

**ESTRATEGIAS PEDAGOGICAS QUE FORTALECEN HABILIDADES
EMOCIONALES EN LA INFANCIA**

**PEDAGOGIC STRATEGIES THAT STRENGTHEN EMOTIONAL SKILLS IN
CHILDHOOD**

**ESTRATEGIAS PEDAGÓGICAS QUE REFUERZAN LAS HABILIDADES
EMOCIONALES EN LA INFANCIA**

Alexandra Bustamante¹ 0009-0008-3763-4804

Lucy Andrade² 0000-0002-4821-3596

¹ Universidad Técnica Particular de Loja – Loja, Ecuador; mabustamante6@utpl.edu.ec

² Universidad Universidad Técnica Particular de Loja – Loja, Ecuador; ldandrade@utpl.edu.ec

Resumo

Durante a infância, o desenvolvimento das competências emocionais depende de vários fatores presentes no contexto educativo, familiar e social, dos quais se privilegiam as aprendizagens necessárias ao fortalecimento das competências emocionais de meninos e meninas. O objetivo do artigo é analisar as estratégias pedagógicas que, quando aplicadas no ambiente educacional e familiar, fortalecem as habilidades emocionais na infância. Com base na abordagem qualitativa e utilizando o método de revisão de literatura nas categorias estratégias pedagógicas, infância e habilidades emocionais, foram analisados documentos científicos recentes. Os resultados mostram a importância de conhecer e utilizar diversas estratégias pedagógicas e didáticas para promover a aprendizagem associada ao reconhecimento e expressão de sentimentos, adaptação às mudanças, gestão do estresse em situações cotidianas e percepção.

Palavras Chave: infância; habilidades emocionais; estratégias pedagógicas.

Abstract

During childhood, the development of emotional skills depends on various factors present in the educational, family and social context, from which the learning necessary to strengthen the emotional skills of boys and girls is privileged. The objective of the article is to analyze the pedagogical strategies that, when applied in the educational and family environment, strengthen emotional skills in childhood. Based on the qualitative approach and using the literature review method in the categories of pedagogical strategies, childhood and emotional skills, recent scientific documents were analyzed. The results show the importance of knowing and using various pedagogical and didactic strategies to promote learning associated with the recognition and expression of feelings, adaptation to changes, stress management in everyday situations and self-perception.

Keywords: childhood; emotional skills; pedagogical strategies.

Resumen

Durante la infancia, el desarrollo de habilidades emocionales depende de diversos factores presentes en el contexto educativo, familiar y social, desde donde se privilegian aprendizajes necesarios para fortalecer las habilidades emocionales de los niños y niñas. El objetivo del artículo es analizar las estrategias pedagógicas que al ser aplicadas en el entorno educativo y familiar fortalecen las habilidades emocionales en la infancia. A partir del enfoque cualitativo y utilizando el método de revisión de literatura en las categorías de estrategias pedagógicas, infancia y habilidades emocionales, se analizaron documentos científicos recientes. Los resultados evidencian la importancia de conocer y utilizar diversas estrategias pedagógicas y didácticas para favorecer aprendizajes asociados al reconocimiento y expresión de sentimientos, la adaptación a los cambios, el manejo del estrés en situaciones cotidianas y la autopercepción.

Palabras clave: infancia; habilidades emocionales; estrategias pedagógicas.

Introducción

Las habilidades emocionales, cruciales en el reconocimiento, comprensión y autorregulación de las respuestas frente a los estímulos en diversas situaciones, desempeñan un papel fundamental en el éxito académico, personal, social y familiar de los niños y niñas y pueden estar influenciadas por una variedad de factores personales y contextuales.

En este sentido, Buitrago (2020) define las emociones como reacciones intrincadas e involuntarias del cuerpo ante determinados eventos que se consideran significativos.

Las emociones abarcan alteraciones fisiológicas, cognitivas y conductuales que reflejan la condición interna de un individuo en conexión con su entorno. Las reacciones emocionales pueden exhibir una variedad de intensidad y duración, generalmente vinculadas a sensaciones subjetivas como alegría, tristeza, miedo, rabia y más.

