Innovación Ciencia y Tecnología /julio – diciembre 2026/ Vol. 4, - No. 2
Doi: 10.70577/innovascit.v4i2.240

El autoconocimiento emocional como estrategia para fortalecer el rendimiento académico en estudiantes de Educación General Básica.

Emotional self-awareness as a strategy to strengthen academic performance in students of Basic General Education.

RESUMEN

El presente artículo tuvo como objetivo analizar la influencia del autoconocimiento emocional en el rendimiento académico de los estudiantes de Educación General Básica, considerando esta competencia como un elemento esencial para el desarrollo integral y el fortalecimiento de los procesos de aprendizaje. La investigación se desarrolló bajo un enfoque cualitativo, sustentado en el paradigma interpretativo y el método fenomenológico, con un diseño no experimental de corte transversal. La información se obtuvo mediante entrevistas semiestructuradas aplicadas a especialistas en educación y psicología, complementadas con una revisión documental de investigaciones científicas recientes relacionadas con la educación emocional y el rendimiento académico. El análisis de los datos se realizó mediante procesos de codificación, categorización y triangulación de la información. Los resultados evidenciaron que el autoconocimiento emocional favorece la autorregulación, la motivación, la atención y la memoria, fortaleciendo el aprendizaje significativo y mejorando el desempeño académico. Asimismo, se determinó que la incorporación de estrategias de educación socioemocional contribuye a generar ambientes escolares más inclusivos, participativos y emocionalmente seguros. Se concluye que integrar el autoconocimiento emocional en las prácticas pedagógicas representa una estrategia fundamental para promover el bienestar estudiantil y elevar la calidad del proceso educativo.

Palabras clave: autoconocimiento, educación emocional, rendimiento académico.

ABSTRACT

This article aimed to analyze the influence of emotional self-awareness on the academic performance of students in Basic General Education, considering this competence as an essential element for holistic development and the strengthening of learning processes. The research adopted a qualitative approach based on the interpretive paradigm and the phenomenological method, using a non-experimental cross-sectional design. Data were collected through semi-structured interviews with specialists in education and psychology, complemented by a documentary review of recent scientific studies on emotional education and academic achievement. Data analysis was carried out through coding, categorization, and triangulation procedures. The findings revealed that emotional self-awareness enhances self-regulation, motivation, attention, and memory, promoting meaningful learning and improving academic performance. Furthermore, the implementation of socio-emotional education strategies contributed to creating more inclusive, participatory, and emotionally supportive learning environments. The study concludes that integrating emotional self-awareness into teaching practices is a key strategy for promoting student well-being and improving the quality of the educational process.

Keywords: self-awareness, emotional education, academic achievement.

TRANSFORMACIÓN DIGITAL Y CONOCIMIENTO

Recepción: 01/08/2026
Aceptación: 05/08/2026
Publicación: 31/12/2026

AUTOR/ES

MSc. Zerna Valle Ana Priscila
MSc. Velasquez Benitez Brenda Tatiana
MSc. Valencia Cuero Mabel Yadira
Lic. Banguera Miranda Maria Lourdes

priscila.zerna@docentes.educacion.edu.ec
brenda.velasquez@docentes.educacion.edu.ec
mabel.valencia@educacion.gob.ec
maria.banguera@docentes.educacion.edu.ec

Unidad Educativa Margarita Cortes
Unidad Educativa Hispano América
Unidad Educativa Ramón Bedoya Navia
Unidad Educativa Ramon Bedoya Navia

Esmeraldas - Ecuador
Esmeraldas - Ecuador
Esmeraldas - Ecuador
Esmeraldas - Ecuador

CITACIÓN:
Zerna, A., Velasquez, B., Valencia, M. & Banguera, M. (2026). El autoconocimiento emocional como estrategia para fortalecer el rendimiento académico en estudiantes de Educación General Básica. Revista InnovaSciT. *4 (2,). p. 647 – 665.*

INTRODUCCIÓN

El desarrollo de competencias socioemocionales constituye uno de los principales desafíos de los sistemas educativos contemporáneos, debido a que el aprendizaje no depende únicamente de las capacidades cognitivas, sino también de la forma en que los estudiantes reconocen, comprenden y regulan sus emociones. En este contexto, el autoconocimiento emocional ha adquirido especial relevancia por su influencia en la motivación, la autorregulación, la toma de decisiones y la construcción de relaciones interpersonales saludables, factores que inciden directamente en el rendimiento académico y en el desarrollo integral del estudiante. La investigación base que inspira este artículo aborda precisamente el autoconocimiento emocional como principio fundamental para el rendimiento académico de los estudiantes de Educación Básica, evidenciando la necesidad de fortalecer esta competencia desde los primeros años de escolaridad.

Durante las últimas décadas, la educación ha experimentado una transformación conceptual que reconoce al estudiante como un ser integral, en quien convergen dimensiones cognitivas, sociales, afectivas y emocionales. Bajo esta perspectiva, la educación emocional ha dejado de considerarse un complemento del currículo para convertirse en un componente esencial de la formación humana. La Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura (UNESCO, 2024) sostiene que el fortalecimiento de las competencias socioemocionales favorece la inclusión, la convivencia escolar y la calidad educativa, al promover ambientes de aprendizaje más participativos y emocionalmente seguros. De manera similar, UNICEF (2022) señala que el bienestar emocional constituye un requisito indispensable para que niños y adolescentes desarrollen aprendizajes significativos, afronten situaciones de estrés y fortalezcan su resiliencia frente a los desafíos personales y escolares.

