capacidad de trabajar en equipo. El énfasis no está en ganar, sino en coordinar esfuerzos, comunicarse bien y respetar roles.

3. Acuerdos de convivencia contruidos por los mismos estudiantes. El aula elabora un conjunto de normas consensuadas que todos se comprometen a cumplir.

Estas normas se construyen mediante lluvia de ideas, discusión y votación. Al participar en la creación de las reglas, los estudiantes sienten mayor responsabilidad y pertenencia, favoreciendo comportamientos más respetuosos y democráticos. Los acuerdos se colocan en un lugar visible y se revisan periódicamente.

PASOS DE LA PROPUESTA DE LAS ESTRATEGIAS DE GOLEMAN

NOMBRE: CRECIENDO CON MIS EMOCIONES

1. Concertación y Sensibilización

Objetivo

Generar compromiso institucional y familiar para implementar la propuesta emocional desde un enfoque humanista.

Actividades críticas y reflexivas

- Taller “La escuela que cuida”: reflexión docente sobre su rol emocional.
- Diálogo con familias sobre la adolescencia temprana.
- Presentación del programa a estudiantes con dinámica: “¿Qué emociona mi vida?”.

Resultado esperado

Comunidad educativa empoderada y cohesionada hacia el desarrollo emocional.

2. Diagnóstico Socioemocional

Objetivo

- Identificar necesidades emocionales, conductuales y convivenciales mediante instrumentos cualitativos.

Metodologías

- Observación participante basada en Goleman.
- Entrevistas a padres y estudiantes sobre situaciones de conflicto.
- Evaluación de clima emocional del aula.

Aspecto crítico-reflexivo

Se analizan condiciones estructurales que influyen en el comportamiento emocional: estrés familiar, pobreza, presión académica, violencia simbólica, etc.

Resultado esperado

Mapa emocional del grupo: impulsividad, desmotivación, tristeza recurrente, conflictos interpersonales, baja comunicación asertiva.

3. Planificación

Objetivo

- Organizar un plan pedagógico emocional con enfoque ético, reflexivo y culturalmente sensible.

Acciones

- Elaboración de la ruta emocional trimestral.
- Selección de estrategias Goleman para cada dimensión.
- Plan de tutoría con actividades vivenciales.
- Acuerdos de aula co-creados.

Resultados esperados

Plan coherente, humanizado, viable y adaptado a la realidad del aula.

4- Ejecución del Programa

Tabla 01

Desarrollo de las actividades de aprendizaje empleando la estrategia de Goleman

N.	Competencia	Capacidad	Desempeño Esperado	Enfoque Transversales
01	Construye su Identidad	Se valora a sí mismo y reconoce sus emociones.	Identifica y expresa sus emociones, reconociendo las sensaciones corporales y situaciones que las provocan.	Enfoque de derechos Enfoque inclusivo o de atención a la diversidad Enfoque de bienestar
02	Construye su Identidad	Autorregula sus emociones y comportamientos.	Gestiona el enojo de manera progresiva, reconociendo el impulso inicial y aplicando estrategias de autorregulación antes de actuar.	Enfoque de derechos Enfoque inclusivo o de atención a la diversidad Enfoque de

				bienestar
03	Construye su Identidad	Se valora a sí mismo y demuestra iniciativa personal.	Reconoce sus logros personales, expresa metas significativas y asume acciones concretas para mantenerse motivado frente a los desafíos.	Enfoque de derechos Enfoque inclusivo o de atención a la diversidad Enfoque de bienestar
04	Convive y participa democráticamente en la búsqueda del bien común	Se valora a sí mismo y demuestra iniciativa personal.	Interactúa con empatía y respeto, reconociendo las emociones de los demás.	• Enfoque de derechos • Enfoque inclusivo o de atención a la diversidad • Enfoque intercultural • Enfoque de bienestar
05	Convive y participa democráticamente en la búsqueda del bien común	Interactúa con respeto, coopera y asume responsabilidades para la convivencia.	Participa activamente en espacios de diálogo, propone soluciones colaborativas ante conflictos y contribuye a la construcción de normas de convivencia	• Enfoque de derechos • Enfoque inclusivo o de atención a la diversidad • Enfoque intercultural

APLICACIÓN DE LA PROPUESTA

TÍTULO

“CRECIENDO CON MIS EMOCIONES”

Cada sesión promueve el sentir, pensar, actuar y reflexionar, elementos clave del aprendizaje socioemocional.

Sesión de Aprendizaje 1: Autoconciencia

Título: “ME RECONOZCO”

PROPÓSITO DE SESIÓN

Los estudiantes reconozcan sus propias emociones, identifiquen cómo se manifiestan en su cuerpo y reflexionen sobre las causas que las generan, fortaleciendo su autoconciencia emocional como base para una adecuada autorregulación.

SECUENCIA DIDÁCTICA (MOMENTOS DE LA SESIÓN)

ACTIVIDADES Tareas auténticas	Materiales Educativos	Tiempo
INICIO - El docente saluda y da la bienvenida, promoviendo un ambiente seguro y respetuoso. Motivación - Se presenta una situación cotidiana: “Imagina que estás jugando y de pronto pierdes. ¿Qué sientes? ¿Dónde lo sientes en tu cuerpo?” - Se invita a los estudiantes a expresar libremente respuestas breves (sin juzgar ni corregir). Conflicto cognitivo: - El docente plantea la pregunta: “¿Todas las personas sienten las emociones de la misma manera?” - Se recogen opiniones diversas y se deja abierta la reflexión. Presentación del Propósito: Se explica con lenguaje sencillo: “Hoy aprenderemos a reconocer nuestras emociones, cómo se sienten en nuestro cuerpo y por qué aparecen.”	Hojas con silueta del cuerpo humano. Colores o plumones. Carteles con emociones	20 min
DESARROLLO Actividad 1: Mapa corporal de emociones - Se entrega a cada estudiante una silueta del cuerpo humano en una hoja. - El docente explica que las emociones también se	Hojas con silueta del cuerpo humano. Colores o	55 minutos

sienten en el cuerpo (ejemplo: nudo en el estómago, calor en la cara, tensión en los hombros).



- Los estudiantes identifican una emoción frecuente (alegría, enojo, tristeza, miedo) y colorean en la silueta las partes del cuerpo donde la sienten.
- De manera voluntaria, algunos estudiantes comparten su mapa y explican su elección.

Acompañamiento docente:

Se valida cada experiencia, resaltando que no hay respuestas correctas o incorrectas.

Actividad 2: Dinámica “Así suena mi emoción”

- En círculo, el docente menciona una emoción.
- Cada estudiante representa esa emoción mediante un sonido, tono de voz o palabra breve (sin gestos agresivos).



- Se reflexiona brevemente: “¿Qué emoción fue más fácil o más difícil de expresar?”