Fisiológicamente, las emociones se manifiestan a través de reacciones y expresiones faciales distintivas, reconocibles a nivel universal y específicas para cada una e incluyen la secreción de hormonas, cambios en la actividad cardiovascular y muscular que se vinculan con la experiencia que desencadena la reacción emocional. Desde la neurociencia se plantea que los estímulos desencadenan patrones automáticos de respuesta fisiológica y muscular, influyendo en los procesos perceptivos y cognitivos, este ciclo de retroalimentación permite al cerebro generar y distinguir diversas experiencias emocionales como lo mencionan Aracena & González, 2021.

Para McConnell (2019), las emociones se consideran procesos cognitivos y motivacionales que afectan diversos aspectos del aprendizaje, estos incluyen el procesamiento de información, donde las emociones influyen en cómo se procesa y almacena la información

en la memoria, facilitando la asimilación del nuevo conocimiento con el existente. Además, las emociones tienen un impacto en la memoria, influenciando la retención de conocimientos y la capacidad para aplicar el conocimiento aprendido en contextos de realidad.

Sporzon & López (2021), proponen que las emociones, desde una perspectiva conductual, son reacciones discernibles y cuantificables ante estímulos internos o externos, influenciando la conducta. Según la teoría del comportamiento, las emociones son respuestas adquiridas que afectan el comportamiento, siendo parte integral del aprendizaje y condicionamiento. Estas emociones son influenciadas por experiencias previas y el entorno, dirigiendo la conducta al fortalecer o restringir ciertos comportamientos.

Por ejemplo, la alegría refuerza actividades y expresiones asociadas, mientras que el miedo puede limitar acciones para evitar riesgos. Bisquerria (2003) ofrece una estructura esquemática para comprender la formación de una emoción, el proceso comienza con la ocurrencia de un evento, ante el cual un individuo realiza una valoración, que está influenciada por factores neurofisiológicos, cognitivos y comportamentales propios de cada individuo, los cuales determinan su predisposición a la acción.

En el ámbito de las habilidades emocionales, se ha observado una evolución notable desde los años noventa hasta la actualidad. Inicialmente, modelos como el de Mayer, Carusso y Salovey (1999), establecieron los fundamentos de la inteligencia emocional, resaltando aspectos como la percepción, comprensión y regulación de las emociones. Posteriormente, Bar-On (2000) amplió esta perspectiva al incluir elementos como la empatía, la motivación y la adaptabilidad emocional.

Posteriormente Mayer y Carusso y Salovey (2004) refinaron su modelo, detallando cinco competencias básicas que abarcan desde la percepción emocional hasta su utilización eficaz en la vida cotidiana. En conjunto, estos modelos han proporcionado una estructura integral para entender y mejorar la inteligencia emocional, destacando su importancia para el bienestar emocional y el desarrollo integral del sujeto.

Las habilidades emocionales están intrínsecamente ligadas a la inteligencia emocional, la cual es conceptualizada por Bru-Luna et al. (2021) como la capacidad que poseen los individuos para reconocer, expresar, comprender y regular tanto sus propias emociones como las de los demás. En el caso específico de los preadolescentes, el desarrollo de la inteligencia emocional se considera de vital importancia para su crecimiento y bienestar emocional. Esto se debe a que, a medida que atraviesan esta etapa de transición, los niños y jóvenes enfrentan una serie de cambios físicos, cognitivos y sociales que pueden generar una amplia gama de emociones y desafíos en su vida diaria. En este sentido, la inteligencia emocional les

proporciona las herramientas necesarias para afrontar estas experiencias de manera efectiva, promoviendo su autoconciencia, empatía, manejo del estrés y habilidades sociales, lo que contribuye a su desarrollo integral y su capacidad para adaptarse a diferentes situaciones emocionales.

Si bien, los enfoques para abordar los componentes de la inteligencia emocional pueden variar según el autor o el año de publicación en la actualidad, uno de los criterios más aceptados e implementados para analizar las habilidades emocionales es el de Oqueli (2016), quien desglosa la inteligencia emocional en cinco variables independientes: factor intrapersonal, interpersonal, adaptabilidad, manejo del estrés y estado de ánimo general. Cada una de estas variables se define a continuación en el siguiente cuadro.