El tema central de este artículo corresponde al estudio de la influencia del autoconocimiento emocional en el rendimiento académico de los estudiantes de Educación General Básica. El interés científico por esta relación surge debido a que, aunque existe abundante evidencia sobre la importancia de la inteligencia emocional en el aprendizaje, aún persisten vacíos respecto al papel específico que desempeña el autoconocimiento emocional como competencia inicial para el desarrollo de otras habilidades socioemocionales. En numerosos contextos escolares, la enseñanza continúa privilegiando el desarrollo de contenidos disciplinares, relegando la formación emocional a actividades aisladas o complementarias, situación que limita la capacidad de los estudiantes para reconocer sus estados emocionales, comprender su influencia sobre el aprendizaje y gestionar adecuadamente las situaciones que enfrentan dentro y fuera del aula. Esta problemática también es descrita en la investigación de referencia, donde se evidencia la limitada incorporación de estrategias orientadas al fortalecimiento del autoconocimiento emocional dentro del currículo de Educación Básica.

El problema de investigación radica, por tanto, en la insuficiente integración de estrategias pedagógicas que promuevan el autoconocimiento emocional como elemento fundamental para potenciar el rendimiento académico. Esta situación repercute en dificultades relacionadas con la atención, la concentración, la motivación, la resolución de conflictos y la convivencia escolar, aspectos que afectan tanto el desempeño académico como el bienestar integral del alumnado. Diversos organismos internacionales coinciden en que la salud mental y el desarrollo socioemocional deben constituir prioridades dentro de las políticas educativas, especialmente después de los efectos derivados de la pandemia, los cuales incrementaron los problemas de ansiedad, estrés, desmotivación y dificultades en la adaptación escolar de niños y adolescentes (UNESCO, 2024; UNICEF, 2022).

La relevancia del presente estudio se fundamenta en la necesidad de comprender que el éxito académico no depende exclusivamente del desarrollo intelectual, sino también de la capacidad del estudiante para identificar, interpretar y regular sus propias emociones. Desde una perspectiva educativa, el autoconocimiento emocional favorece la construcción de una autoestima positiva, fortalece la autonomía personal, mejora la toma de decisiones y facilita la autorregulación del aprendizaje. Estas competencias permiten que los estudiantes afronten con mayor eficacia los desafíos escolares, desarrollen hábitos de estudio más consistentes y participen activamente en ambientes colaborativos. En consecuencia, fortalecer el autoconocimiento emocional representa una estrategia preventiva que contribuye simultáneamente al bienestar psicológico, la convivencia escolar y la mejora del rendimiento académico.

El fundamento teórico del estudio se sustenta en diversos enfoques que explican la relación entre emoción, cognición y aprendizaje. La teoría de la Inteligencia Emocional propuesta por Goleman continúa siendo uno de los modelos más influyentes para comprender cómo la autoconciencia, la autorregulación, la motivación, la empatía y las habilidades sociales intervienen en el desempeño personal y académico. Complementariamente, la Pedagogía Crítica de Freire aporta una visión humanista al considerar que el estudiante debe reconocerse como sujeto activo de su propio aprendizaje, desarrollando conciencia sobre sí mismo y sobre el contexto en el que interactúa. A ello se suma la Sociología de las Emociones, propuesta por Hochschild, que explica cómo las emociones también son construcciones sociales reguladas por el entorno, mientras que la Teoría Cognitiva de Piaget demuestra que el desarrollo intelectual mantiene una estrecha relación con los procesos afectivos y motivacionales. La integración de estos enfoques permite interpretar el autoconocimiento emocional como un proceso multidimensional que favorece tanto el desarrollo personal como el aprendizaje significativo. Estos referentes también constituyen el soporte conceptual de la tesis tomada como base para la adaptación del presente artículo.

Los antecedentes científicos publicados durante los últimos años respaldan esta

perspectiva. Guidobono (2021) evidenció que las emociones positivas favorecen la consolidación de conexiones neuronales relacionadas con el aprendizaje y mejoran significativamente el rendimiento escolar. Osorio et al. (2022) encontraron una relación significativa entre inteligencia emocional y aprendizaje significativo en estudiantes de educación básica durante el período pospandemia. Mata (2022) demostró que el fortalecimiento del autoconocimiento desde edades tempranas mejora la autoestima, la interacción social y la disposición hacia el aprendizaje. Posteriormente, González et al. (2024) concluyeron que la inteligencia emocional explica una proporción considerable del éxito académico, destacando la importancia de incorporar programas permanentes de educación emocional en las instituciones educativas. Asimismo, Rodríguez (2024) confirmó que el fortalecimiento de las competencias emocionales incrementa la resiliencia, mejora el desempeño escolar y favorece el bienestar integral de los estudiantes. Estos antecedentes permiten identificar una tendencia común: el desarrollo emocional constituye un predictor relevante del éxito educativo y continúa representando un campo de investigación con importantes posibilidades de profundización.

En cuanto al contexto del estudio, la investigación se desarrolla dentro del ámbito de la Educación General Básica, etapa considerada decisiva para la consolidación de habilidades cognitivas, emocionales y sociales que acompañarán al estudiante durante toda su trayectoria educativa. En Ecuador, el Ministerio de Educación ha incorporado progresivamente la educación socioemocional dentro de las políticas curriculares, reconociendo la necesidad de promover el bienestar integral de la comunidad educativa y fortalecer competencias relacionadas con la convivencia, la autorregulación y el desarrollo personal. Sin embargo, aún existen limitaciones en la formación docente, en la disponibilidad de estrategias metodológicas y en la implementación sistemática de programas orientados al fortalecimiento del autoconocimiento emocional, situación que justifica la realización de investigaciones que aporten evidencia científica para mejorar las prácticas pedagógicas.

En función de lo expuesto, este artículo tiene como objetivo general analizar la influencia del autoconocimiento emocional en el rendimiento académico de los estudiantes de Educación General Básica, mediante la revisión crítica de los fundamentos teóricos y de la evidencia científica reciente que sustenta la relación entre ambas variables. Se parte de la premisa de que el fortalecimiento del autoconocimiento emocional favorece el desarrollo de competencias socioemocionales, mejora los procesos cognitivos asociados al aprendizaje y contribuye significativamente al rendimiento académico y al bienestar integral de los estudiantes, constituyéndose en un componente indispensable para una educación inclusiva, humanista y de calidad.

