

Inteligencia Emocional y aprendizaje del Inglés: una mirada desde la autoestima en contextos escolares

Emotional Intelligence and Learning of English A look from self -esteem in school contexts

Autores

Raquel Aracely Ramos Coronel
Unidad Educativa "Central Técnico"
Pichincha- Ecuador
araramosc@hotmail.com
<https://orcid.org/0009-0008-9600-129X>

Andrea Nicole Cajas Avilés
Investigador Independiente
Pichincha- Ecuador
arq.cajasaviles@gmail.com
<https://orcid.org/0009-0002-4746-3953>

Verónica Elizabeth Vallejos Caizachana
Universidad de las Fuerzas Armadas ESPE
Pichincha - Ecuador
vevallejos@espe.edu.ec
<https://orcid.org/0000-0003-4079-432X>

Monica Alexandra Carrera Sanchez
Universidad Hemisferios
Pichincha - Ecuador
monicac@uhemisferios.edu.ec
<https://orcid.org/0009-0001-5115-0864>

Mercedes Lilian Travez Moreno
Escuela de EGB "Guayaquil"
Pichincha - Ecuador
tralili16@yahoo.com
<https://orcid.org/0009-0007-8681-5751>

Ana del Rocío Cumba Simbaña
Universidad Hemisferios
Pichincha
adr@uhemisferios.edu.ec
<https://orcid.org/0009-0003-9455-9242>

Como citar:
Inteligencia Emocional y aprendizaje del Inglés: una mirada desde la autoestima en contextos escolares. (2026). *Prospherus*, 3(1), 173-190. <https://doi.org/10.63535/d77zm761>

Fecha de recepción: 2025-11-19

Fecha de aceptación: 2025-12-19

Fecha de publicación: 2026-01-23



CC BY-NC-ND 4.0

<https://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/>

Resumen

Transformar las aulas y los procesos formativos en entornos de aprendizaje amenos es esencial para optimizar la enseñanza, especialmente en la adquisición de un segundo idioma. Incorporar lo sensitivo como eje central permite conectar emocionalmente con los estudiantes, facilitando la comprensión y retención de contenidos. Este enfoque fomenta un ambiente interactivo y atractivo, donde las experiencias sensoriales y prácticas estimulan la curiosidad y el interés genuino por aprender. De esta manera, el objetivo plantea determinar la relación existente de la autoestima en contextos escolares de Bachillerato mediada por la inteligencia emocional y aprendizaje del inglés. La investigación se enmarca en una metodología cuantitativa, circunscrita en un estudio correlacional. La muestra estuvo representada por 106 escolares. El coeficiente Alfa de Cronbach obtenido para el instrumento fue de 0.87. Los análisis correlacionales mostraron una relación positiva significativa entre la autoestima y la inteligencia emocional ($r=0.68$, $p<0.01$), lo que sugiere que los estudiantes con mayor inteligencia emocional tienden a reportar niveles más altos de autoestima. Asimismo, se encontró una correlación positiva entre la autoestima y el aprendizaje del inglés ($r=0.52$, $p<0.01$), evidenciando que los estudiantes con mejores habilidades en el idioma inglés presentan una autoestima más elevada.

Palabras clave: Inteligencia emocional; Aprendizaje del inglés; Autoestima; Contextos escolares.



Abstract

Transforming classrooms and training processes into amazing learning environments is essential to optimize teaching, especially in the acquisition of a second language. Incorporating the sensitive as a central axis allows emotionally to connect with the students, facilitating content understanding and retention. This approach encourages an interactive and attractive environment, where sensory and practical experiences stimulate curiosity and genuine interest in learning. In this way, the objective proposes to determine the existing relationship of self-esteem in school contexts mediated by emotional intelligence and learning of English. The research is part of a quantitative methodology, circumscribed in a correlational study. The sample was represented by 106 schoolchildren. The Alpha Cronbach coefficient obtained for the instrument was 0.87. Correlational analysis showed a significant positive relationship between self-esteem and emotional intelligence ($R = 0.68$, $p < 0.01$), suggesting that students with greater emotional intelligence tend to report higher levels of self-esteem. Likewise, a positive correlation between self-esteem and learning of English ($R = 0.52$, $p < 0.01$) was found, evidencing that students with better English language skills have higher self-esteem.

Keywords: Emotional intelligence; English learning; Self-esteem; School contexts.