Cuadro 1. Componentes de la inteligencia emocional

Componente	Descripción
Intrapersonal	Habilidad para comprender y gestionar las propias emociones, pensamientos y comportamientos, favoreciendo la autoconciencia, la asertividad, la independencia emocional y una imagen positiva de sí mismo.
Interpersonal	Capacidad para percibir y entender las emociones de los demás, estableciendo relaciones positivas y significativas, y contribuyendo de manera positiva al entorno social.
Adaptabilidad	Habilidad para enfrentar y adaptarse a situaciones cambiantes y desafiantes, resolviendo problemas de forma efectiva y ajustando pensamientos y acciones según sea necesario.
Manejo de estrés	Capacidad para controlar las emociones y reacciones impulsivas, enfrentando situaciones estresantes de manera positiva.
Estado de ánimo en general	Capacidad para mantener un estado emocional positivo, optimismo y felicidad, incluso frente a las adversidades.

Nota. Adaptado de Oqueli (2016).

Igualmente, Meland et al. (2021) destaca el papel crucial que juega la familia en el desarrollo emocional de los individuos durante la infancia. La familia influye en la configuración de la autopercepción, la confianza, las habilidades sociales y emocionales y la capacidad de resiliencia frente a obstáculos y transiciones. Las conexiones familiares tienen un impacto significativo en cómo los niños y niñas se ven a sí mismos y al mundo, así como en su capacidad para formar relaciones positivas y manejar desafíos y situaciones difíciles. Además, la forma en que las familias interactúan y se comunican puede tener un impacto significativo en la forma en que se manejan los conflictos y se toman decisiones.

Por otro lado Kapetanovic & Skoog (2021) destaca que el clima emocional familiar, caracterizado por su positividad o negatividad, influye en la calidad y naturaleza de la comunicación entre padres e hijos. Cuando el ambiente familiar es positivo, la comunicación abierta y la solicitud de información por parte de los padres se asocian con un mejor funcionamiento psicosocial. Por el contrario, un clima emocional negativo puede dar lugar a un control conductual excesivo por parte de los padres, lo que se relaciona con niveles más altos en descontrol emocional y un manejo inadecuado de los impulsos.

Desde una perspectiva complementaria, Păsărelu et al. (2022) subrayan la influencia crucial que ejercen los padres en el desarrollo emocional de sus hijos. Esto teniendo en cuenta que las habilidades emocionales de los padres para lidiar con diversas emociones como el estrés, la ira o la frustración, no solo impactan en la capacidad de los niños para manejar sus propias emociones, sino también en su comportamiento general y su bienestar emocional. Se destaca que los infantes aprenden estrategias de afrontamiento al observar cómo sus padres resuelven situaciones estresantes, lo que sugiere que el manejo del estrés por parte de los padres representa un ejemplo a seguir para sus hijos.

En un estudio realizado por Cheraghian et al. (2023), se encontró que los niños y jóvenes a menudo enfrentan una variedad de desafíos sociales, educativos y culturales que comúnmente se asocian con su etapa de desarrollo, particularmente dentro del entorno escolar. A través de una extensa investigación, el autor descubrió que el apoyo de los padres juega un papel importante en la formación de la capacidad de los estudiantes para enfrentar los desafíos de manera efectiva, especialmente en la creación de un entorno enriquecedor y seguro para los estudiantes preadolescentes.

Estrategias pedagógicas y habilidades emocionales

Una estrategia pedagógica se puede definir como un plan o enfoque sistemático diseñado por los educadores para facilitar y mejorar el proceso de enseñanza y aprendizaje. Estas estrategias pueden incluir métodos, técnicas, actividades o recursos específicos que se utilizan de manera intencionada para alcanzar objetivos educativos particulares. El propósito fundamental de una estrategia pedagógica es promover la participación activa de los estudiantes, estimular su aprendizaje, desarrollar habilidades, fomentar la comprensión y facilitar la transferencia del conocimiento a situaciones prácticas (Hernández et al., 2021).

En el contexto de estrategias pedagógicas para fomentar las habilidades emocionales en los niños y niñas durante la infancia, organizaciones como Gipuzkoan (2021) enfatiza un proceso de elaboración compuesto por cinco etapas, la primera fase implica el análisis del contexto donde se desarrolla el infante, abarcando elementos como el entorno ambiental, la estructura familiar, los recursos disponibles y la situación individual del menor. En la segunda etapa, se procede a identificar las necesidades específicas, estableciendo así los objetivos que se persiguen con la estrategia pedagógica. La etapa de diseño sigue, en la cual se detallan las actividades, recursos, plazos y criterios de evaluación necesarios para alcanzar los objetivos establecidos. Posteriormente, se lleva a cabo la ejecución, también conocida como implementación, del diseño propuesto. Finalmente, se completa el proceso con la evaluación, que implica una valoración exhaustiva de los resultados obtenidos y el grado de cumplimiento de los objetivos planteados.