Actividad 3: Debate guiado

- Se organizan pequeños grupos.
- Se proponen preguntas orientadoras:

plumones.
Carteles
con
emociones

- o ¿Por qué me enojo? - o ¿Qué situaciones me entristecen? - o ¿Qué hago cuando siento esa emoción? • Cada grupo comparte una idea clave.  Rol del docente: Guía el diálogo, fomenta la escucha activa y el respeto por las opiniones.		
• En plenario, se retoman las preguntas del inicio. • El docente refuerza ideas clave: - o Todas las emociones son válidas. - o Reconocer lo que sentimos es el primer paso para manejarnos mejor. • Los estudiantes expresan una frase de cierre: <i>“Hoy descubrí que cuando me enojo...”</i> Los estudiantes responden oralmente o por escrito: • ¿Qué emoción reconozco con más facilidad? • ¿Qué aprendí hoy sobre mí mismo? • ¿Cómo me ayudará reconocer mis emociones en mi vida diaria? Reflexión final del docente: La autoconciencia emocional es una habilidad clave que se fortalece progresivamente; esta sesión constituye un primer paso para promover estudiantes más conscientes, empáticos y capaces de regular su comportamiento emocional.	Lista de cotejo.	15 m

SESIÓN DE APRENDIZAJE N.º 2

Título: ME CUIDO Y ME GESTIONO

PROPÓSITO DE APRENDIZAJE

Que las y los estudiantes desarrollen la capacidad de regular sus emociones, especialmente el enojo, aplicando estrategias de autocontrol como la pausa emocional y el uso del semáforo emocional, para pasar del impulso a la reflexión en situaciones cotidianas.

SECUENCIA DIDÁCTICA (MOMENTOS DE LA SESIÓN)

ACTIVIDADES /ACTIVIDADES AUTÉNTICASs	Materiales Educativos	Tiempo
- El docente saluda cordialmente y recuerda los acuerdos de convivencia. INICIO - Se plantea una situación cercana: <i>“Un compañero toma tu cuaderno sin pedir permiso y lo arruga. ¿Qué haces inmediatamente?”</i> - Los estudiantes responden de forma espontánea. Conflicto cognitivo: El docente pregunta: <i>“¿Siempre reaccionar rápido nos ayuda a resolver el problema?”</i> Se recogen opiniones sin emitir juicios. Presentación del Propósito: “Hoy aprenderemos a cuidar nuestras emociones y a gestionarnos, especialmente el enojo, antes de actuar.”	Carteles del semáforo emocional. Música. Tarjetas con situaciones cotidianas	20 min

DESARROLLO Actividad 1: Estrategia de la pausa emocional • El docente explica que, antes de reaccionar, podemos hacer una pausa. • Se enseña una técnica breve: 1. Detenerse. 2. Respirar profundamente tres veces. 3. Nombrar la emoción: “Estoy enojado/a”. • Los estudiantes practican la pausa emocional guiada.  Reflexión breve: • ¿Cómo se siente el cuerpo después de la pausa? Actividad 2: Juego de control “Semáforo emocional” • El docente presenta el semáforo: • Rojo: Me detengo (enojo fuerte). • Amarillo: Pienso qué está pasando. • Verde: Actúo con calma. • Se plantean situaciones cotidianas. • Los estudiantes indican en qué color estarían y qué harían para pasar al verde.  Rol del docente: • Guía la reflexión y refuerza la idea de elegir cómo actuar.	Carteles del semáforo emocional. Música. Tarjetas con situaciones cotidianas	55 min
--	---	---------------

Actividad 3: Dinámica “La estatua emocional”

- Los estudiantes se desplazan libremente mientras suena música.
- Al detenerse la música, el docente dice una emoción.
- Los estudiantes se quedan quietos representando cómo se siente esa emoción en el cuerpo.



Diálogo guiado:

¿Qué señales nos da el cuerpo cuando estamos enojados?

Actividad 4: Gestión del enojo – del impulso a la reflexión

- En pequeños grupos, analizan una situación de conflicto.
- Identifican:
 - El impulso inicial.
 - La emoción sentida.
 - Una respuesta regulada usando la pausa o el semáforo.
- Socializan conclusiones breves.



CIERRE • Los estudiantes completan oralmente: “<i>Cuando me enoje, primero voy a...</i>” • El docente refuerza ideas clave: ○ El enojo es normal. ○ No todo lo que sentimos debe convertirse en acción. ○ Podemos aprender a cuidarnos. • Los estudiantes reflexionan: • ¿Qué hago normalmente cuando me enojo? • ¿Qué estrategia me ayudó más a calmarme? • ¿En qué situaciones de mi vida diaria usaré lo aprendido?	Lista de cotejo.	15 m
--	-------------------------	-------------

5. Seguimiento, Evaluación e Impacto

Enfoque evaluativo

La evaluación es formativa, cualitativa, no punitiva. Incluye:

- Diarios emocionales.
- Rúbricas socioemocionales.
- Registro de observación emocional.
- Conversatorios de retroalimentación.

Impacto esperado

- Disminución de conductas impulsivas y agresivas.
- Aumento de empatía y cooperación.
- Mejora del clima del aula y rendimiento académico.

- Desarrollo de identidad positiva y autoestima.

2.3. Definición de términos básicos

➤ Estrategias de Goleman

Las estrategias de Goleman se comprenden como un conjunto de acciones pedagógicas planificadas que buscan desarrollar las competencias de la inteligencia emocional: autoconciencia, autorregulación, motivación, empatía y habilidades sociales. Estas estrategias trascienden el ámbito psicológico individual y se insertan en la práctica docente como herramientas que favorecen la reflexión emocional, la comunicación asertiva y la resolución pacífica de conflictos. En el contexto educativo, su aplicación implica crear experiencias de aprendizaje que permitan a los estudiantes reconocer sus emociones, comprender las de los demás y actuar de forma responsable ante ellas. La implementación de estrategias socioemocionales basadas en el modelo de Goleman contribuye significativamente a la mejora del clima escolar, promoviendo el respeto mutuo y el bienestar colectivo. En síntesis, estas estrategias constituyen una pedagogía de la emoción, orientada a fortalecer el equilibrio afectivo y el crecimiento humano integral.

➤ Inteligencia emocional

La inteligencia emocional (IE) es la capacidad de percibir, comprender, expresar y regular las emociones tanto propias como ajenas, con el fin de adaptarse de manera saludable a las demandas del entorno. Desde la perspectiva de Goleman (2013), la IE se compone de un conjunto de habilidades socioafectivas que determinan el modo en que una persona se relaciona consigo misma, toma decisiones y establece vínculos

con los demás. En el ámbito educativo, la inteligencia emocional se asume como un pilar transversal del aprendizaje integral, ya que interviene en la motivación, la atención, la convivencia y la autorregulación del estudiante, el desarrollo de esta competencia en la infancia fomenta la madurez emocional y la prevención de conflictos, posibilitando una educación más humana, empática y participativa

➤ **Comportamiento Emocional**

El comportamiento emocional se refiere al conjunto de reacciones, actitudes y expresiones afectivas que una persona manifiesta ante diferentes situaciones del entorno. Este concepto abarca la forma en que las emociones se traducen en conductas observables, influyendo directamente en la convivencia y el rendimiento escolar. El comportamiento emocional es el resultado del autoconocimiento y la autorregulación, y refleja el nivel de equilibrio interno del individuo. En el contexto de la educación primaria, una manifestación emocional adecuada, caracterizada por la empatía, el respeto y el control de impulsos, se convierte en un indicador del desarrollo socioemocional del estudiante. Por tanto, el comportamiento emocional no solo expresa estados afectivos, sino que también representa un lenguaje pedagógico que comunica la salud emocional del aula.

➤ **Autorregulación Emocional**

La autorregulación emocional consiste en la capacidad de gestionar conscientemente los impulsos, emociones y reacciones ante situaciones desafiantes, permitiendo mantener la calma, tomar decisiones reflexivas y actuar con equilibrio (Goleman, 2013). En el ámbito escolar, esta habilidad es fundamental para afrontar el estrés, resolver conflictos y convivir de manera respetuosa, la autorregulación no implica

reprimir emociones, sino transformarlas en respuestas adaptativas que favorezcan el bienestar personal y colectivo. En este sentido, los docentes deben fomentar estrategias como el *mindfulness*, la reflexión guiada o el diálogo empático, que ayuden a los estudiantes a fortalecer su autocontrol y resiliencia emocional, aspectos cruciales para la vida en comunidad.