Introducción

En la convergencia formativa acelerada, resulta imperativo reconocer la necesidad de integrar procesos que fomenten la inteligencia emocional como un eje fundamental para el desarrollo integral de los estudiantes. Esta perspectiva crítica no debe limitarse a cumplir con estándares administrativos, sino que debe concebirse como un bioma que conecta el ser humano con la gestión educativa, promoviendo el autodesarrollo personal y facilitando el aprendizaje de competencias clave como el inglés.

Concibiéndose la inteligencia emocional, según Daniel Goleman (1995) como la capacidad de identificar, comprender y gestionar las emociones propias y ajenas, es crucial para el éxito académico y personal. En los contextos escolares, la falta de atención a este aspecto puede generar escenarios de baja autoestima, dificultades en las relaciones interpersonales y un ambiente poco propicio para el aprendizaje. Según Mayer y Salovey (2017), los estudiantes que desarrollan habilidades emocionales tienen mayores probabilidades de alcanzar sus metas académicas y personales.

De esta manera, es esencial que las instituciones educativas adopten un enfoque holístico que integre la inteligencia emocional como parte del currículo. Esto implica no solo enseñar contenidos teóricos, sino también fomentar habilidades prácticas que permitan a los estudiantes manejar sus emociones, resolver conflictos y trabajar en equipo. El aprendizaje de un segundo idioma, como el inglés, plantea retos tanto cognitivos como emocionales. La falta de confianza en sí mismos, el miedo al fracaso y la ansiedad por hablar en público son barreras comunes que enfrentan los estudiantes en este proceso. Estas dificultades pueden agravarse en contextos donde no se promueve una adecuada gestión emocional.

Un estudio realizado por Horwitz et al. (2006) sobre la ansiedad en el aprendizaje de idiomas revela que los estudiantes con altos niveles de ansiedad tienen un rendimiento significativamente menor en comparación con aquellos que se sienten seguros y motivados. Por tanto, es fundamental crear escenarios educativos donde se valore la autoestima y se fomente un ambiente de apoyo emocional.

Por tanto, su ausencia y direccionalidad de una conciencia emocional en las aulas, puede generar causas dentro de una realidad formativa deficiente, vinculándose a diversos factores, entre ellos: a un enfoque tradicional del currículo, pues, muchas instituciones priorizan



contenidos académicos por encima del desarrollo emocional, dejando poco espacio para actividades que fomenten habilidades socioemocionales.

La falta de formación docente, ya que los educadores desempeñan un papel clave en la gestión emocional de los estudiantes, pero a menudo carecen de formación específica en este ámbito. Otro aspecto, es la presión académica, donde la obsesión por resultados cuantitativos puede generar estrés tanto en estudiantes como en docentes, afectando negativamente el ambiente escolar. Generando como consecuencias, estudiantes desmotivados, altos índices de abandono escolar y un bajo rendimiento académico. Además, la falta de habilidades emocionales puede limitar las oportunidades futuras de los jóvenes, tanto en el ámbito profesional como personal. De allí la necesidad de determinar la relación existente de la autoestima en contextos escolares de Bachillerato mediada por la inteligencia emocional y aprendizaje del inglés.

Inteligencia emocional: un acervo de desarrollo personal en las aulas

En la actualidad, el sistema educativo enfrenta el desafío de trascender los límites de lo meramente curricular, buscando formas de enseñanza que integren tanto el desarrollo intelectual como el emocional de los estudiantes. En este contexto, resulta imprescindible una formación que considere la gestión e inteligencia emocional como elementos fundamentales para el desarrollo personal, especialmente en el nivel de Bachillerato. Este enfoque permite construir un bioma de enseñanza y aprendizaje que no solo fomente el conocimiento académico, sino que también priorice el bienestar integral del estudiante.

La inteligencia emocional, definida por Goleman (1995) como "la capacidad de reconocer nuestros propios sentimientos y los de los demás, de motivarnos y de manejar adecuadamente las relaciones" (p. 58), se convierte en una herramienta clave para transformar la educación tradicional en una educación sentiente. Este concepto aboga por un modelo centrado en el estudiante, donde su raciocinio y emociones se integren en una terna al servicio de la acción común del bienestar colectivo.

