

Inteligencia Emocional y su Relación con la Empatía en el Educación Básica en Quito, Ecuador

Emotional Intelligence and Its Relationship with Empathy in Basic Education in Quito, Ecuador

AUTORES

Guadalupe Rosaura Zapata Cervantes

Unidad Educativa Milenio Ileana Espinel Cedeño
Guayas - Guayas
guadalupe.zapatac@educacion.gob.ec
<https://orcid.org/0009-0002-9159-239X>

Angelica Yissela Tuarez Tuares

Escuela de Educación Básica César Borja Lavayen
Guayas - Ecuador
yissela89@outlook.com
<https://orcid.org/0009-0006-6962-3806>

Ángela Valeria Vera Mera

Institución: Logos Academy
Guayas - Ecuador
valeriavm.adg@gmail.com
<https://orcid.org/0000-0002-8375-1269>

Yadira Jakeline Cando Toapanta

Unidad Educativa "García"
Bolivar – Ecuador
jakelinecando@gmail.com
<https://orcid.org/0009-0000-0552-3976>

Como citar:

Inteligencia Emocional y su Relación con la Empatía en el Educación Básica en Quito, Ecuador. (2025). *Prosperus*, 2(2), 67-83. <https://doi.org/10.63535/pfrk6z31>

Fecha de recepción: 2025-02-21

Fecha de aceptación: 2025-03-09

Fecha de publicación: 2025-04-11



CC BY-NC-ND 4.0

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

Resumen

La presente investigación analiza la relación entre la inteligencia emocional y la empatía en estudiantes de Educación Básica en Quito, Ecuador, desde un enfoque cuantitativo y positivista. Fundamentada en los postulados de Fernández-Berrocal y Extremera (2019) sobre inteligencia emocional y Maturana (1997) sobre empatía, la investigación busca determinar cómo la capacidad de reconocer y gestionar emociones influye en el desarrollo de la empatía en el contexto escolar. Se utilizó una metodología empírica basada en la demostración de hipótesis, empleando la encuesta como técnica de recolección de datos. El instrumento aplicado fue un cuestionario estructurado que permitió evaluar los niveles de inteligencia emocional y empatía en la muestra seleccionada. La población estuvo conformada por estudiantes de Educación Básica, lo que permitió obtener datos representativos sobre la interacción entre ambas variables. Los resultados evidenciaron una correlación positiva entre la inteligencia emocional y la empatía, indicando que los estudiantes con mayor capacidad de autorregulación emocional presentan niveles más altos de empatía. Además, se identificaron desafíos en la regulación emocional, lo que resalta la importancia de estrategias pedagógicas para fortalecer estas competencias. Se concluye que la educación emocional debe ser integrada en el currículo escolar, complementada con formación docente en estrategias de regulación emocional. Se recomienda el desarrollo de programas psicoeducativos que potencien la inteligencia emocional y la empatía, favoreciendo la convivencia y el bienestar estudiantil.

Palabras clave: Inteligencia Emocional; Empatía; Educación Básica; Regulación Emocional; Enseñanza Socioemocional; Aprendizaje Escolar.



Abstract

This research analyzes the relationship between emotional intelligence and empathy in Basic Education students in Quito, Ecuador, from a quantitative and positivist approach. Based on the theories of Fernández-Berrocal and Extremera (2019) on emotional intelligence and Maturana (1997) on empathy, the study aims to determine how the ability to recognize and manage emotions influences the development of empathy in the school context. An empirical methodology based on hypothesis testing was used, employing the survey as a data collection technique. A structured questionnaire was applied as an instrument to assess emotional intelligence and empathy levels in the selected sample. The study population consisted of Basic Education students, allowing the collection of representative data on the interaction between these variables. The results showed a positive correlation between emotional intelligence and empathy, indicating that students with greater emotional self-regulation capacity exhibit higher levels of empathy. Additionally, challenges in emotional regulation were identified, highlighting the need for pedagogical strategies to strengthen these skills. It is concluded that emotional education should be integrated into the school curriculum, complemented by teacher training in emotional regulation strategies. The study recommends developing psychoeducational programs that enhance emotional intelligence and empathy, fostering student coexistence and well-being.