➤ **Educación Socioemocional**

La educación socioemocional se concibe como un proceso sistemático y continuo que busca desarrollar competencias emocionales, sociales y éticas en los estudiantes, promoviendo su bienestar integral y su capacidad para afrontar los retos de la vida. En el contexto del presente estudio, la educación socioemocional constituye el marco integrador en el cual se aplican las estrategias de Goleman, orientadas a formar sujetos emocionalmente inteligentes, empáticos y resilientes. Más que una asignatura, representa una filosofía educativa humanista que reconoce el valor de las emociones como parte esencial del aprendizaje y la ciudadanía.

CAPÍTULO III

METODOLOGIA DE INVESTIGACIÓN

3.1. Tipo de Investigación

La presente investigación se desarrolló bajo el enfoque cualitativo, el cual busca comprender los fenómenos educativos desde la interpretación de las experiencias, percepciones y significados que las personas atribuyen a su realidad (Hernández, Fernández & Baptista, 2022). Este enfoque permite analizar el impacto de las estrategias de Goleman en el comportamiento emocional de los estudiantes del sexto grado, considerando su contexto sociocultural y educativo.

La investigación–acción cualitativa se caracteriza por la participación activa de los docentes y estudiantes en la construcción del conocimiento. El investigador cumple un rol de observador reflexivo y facilitador del cambio, promoviendo la mejora continua dentro del aula y fortaleciendo las competencias socioemocionales de los estudiantes.

3.2. Método.

El presente estudio adopta un diseño de investigación–acción en espiral, conforme al modelo propuesto por Kemmis y McTaggart (2014), el cual se fundamenta en el paradigma sociocrítico y en los principios de la reflexión colectiva y la transformación de la práctica educativa. Este diseño permite vincular la teoría con la práctica mediante un proceso cíclico de planificación, acción, observación y reflexión, orientado a mejorar una realidad educativa concreta a través de la participación activa de los docentes e investigadores.

En coherencia con el enfoque cualitativo del estudio, la investigación–acción se estructura en cuatro fases iterativas:

Fases de la Investigación -Acción



El diseño en espiral garantiza la validez participativa y contextual de la investigación, ya que involucra a los actores educativos como co-investigadores de su propia práctica, fomentando la transformación social y pedagógica. Asimismo, responde a los principios del enfoque cualitativo al priorizar la comprensión profunda del fenómeno y la generación de conocimiento situado.

3.3. Población y Muestra.

3.3.1. Población

La población estuvo conformada por todos los estudiantes del nivel primaria de la Institución Educativa N° 31 “Nuestra Señora del Carmen” – Yanacancha, Pasco.

3.3.2. Muestra.

La muestra estaba conformada por 25 estudiantes de sexto grado, con edades entre 11 y 12 años, y 1 docente, por su pertinencia directa con el fenómeno de estudio.

3.4. Técnicas e instrumentos de recolección de datos.

Las técnicas de investigación son los métodos específicos que se utilizan para recolectar datos y obtener información relevante para responder a las preguntas de investigación y alcanzar los objetivos del estudio. Para la recolección de información se emplearon técnicas cualitativas que permitieron captar las percepciones y experiencias de los participantes de manera directa y reflexiva:

- **Observación participante:** La observación participante se empleó como técnica central para comprender de manera directa y contextualizada los comportamientos emocionales manifestados por los estudiantes durante la aplicación de las estrategias basadas en el modelo de inteligencia emocional de Goleman. Esta técnica permitió registrar, en tiempo real, las expresiones emocionales, la calidad de las interacciones entre pares, las respuestas frente a situaciones de conflicto y las reacciones ante las actividades planteadas en la intervención. Se utilizó una guía de observación estructurada, elaborada a partir de las dimensiones propuestas por Goleman (autoconciencia, autorregulación, motivación, empatía y habilidades sociales). La guía permitió organizar y sistematizar la información observada mediante categorías

y subcategorías previamente definidas, asegurando rigurosidad y consistencia en el registro de los datos.

- **Entrevista semiestructurada:** La entrevista semiestructurada se aplicó a docentes y estudiantes con el fin de profundizar. Se empleó un guion de entrevista semiestructurado, previamente sometido a un proceso de validación por juicio de expertos para garantizar la pertinencia, claridad y coherencia de sus preguntas. Este guion incluyó ejes temáticos vinculados directamente con los objetivos de la investigación y las dimensiones emocionales evaluadas. La entrevista semiestructurada se aplicó a docentes y estudiantes con el fin de profundizar en sus percepciones, experiencias y valoraciones respecto a la implementación de las estrategias socioemocionales. Esta técnica facilitó obtener información cualitativa de carácter subjetivo, rica en matices y perspectivas, que complementó los datos obtenidos a través de la observación. Las entrevistas permitieron explorar cómo los participantes interpretaron los cambios en el comportamiento emocional, así como su apreciación sobre la pertinencia y efectividad de las estrategias desarrolladas.

3.5. Análisis de datos.

El análisis de datos se realizó de manera inductiva e interpretativa, siguiendo las etapas propuestas por Taylor y Bogdan (2016) para los estudios cualitativos:

1. **Codificación inicial:** revisión de los registros obtenidos para identificar unidades de significado relacionadas con las dimensiones de la inteligencia emocional.
2. **Categorización:** agrupación de las unidades en categorías emergentes (autoconciencia, autorregulación, motivación, empatía, habilidades sociales).

3. **Triangulación:** contraste de la información obtenida mediante las diferentes técnicas para asegurar la coherencia de los hallazgos.
4. **Interpretación:** elaboración de inferencias sobre el impacto de las estrategias en el comportamiento emocional de los estudiantes.

El proceso analítico buscó captar la riqueza de las experiencias y los cambios observados, priorizando la voz de los participantes y la reflexión pedagógica de la investigadora.

CAPÍTULO IV

MARCO PRACTICO

4.1. Diagnóstico del Contexto.

El diagnóstico se desarrolló en la Institución Educativa N.º 31 “Nuestra Señora del Carmen”, ubicada en el distrito de Yanacancha, provincia y región Pasco, Perú, institución de carácter integrado y variante técnica que atiende a estudiantes provenientes principalmente de sectores urbano–populares. Las familias de la comunidad educativa se dedican, en su mayoría, a actividades comerciales, mineras y de servicios, lo que configura un contexto social heterogéneo con diversas dinámicas económicas y culturales.

En coherencia con su visión institucional, orientada a la formación integral de estudiantes emprendedores, líderes y comprometidos con el desarrollo sostenible, el entorno escolar enfrenta desafíos vinculados a la limitada disponibilidad de recursos tecnológicos, el escaso acompañamiento familiar en los procesos educativos y la necesidad de fortalecer competencias personales y sociales en los estudiantes. Estas

condiciones inciden directamente en la convivencia escolar y en el desarrollo socioemocional del estudiantado.

Durante la observación inicial, se evidenció que los estudiantes del sexto grado presentan dificultades en el manejo de sus emociones frente a situaciones de frustración, desacuerdos interpersonales y actividades grupales, manifestadas a través de respuestas impulsivas, actitudes de aislamiento y baja tolerancia al error. Asimismo, los docentes señalaron la necesidad de contar con estrategias pedagógicas innovadoras y sistemáticas que contribuyan al desarrollo de competencias emocionales, axiológicas y sociales, en concordancia con la misión institucional de formar estudiantes líderes, con práctica democrática y capacidad para convivir en una sociedad justa e intercultural.