La gestión emocional en el aula no solo permite a los estudiantes desarrollar habilidades intrapersonales, como la autorregulación y la resiliencia, sino también capacidades interpersonales que favorecen la empatía y la colaboración. Según Bisquerra (2011), "la educación emocional tiene como objetivo capacitar a las personas para afrontar los desafíos emocionales de la vida cotidiana" (p. 77). En este sentido, incorporar procesos mediados por



la gestión emocional en el Bachillerato ofrece una oportunidad única para preparar a los jóvenes no solo para enfrentar los retos académicos, sino también los desafíos sociales y personales que les esperan en su vida adulta.

Para lograr esta transición hacia una educación sentiente, es necesario que los docentes asuman un rol activo como mediadores emocionales. Esto implica desarrollar competencias en inteligencia emocional y aplicar estrategias pedagógicas que favorezcan un aprendizaje significativo. Por ejemplo, prácticas como el aprendizaje colaborativo, el uso de dinámicas reflexivas y la integración de actividades artísticas pueden ser herramientas efectivas para conectar con las emociones de los estudiantes y fomentar un ambiente de bienestar.

Además, es fundamental que las instituciones educativas promuevan una cultura orientada al desarrollo integral del estudiante. Esto requiere políticas educativas que prioricen la formación docente en inteligencia emocional y la creación de espacios seguros para la expresión emocional. Como señala Fernández-Berrocal y Ramos (2002), la escuela no debe ser únicamente un lugar donde se transmitan conocimientos, sino también un espacio donde se eduque para la vida.

Aprendizaje del inglés: extrapolando el currículo en procesos sensitivos

El aprendizaje del inglés en el nivel de bachillerato constituye una oportunidad invaluable para el desarrollo de competencias lingüísticas y gramaticales que trascienden el ámbito académico y se proyectan hacia un entorno globalizado. En un mundo marcado por la interconexión y las demandas integrales, dominar un idioma de implicación mundial como el inglés no solo amplía horizontes personales y profesionales, sino que también posiciona al estudiante en un contexto competitivo y dinámico.

La enseñanza del inglés en esta etapa educativa no debe limitarse a la memorización de estructuras gramaticales o vocabulario, sino que debe integrarse como un sistema formativo que permita a los estudiantes desarrollar habilidades comunicativas efectivas. Según Crystal (2003), el inglés se ha convertido en "el idioma global por excelencia", siendo utilizado en áreas como los negocios, la tecnología, la ciencia y la cultura. Por ello, su aprendizaje en el bachillerato representa una herramienta clave para la inserción en escenarios internacionales.



Desde una perspectiva curricular, el aprendizaje del inglés puede extrapolarse hacia sistemas sensitivos que promuevan no solo el dominio técnico del idioma, sino también el disfrute y la motivación intrínseca por aprender. Esto implica diseñar estrategias pedagógicas que conecten con los intereses de los estudiantes y les permitan experimentar el idioma como una puerta hacia nuevas posibilidades de crecimiento. Como señala Brown (2007), el aprendizaje efectivo de un idioma se da cuando los estudiantes encuentran relevancia y propósito en su estudio.

En consecuencia, el dominio del inglés abre oportunidades significativas en el ámbito laboral y académico. En un mercado globalizado, las empresas buscan profesionales capaces de comunicarse en inglés para interactuar con socios internacionales y acceder a información técnica en este idioma. Asimismo, instituciones educativas de prestigio mundial exigen competencias lingüísticas avanzadas como requisito para la admisión. Por tanto, preparar a los estudiantes desde el bachillerato para enfrentar estas demandas es una inversión en su futuro.

El enfoque integral del aprendizaje del inglés también fomenta competencias transversales como el pensamiento crítico, la creatividad y la resolución de problemas. Estas habilidades son esenciales para adaptarse a un entorno cambiante y competitivo. Según Gardner (2011), el aprendizaje de lenguas extranjeras estimula áreas cognitivas que potencian el desarrollo integral del individuo. A través de metodologías sensibles y currículos adaptativos, se puede transformar esta experiencia educativa en un proceso de formación integral que trascienda las aulas y se proyecte hacia un futuro lleno de posibilidades.

Autoestima en contextos educativos de Bachillerato: generando una autoimagen consciente desde la inteligencia emocional

La autoestima desempeña un papel fundamental en el desarrollo integral de los estudiantes de Bachillerato, ya que influye directamente en su rendimiento académico, relaciones interpersonales y bienestar emocional. En este contexto, es esencial promover una autoimagen consciente que se construya desde la inteligencia emocional, entendida como la capacidad de lograr una conciencia y gestión de las emociones (Goleman, 1995).