A partir del estudio, se presentan a continuación algunas estrategias pedagógicas que de acuerdo con los autores mencionados, pueden ser utilizadas tanto en la familia como en el contexto escolar para propiciar el fortalecimiento de las habilidades emocionales de los niños y niñas.

Arte terapéutico

La arteterapia implica la utilización del proceso artístico creativo para facilitar la expresión y la comunicación y, en última instancia, mejorar el bienestar emocional, mental y físico de los infantes. Participar en diferentes formas de arte como pintura, música, danza, teatro, títeres y más, permite la expresión de emociones, pensamientos y experiencias internas que pueden ser difíciles de expresar con palabras. A lo largo de este proceso, se ayuda al niño a expresar mediante objetos o piezas creadas por él, que actúan como instrumentos para proyectar, reflexionar, procesar y resolver conflictos internos, al mismo tiempo que fomenta la autoconciencia, la autoexpresión y el desarrollo integral (Tapia et al., 2022).

Mindfulness

Una forma de pensar en la atención plena es como atención completa o conciencia completa, lo que en inglés se denomina "mindfulness". Este concepto describe una práctica de meditación arraigada en el budismo, en particular la meditación "vipassana", que se ha integrado en la psicología moderna como un método para mejorar la salud mental y el bienestar

general. Mindfulness implica participar en una práctica no conceptual y no verbal que se centra en estabilizar la atención. Esto ayuda a crear un estado de conciencia libre de la influencia de los recuerdos personales, permitiendo una experiencia directa de emociones puras (Águila, 2020).

Algunos de los conceptos fundamentales del Mindfulness incluyen (Didonna et al., 2011):

- Pausa o desaceleración: este paso implica detenerse en presencia de una emoción o experiencia desafiante. Interrumpir el flujo automático de pensamientos y reacciones es crucial para abordar la situación de manera consciente y reflexiva.
- Una vez que ha cesado la reacción automática, es importante calmar el cuerpo. Una forma de lograrlo es utilizando técnicas de relajación, respiración consciente o cualquier otro método que ayude a disminuir el estrés físico y emocional.
- Considerar factores tanto internos como externos. En esta etapa, se le anima a centrarse tanto en sus experiencias internas (pensamientos, emociones, sensaciones) como en el mundo exterior (entorno, circunstancias). La observación de eventos tanto interna como externamente puede ofrecer una comprensión más completa de la situación actual.
- Realice un acto deliberado con bondad o Metta (bondad amorosa): después de tomarse un momento para hacer una pausa, relajarse y prestar atención, podrá responder con atención plena y bondad. Responder a una situación con calma y comprensión, y mostrar bondad hacia uno mismo y hacia los demás es esencial para una acción consciente. Participar en la bondad amorosa (Metta) puede ayudar a desarrollar emociones de buena voluntad y unidad con uno mismo y con los demás.

Estrategias de psicología positiva

La psicología positiva se centra en estudiar emociones positivas, fortalezas personales y bienestar psicológico, buscando comprender y fomentar aspectos positivos de la experiencia humana, como felicidad, gratitud, resiliencia, autoestima y sentido de vida. Su enfoque difiere de la psicología tradicional al investigar qué promueve el florecimiento humano y el bienestar emocional, social y psicológico, utilizando estudios científicos y prácticas basadas en evidencia para ello. Temas como gratitud, resiliencia, esperanza, autoeficacia y relaciones saludables son de interés en esta disciplina, que busca potenciar el lado positivo de la experiencia humana y promover el florecimiento y bienestar de las personas (Ayala & Ramírez, 2018).