MÉTODOS MATERIALES

La presente investigación se desarrolló bajo un enfoque cualitativo, debido a que buscó comprender e interpretar el significado que tiene el autoconocimiento emocional en el rendimiento académico de los estudiantes de Educación General Básica, a partir del análisis de referentes teóricos y de las percepciones de especialistas en el ámbito educativo y socioemocional. Este enfoque permitió profundizar en la comprensión del fenómeno desde una perspectiva interpretativa, reconociendo que las experiencias, opiniones y conocimientos de los participantes constituyen una fuente fundamental para explicar la relación entre las competencias emocionales y los procesos de aprendizaje. La metodología cualitativa favoreció el estudio de las realidades educativas desde una visión holística, considerando que las emociones, el aprendizaje y el rendimiento académico son fenómenos complejos que no pueden reducirse únicamente a indicadores cuantificables, sino que requieren ser comprendidos dentro del contexto donde se producen. Esta decisión metodológica coincide con el planteamiento de la investigación base, la cual utilizó un enfoque cualitativo para interpretar las experiencias y los discursos relacionados con el autoconocimiento emocional en la educación básica.

El estudio se enmarcó en el paradigma interpretativo, cuya finalidad consiste en comprender los fenómenos sociales desde la perspectiva de quienes los experimentan. Este paradigma permitió analizar cómo los especialistas interpretan el papel que desempeña el autoconocimiento emocional en el proceso educativo y cómo esta competencia favorece el desarrollo integral de los estudiantes. Desde esta perspectiva, la realidad educativa es entendida como una construcción social influenciada por las experiencias, los valores, las interacciones y los contextos donde se desarrollan los procesos de enseñanza y aprendizaje. En consecuencia, el interés de la investigación no estuvo orientado a establecer relaciones causales o generalizaciones estadísticas, sino a comprender profundamente los significados atribuidos por los participantes al fenómeno estudiado, permitiendo generar una interpretación fundamentada en la evidencia obtenida.

En correspondencia con dicho paradigma, la investigación adoptó el método fenomenológico, el cual facilitó comprender las experiencias vividas y las percepciones de los especialistas respecto a la influencia del autoconocimiento emocional en el rendimiento académico. La fenomenología parte del supuesto de que la realidad puede comprenderse mediante el análisis de las experiencias subjetivas de las personas, permitiendo interpretar los significados que construyen alrededor de un determinado fenómeno. En este caso, el interés estuvo centrado en identificar las interpretaciones, valoraciones y conocimientos de profesionales vinculados con la educación y la psicología acerca del desarrollo emocional durante la Educación General Básica y su incidencia en el aprendizaje. La utilización de este método permitió describir el fenómeno desde la perspectiva de los participantes, evitando

reducir la información a categorías previamente establecidas y favoreciendo la emergencia de nuevos significados durante el proceso analítico.

Por su alcance, la investigación correspondió a un estudio de tipo descriptivo e interpretativo, ya que buscó caracterizar el fenómeno del autoconocimiento emocional y explicar su importancia dentro del contexto educativo a partir del análisis de la información obtenida. El carácter descriptivo permitió identificar las principales características, dimensiones y fundamentos teóricos relacionados con el autoconocimiento emocional y el rendimiento académico, mientras que el componente interpretativo posibilitó comprender las relaciones existentes entre ambas categorías de análisis desde las experiencias de los especialistas y la literatura científica especializada. Asimismo, el estudio incorporó una revisión documental de investigaciones recientes publicadas entre los años 2020 y 2026, con el propósito de contextualizar el problema de investigación y contrastar los hallazgos obtenidos con la evidencia científica disponible.

Respecto al diseño metodológico, la investigación fue no experimental, puesto que no implicó la manipulación deliberada de variables ni la aplicación de tratamientos sobre los participantes. El estudio se limitó a observar, interpretar y analizar la información proporcionada por los especialistas y la documentación científica consultada, respetando las condiciones naturales en las que ocurre el fenómeno investigado. Además, presentó un diseño transversal, debido a que la información fue recopilada durante un único período de tiempo, permitiendo obtener una visión integral del estado actual del conocimiento sobre el autoconocimiento emocional y su relación con el rendimiento académico en estudiantes de Educación General Básica. Este diseño resultó pertinente porque el propósito principal consistió en interpretar una realidad educativa específica sin intervenir directamente sobre ella.

Los informantes clave estuvieron conformados por profesionales con experiencia en los campos de la psicología educativa, la psicopedagogía y la formación docente, seleccionados mediante un muestreo intencional o por criterio, considerando su trayectoria profesional, experiencia en el trabajo con estudiantes de Educación General Básica y conocimientos sobre educación emocional. La investigación base trabajó con cuatro especialistas, quienes aportaron información relevante para comprender el fenómeno desde diferentes perspectivas profesionales, enriqueciendo el proceso de análisis mediante la triangulación de sus aportes. La selección de estos participantes respondió al criterio de pertinencia, buscando garantizar que los discursos analizados provinieran de personas con conocimientos sólidos sobre el objeto de estudio.

Como técnica principal de producción de información se utilizó la entrevista semiestructurada, por considerarse un procedimiento adecuado para explorar las experiencias, opiniones y conocimientos de los participantes acerca del autoconocimiento

emocional y su influencia en el aprendizaje. Esta técnica permitió desarrollar conversaciones guiadas mediante un conjunto de preguntas previamente elaboradas, manteniendo al mismo tiempo la flexibilidad necesaria para profundizar en aspectos emergentes durante cada entrevista. El instrumento empleado fue una guía de entrevista semiestructurada, diseñada en función de los objetivos de la investigación y organizada alrededor de categorías relacionadas con el autoconocimiento emocional, la inteligencia emocional, el desarrollo socioemocional y el rendimiento académico. La estructura abierta del instrumento favoreció la obtención de información amplia y detallada, permitiendo captar la riqueza de las experiencias y reflexiones expresadas por los especialistas.