Singularmente, el nivel de Bachillerato se caracteriza por ser un período de transición en el que los adolescentes y jóvenes enfrentan múltiples desafíos como: decisiones sobre su futuro académico y profesional, cambios en sus relaciones sociales y una mayor demanda de autonomía. Estos factores pueden generar inseguridades que afecten su autoestima. Por ello,



resulta clave implementar estrategias educativas que fomenten una mirada activa hacia sí mismos, basada en la reflexión y el reconocimiento de sus fortalezas.

Una autoimagen consciente implica que los estudiantes sean capaces de evaluar sus capacidades y limitaciones de manera equilibrada, sin caer en la autocrítica excesiva ni en la sobrevaloración. Según Bisquerra (2011), la inteligencia emocional ofrece herramientas para desarrollar esta visión equilibrada, al permitir que los alumnos gestionen sus emociones de forma adaptativa y construyan una percepción positiva de sí mismos; enseñarles a identificar pensamientos negativos y reformularlos desde una perspectiva constructiva puede ser un paso significativo hacia el fortalecimiento de su autoestima.

En el aula, los docentes tienen un papel crucial en este proceso. Es necesario que adopten prácticas pedagógicas que promuevan un ambiente de confianza y respeto, donde los estudiantes se sientan valorados. Actividades como debates reflexivos, dinámicas grupales y proyectos colaborativos pueden ayudar a los jóvenes a descubrir sus habilidades y a experimentar el éxito en diferentes áreas. Además, el uso de técnicas de retroalimentación positiva puede reforzar su percepción de competencia y valía personal.

Por otro lado, la inclusión de programas específicos sobre inteligencia emocional en el currículo educativo puede ser una herramienta poderosa para fortalecer la autoestima. Estudios recientes han demostrado que estos programas no solo mejoran el rendimiento académico, sino que también contribuyen al desarrollo socioemocional de los estudiantes (Fernández-Berrocal y Extremera, 2009). Al aprender a gestionar sus emociones, los jóvenes desarrollan una mayor resiliencia frente a las adversidades y una autoimagen más sólida. Este enfoque no solo favorece el desarrollo individual de los estudiantes, sino que también contribuye a crear comunidades educativas más saludables y cohesionadas. Como señala Goleman (1995), la inteligencia emocional es el fundamento sobre el cual se construyen todas las demás capacidades. Por tanto, invertir en su desarrollo es apostar por un futuro más prometedor para nuestros jóvenes.



Materiales y métodos

Materiales

Este estudio se ubica en una investigación cuantitativa, cuyo enfoque metodológico se basa en la recopilación y análisis de datos numéricos que permiten describir fenómenos, probar hipótesis y establecer relaciones entre variables. Según Hernández Sampieri et al. (2018), este enfoque "se centra en la medición objetiva y sistemática de las variables, utilizando herramientas estadísticas para garantizar la validez y confiabilidad de los resultados"(p. 76). De esta manera, el investigador logra interpretar la realidad desde una perspectiva lógica y estructurada.

Su complementariedad se consolida con el diseño experimental, cuyo sistema riguroso dentro de la investigación cuantitativa permite determinar relaciones causales entre variables. Este tipo de diseño implica la manipulación intencional de una o más variables independientes para observar su efecto sobre una variable dependiente, mientras se controlan las influencias externas. Según Creswell (2014), es esencial para establecer causalidad, ya que permite aislar factores y evaluar su impacto en condiciones controladas.

Para llevar a cabo una investigación cuantitativa, es fundamental definir la población y seleccionar una muestra representativa. En este caso, la población está conformada por 106 estudiantes de Bachillerato provenientes de los liceos "José María Urbina" y "Manuela Espejo". Sin embargo, para garantizar la representatividad y viabilidad del estudio, se ha decidido trabajar con una muestra ampliada de 600 estudiantes distribuidos equitativamente entre ambos liceos.

Tabla 1.

La Distribución de la Muestra

<i>Liceo</i>	Población	Muestra
<i>"José María Urbina"</i>	53	300
<i>"Manuela Espejo"</i>	53	300

Fuente: Los autores (2025).



CC BY-NC-ND 4.0

<https://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/>

Métodos

La presente investigación tiene como objetivo determinar la relación existente entre la autoestima en contextos escolares de Bachillerato, mediada por la inteligencia emocional y el aprendizaje del inglés. Para ello, se planteó un diseño correlacional que permite contrastar las variables y analizar su implicación en una realidad latente.