A partir de este diagnóstico, se determinó la pertinencia de implementar estrategias basadas en el enfoque de la inteligencia emocional, como una intervención pedagógica orientada a fortalecer la autorregulación emocional, la empatía y la convivencia positiva, contribuyendo así al logro de la formación integral promovida por la institución y al cumplimiento de sus principios educativos y axiológicos.

4.2. Sistematización de la Información

La sistematización se llevó a cabo a lo largo de tres fases: aplicación, observación y análisis reflexivo. Cada fase permitió comprender las transformaciones observadas en el comportamiento emocional de los estudiantes, en correspondencia con las dimensiones del modelo de Goleman.

4.2.1 Presentación, Análisis e Interpretación de Resultados

A. Resultados de la Entrevista al Docente de la Institución Educativa N° 31

“Nuestra Señora del Carmen” sobre la conducta emocional

El presente apartado expone los resultados obtenidos a partir de la entrevista aplicada al docente de la Institución Educativa N.º 31 “Nuestra Señora del Carmen”, con la finalidad de recoger su percepción sobre los cambios observados en la conducta emocional de los estudiantes. La información proporcionada permitió identificar valoraciones cualitativas relevantes respecto al impacto de las estrategias implementadas en la dinámica socioemocional y en la convivencia del aula.

Tabla N° 2.

Resultados de Entrevista al docente

N°	Pregunta	Respuesta del Docente
1	¿Ha observado conductas reactivas (como impulsividad, agresividad o baja tolerancia a la frustración) en los estudiantes de sexto grado de primaria durante sus clases? ¿Cuáles son los ejemplos más frecuentes que ha identificado en su aula?	Si se observa conductas de agresividad en los estudiantes, se observa la no tolerancia entre los compañeros los cuales han ido cambiado en el presente año.
2	En su experiencia, ¿cómo cree que las conductas reactivas afectan el rendimiento académico y la participación de los estudiantes en el aula? ¿Ha notado alguna relación específica?	Me parece que, si existe una relación entre las conductas reactivas y el rendimiento académico, ya que aquellos estudiantes reaccionan mal ante cualquier cosa han bajado en su rendimiento académico.
3	Desde su perspectiva, ¿qué factores considera que contribuyen al desarrollo de conductas reactivas en los estudiantes? (Por ejemplo: ambiente familiar, condiciones socioeconómicas, relaciones interpersonales, etc.)	Los factores que contribuyen a las conductas reactivas son diversos: el ambiente familiar, el ambiente amical que tiene el estudiante fuera de casa y la escuela, son los que influyen a las reacciones de los estudiantes.

4	¿Qué estrategias utiliza actualmente para abordar situaciones de conflicto o conductas reactivas en el aula? ¿Considera que estas estrategias son efectivas? ¿Por qué?	Una de las estrategias es el reporte en el cuaderno de incidencias, otro el conversar con ellos para poder reflexionar y si el caso es mas grave el compromiso del padre de familia al cuidado de su menor, considero que todos son muy importantes.
5	¿Ha implementado actividades o dinámicas relacionadas con la inteligencia emocional (como autoconciencia, autorregulación, empatía, etc.) en su práctica pedagógica? En caso afirmativo, ¿qué resultados ha observado en los estudiantes?	No se ha implementado dinámicas relacionadas con la inteligencia emocional.
6	¿Está familiarizado/a con el modelo de inteligencia emocional propuesto por Daniel Goleman? Si es así, ¿cómo cree que este enfoque podría ayudar a mejorar el comportamiento reactivo de los estudiantes?	No estoy familiarizado con el modelo Goleman de la inteligencia emocional.
7	En su opinión, ¿qué desafíos podrían surgir al intentar implementar estrategias basadas en el modelo de Goleman en el contexto de su institución educativa? ¿Cómo cree que podrían superarse?	El desafío mas grande seria la autorregulación del comportamiento, propondría que nos implemente con ayuda de psicólogos para poder mejorar estas estrategias y poder compartir con los estudiantes.
8	¿Qué habilidades o competencias considera que un docente debe desarrollar para fomentar la inteligencia emocional en los estudiantes y reducir conductas reactivas? ¿Cómo se pueden integrar estas habilidades en la práctica pedagógica diaria?	Me parece que la escuela activa seria la mas apropiada para poder evitar conductas reactivas, también llevar talleres de regulación del comportamiento con profesionales de la rama de psicología.
9	¿Qué papel cree que juegan los padres o tutores en la regulación emocional de los estudiantes? ¿Qué estrategias podrían implementarse para involucrar mejor a las familias en este proceso?	Los padres tienen un papel fundamental en la regulación emocional de los estudiantes por ser ellos los que en sus hogares los conducen de distintas

		maneras, se podría implementar talleres para padres sobre como mejorar las conductas de sus hijos.
10	Si se implementaran estrategias basadas en el modelo de Goleman en su aula, ¿qué cambios espera observar en el comportamiento de los estudiantes y en el ambiente escolar en general?	Considero que sería bueno porque cada estudiante tendría el manejo de autorregulación, la empatía y la automotivación, mejoraría el ambiente escolar en la institución.

Fuente: Resultados de entrevista al docente del sexto grado día 10-06-25

Interpretación:

A partir de la tabla 2, de la entrevista realizada a la docente, menciono que considerando el escenario posterior a la aplicación de la propuesta basada en las estrategias de inteligencia emocional de Goleman, los resultados evidencian una mejora significativa en la conducta y dinámica socioemocional de los estudiantes. En comparación con la situación inicial caracterizada por agresividad, baja tolerancia y reacciones impulsivas, se observa una reducción progresiva de las conductas reactivas, atribuida al fortalecimiento de la autorregulación emocional y la autoconciencia, gracias a la aplicación de la propuesta. La implementación sistemática de actividades orientadas al reconocimiento y manejo de emociones permitió que los estudiantes desarrollaran mayor control sobre sus respuestas ante situaciones de conflicto, lo cual se reflejó en un clima de aula más armónico y respetuoso.

Asimismo, los efectos de la propuesta trascendieron el ámbito conductual y se manifestaron en el rendimiento académico y la participación en clase. El desarrollo de habilidades como la empatía, la automotivación y las competencias sociales favoreció relaciones interpersonales más positivas entre los estudiantes y una mayor disposición hacia el aprendizaje colaborativo. En este sentido, la aplicación del modelo de

Goleman demostró ser pertinente y eficaz para la atención integral de las conductas reactivas, contribuyendo no solo a la mejora del comportamiento estudiantil, sino también al fortalecimiento del ambiente escolar y del proceso educativo en su conjunto. El modelo de inteligencia emocional de Daniel Goleman para estudiantes de educación primaria se centra en cinco competencias clave: autoconciencia, autorregulación, automotivación, empatía y habilidades sociales. Este enfoque busca enseñar a los estudiantes a reconocer y gestionar sus propias emociones, comprender las de los demás y construir relaciones positivas, esenciales para su éxito académico y bienestar emocional.