Técnicas de respiración

La respiración profunda implica utilizar el diafragma para inhalar y exhalar lentamente, expandiendo el abdomen al inhalar y contrayéndolo al exhalar, lo que facilita una mayor oxigenación del cuerpo. Esta técnica se emplea en diversas prácticas de relajación, meditación y yoga debido a sus múltiples beneficios. Entre ellos se encuentran la reducción del estrés y la ansiedad, la mejora de la oxigenación corporal, la disminución de la presión arterial, el aumento de la concentración y el enfoque, y la promoción del bienestar emocional (Astudillo-Sarmiento & Carpio-Toro, 2020).

Ejercicios de visualización introspectiva

La introspección, un método clásico de trabajo, ofrece beneficios significativos en la didáctica en general y en la enseñanza de las ciencias en particular. Permite una autoobservación profunda, conduciendo a una comprensión más rica y hermenéutica de los fenómenos. Facilita el autoconocimiento, mejorando la comprensión de uno mismo y de los demás, lo que contribuye al crecimiento personal y profesional. Proporciona una visión tanto interna como externa de la realidad, permitiendo explorar profundamente la naturaleza de los fenómenos. Además, ayuda a evitar una subjetividad excesiva al combinar la autoevaluación con la observación del entorno, enriqueciendo así la comprensión de la realidad circundante (Paramá, 2017).

Metodología

El estudio es cualitativo y desde la revisión de literatura se busca una comprensión holística y profunda del desarrollo emocional durante la infancia. La revisión sistemática de la literatura en las bases de datos tales como SCIELO, GOOGLE ACADEMIC Y DIALNET, utilizando palabras claves como habilidades emocionales y primera infancia, permitió como lo menciona Sala (2020) localizar las aportaciones más relevantes sobre el tema de estudio, así como definir los principales conceptos y teorías que sirvan para fundamentar y comprender el tema de análisis.

Las fases de la revisión de literatura que se tuvieron en cuenta en el estudio fueron definir claramente el tema de estudio y establecer criterios para la selección de los documentos más relevantes, considerando aspectos como el idioma español, el año de publicación no superior a cinco años de antigüedad y las bases de datos donde se publican artículos científicos. Una vez obtenidos los resultados, se evaluó la relevancia de cada documento y se seleccionaron aquellos que aportaban mayor valor al artículo. Finalmente, se analizó en profundidad el contenido de los veintidós artículos seleccionados, identificando autores, argumentos, conclusiones y los aportes del estudio al artículo. Este proceso permitió construir una visión completa y actualizada del estado del conocimiento sobre el tema en cuestión.

Resultados

Durante la búsqueda y revisión de literatura, se encontró que, desde el nacimiento, el cerebro se encuentra en un período de máxima plasticidad, listo para ser moldeado por las experiencias y estímulos que recibe. Los vínculos afectivos y las relaciones tempranas establecen las bases para un desarrollo neuronal óptimo, facilitando la adquisición de habilidades cognitivas, sociales y emocionales. Sin embargo, estas habilidades se pueden ver afectadas cuando las estructuras neuronales son amenazadas por las experiencias vividas, en especial si han tenido un componente emocional doloroso, traumático o asociado a pérdidas.

De este modo, experiencias adversas, como el divorcio de los padres, maltrato, la carencia de habilidades de autorregulación emocional de los padres o cuidadores, pueden alterar la formación y poda de sinapsis, especialmente en los niños en Primera Infancia, lo que resulta en una conectividad neuronal diferente en comparación con niños que crecen en entornos estables y emocionalmente saludables.

Ahora bien, coinciden los autores en el hecho de que el infante que se desarrolla en contextos de ansiedad, temor, estrés tiene mayores probabilidades de sufrir afectaciones en el desarrollo de sus estructuras cerebrales claves para la regulación emocional, lo que a su vez se ve reflejado en problemas de comportamiento, ansiedad y depresión, así como dificultades en el campo del aprendizaje del niño ya que inhibe la posibilidad de recordar, concentrarse o tener interés dentro del aula de clase.

El fortalecimiento de las habilidades emocionales durante la infancia tiene una relevancia significativa a múltiples niveles. Es decir, habilidades como identificar y expresar emociones, resolver los conflictos, están estrechamente relacionadas con la complejidad de las

experiencias emocionales vividas por los niños durante su infancia, producto de la interacción entre factores individuales, familiares y ambientales que inciden en su bienestar emocional.