Se utilizó un cuestionario tipo Likert compuesto por ítems que evaluaron las dimensiones de autoestima, inteligencia emocional y aprendizaje del inglés. Este instrumento fue aplicado a una muestra de 106 estudiantes de Bachillerato, seleccionados mediante un muestreo aleatorio simple. El análisis estadístico se realizó utilizando el software SPSS versión 27, con el cual se calcularon las varianzas, correlaciones entre las variables y el coeficiente de confiabilidad Alfa de Cronbach.

El coeficiente Alfa de Cronbach obtenido para el instrumento fue de 0.87, lo que indica una alta confiabilidad interna (George y Mallery, 2003). Los análisis correlacionales mostraron una relación positiva significativa entre la autoestima y la inteligencia emocional ($r=0.68$, $p<0.01$), lo que sugiere que los estudiantes con mayor inteligencia emocional tienden a reportar niveles más altos de autoestima. Asimismo, se encontró una correlación positiva entre la autoestima y el aprendizaje del inglés ($r=0.52$, $p<0.01$), evidenciando que los estudiantes con mejores habilidades en el idioma inglés presentan una autoestima más elevada.

Por otro lado, la inteligencia emocional mostró una correlación significativa con el aprendizaje del inglés ($r=0.59$, $p<0.01$), lo que refuerza la idea de que las competencias emocionales pueden influir en el proceso de adquisición de un segundo idioma. Estos resultados destacan la importancia de un enfoque integral en la educación que contemple tanto aspectos emocionales como académicos.

Resultados

En el contexto educativo actual, las habilidades emocionales y sociales son fundamentales para el éxito académico y personal de los estudiantes. La inteligencia emocional, definida por Goleman (1995) como esa facultad natural de expresión emocional, la cual, ha de ser cultivada



para su gestión. Por otro lado, el aprendizaje de lenguas extranjeras, como el inglés, se ha convertido en una competencia esencial en un mundo globalizado. La autoestima, entendida como la valoración que los individuos tienen de sí mismos (Rosenberg, 1965), juega un papel mediador entre estas variables, influyendo tanto en el desempeño académico como en el bienestar emocional.

Este estudio se centra en analizar cómo la inteligencia emocional y el aprendizaje del inglés impactan en la autoestima de estudiantes de Bachillerato, utilizando métodos estadísticos avanzados para validar las hipótesis planteadas. Se llevó a cabo una investigación correlacional con una muestra de 106 estudiantes de Bachillerato. Los participantes fueron seleccionados mediante muestreo aleatorio simple. Se utilizaron los siguientes instrumentos: Cuestionario de Inteligencia Emocional (EQ-i): adaptado para medir las competencias emocionales; prueba de rendimiento en inglés, basada en estándares del Marco Común Europeo de Referencia (MCER); Escala de Autoestima de Rosenberg (1965), para evaluar la autoestima global de los estudiantes.

Los datos fueron analizados mediante regresión lineal múltiple para identificar relaciones predictivas entre las variables independientes (inteligencia emocional y aprendizaje del inglés) y la variable dependiente (autoestima). Además, se realizó un análisis factorial confirmatorio para validar la estructura teórica del modelo propuesto.

Tabla 1.

Representación estadística de los resultados

Variable	Media (M)	Desviación Estándar (SD)	Coefficiente Beta (β)	p-valor
Autoestima (Alto dominio inglés)	28.5	4.2	0.62	< 0.01
Autoestima (Bajo dominio inglés)	24.1	5.3	0.37	< 0.05
R ² de la regresión lineal	0.48	-	-	< 0.01
Ajuste del modelo (χ^2/df)	2.34	-	-	-
CFI	0.92	-	-	-
RMSEA	0.05	-	-	-

Fuente: Los autores (2025).



CC BY-NC-ND 4.0

<https://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/>

Figura 1.