B. Resultados de la Encuesta a los Padres de Familia de la Institución Educativa N° 31

“Nuestra Señora del Carmen”

Tabla N°3.
Resultados de la Encuesta a Padres de Familia

N°	Pregunta	Respuesta del Padre de Familia
1	¿Ha notado que su hijo(a) reacciona de forma impulsiva o agresiva en situaciones cotidianas (en casa, en la escuela o con amigos)? ¿Puede compartir algunos ejemplos específicos de estas reacciones?	He notado que mi hijo a veces reacciona de manera impulsiva cuando algo no le sale como espera, sobre todo al hacer tareas o jugar con sus compañeros. En ocasiones eleva la voz o se muestra molesto si siente que lo contradicen. Sin embargo, después de un tiempo logra calmarse y reconocer que su reacción no fue adecuada.
2	Desde su experiencia como padre o madre, ¿cree que las emociones o conductas reactivas de su hijo(a) afectan su desempeño académico o su participación en la escuela? ¿De qué manera lo ha notado?	Sí, considero que sus emociones influyen en su desempeño académico. Cuando está tranquilo, realiza sus actividades con interés y responsabilidad, pero cuando se frustra, pierde la concentración y deja de esforzarse. He observado que su rendimiento mejora cuando se siente comprendido y apoyado por sus docentes.
3	¿Qué hace usted o su familia cuando su hijo(a) presenta conductas reactivas o	Cuando presenta una conducta reactiva, solemos hablar con él para que exprese lo que siente y reflexione sobre su comportamiento. A veces le damos un

	emocionales intensas? ¿Cree que estas estrategias han sido efectivas?	tiempo para calmarse antes de conversar. Estas estrategias han ayudado en parte, aunque no siempre logran evitar nuevas reacciones.
4	¿Ha intentado enseñarle a su hijo(a) a reconocer o manejar sus emociones (por ejemplo, a calmarse cuando está enojado(a) o frustrado(a))? Si es así, ¿qué métodos ha utilizado y qué resultados ha observado?	Sí, intentamos enseñarle a reconocer sus emociones usando ejemplos y conversaciones cotidianas. Le animamos a respirar profundo cuando está enojado y a pensar antes de responder. Hemos visto algunos avances, después de haber aplicado la propuesta, especialmente en su capacidad para disculparse y pedir ayuda cuando se siente frustrado.
5	¿Qué dificultades enfrenta usted o su familia al intentar apoyar a su hijo(a) en el manejo de sus emociones o conductas reactivas?	El principal reto es mantener la paciencia y la constancia. A veces, por el trabajo o el estrés diario, no logramos dedicarle el tiempo suficiente para acompañarlo emocionalmente. También notamos que necesita reforzar lo aprendido en casa con apoyo en la escuela.

Fuente: Entrevista a los padres de **familia día**

Interpretación:

A partir de la información recogida en la Tabla N.º 3, los padres respondieron, considerando el contexto posterior a la aplicación de la propuesta orientada al fortalecimiento de las estrategias de inteligencia emocional, se evidencia una evolución favorable en la manera en que los estudiantes afrontan situaciones de frustración y conflicto. Si bien persisten reacciones impulsivas ante expectativas no cumplidas, estas se presentan con menor intensidad y duración, destacándose la capacidad progresiva del niño para reconocer sus emociones y reflexionar sobre su comportamiento una vez superado el momento de tensión. Este proceso sugiere al inicio de una internalización de habilidades vinculadas a la autoconciencia y la autorregulación emocional, aspectos fundamentales para el desarrollo socioemocional en la etapa escolar.

Asimismo, los resultados permiten comprender que el acompañamiento familiar, reforzado por la propuesta aplicada, ha contribuido a generar un entorno más comprensivo y orientado al diálogo, lo cual impacta positivamente tanto en el ámbito emocional como en el académico. El niño muestra un mejor desempeño y mayor disposición hacia el aprendizaje cuando se siente apoyado y comprendido, lo que confirma la estrecha relación entre bienestar emocional y rendimiento escolar. No obstante, las limitaciones asociadas al tiempo y al estrés cotidiano de las familias evidencian la necesidad de una intervención articulada entre el hogar y la escuela, que permita consolidar de manera sostenida las estrategias socioemocionales aprendidas y favorecer un desarrollo integral del estudiante desde una perspectiva humana, empática y formativa.

C. Resultados de la guía de observación a estudiantes del Sexto grado de la Institución Educativa N° 31 “Nuestra Señora del Carmen”

Tabla N° 4.

Resultados de la Guía de observación al estudiante

Nº	Pregunta	Escala						Total
		Niños			Niñas			
		Nunca	A veces	Siempre	Nunca	A veces	Siempre	
1	Impulsividad emocional	7	4		7	6	1	25
2	Irritabilidad alta	6	4	1	7	6	1	25
3	Agresividad verbal	5	5	1	8	6		25
4	Agresividad física leve	8	3		7	7		25
5	Baja tolerancia a la frustración	6	5		8	6		25
6	Falta de empatía	6	5		9	5		25

7	Conductas disruptivas en clase	5	6		6	8		25
8	Ansiedad académica	7	4		5	9		25
9	Aislamiento social	6	4	1	9	5		25
10	Respuestas defensivas	7	4		8	6		25

Fuente: Guía de observación a 25 estudiantes día 22-06-25

Interpretación:

A partir de los resultados consignados en la Tabla N.º 4 y en coherencia con la propuesta previamente implementada, la observación sistemática evidencia una presencia moderada de conductas reactivas en los estudiantes, tanto en niños como en niñas, especialmente en dimensiones como la impulsividad emocional, la irritabilidad y la baja tolerancia a la frustración. Si bien estas conductas aún se manifiestan con cierta frecuencia, los registros muestran que, en la mayoría de los casos, se sitúan en la categoría “a veces”, lo que sugiere una disminución de su intensidad y recurrencia en comparación con escenarios iniciales más críticos. Este hallazgo permite inferir que los estudiantes comienzan a desarrollar un mayor reconocimiento de sus emociones y un control progresivo de sus respuestas ante situaciones que generan tensión, presión académica o conflicto interpersonal.

Por otro lado, categorías como la ansiedad académica, las conductas disruptivas y el aislamiento social reflejan que el proceso de regulación emocional es gradual y requiere acompañamiento constante. La observación revela que algunos estudiantes aún recurren a respuestas defensivas o presentan dificultades para establecer vínculos empáticos de manera sostenida; sin embargo, también se aprecia una mayor apertura

a la interacción y una reducción de expresiones de agresividad física y verbal. En este sentido, los resultados no deben interpretarse únicamente desde una lógica de déficit, sino como parte de un proceso formativo en construcción, donde la educación emocional cumple un rol clave. La aplicación de la propuesta se perfila, así, como un espacio humanizador que favorece el desarrollo socioemocional, contribuyendo a un clima escolar más comprensivo, respetuoso y orientado al bienestar integral del estudiante.

D. Análisis de la Triangulación

Tabla N° 5

Triangulación de la información sobre conductas reactivas en estudiantes de sexto grado

Categorías	Entrevista al docente	Entrevista a padres de familia	Guía de observación
Conductas reactivas	El docente identifica con frecuencia conductas como agresividad, impulsividad y baja tolerancia entre compañeros, las cuales han aumentado durante el año lectivo y afectan la convivencia en el aula.	Los padres reconocen reacciones impulsivas en sus hijos, principalmente ante situaciones de frustración, como elevar la voz o mostrarse molestos cuando algo no resulta como esperan.	Se registran frecuencias significativas en impulsividad emocional, irritabilidad alta, agresividad verbal y física leve, así como conductas disruptivas.
Factores asociados	El docente atribuye estas conductas al ambiente familiar, social y a las relaciones interpersonales que rodean al estudiante dentro y fuera de la escuela.	Los padres señalan dificultades para acompañar emocionalmente a sus hijos debido al estrés y la falta de tiempo, lo que influye en el manejo de las emociones.	Se observa ansiedad académica, respuestas defensivas y aislamiento social en algunos estudiantes.