De manera complementaria, se recurrió a la revisión documental como técnica de investigación, mediante el análisis de artículos científicos, libros especializados, documentos institucionales y publicaciones académicas relacionadas con la educación emocional, la inteligencia emocional, el desarrollo cognitivo y el rendimiento académico. Esta estrategia permitió construir el fundamento teórico del estudio, identificar antecedentes recientes y contrastar la información obtenida durante las entrevistas con la evidencia científica disponible. Para garantizar la actualidad y pertinencia de la información consultada, se priorizaron investigaciones publicadas entre los años 2020 y 2026, además de las obras clásicas indispensables para explicar las teorías que sustentan el fenómeno analizado.

El procesamiento de la información se desarrolló mediante un análisis cualitativo de contenido, utilizando procedimientos de codificación abierta, axial y selectiva, los cuales permitieron organizar los datos obtenidos en categorías y subcategorías de análisis. Inicialmente, la codificación abierta facilitó la identificación de conceptos relevantes presentes en los discursos de los participantes. Posteriormente, la codificación axial permitió establecer relaciones entre las categorías identificadas, mientras que la codificación selectiva favoreció la integración de dichas categorías en interpretaciones teóricas que explican la influencia del autoconocimiento emocional sobre el rendimiento académico. Finalmente, los resultados fueron sometidos a un proceso de triangulación, contrastando la información proveniente de las entrevistas con los referentes teóricos y los antecedentes científicos, fortaleciendo así la credibilidad y consistencia de los hallazgos obtenidos.

En relación con las consideraciones éticas, la investigación respetó los principios de autonomía, confidencialidad, beneficencia y respeto por la dignidad de los participantes. Antes del desarrollo de las entrevistas se informó a cada especialista acerca de los objetivos del estudio, el carácter académico de la investigación y el uso exclusivamente científico de la información proporcionada. La participación fue completamente voluntaria, garantizando el consentimiento informado y el derecho de los participantes a retirarse del estudio en cualquier momento sin consecuencia alguna. Asimismo, la información recopilada fue utilizada únicamente con fines investigativos, preservando la identidad de los participantes y evitando

cualquier forma de manipulación o distorsión de sus aportes.

Los criterios de inclusión consideraron a profesionales con formación en educación, psicología o psicopedagogía, experiencia comprobable en el trabajo con estudiantes de Educación General Básica y conocimientos relacionados con la educación emocional y el desarrollo socioemocional. Por el contrario, se excluyeron profesionales sin experiencia en el ámbito educativo o cuyos perfiles no guardaban relación directa con el objeto de estudio, así como documentos bibliográficos que no cumplieran criterios de actualidad, rigurosidad científica o pertinencia temática.

Finalmente, entre las limitaciones del estudio se reconoce que, al tratarse de una investigación cualitativa desarrollada con un número reducido de informantes clave, los resultados obtenidos no pretenden ser generalizados a toda la población educativa, sino ofrecer una comprensión profunda del fenómeno investigado. Asimismo, las interpretaciones realizadas responden al contexto específico en el que fueron producidas las experiencias de los especialistas consultados y a la evidencia científica disponible al momento de la investigación. No obstante, la utilización de diferentes fuentes documentales, la triangulación metodológica y el análisis sistemático de la información fortalecieron el rigor científico del estudio, proporcionando resultados consistentes que pueden servir como base para futuras investigaciones sobre el autoconocimiento emocional y su influencia en el rendimiento académico de los estudiantes de Educación General Básica.

ANÁLISIS DE RESULTADOS

El análisis de la información obtenida mediante las entrevistas semiestructuradas a especialistas y la triangulación con la literatura científica permitió identificar cinco categorías centrales que explican la influencia del autoconocimiento emocional sobre el rendimiento académico de los estudiantes de Educación General Básica. Los resultados evidencian que el reconocimiento de las propias emociones constituye el punto de partida para desarrollar procesos de autorregulación, fortalecer la motivación, optimizar la atención y favorecer un clima de aprendizaje positivo. Asimismo, se constató que la incorporación de estrategias pedagógicas orientadas al desarrollo socioemocional repercute favorablemente en la participación escolar, la convivencia y el desempeño académico, confirmando los planteamientos teóricos expuestos en la presente investigación.

Tabla 1

Autoconocimiento emocional como fundamento del rendimiento académico

Categoría	Hallazgos principales
Reconocimiento de emociones	Los especialistas coinciden en que identificar las propias emociones constituye el primer paso para el aprendizaje autorregulado.
Autorreflexión	Facilita la comprensión de fortalezas y debilidades personales durante el proceso educativo.
Autoconciencia	Permite tomar decisiones académicas más acertadas frente a

	situaciones de presión escolar.
Desarrollo personal	Incrementa la autoestima, la confianza y la seguridad para enfrentar nuevos retos educativos.
Rendimiento académico	Los estudiantes emocionalmente conscientes muestran mayor persistencia y mejores resultados escolares.

Fuente: Elaboración propia a partir de la triangulación de entrevistas a especialistas y revisión documental (2026).

El primer hallazgo evidencia que el autoconocimiento emocional constituye la base sobre la cual se desarrollan las restantes competencias socioemocionales. Los especialistas señalaron que los estudiantes capaces de identificar sus emociones comprenden con mayor facilidad las causas que afectan su comportamiento dentro del aula, permitiéndoles regular sus respuestas frente a situaciones de estrés, frustración o ansiedad. Esta capacidad favorece la adaptación al contexto escolar y fortalece la autonomía para afrontar las exigencias académicas. La información obtenida coincide con la teoría de la inteligencia emocional al establecer que la autoconciencia representa la competencia inicial sobre la cual se construyen procesos posteriores de autorregulación y motivación.

Desde una perspectiva educativa, este resultado confirma que el rendimiento académico depende de variables emocionales además de las cognitivas. La evidencia obtenida muestra que el reconocimiento oportuno de los estados emocionales facilita la concentración, disminuye las conductas disruptivas y mejora la disposición para el aprendizaje. Estos hallazgos coinciden con González et al. (2024), quienes sostienen que las competencias emocionales incrementan significativamente las probabilidades de éxito escolar. Asimismo, respaldan la investigación de Guidobono (2021), quien demuestra que las emociones positivas favorecen la consolidación de aprendizajes significativos y fortalecen el compromiso del estudiante con sus actividades escolares.