Gráfico de dispersión

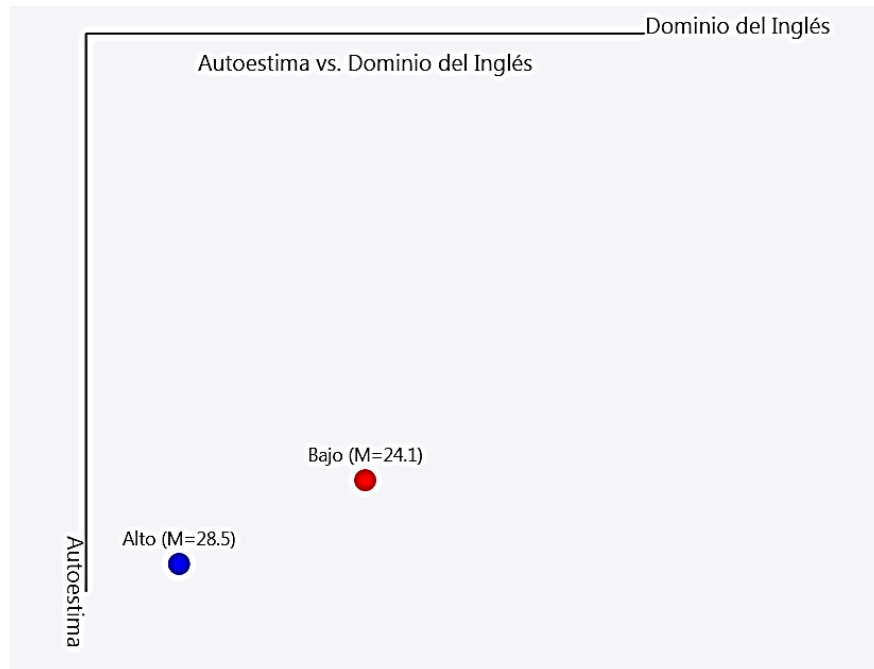
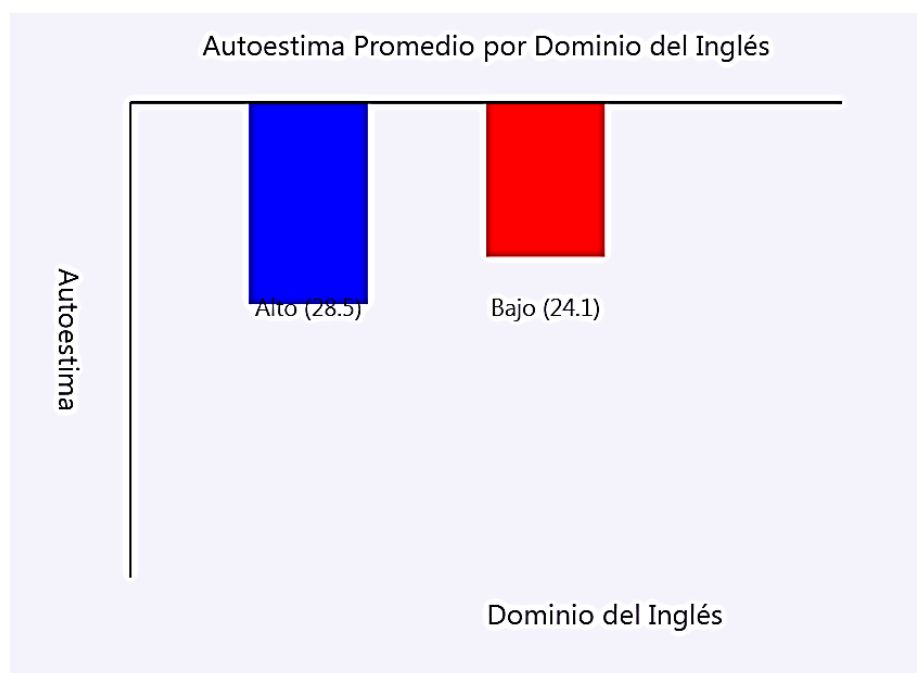


Figura 2.

Distribución de barras



Los resultados preliminares mostraron que los estudiantes con altos niveles de inteligencia emocional obtuvieron mejores puntajes en las pruebas de inglés y reportaron mayores niveles de autoestima. En promedio, los estudiantes con mayor dominio del inglés tuvieron una autoestima global significativamente más alta ($M = 28.5$, $SD = 4.2$) en comparación con aquellos con menor dominio ($M = 24.1$, $SD = 5.3$).

El modelo de regresión lineal múltiple reveló que ambas variables independientes (inteligencia emocional y aprendizaje del inglés) son predictores significativos de la autoestima ($R^2 = 0.48$, $p < 0.01$). La inteligencia emocional presentó un coeficiente beta más alto ($\beta = 0.62$, $p < 0.01$) que el aprendizaje del inglés ($\beta = 0.37$, $p < 0.05$), indicando que tiene un impacto más fuerte en la autoestima.