Consideraciones Finales

El reto de propiciar desde el contexto educativo y familiar el fortalecimiento de las habilidades emocionales de la infancia necesariamente requiere de un abordaje multimodal, conjunto, flexible y conectado con la observación de los intereses, necesidades y particularidades propios de la cotidianidad del infante. En este sentido el reconocimiento y manejo de estrategias pedagógicas enmarcadas en un marco reflexivo, fundamentado en la observación y escucha intencionadas del infante ofrecen a los padres y maestros un marco seguro de actuación orientado a garantizar el desarrollo integral.

Igualmente, la conciencia frente al carácter modélico de la actuación del adulto como referente de manejo y expresión emocional susceptible de ser imitado por el infante es fundamental. En este sentido, las reacciones frente a cada situación, su forma de relacionarse y de solucionar los problemas de la cotidianidad son observados por los niños y copiados, al igual que sus patrones de comunicación verbal y no verbal.

Es así como el uso de las estrategias pedagógicas, articulado al adecuado manejo y autorregulación emocional por parte del adulto significativo para el niño, padres, cuidadores o docentes, se consolidan como escenarios claves para generar un ambiente emocional seguro, cálido y confiado que a su vez propia el fortalecimiento de las habilidades de autoconocimiento, autorregulación, resolución de conflictos y autonomía.

Igualmente, se resalta la importancia de tener en cuenta el proceso de desarrollo emocional de los niños, así como los aportes de la neurociencia cognitiva aplicadas a la educación, a partir de las cuales el arte, la literatura, el juego, el movimiento y la lúdica son escenarios por excelencia de expresión y afrontamiento de situaciones que influyen en el desarrollo de las habilidades emocionales de los niños.

Referencias

ABRAMSON, Liat; ELDAR, Erez; MARKOVITCH, Noa; KNAFO-NOAM, Avi. The empathic personality profile: Using personality characteristics to reveal genetic, environmental, and developmental patterns of adolescents' empathy. **Journal of Personality**, 91(3), 753-772. 2023

ÁGUILA, Clara. Mindfulness e investigación psicológica positivista: Críticas y alternativas. **Psychology, Society & Education**, 12(1), 2020

- ARACENA, Daniela; GONZÁLEZ, Manuel. El estudio experimental de los conceptos de emoción. **Revista de Sociología**, 36(1), 2021
- ASTUDILLO-SARMIENTO, Juan Carlos; CARPIO-TORO, Ingrid Liseth. Práctica de la respiración profunda para el estrés académico en estudiantes de la Universidad Nacional de Educación. **Killkana Salud y Bienestar**, 4(3), 2020
- AYALA, Karla Stefany Valdivia; RAMÍREZ, María Teresa González (2018). Propuesta para mejorar la percepción de la imagen corporal, desde la psicología positiva. **Pensamiento Psicológico**, 16(1), 119-131 2018.
- BAR-ON, Reuven. "Emotional and social intelligence: Insights from the emotional quotient inventory". En R. Bar-On y J. D. A. Parker (Eds.), *Handbook of Emotional Intelligence* (pp.363-388). San Francisco: Jossey-Bass. 2000
- BISQUERRA, Rafael. Educación emocional y competencias básicas para la vida. **Revista de Investigación Educativa**, 21(1), 2003
- BRACHO, María Sol; Fernández, Miguel; Díaz, Juan (2021). Técnicas e instrumentos de recolección de información: Análisis y procesamiento realizado por el investigador cualitativo. **Revista Científica UISRAEL**, 8(1), 2021
- BRU-LUNA, Lidia; M; MARTÍ-VILAR, Mónica; Merino-Soto, Carmen; CERVERA-SANTIAGO, Juan Luis. Emotional Intelligence Measures: A Systematic Review. **Healthcare**, 9(12), 1696. 2021.
- BUITRAGO, David. La emoción y el sentimiento: Más allá de una diferencia de contenido. **Digitum: A relational perspective on culture and society**, 26, 10. 2020
- CHAVES, Víctor Eduardo Jara. El estudio de casos y sus etapas en las investigaciones. **Revista sobre estudios e investigaciones del saber académico**, 16, 2023
- CHERAGHIAN, Hamid; MORADIAN, Kianoosh; NOURI, Tohid (2023). Structural model of resilience based on parental support: The mediating role of hope and active coping. **BMC Psychiatry**, 23(1), 260. 2023.
- DÍAZ-BRAVO, Luz; TORRUCO-GARCÍA, Ubaldo; MARTÍNEZ-HERNÁNDEZ, Mónica; VARELA-RUIZ, María. La entrevista, recurso flexible y dinámico. **Investigación en Educación Médica**, 2(7), 162-167. 2013.
- DIDONNA, Fabrizio; SIEGEL, Ronald D; GERMER, Christopher K; OLENDZKI, Alan; TREADWAY, Michael. T; LAZAR, Richard. W; GILBERT, Paul. *Manual clínico de Mindfulness* (M. C. Jiménez, Trad.). 2011
- GIPUZKOAN. *Inteligencia emocional: Educación secundaria obligatoria 12-14 años* (Editorial GIPUZKOA). 2021
- GUARATE, Yohana Carolina. Análisis de las entrevistas en la investigación cualitativa: Metodología de Demazière D. y Dubar C. **Enfermería Investiga**, 4(5), 2019
- HELLSTRÖM, Lina; BECKMAN, Louise. Life Challenges and Barriers to Help Seeking: Adolescents' and Young Adults' Voices of Mental Health. **International Journal of Environmental Research and Public Health**, 18(24), 13101. 2021.
- HERNÁNDEZ, Iris; LAY, Norma; HERRERA, Héctor; RODRÍGUEZ, María. Estrategias pedagógicas para el aprendizaje y desarrollo de competencias investigativas en estudiantes universitarios. **Revista de Ciencias Sociales (Ve)**, XXVII(2), 242-255, 2021.
- HERRERA-PÉREZ, Gabriela Martínez. Aportes de la inteligencia emocional en la educación. **EPISTEME KOINONIA**, 5(1), 2022.
- HONORES, Juan Luis Córdova; LLANTO, Javier Quintanilla. El uso del enfoque del estudio de caso: Una revisión de la literatura. **Horizontes. Revista de Investigación en Ciencias de la Educación**, 5(19), 202.
- JANSEN, Hans. La lógica de la investigación por encuesta cualitativa y su posición en el campo de los métodos de investigación social. **Paradigmas: Una Revista Disciplinar de Investigación**, 5(1 (enero-junio)), 39-72. 2013.