Tabla 2

Relación entre el autoconocimiento emocional y los procesos cognitivos del aprendizaje

Proceso cognitivo	Influencia del autoconocimiento emocional
Atención	Incrementa la capacidad para mantener el foco durante las actividades escolares.
Memoria	Favorece la retención y recuperación de la información aprendida.
Motivación	Estimula el interés por alcanzar metas académicas.
Resolución de problemas	Facilita el análisis reflexivo antes de actuar impulsivamente.
Aprendizaje significativo	Promueve una comprensión más profunda y duradera de los contenidos.

Fuente: Elaboración propia con base en el análisis cualitativo de la investigación (2026).

Los resultados obtenidos permitieron identificar que el autoconocimiento emocional mantiene una relación directa con diversos procesos cognitivos implicados en el aprendizaje. Los especialistas manifestaron que cuando los estudiantes comprenden sus emociones logran mantener niveles superiores de atención durante las actividades escolares, disminuyendo las distracciones ocasionadas por estados emocionales negativos. Del mismo modo, la regulación emocional favorece el funcionamiento de la memoria de trabajo, facilitando la organización de la información y la consolidación de nuevos conocimientos. Estas evidencias demuestran que emoción y cognición constituyen procesos inseparables durante el aprendizaje escolar.

La discusión de estos resultados permite establecer una estrecha relación con la teoría cognitiva de Piaget, la cual reconoce que el desarrollo intelectual se encuentra profundamente influenciado por la dimensión afectiva. Los especialistas señalaron que los estudiantes emocionalmente equilibrados presentan mayor perseverancia frente a tareas complejas y desarrollan estrategias metacognitivas con mayor facilidad. Estos resultados también coinciden con Osorio et al. (2022), quienes encontraron una relación significativa entre inteligencia emocional y aprendizaje significativo, así como con las investigaciones recientes sobre neuroeducación, las cuales sostienen que las emociones regulan la atención, la memoria y la motivación, procesos indispensables para alcanzar un rendimiento académico satisfactorio.

Tabla 3

Estrategias pedagógicas para fortalecer el autoconocimiento emocional en Educación General Básica

Estrategia pedagógica	Aporte al desarrollo emocional	Impacto en el rendimiento académico
Educación socioemocional	Favorece el reconocimiento de emociones propias y ajenas.	Incrementa la motivación hacia el aprendizaje.
Aprendizaje cooperativo	Fortalece la empatía y las relaciones interpersonales.	Mejora la participación y el trabajo en equipo.
Aprendizaje basado en la reflexión	Desarrolla la autorreflexión y la toma de decisiones.	Favorece el pensamiento crítico y la autonomía.
Técnicas de autorregulación	Disminuyen la ansiedad y el estrés escolar.	Incrementan la concentración durante las actividades académicas.
Retroalimentación positiva	Refuerza la autoestima y la autoconfianza.	Favorece la persistencia frente a las dificultades escolares.

Fuente: Elaboración propia con base en la información obtenida mediante entrevistas a especialistas y revisión documental (2026).

Los especialistas coincidieron en que el fortalecimiento del autoconocimiento emocional depende en gran medida de las estrategias pedagógicas implementadas por el docente dentro del aula. La educación socioemocional, incorporada de manera transversal en el proceso de enseñanza-aprendizaje, constituye una herramienta que permite a los estudiantes reconocer sus emociones, comprender su influencia sobre el comportamiento y desarrollar habilidades para responder de forma adecuada ante diferentes situaciones escolares. Del mismo modo, el aprendizaje cooperativo fue identificado como una estrategia que favorece el intercambio de experiencias, fortalece la empatía y mejora la convivencia escolar, creando ambientes más propicios para el aprendizaje significativo.

Estos resultados evidencian que el desarrollo emocional no ocurre de manera espontánea, sino que requiere intervenciones pedagógicas planificadas y permanentes. La información obtenida coincide con Bisquerra (2021), quien sostiene que las competencias emocionales deben enseñarse de forma sistemática durante toda la escolaridad. Asimismo, los hallazgos respaldan las investigaciones de Mata (2022), al demostrar que las actividades de reflexión personal fortalecen la autoestima, la autonomía y la capacidad para afrontar retos académicos. En consecuencia, el docente adquiere un papel protagónico como mediador del desarrollo emocional, favoreciendo tanto el bienestar personal como el rendimiento académico de los estudiantes.

Tabla 4

Influencia del clima emocional del aula en el rendimiento académico

Aspecto del clima emocional	**Evidencia encontrada**	**Efecto en el aprendizaje**
Relaciones respetuosas	Favorecen la participación activa.	Incrementan el compromiso académico.
Comunicación asertiva	Reduce conflictos entre docentes y estudiantes.	Facilita el aprendizaje colaborativo.
Seguridad emocional	Disminuye el miedo al error y la ansiedad.	Favorece la creatividad y la resolución de problemas.
Apoyo docente	Incrementa la confianza del estudiante.	Mejora la motivación y la permanencia escolar.
Ambiente inclusivo	Promueve igualdad de oportunidades para aprender.	Incrementa el rendimiento académico general.

Fuente: Elaboración propia a partir del análisis de resultados de la investigación (2026).

Los resultados evidenciaron que el clima emocional del aula constituye uno de los factores que mayor influencia ejerce sobre el desarrollo del autoconocimiento emocional y, por consiguiente, sobre el rendimiento académico. Los especialistas manifestaron que un ambiente

caracterizado por el respeto, la confianza y la comunicación asertiva favorece la participación de los estudiantes, disminuye los niveles de ansiedad y fortalece la disposición para aprender. Por el contrario, ambientes escolares conflictivos generan inseguridad emocional, reducen la motivación y limitan la capacidad de concentración durante las actividades académicas.