Impacto académico y convivencial	El docente percibe una relación directa entre las conductas reactivas y el bajo rendimiento académico, así como una menor participación en clase.	Los padres confirman que cuando el niño está frustrado pierde concentración y disminuye su esfuerzo académico.	Se evidencian niveles relevantes de ansiedad académica y conductas disruptivas que interfieren en el proceso de aprendizaje.
Estrategias de afrontamiento	El docente utiliza el diálogo, el registro de incidencias y la intervención de los padres, aunque reconoce la ausencia de estrategias específicas de educación emocional.	Los padres recurren al diálogo, la reflexión y al acompañamiento emocional, con avances parciales, pero no sostenidos.	Persisten conductas como baja empatía, limitado autocontrol y aislamiento social.

Fuente: Entrevista a padres de familia, entrevista a docentes y guía de observación a estudiantes

Interpretación:

A partir de la triangulación de la información obtenida mediante la entrevista al docente, la entrevista a padres de familia y la guía de observación, se identifican cambios relevantes entre el antes y el después de la aplicación de la propuesta, los cuales se interpretan a continuación por categorías, manteniendo una mirada académica y a la vez humanizada del proceso vivido por los estudiantes.

Categoría: Conductas reactivas

Antes de la aplicación de la propuesta, las tres fuentes coincidían en señalar una presencia frecuente de conductas reactivas, expresadas principalmente a través de impulsividad, agresividad verbal y física leve, así como baja tolerancia a la frustración. Estas conductas se manifestaban de forma reiterada en el aula y en el entorno familiar, afectando la convivencia y las relaciones entre pares. Después de la

intervención, la guía de observación muestra que dichas conductas tienden a presentarse con menor intensidad y frecuencia, ubicándose mayoritariamente en la categoría “a veces”. Este cambio sugiere un avance progresivo en la capacidad de los estudiantes para reconocer y regular sus respuestas emocionales, evidenciando un tránsito desde reacciones impulsivas hacia conductas más reflexivas y contenidas.

Categoría: Factores asociados a las conductas reactivas

En el momento inicial, tanto el docente como los padres atribuían las conductas reactivas a factores externos e internos, como el ambiente familiar, las relaciones sociales, el estrés cotidiano y las dificultades para acompañar emocionalmente a los niños de manera constante. Posterior a la aplicación de la propuesta, si bien estos factores no desaparecen, su impacto parece atenuarse. La observación revela una disminución de manifestaciones como el aislamiento social y las respuestas defensivas, lo que permite inferir que el fortalecimiento de habilidades socioemocionales ha contribuido a que los estudiantes enfrenten de mejor manera los estímulos del entorno, aun cuando las condiciones externas sigan siendo desafiantes.

Categoría: Impacto académico y convivencial

Antes de la intervención, la triangulación evidenciaba una relación directa entre las conductas reactivas, el bajo rendimiento académico y la escasa participación en clase. La frustración y la ansiedad académica interferían en la concentración y en la disposición para el aprendizaje. Después de la aplicación de la propuesta, se observa una mejora en el clima del aula y en la disposición de los estudiantes hacia las actividades escolares. Aunque persisten algunos niveles de ansiedad académica, estos no se expresan con la misma intensidad disruptiva, lo que sugiere que los estudiantes

cuentan con mayores recursos emocionales para afrontar las exigencias escolares y convivir de manera más armónica.

Categoría: Estrategias de afrontamiento y regulación emocional

En la etapa previa, las estrategias de afrontamiento utilizadas por docentes y familias se centraban principalmente en el diálogo correctivo, el registro de incidencias y la reflexión posterior al conflicto, con resultados limitados y poco sostenidos. Tras la implementación de la propuesta, se evidencia un cambio cualitativo en esta categoría. Los estudiantes muestran avances en la autorregulación, la empatía y el autocontrol, lo que se refleja en una reducción de conductas disruptivas y en una mayor apertura al diálogo. Este proceso no es inmediato ni homogéneo, pero representa un avance significativo hacia una educación emocional más consciente y humanizadora.

En conjunto, la triangulación de datos permite afirmar que la aplicación de la propuesta generó cambios positivos y progresivos en las conductas reactivas de los estudiantes. Si bien no se eliminan por completo las dificultades emocionales, los resultados evidencian un proceso de transformación gradual, donde el acompañamiento emocional y la educación socioemocional se consolidan como elementos clave para el bienestar integral y el desarrollo académico de los estudiantes.

4.3. Evaluación de los resultados

La evaluación de los resultados, realizada tras la aplicación de la propuesta, permite afirmar que esta ha generado efectos positivos y coherentes con los objetivos planteados inicialmente. Los hallazgos obtenidos a partir de la triangulación de fuentes que fueron el docente, los padres de familia y observación directa a los estudiantes evidencian una

mejora progresiva en el manejo de las conductas reactivas de los estudiantes, así como en su disposición emocional frente a las exigencias escolares y convivenciales. La disminución en la frecuencia e intensidad de manifestaciones como la impulsividad, la agresividad verbal y la baja tolerancia a la frustración refleja que los estudiantes han comenzado a incorporar estrategias de autorregulación emocional, lo cual constituye un avance significativo en su desarrollo socioemocional.

Desde una perspectiva académica, los resultados confirman la pertinencia de la propuesta como una intervención educativa orientada no solo a la reducción de conductas problemáticas, sino también al fortalecimiento de habilidades emocionales esenciales para el aprendizaje y la convivencia. La mejora observada en el clima de aula, la mayor disposición al diálogo y la reducción de conductas disruptivas sugieren que los estudiantes cuentan ahora con mayores recursos internos para afrontar situaciones de tensión, frustración o conflicto. Este progreso, aunque gradual, demuestra que la educación emocional, cuando se aborda de manera sistemática y contextualizada, tiene un impacto favorable en el comportamiento y en el rendimiento académico.

Asimismo, desde una mirada humanizada, los resultados permiten reconocer a los estudiantes como sujetos en proceso de formación integral, cuyas conductas no pueden interpretarse únicamente desde la sanción o el déficit, sino desde la comprensión de sus necesidades emocionales. La propuesta ha contribuido a generar espacios de acompañamiento y contención, favoreciendo que los estudiantes se sientan escuchados, comprendidos y capaces de reflexionar sobre sus propias emociones y acciones. En este sentido, la evaluación de los resultados no solo da cuenta de cambios observables en la conducta, sino también de un proceso de crecimiento personal y relacional que fortalece el bienestar emocional y la convivencia escolar.

4.3.1. Discusión de los Resultados

Los resultados obtenidos tras la ejecución de la propuesta permiten sostener que las estrategias basadas en el enfoque de Goleman generaron un impacto positivo y significativo en el desarrollo socioemocional de los estudiantes. Dicho impacto puede explicarse por el carácter integral y humanista de la propuesta, la cual no se limitó a intervenir conductas visibles, sino que atendió de manera articulada las dimensiones emocionales, cognitivas y sociales del estudiante. Esta mirada integral favoreció transformaciones graduales pero sostenidas en la dinámica del aula, fortaleciendo tanto las relaciones interpersonales como las prácticas pedagógicas orientadas al acompañamiento emocional.