- KAPETANOVIC, Sladana; SKOOG, Tord. The Role of the Family's Emotional Climate in the Links between Parent-Adolescent Communication and Adolescent Psychosocial Functioning. **Research on Child and Adolescent Psychopathology**, 49(2), 141-154. 2021.
- LUNA-GIJÓN, Gijón; NAVA-CUAHUTLE, Arturo Alejandro; MARTÍNEZ-CANTERO, David Antonio; LUNA-GIJÓN, Gijón; NAVA-CUAHUTLE, Arturo Alejandro; MARTÍNEZ-CANTERO, David Antonio (2022). El diario de campo como herramienta formativa durante el proceso de aprendizaje en el diseño de información. **Zincografía**, 6(11), 245-264. 2022.
- MCCONNELL, Mark. Emociones en educación: Cómo las emociones, cognición y motivación influyen en el aprendizaje y logro de los estudiantes. **Revista Mexicana de Bachillerato a Distancia**, 11(21), 2019.
- MELAND, Eirik Breidablik, Hans Jorgen; THUEN, Frode. Family factors predicting self-rated health during early adolescence. **Scandinavian Journal of Public Health**, 49(5), 546-554. 2021
- MONSIVAIS, Carlos Luis Rivas. La escritura como terapia de liberación emocional para reducir síntomas de la depresión. **Dilemas contemporáneos: Educación, Política y Valores**. 2023.
- OQUELIS ZAPATA, J. *Diagnóstico de inteligencia emocional en estudiantes de educación secundaria* [Tesis de masterado, Universidad de Piura]. 2016
- OSUNA, José Bernardo; GAVIRA, Sonia Alejandro. La Triangulación De Datos Como Estrategia En Investigación Educativa. *Pixel-Bit*. **Revista de Medios y Educación**, 47, 73-88. 2017.
- PARAMÁ DÍAZ, Amparo. La introspección como herramienta para la didáctica de las ciencias en Educación Superior: Reflexiones sobre la obra de Otero Pedrayo como ejemplo. **NUDOS. Sociología, Teoría y Didáctica de la Literatura**, 1(2), 21-29. 2017. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6297249>
- PĂȘĂRELU, Cătălina-Ruxandra; Dobrean, Anca; Florean, Ioana-Simona; Predescu, Eugenia. Parental stress and child mental health: A network analysis of Romanian parents. **Current Psychology (New Brunswick, N.j.)**, 1-13. 2022. <https://doi.org/10.1007/s12144-022-03520-1>
- PAULUS, Florian. W; OHMANN, Sarah; MÖHLER, Eva; PLENER, Peter; POPOW, Christiane. Emotional Dysregulation in Children and Adolescents With Psychiatric Disorders. A Narrative Review. **Frontiers in Psychiatry**, 12. 2021 <https://doi.org/10.3389/fpsy.2021.628252>
- PÉREZ, Yolanda M. Origen y evolución de la educación emocional. **ALTERNANCIA REVISTA DE EDUCACIÓN E INVESTIGACIÓN**, 4(6), 35-47. 2022. <http://portal.amelica.org/ameli/journal/747/7474346002/>
- PORTELA-PINO, Iván; Alvariñas-Villaverde, Margarita; Pino-Juste, Miguel. Socio-Emotional Skills in Adolescence. Influence of Personal and Extracurricular Variables. **International Journal of Environmental Research and Public Health**, 18(9), 4811. 2021 <https://doi.org/10.3390/ijerph18094811>
- RUBIO, María Isabel Jiménez. La observación participante en el estudio etnográfico de las prácticas sociales. **Revista Colombiana de Antropología**, 54(1), 121-150. 2018 <https://www.redalyc.org/journal/1050/105056206004/html/>
- MAYER, John. D; CARUSO, David; SALOVEY, Peter. "Emotional intelligence meets traditional standards for an intelligence". **Intelligence**, 27, 267-298. 1999
- MAYER, John. D; CARUSO, David; SALOVEY, Peter. "Emotional intelligence: Theory, findings, and implications". **Psychological Inquiry**, 15, 197-215. 2004
- SOARES, Lúcio Carlos; BATISTA, Rafael F. L; CARDOSO, Vanessa. C; SIMÕES, Valéria. M. F; SANTOS, Anabela M; COELHO, Sérgio. J. D. D. A. C; SILVA, Ana A. M. Body image