La discusión de estos resultados permite establecer coincidencias con la Sociología de las Emociones propuesta por Hochschild, al reconocer que las emociones también son construcciones sociales influenciadas por el contexto donde interactúan las personas. De igual manera, los hallazgos se relacionan con los planteamientos de la UNESCO (2024), que reconoce la importancia de construir ambientes escolares seguros e inclusivos como condición indispensable para garantizar una educación de calidad. En consecuencia, el fortalecimiento del clima emocional debe considerarse una prioridad institucional, ya que repercute directamente tanto en el bienestar psicológico como en el desempeño académico de los estudiantes.

Tabla 5

Modelo integrador de la influencia del autoconocimiento emocional en el rendimiento académico

Dimensión	Evidencia identificada	Resultado esperado
Autoconocimiento emocional	Reconocimiento y comprensión de emociones.	Mayor autorregulación emocional.
Autorregulación	Control adecuado de respuestas emocionales.	Disminución de conductas disruptivas.
Motivación académica	Incremento del interés por aprender.	Mayor perseverancia escolar.
Procesos cognitivos	Mejora de la atención, memoria y concentración.	Aprendizajes más significativos.
Rendimiento académico	Integración de competencias emocionales y cognitivas.	Desarrollo integral del estudiante.

Fuente: Elaboración propia a partir de la triangulación de entrevistas, antecedentes científicos y fundamentos teóricos (2026).

La integración de los hallazgos permitió construir un modelo explicativo que evidencia la relación secuencial existente entre el autoconocimiento emocional y el rendimiento académico. Los especialistas señalaron que el reconocimiento consciente de las emociones representa el punto de partida para desarrollar procesos de autorregulación, los cuales fortalecen la motivación y optimizan el funcionamiento de procesos cognitivos esenciales como la atención, la memoria y la resolución de problemas. Estos elementos interactúan de manera dinámica durante el aprendizaje, generando mejores condiciones para alcanzar un desempeño académico satisfactorio.

Desde una perspectiva científica, este modelo aporta una visión integradora que articula los postulados de la Inteligencia Emocional de Goleman, la Pedagogía Crítica de Freire, la Sociología de las Emociones de Hochschild y la Teoría Cognitiva de Piaget. La principal novedad del estudio consiste en demostrar que el autoconocimiento emocional no constituye únicamente una habilidad personal, sino un elemento estructurante del aprendizaje y del desarrollo integral del estudiante. En consecuencia, las instituciones educativas deberían incorporar programas permanentes de educación socioemocional, fortalecer la formación docente en competencias emocionales y promover estrategias didácticas que favorezcan la autorreflexión, la autonomía y el bienestar estudiantil como pilares para mejorar la calidad educativa.

DISCUSIÓN

Los resultados obtenidos permiten afirmar que el autoconocimiento emocional constituye un componente esencial para el fortalecimiento del rendimiento académico en los estudiantes de Educación General Básica, debido a que influye directamente en los procesos de atención, motivación, autorregulación y aprendizaje significativo. La evidencia recopilada mediante las entrevistas semiestructuradas y el proceso de triangulación mostró que el reconocimiento de las propias emociones favorece el desarrollo de habilidades que permiten afrontar con mayor eficacia las exigencias escolares, reducir conductas disruptivas y mejorar las relaciones interpersonales dentro del aula. Estos hallazgos respaldan la postura de Goleman (1995), quien sostiene que la autoconciencia representa el punto de partida de la inteligencia emocional y constituye la base para el desarrollo de competencias como la autorregulación, la empatía y las habilidades sociales, indispensables para el éxito académico y personal.

Los resultados también coinciden con las investigaciones recientes desarrolladas en el ámbito educativo. Guidobono (2021) concluyó que las emociones positivas fortalecen los procesos cognitivos responsables del aprendizaje, favoreciendo la consolidación de conexiones neuronales asociadas con la memoria y la atención. De igual manera, González et al. (2024) demostraron que la inteligencia emocional explica una proporción significativa del rendimiento académico, señalando que el éxito escolar depende no solamente de las capacidades intelectuales, sino también del adecuado manejo de las emociones. En este sentido, los resultados del presente estudio amplían dichas investigaciones al evidenciar que el autoconocimiento emocional constituye el elemento inicial sobre el cual se desarrollan las demás competencias socioemocionales que intervienen durante el proceso educativo.

Desde la perspectiva de la teoría cognitiva, los hallazgos obtenidos corroboran que existe una estrecha interacción entre los procesos emocionales y las funciones cognitivas superiores. Los especialistas entrevistados manifestaron que los estudiantes emocionalmente equilibrados presentan mayores niveles de concentración, persistencia y capacidad para resolver problemas, aspectos que favorecen el aprendizaje significativo y el rendimiento

académico. Estos resultados son consistentes con los planteamientos de Piaget (2007), quien reconoce que la dimensión afectiva proporciona la energía necesaria para activar los procesos intelectuales y favorecer la construcción del conocimiento. Asimismo, coinciden con Altez et al. (2021), quienes sostienen que el aprendizaje implica una reconstrucción permanente de estructuras cognitivas influenciada por factores emocionales y motivacionales.

Por otra parte, la investigación evidenció que el clima emocional del aula desempeña un papel determinante en el desarrollo del autoconocimiento emocional. Los especialistas señalaron que ambientes caracterizados por el respeto, la comunicación asertiva y el apoyo docente facilitan la expresión de emociones, fortalecen la autoestima y promueven la participación activa de los estudiantes. Este resultado guarda estrecha relación con la teoría de la Sociología de las Emociones propuesta por Hochschild (1983), al reconocer que las emociones no solo responden a procesos individuales, sino que también son construcciones sociales influenciadas por las relaciones que se establecen dentro del contexto escolar. En consecuencia, el aula se convierte en un espacio donde las experiencias emocionales pueden favorecer o limitar el aprendizaje, dependiendo de las condiciones pedagógicas generadas por el docente.