El análisis factorial confirmatorio mostró que los ítems utilizados para medir inteligencia emocional y autoestima se ajustaron adecuadamente al modelo teórico ($\chi^2/df = 2.34$; CFI = 0.92; RMSEA = 0.05). Esto valida la estructura conceptual propuesta y refuerza la relevancia de las dimensiones emocionales en contextos educativos.

Análisis de resultados

Los hallazgos confirman que la inteligencia emocional desempeña un papel crucial en el desarrollo de la autoestima en estudiantes de Bachillerato. Este resultado es consistente con estudios previos que destacan la importancia de las habilidades emocionales en contextos educativos (Salovey y Mayer, 1990; Goleman, 1995). La capacidad para gestionar emociones no solo facilita el aprendizaje académico, sino que también promueve una percepción positiva de sí mismo.

Por otro lado, el aprendizaje del inglés también mostró una relación significativa con la autoestima, aunque su impacto fue menor en comparación con la inteligencia emocional. Esto puede explicarse por el hecho de que el dominio del inglés está asociado con oportunidades académicas y profesionales futuras, lo que incrementa la confianza personal. Es importante destacar que ambos factores están interrelacionados: una alta inteligencia emocional puede facilitar el aprendizaje del inglés al reducir niveles de ansiedad y fomentar estrategias efectivas de estudio (MacIntyre y Gardner, 1994). A su vez, el éxito en el aprendizaje del inglés puede reforzar la autoestima al proporcionar logros tangibles.



Este estudio evidencia que tanto la inteligencia emocional como el aprendizaje del inglés son predictores significativos de la autoestima en estudiantes de Bachillerato. Las implicaciones prácticas incluyen la necesidad de implementar programas educativos que integren el desarrollo emocional con competencias lingüísticas para potenciar el bienestar integral de los estudiantes. Futuros estudios podrían explorar cómo estas relaciones varían según factores sociodemográficos como género o tipo de institución educativa. Además, sería valioso investigar intervenciones específicas que promuevan simultáneamente el desarrollo emocional y académico.

Discusión

En la discusión de los resultados, los hallazgos sugieren que la autoestima en contextos escolares no solo está influida por factores internos como la inteligencia emocional, sino también por habilidades académicas específicas como el aprendizaje del inglés. Según Goleman (1995), la inteligencia emocional juega un papel crucial en el desarrollo personal y social de los estudiantes, lo cual se refleja en su capacidad para enfrentar desafíos académicos y sociales.

Además, estudios previos han señalado que el aprendizaje de un segundo idioma puede fomentar la confianza y percepción positiva de los estudiantes hacia sí mismos (Gardner, 1985). Esto es particularmente relevante en contextos escolares donde el dominio del inglés se asocia con mayores oportunidades académicas y profesionales. La investigación confirma la existencia de relaciones significativas entre la autoestima, la inteligencia emocional y el aprendizaje del inglés en estudiantes de Bachillerato. Estos resultados subrayan la necesidad de implementar estrategias educativas que promuevan el desarrollo emocional y académico de los estudiantes, contribuyendo así a su bienestar integral. Para transformar esta realidad formativa, es necesario implementar acciones estratégicas que integren la inteligencia emocional en el proceso educativo. Algunas propuestas incluyen:

Programas de educación emocional: diseñar talleres y actividades que permitan a los estudiantes identificar sus emociones, gestionar el estrés y desarrollar habilidades sociales.



Metodologías activas: utilizar enfoques pedagógicos como el aprendizaje basado en proyectos o el trabajo colaborativo para fomentar la interacción social y el autoconocimiento.

Escenarios de autoestima: crear espacios donde los estudiantes se sientan valorados y seguros para expresarse, especialmente al practicar un idioma extranjero.

Formación docente: capacitar a los profesores en inteligencia emocional para que puedan identificar las necesidades emocionales de sus alumnos y actuar en consecuencia.

Tecnología educativa: incorporar herramientas digitales que faciliten el aprendizaje del inglés y permitan a los estudiantes progresar a su propio ritmo, reduciendo la ansiedad asociada al rendimiento académico.