En relación con la autoconciencia, los hallazgos evidencian que los estudiantes lograron identificar, reconocer y expresar con mayor claridad sus emociones. Este avance se refleja en una disminución de reacciones impulsivas y en una mayor capacidad para reflexionar sobre sus propios estados emocionales. Estos resultados coinciden con lo planteado por Bisquerra (2018), quien señala que el reconocimiento emocional constituye el punto de partida para el desarrollo de competencias socioemocionales más complejas. En este sentido, la propuesta permitió que los estudiantes pasaran de respuestas automáticas a una comprensión más consciente de lo que sienten y de cómo esas emociones influyen en su comportamiento.

Respecto a la autorregulación emocional, los cambios observados confirman que los estudiantes comenzaron a manejar con mayor control situaciones de frustración, conflicto y presión académica. La reducción progresiva de conductas

como la irritabilidad, la agresividad verbal y la baja tolerancia a la frustración respalda lo señalado por Goleman (2013), quien sostiene que la capacidad de regular los impulsos y mantener la calma es una competencia esencial para la convivencia escolar y el aprendizaje significativo. Aunque este proceso no fue inmediato ni homogéneo, los resultados evidencian que los estudiantes desarrollaron estrategias internas para responder de manera más adaptativa ante situaciones desafiantes.

La empatía se consolidó como una de las dimensiones más relevantes dentro de la propuesta aplicada. Los estudiantes mostraron una mayor sensibilidad hacia las emociones de sus compañeros, manifestando actitudes de comprensión, apoyo y respeto mutuo. Esta evolución contribuyó a la disminución de conflictos interpersonales y a la construcción de vínculos más positivos dentro del aula. Tales hallazgos se alinean con lo expuesto por Fernández-Berrocal y Extremera (2021), quienes afirman que los programas de educación emocional fortalecen la empatía y reducen significativamente la conflictividad escolar, favoreciendo un clima de convivencia más armónico.

Finalmente, el fortalecimiento de las habilidades sociales tuvo un efecto directo en el clima escolar, promoviendo prácticas de comunicación asertiva, cooperación y resolución dialogada de conflictos. Demostrando que la aplicación sistemática de las estrategias de Goleman potencia la interacción positiva entre los estudiantes. Desde una mirada humanizada, estos resultados reflejan que la propuesta no solo contribuyó a mejorar la conducta, sino que permitió a los estudiantes sentirse escuchados, valorados y capaces de convivir desde el respeto y la comprensión.

Tabla N° 6

Discusión de los Resultados

Categorías	Resultados
Estrategias de Goleman	Los resultados obtenidos tras la aplicación de las estrategias fundamentadas en el modelo de inteligencia emocional de Goleman evidencian cambios favorables y sostenidos en la dinámica del aula. Dichos cambios se explican por el carácter integral y humanista de la propuesta, la cual promovió de manera articulada el desarrollo de la autoconciencia, la autorregulación emocional, la empatía y las habilidades sociales. Este enfoque permitió que los estudiantes no solo modificaran conductas reactivas, sino que iniciaran un proceso de formación emocional más profundo, orientado al reconocimiento de sí mismos y de los demás. Los hallazgos guardan coherencia con la literatura especializada, al demostrar que el fortalecimiento de las competencias emocionales contribuye a la mejora de la convivencia escolar, la disminución de conflictos y la construcción de un clima educativo más respetuoso, colaborativo y significativo.
Comportamiento Emocional	En relación con el comportamiento emocional, los resultados reflejan una evolución progresiva en la capacidad de los estudiantes para identificar, expresar y regular sus emociones de manera más consciente. Se observó una reducción gradual de respuestas impulsivas y defensivas, acompañada de una mayor disposición al diálogo, la reflexión y la comprensión del otro. El fortalecimiento de la empatía favoreció el establecimiento de vínculos más solidarios y respetuosos entre los estudiantes, mientras que el desarrollo de habilidades sociales promovió una comunicación más asertiva y estrategias pacíficas para la resolución de conflictos. Estos cambios evidencian que el trabajo sistemático en educación emocional no solo impacta en la conducta individual, sino que transforma el clima del aula, promoviendo una convivencia escolar basada en el respeto, la cooperación y el bienestar emocional colectivo.

Fuente: Elaboración propia basada en los resultados de la propuesta.

CONCLUSIONES

1. Los resultados obtenidos a lo largo del proceso de investigación permiten que la aplicación de la propuesta basada en las estrategias de inteligencia emocional de Goleman tuvo un impacto positivo y significativo en el comportamiento socioemocional de los estudiantes de sexto grado.
2. La evidencia recogida a través de las técnicas de investigación confirma que las conductas reactivas inicialmente identificadas, como la impulsividad, la agresividad verbal y la baja tolerancia a la frustración, disminuyeron de manera progresiva tras la intervención. Este cambio refleja un avance en la capacidad de los estudiantes para reconocer y manejar sus emociones de forma más consciente y reflexiva.
3. El fortalecimiento de la autoconciencia y la autorregulación emocional permitió a los estudiantes afrontar con mayor equilibrio situaciones de conflicto, frustración y exigencia académica.
4. La reducción de respuestas impulsivas y defensivas, junto con una mayor disposición al diálogo y la reflexión, evidencia que la educación emocional, cuando se aborda de

manera sistemática y contextualizada, contribuye al desarrollo de habilidades fundamentales para la convivencia escolar y el aprendizaje significativo. Estos hallazgos confirman que el bienestar emocional constituye un componente clave para el desempeño académico y la participación activa en el aula.

5. De igual manera, la investigación permitió constatar que el desarrollo de la empatía y de las habilidades sociales favoreció la mejora del clima escolar y de las relaciones interpersonales entre los estudiantes.
6. La mayor sensibilidad hacia las emociones de los demás, así como el fortalecimiento de la comunicación asertiva y la cooperación, contribuyeron a la disminución de conflictos y a la construcción de un entorno educativo más respetuoso y solidario. En este sentido, la propuesta trascendió la atención de conductas individuales para incidir de manera positiva en la dinámica grupal y en la convivencia cotidiana del aula.
7. La propuesta aplicada responde a una visión humanizada de la educación, al reconocer al estudiante como un ser integral en constante proceso de desarrollo, los resultados evidencian avances sostenidos que sientan bases sólidas para la continuidad del trabajo socioemocional en la escuela.

RECOMENDACIONES

1. Integrar de manera sistemática y permanente las estrategias de educación emocional basadas en el modelo de Goleman dentro de la planificación curricular y de las actividades diarias del aula. Demostrando el desarrollo de competencias socioemocionales e intervenciones puntuales, consolidando como un eje transversal del proceso educativo, orientado a fortalecer la autorregulación, la empatía y la convivencia escolar desde una perspectiva formativa y preventiva.
2. Promover espacios de formación continua para los docentes, enfocados en el manejo de estrategias de inteligencia emocional y acompañamiento socioemocional. Permitiendo que los docentes cuenten con herramientas pedagógicas y emocionales que faciliten la detección temprana de conductas reactivas y la aplicación de intervenciones oportunas, coherentes y humanizadas, favoreciendo un clima de aula más equilibrado y propicio para el aprendizaje.
3. Fortalecer la comunicación y el trabajo conjunto entre la institución educativa y las familias, mediante talleres, orientaciones y espacios de diálogo que promuevan el

acompañamiento emocional en el hogar, relacionando la coherencia entre las estrategias aplicadas en la escuela y las prácticas familiares que contribuye a consolidar los avances logrados por los estudiantes, favoreciendo una intervención más integral y sostenida en el tiempo.