En relación con la Pedagogía Crítica de Freire (1970), los hallazgos permiten interpretar que el autoconocimiento emocional favorece la formación de estudiantes más conscientes de sí mismos y de su entorno, fortaleciendo la capacidad de reflexión, la toma de decisiones y la autonomía durante el aprendizaje. Los especialistas coincidieron en señalar que cuando los estudiantes comprenden sus emociones desarrollan una actitud más participativa y crítica frente a los desafíos académicos, lo cual favorece la construcción de aprendizajes significativos. Esta interpretación coincide con Gadotti et al. (2008), quienes consideran que la educación debe promover procesos permanentes de concientización que permitan al estudiante reconocerse como protagonista de su propio desarrollo personal y académico.

Los resultados obtenidos presentan importantes similitudes con la investigación realizada por Osorio et al. (2022), quienes encontraron una relación estadísticamente significativa entre inteligencia emocional y aprendizaje significativo en estudiantes de educación básica durante el contexto pospandemia. Ambos estudios coinciden en que las competencias emocionales fortalecen la motivación, mejoran la autorregulación y favorecen la permanencia del estudiante en las actividades escolares. Sin embargo, la presente investigación incorpora una perspectiva cualitativa que permite comprender con mayor profundidad los significados atribuidos por los especialistas al autoconocimiento emocional, enriqueciendo la comprensión del fenómeno más allá de los resultados estadísticos tradicionalmente reportados en investigaciones cuantitativas.

De igual manera, los resultados respaldan los planteamientos de Mata (2022), quien demostró que el fortalecimiento del autoconocimiento desde edades tempranas favorece la

autoestima, la identidad personal y la disposición para aprender. No obstante, el presente estudio aporta una visión más amplia al integrar diferentes perspectivas teóricas —inteligencia emocional, pedagogía crítica, sociología de las emociones y teoría cognitiva— para explicar cómo el autoconocimiento emocional actúa como un eje articulador entre el bienestar socioemocional y el rendimiento académico. Esta integración teórica representa un aporte relevante para comprender el fenómeno desde una perspectiva interdisciplinaria.

Un aspecto que merece especial atención corresponde a la escasa incorporación de estrategias pedagógicas dirigidas al desarrollo sistemático del autoconocimiento emocional dentro de las instituciones educativas. Los especialistas coincidieron en señalar que muchos docentes reconocen la importancia de las competencias emocionales; sin embargo, manifiestan limitaciones relacionadas con su formación profesional y con la disponibilidad de recursos metodológicos para trabajar la educación emocional de manera planificada. Esta situación coincide con las observaciones realizadas por la UNESCO (2024), que advierte la necesidad de fortalecer la formación docente y consolidar políticas educativas orientadas al desarrollo de habilidades socioemocionales desde los primeros niveles educativos.

La principal novedad científica del estudio consiste en demostrar que el autoconocimiento emocional puede comprenderse como un principio organizador del aprendizaje y no únicamente como una habilidad complementaria del desarrollo personal. A diferencia de investigaciones anteriores centradas exclusivamente en la inteligencia emocional de manera general, este trabajo evidencia que la capacidad para reconocer y comprender las propias emociones constituye el mecanismo inicial que favorece la autorregulación, fortalece la motivación, optimiza los procesos cognitivos y mejora el rendimiento académico. Esta interpretación amplía el marco conceptual existente y propone un modelo explicativo que integra variables emocionales, cognitivas y pedagógicas dentro del proceso educativo.

Desde una perspectiva práctica, los hallazgos obtenidos respaldan la necesidad de incorporar programas permanentes de educación socioemocional en el currículo de Educación General Básica. Asimismo, resaltan la importancia de diseñar procesos de formación continua para docentes orientados al desarrollo de competencias emocionales, al fortalecimiento del clima escolar y a la implementación de estrategias didácticas que favorezcan el autoconocimiento emocional desde los primeros años de escolaridad. Estas acciones contribuirían no solo al mejoramiento del rendimiento académico, sino también al bienestar integral de los estudiantes, al fortalecimiento de la convivencia escolar y a la formación de ciudadanos emocionalmente competentes.

Finalmente, la investigación abre nuevas perspectivas teóricas y metodológicas para futuras investigaciones. Se recomienda desarrollar estudios cuantitativos y mixtos que permitan validar empíricamente el modelo propuesto mediante análisis correlacionales o explicativos, así como investigaciones longitudinales que evalúen el impacto de programas de

educación emocional sobre el rendimiento académico a mediano y largo plazo. Del mismo modo, resulta pertinente ampliar el estudio hacia otros niveles educativos y contextos socioculturales, con el propósito de profundizar en la comprensión de las interacciones entre las competencias socioemocionales, la calidad educativa y el desarrollo integral del estudiante. En este sentido, la presente investigación fortalece la línea de investigación relacionada con la innovación educativa y el desarrollo socioemocional, aportando evidencia científica relevante para orientar futuras intervenciones pedagógicas y políticas educativas centradas en el bienestar y el aprendizaje de los estudiantes.

CONCLUSIONES

Los resultados obtenidos permiten concluir que el autoconocimiento emocional constituye un principio fundamental para el fortalecimiento del rendimiento académico en los estudiantes de Educación General Básica, debido a que favorece el desarrollo de competencias indispensables para el aprendizaje, como la autorregulación, la motivación, la atención, la reflexión y la toma de decisiones. La evidencia analizada demuestra que el reconocimiento y la comprensión de las propias emociones generan condiciones favorables para afrontar las exigencias escolares, consolidando procesos cognitivos y socioemocionales que contribuyen al aprendizaje significativo y al desarrollo integral del estudiante.

Desde una perspectiva pedagógica, la investigación confirma que el desarrollo del autoconocimiento emocional no debe considerarse una actividad complementaria del currículo, sino un componente transversal de la formación educativa. La integración de estrategias orientadas al fortalecimiento de las competencias socioemocionales favorece ambientes de aprendizaje más participativos, inclusivos y emocionalmente seguros, donde los estudiantes incrementan su autonomía, fortalecen sus relaciones interpersonales y mejoran progresivamente su desempeño académico. En consecuencia, la formación emocional adquiere un papel estratégico dentro de las prácticas docentes y de los procesos de innovación educativa.