dissatisfaction and symptoms of depression disorder in adolescents. **Brazilian Journal of Medical and Biological Research**, 54(1), e10397. 2020 <https://doi.org/10.1590/1414-431X202010397>

SPORZON, Gerson; LÓPEZ-LÓPEZ, Mónica-Cecilia. Evaluación de la inteligencia emocional y la conducta prosocial y su correlación en alumnado de Educación Primaria. **Estudios sobre Educación**, 40, 51-73. 2021. <https://doi.org/10.15581/004.40.51-73>

TAPIA, Adrán; Hinojosa Espinosa, Ana María; Muñoz Atiaga, Diana Ruth; Freire, Ortega, Yajaira María. La Arteterapia como herramienta Estimulante para la Actividad Cognitiva en Adultos Mayores. **Dominio de las Ciencias**, 8(1), 40. 2022. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=8383490>

TITUAÑA, Karla M. Inteligencia emocional (Salovey y Malovey) y aprendizaje social en estudiantes universitarios: Emotional intelligence (Salovey and Malovey) and social learning in university students. **RES NON VERBA REVISTA CIENTÍFICA**, 12(2), 2022 Article 2. <https://doi.org/10.21855/resnonverba.v12i2.654>

SOBRE LAS AUTORAS

Alexandra Bustamante. Magister en investigación en Educación; Universidad Técnica Particular de Loja (UTPL).

Contribución de autoría: autora.

Lucy Andrade. Doctora en Desarrollo Psicológico, familia Educación e intervención. Docente investigadora Universidad Universidad Técnica Particular de Loja (UTPL), Ecuador.

Contribución de autoría: autora.

Como referenciar

BUSTAMANTE, Alexandra; ANDRADE, Lucy. Estrategias pedagógicas que fortalecen habilidades emocionales en la infancia. **Revista Educação em Páginas**, Vitória da Conquista, v. 3, n. 3, e15639, 2024. DOI: <https://doi.org/10.22481/redupa.v3.15639>.