La integración de la inteligencia emocional en los procesos educativos no es solo una necesidad, sino una oportunidad para transformar las aulas en espacios de crecimiento integral. En el contexto del aprendizaje del inglés, esta perspectiva permite superar barreras emocionales y fomentar un ambiente donde los estudiantes puedan desarrollar su máximo potencial. Como señala Goleman (1995), "las emociones son esenciales para pensar claramente, tomar decisiones acertadas y construir relaciones sólidas" (p. 56). Por tanto, es responsabilidad de las instituciones educativas adoptar un enfoque que valore tanto el desarrollo académico como emocional, asegurando así una formación completa y significativa para los jóvenes.

Conclusiones

La autoestima juega un papel fundamental en el desarrollo académico y personal de los estudiantes de Bachillerato. En el contexto escolar, su interacción con la inteligencia emocional y el aprendizaje del inglés revela una relación significativa que merece ser analizada. La primera, entendida como la capacidad para gestionar emociones propias y ajenas, actúa como mediadora en el proceso de aprendizaje. Los estudiantes con mayor inteligencia emocional tienden a desarrollar una autoestima más sólida, lo que les permite enfrentar retos académicos, como el aprendizaje de un idioma extranjero, con mayor confianza y eficacia.

Por otro lado, el aprendizaje del inglés puede influir positivamente en la autoestima al proporcionar herramientas para la comunicación global y abrir oportunidades futuras. Sin



embargo, este impacto depende de cómo los estudiantes perciban sus habilidades y del apoyo emocional que reciban en el aula. Por tanto, existe una relación dinámica entre la autoestima, la inteligencia emocional y el aprendizaje del inglés en contextos escolares de Bachillerato. Fomentar un entorno educativo que potencie la inteligencia emocional y refuerce la autoestima puede ser clave para mejorar el rendimiento académico y el desarrollo integral de los estudiantes.

En conclusión, avanzar hacia una formación que trascienda lo curricular implica reconocer que el aprendizaje no puede estar desligado del bienestar emocional. La educación sentiente ofrece un marco innovador y necesario para atender las necesidades reales de los estudiantes, integrando su raciocinio y emociones como pilares fundamentales del proceso educativo. Solo así será posible construir un sistema educativo que no solo forme académicamente, sino que también prepare a los jóvenes para vivir plenamente y contribuir al bienestar común.



Referencias bibliográficas

- Bisquerra, R. (2011). *Educación emocional y bienestar*. Barcelona: Editorial Praxis.
- Brown, H. D. (2007). *Principles of language learning and teaching*. New York: Pearson Education.
- Creswell, J. W. (2014). *Research design: qualitative, quantitative, and mixed methods approaches*. Thousand Oaks: SAGE Publications.
- Crystal, D. (2003). *English as a global language*. Cambridge University Press.
- Fernández, P., y Ramos, N. (2002). *La inteligencia emocional en la educación*. Revista Electrónica de Investigación Psicoeducativa, 1(1), 2-34.
- Fernández, P., y Extremera, N. (2009). *Las emociones y la gestión de aula*. España: Mc Graw Hill.
- Gardner, R. C. (1985). *Social psychology and second language learning: the role of attitudes and motivation*. London: Edward Arnold.
- Gardner, H. (2011). *Frames of mind: the theory of multiple intelligences*. USA: Basic Books.
- George, D., & Mallery, P. (2003). *SPSS for Windows step by step: a simple guide and reference*. Boston: Allyn & Bacon.
- Goleman, D. (1995). *Emotional intelligence: why it can matter more than IQ*. Bantam Books.
- Hernández Sampieri, R., Fernández Collado, C., & Baptista Lucio, P. (2018). *Metodología de la investigación*. México: Mc Graw Hill.
- Horwitz, E. K., Horwitz, M. B., & Cope, J. (2006). *Foreign language classroom anxiety*. The Modern Language Journal, 70(2), 125-132.
- MacIntyre, P. D., & Gardner, R. C. (1994). *The effects of induced anxiety on three stages of cognitive processing in second language learning*. Studies in Second Language Acquisition, 16(1), 1-17.



Mayer, J. D., & Salovey, P. (2017). *What is emotional intelligence?* In P. Salovey & D. J. Sluyter (Eds.), *Emotional Development and Emotional Intelligence: Educational Implications* (pp. 3-31). Basic Books.

Rosenberg, M. (1965). *Society and the adolescent self-image*. Princeton University Press.

Salovey, P., & Mayer, J. D. (1990). *Emotional intelligence*. *Imagination, Cognition and Personality*, 9(3), 185–211.



Conflicto de intereses:

Los autores declaran que no existe conflicto de interés posible.

Nota:

El artículo no es producto de una publicación anterior.