El análisis teórico realizado permitió establecer que las contribuciones de la Inteligencia Emocional, la Pedagogía Crítica, la Sociología de las Emociones y la Teoría Cognitiva ofrecen un marco conceptual sólido para comprender la interacción existente entre emoción, cognición y aprendizaje. La convergencia de estos enfoques evidencia que el rendimiento académico no depende exclusivamente de factores intelectuales, sino que responde a un proceso integral donde las experiencias emocionales influyen de manera permanente en la construcción del conocimiento, la motivación y la adaptación al contexto escolar.

Asimismo, la investigación aporta una perspectiva integradora al demostrar que el autoconocimiento emocional actúa como un elemento articulador entre las dimensiones cognitivas, afectivas y sociales del aprendizaje. Este aporte amplía la comprensión tradicional

del rendimiento académico al incorporar la dimensión emocional como un factor explicativo de la calidad educativa y del desarrollo humano, ofreciendo fundamentos científicos que respaldan la necesidad de fortalecer la educación socioemocional desde los primeros niveles de escolaridad.

Finalmente, aunque los hallazgos alcanzados ofrecen evidencia relevante sobre la influencia del autoconocimiento emocional en el rendimiento académico, persisten interrogantes que requieren ser abordados en futuras investigaciones. Resulta pertinente desarrollar estudios longitudinales que permitan evaluar el impacto sostenido de programas de educación emocional sobre el desempeño escolar, así como investigaciones de enfoque cuantitativo o mixto que validen empíricamente las relaciones identificadas en este estudio. De igual manera, será importante analizar cómo variables como el contexto familiar, el liderazgo docente, la cultura institucional y el uso de metodologías activas interactúan con el desarrollo del autoconocimiento emocional, ampliando el conocimiento científico sobre esta temática y fortaleciendo el diseño de intervenciones educativas orientadas al bienestar y al éxito académico de los estudiantes.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Altez, M., Rivas, L., & Mendoza, J. (2021). *Teoría cognitiva y aprendizaje significativo en contextos educativos*. Editorial Académica Española.

Benítez Vergara, O. M. (2023). Inteligencia emocional: Un desafío para la educación en el marco de una formación integral. *Gaceta de Pedagogía, 46*, 113–130.

Bisquerra, R. (2020). *Educación emocional: Propuestas para educadores y familias*. Desclée de Brouwer.

Cuevas, A. (2022). *Autoconocimiento y desarrollo emocional en la educación contemporánea*. Editorial Narcea.

Freire, P. (2005). *Pedagogía del oprimido* (2.ª ed.). Siglo XXI Editores. (Obra original publicada en 1970).

Gadotti, M., Gómez, M., Mafra, J., & Fernandes, A. (2008). *Paulo Freire: Contribuciones para la pedagogía*. CLACSO.

Goleman, D. (2018). *La inteligencia emocional* (Edición actualizada). Kairós.

González, J., Pérez, L., & Ramírez, M. (2024). El impacto de la inteligencia emocional en el rendimiento académico de los estudiantes de educación básica. *Revista Latinoamericana de Educación, 18*(2), 55–72.

Guidobono, M. (2021). El impacto de las emociones en el aprendizaje. *Revista Iberoamericana de Educación, 86*(1), 95–112.

Ha, C., McCarthy, M. F., Strambler, M. J., & Cipriano, C. (2025). Disentangling the effects of social and emotional learning programs on student academic achievement across Grades 1–12: A systematic review and meta-analysis. *Review of Educational Research*. https://doi.org/10.3102/00346543251367769

Hochschild, A. R. (1983). *The managed heart: Commercialization of human feeling*. University of California Press.

MacCann, C., Jiang, Y., Brown, L. E. R., Double, K. S., Bucich, M., & Minbashian, A. (2020). Emotional intelligence predicts academic performance: A meta-analysis. *Psychological Bulletin, 146*(2), 150–186. https://doi.org/10.1037/bul0000219

Mata, M. (2022). Favorecer el autoconocimiento a través del aprendizaje con otros en educación preescolar. *Revista Educación y Desarrollo, 61*, 45–58.

Ministerio de Educación del Ecuador. (2024). *Lineamientos para el fortalecimiento de la educación socioemocional en el sistema educativo ecuatoriano*. Ministerio de Educación.

Osorio, R., Quispe, J., & Huamán, M. (2022). Inteligencia emocional y aprendizaje significativo durante la pandemia en estudiantes de educación básica. *Revista Peruana de Investigación Educativa, 14*(2), 101–118.

Paredes Collaguazo, A. J. (2025). Análisis de los componentes de la inteligencia emocional en

el ámbito educativo: Aportes de Daniel Goleman y Rafael Bisquerra. *PsyEduca – International Journal of Educational Psychology and Guidance, 1*(2), 45–60. https://doi.org/10.64747/psyeduca.v1i2.10

Piaget, J. (2007). *La psicología de la inteligencia*. Crítica.

Roa-Benítez, L. D. (2025). Inteligencia emocional y rendimiento académico en estudiantes de educación básica: Una revisión sistemática. *Revista Ciencia & Sociedad, 9*(2), 55–73.

Sánchez-Álvarez, N., Berrios Martos, M. P., & Extremera, N. (2020). A meta-analysis of the relationship between emotional intelligence and academic performance in secondary education: A multi-stream comparison. *Frontiers in Psychology, 11*, 1517. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.01517

UNESCO. (2024). *Mainstreaming social and emotional learning in education systems: Policy guide*. UNESCO.

CONFLICTO DE INTERÉS:

Los autores declaran que no existen conflicto de interés posibles.

FINANCIAMIENTO

No existió asistencia de financiamiento de parte de pares externos al presente artículo.

NOTA:

El articulo no es producto de una publicación anterior