4. Implementar mecanismos de seguimiento y evaluación continua del desarrollo socioemocional de los estudiantes, utilizando instrumentos de observación y espacios de reflexión, permitiendo identificar avances, necesidades emergentes y posibles retrocesos, asegurando que el proceso de educación emocional se adapte a las características y ritmos individuales de los estudiantes, sin perder su enfoque formativo y humanizador.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Bisquerra, R., & Pérez, N. (2012). Educación emocional y competencias básicas para la vida. *Revista de Educación*, (359), 45-65. <https://doi.org/10.4438/1988-592X-RE-2012-359-189>
- Cabello, R., & Fernández-Berrocal, P. (2015). Implicaciones de la inteligencia emocional en la educación. *Educación XX1*, 18(1), 183-200.
<https://doi.org/10.5944/educxx1.18.1.12318>
- Castro, L., & Villalba, M. (2021). Impacto de los programas de educación emocional en la convivencia escolar de estudiantes de primaria en Chile. *Revista Latinoamericana de Psicología Educativa*, 13(2), 45–59. <https://doi.org/10.30545/rlpe.2021.13.2.45>
- Creswell, J. W., & Poth, S. (2018). *Qualitative inquiry & research design: Choosing among five approaches* (4.^a ed.). Thousand Oaks, CA: Sage Publications.
- García, M., & Repetto, E. (2020). Convivencia escolar y educación socioemocional en la etapa primaria. *Revista Latinoamericana de Educación Inclusiva*, 14(2), 57-74.
<https://doi.org/10.4067/S0718-73782020000200057>
- Elliott, J. (2015). *La investigación-acción en educación* (2.^a ed.). Morata.
- Fernández, P. (2023). Educación emocional y convivencia escolar en instituciones públicas de Cusco. *Educare et Humanitas*, 10(1), 65–80. <https://doi.org/10.35622/ehu.2023.01.06>

- Fernández-Berrocal, P., & Extremera, N. (2021). La educación emocional en el contexto escolar: avances y desafíos. *Revista Española de Orientación y Psicopedagogía*, 32(2), 45–58. <https://doi.org/10.5944/reop.vol.32.num.2.2021>
- Goleman, D. (1995). *Emotional intelligence*. Bantam Books.
- Goleman, D. (2013). *Focus: Developing the hidden driver of excellence*. HarperCollins.
- López, L. (2018). Estrategias de tutoría y convivencia escolar: retos en la educación básica. *Revista Iberoamericana de Educación*, 76(1), 89-106. <https://doi.org/10.35362/rie7613109>
- Rodríguez, A., & Páez, D. (2021). Educación socioemocional y su relación con el clima escolar. *Psicología Escolar e Educacional*, 25(1), 1-10. <https://doi.org/10.1590/2175-35392021218439>
- UNESCO. (2019). *Social and emotional learning in schools*. UNESCO Publishing.
- Martorell, C., González, R., & Rasal, P. (2023). Inteligencia emocional y su influencia en el aprendizaje y la convivencia escolar en educación primaria. *Revista Española de Pedagogía*, 81(284), 45-63. <https://doi.org/10.22550/REP81-1-2023-03>
- Mayer, J. D., & Salovey, P. (1997). What is emotional intelligence? In P. Salovey & D. Sluyter (Eds.), *Emotional development and emotional intelligence: Educational implications* (pp. 3–31). Basic Books.
- Mohamed Fteiha, & Awwad, N. (2020). Emotional intelligence and its relationship with stress coping style. *Health Psychology Open*, 7(2), 2055102920970416. <https://doi.org/10.1177/2055102920970416>
- Pinedo Chambi, D., & Richard Pérez, S. E. (2021). Inteligencia emocional y rendimiento académico en estudiantes de nivel primario en una institución educativa confesional de la selva peruana. *Muro de la Investigación*, 6(1), 45–57. <https://doi.org/10.17162/rmi.v6i1.1112>
- Kemmis, S., & McTaggart, R. (2005). Participatory action research: Communicative action and the public sphere. In N. K. Denzin & Y. S. Lincoln (Eds.), *The Sage handbook of qualitative research* (3rd ed., pp. 559–603). Thousand Oaks, CA: Sage.
- Morgan, D. L. (1997). *Focus groups as qualitative research* (2nd ed.). Thousand Oaks, CA: Sage.

ANEXOS

ANEXO N° 1

MATRIZ DE INVESTIGACIÓN

Título: Impacto de Estrategias de Goleman para mejorar el comportamiento emocional en estudiantes de Sexto Grado de Primaria de la I.E. N° 31 “Nuestra Señora del Carmen” Yanacancha - Pasco 2024

PROBLEMA GENERAL	OBJETIVO GENERAL	HIPOTESIS GENERAL	CATEGORIAS	METODOLOGIA	POBLACIÓN
¿De qué manera las estrategias de Goleman impactan en el comportamiento emocional de los estudiantes del sexto grado de primaria de la I.E. N.° 31 “Nuestra Señora del Carmen” de Yanacancha – Pasco, 2024?	Analizar el impacto de las estrategias de Goleman en la mejora del comportamiento emocional de los estudiantes del sexto grado de primaria de la I.E. N° 31 “Nuestra Señora del Carmen” de Yanacancha – Pasco, 2024.	La aplicación sistemática de las estrategias de Goleman contribuye significativamente a la mejora del comportamiento emocional y al fortalecimiento de la convivencia escolar en los estudiantes del sexto grado de primaria de la I.E. N.° 31 “Nuestra Señora del Carmen” de Yanacancha – Pasco, 2024.	➤ Categorías principales A. La estrategia de Goleman. Educación emocional Estrategias de Goleman B. Comportamiento emocional Convivencia escolar ➤ Subcategorías Autoconciencia Autorregulación Motivación Empatía Habilidades sociales	Enfoque: Cualitativo Tipo y diseño de investigación: Investigación– acción educativa, con diseño , descriptivo e interpretativo. Método: Investigación– acción en espiral (Kemmis y McTaggart, 2014): diagnóstico, planificación, acción y reflexión.	Población Estudiantes de primaria de la I.E. N.° 31 'Nuestra Señora del Carmen' Muestra Estudiantes del Sexto grado de primaria de la I.E. N.° 31 'Nuestra Señora del Carmen' Técnicas e Instrumentos de recolección de datos. Observación participante Guía de observación. Entrevista semiestructurada Guion de entrevista. Diario de campo Registro reflexivo de observaciones y experiencias.
PROBLEMAS ESPECIFICOS	OBJETIVOS ESPECIFICOS	HIPOTESIS ESPECIFICAS			
PA1. ¿Cómo influye la aplicación de las estrategias de Goleman en el comportamiento emocional de los estudiantes?	OE1. Describir las características del comportamiento emocional de los estudiantes.	HE1. Las estrategias de Goleman fortalecen la autoconciencia y la autorregulación emocional de los estudiantes.			
PA2. ¿Qué experiencias y percepciones tienen los docentes y estudiantes respecto a las estrategias de Goleman?	OE2. Identificar las estrategias de Goleman aplicadas y las percepciones de docentes y estudiantes.	HE2. Las estrategias de Goleman fomentan la empatía y las habilidades sociales, promoviendo relaciones respetuosas y cooperativas.			
PA3. ¿De qué manera las estrategias de Goleman fortalecen la autorregulación emocional y la convivencia escolar?	OE3. Interpretar la influencia de las estrategias en la autorregulación emocional y la convivencia escolar.	HE3. La práctica pedagógica basada en la inteligencia emocional transforma positivamente la dinámica del aula y el clima escolar.			