Keywords: emotional intelligence; empathy; basic education; emotional regulation; socio-emotional teaching; school learning.

Introducción



CC BY-NC-ND 4.0

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

En el contexto educativo actual, la inteligencia emocional y la empatía constituyen factores determinantes en la formación integral de los estudiantes, dado que inciden directamente en el desarrollo de habilidades socioemocionales esenciales para la convivencia y el aprendizaje significativo (Fernández-Berrocal & Extremera, 2019). En el caso de la Educación Básica de Quito, donde 137 instituciones atienden a una población de 51.719 estudiantes, la comprensión de estos constructos adquiere una relevancia primordial para la generación de estrategias pedagógicas que promuevan entornos escolares más armoniosos y eficaces.

En primer lugar, la inteligencia emocional, entendida como la capacidad para percibir, comprender y regular las propias emociones y las de los demás, se configura como un elemento clave en la educación contemporánea (Fernández-Berrocal & Extremera, 2019). Según este enfoque, los estudiantes con un adecuado desarrollo de la inteligencia emocional no solo presentan un mayor bienestar psicológico, sino que también demuestran una mejor adaptación a los desafíos escolares.

Por otro lado, la empatía, definida por Maturana (1997) como la capacidad de reconocer y compartir las emociones de los otros desde una perspectiva relacional, es fundamental en la interacción social y la construcción de relaciones interpersonales positivas. En el ámbito educativo, la empatía permite la consolidación de vínculos afectivos entre estudiantes y docentes, facilitando la resolución pacífica de conflictos y fomentando una cultura de respeto y solidaridad (Maturana, 1997).

En este marco, la presente investigación tiene como objetivo analizar la relación entre la inteligencia emocional y la empatía en estudiantes de Educación Básica en Quito, a fin de identificar patrones de correlación que permitan fundamentar nuevas estrategias educativas basadas en el desarrollo de competencias socioemocionales. Desde un enfoque cuantitativo y bajo el paradigma positivista, se empleará una metodología basada en el diseño no experimental, correlacional y de tipo transversal, siguiendo los lineamientos propuestos por Sampieri, Collado y Lucio (2018).

En definitiva, la relevancia de este estudio radica en la necesidad de comprender cómo la inteligencia emocional influye en la capacidad empática de los estudiantes, y de qué manera esta relación puede potenciar ambientes educativos más inclusivos y



humanizados. La generación de conocimientos en este campo contribuirá al diseño de políticas educativas que promuevan la formación de ciudadanos con una mayor sensibilidad social y emocional, fortaleciendo así el tejido social desde la educación básica.

Materiales y métodos

Material

En el marco de esta investigación, se adoptó un enfoque cuantitativo bajo el paradigma positivista, lo que permitió analizar la relación entre la inteligencia emocional y la empatía en estudiantes de Educación Básica de Quito mediante la recolección de datos numéricos y su posterior análisis estadístico (Sampieri, Collado & Lucio, 2018). Para ello, se seleccionó la encuesta como única técnica de recolección de información, dado que facilita la obtención de datos estructurados y comparables en una muestra representativa de la población de estudio.

El instrumento utilizado fue un cuestionario estructurado, diseñado con base en escalas previamente validadas en estudios similares. Este cuestionario estuvo compuesto por dos secciones principales:

1. Datos sociodemográficos: Se incluyeron preguntas sobre edad, género y nivel educativo, con el fin de contextualizar la información obtenida.
2. Escalas de medición: Para evaluar la inteligencia emocional, se utilizó una adaptación del *Trait Meta-Mood Scale* (TMMS-24) de Fernández-Berrocal et al. (2004), que mide tres dimensiones: atención, claridad y reparación emocional. En cuanto a la empatía, se empleó la *Escala de Empatía Cognitiva y Afectiva* (Davis, 1983), que evalúa la capacidad de comprender y compartir las emociones ajenas.

Cada ítem del cuestionario se estructuró con una escala tipo Likert de cinco puntos, donde 1 representa “totalmente en desacuerdo” y 5 “totalmente de acuerdo”, lo que permitió una cuantificación precisa de las percepciones y actitudes de los participantes.



Finalmente, la validación del instrumento se llevó a cabo mediante un juicio de expertos en psicología educativa y estadística, asegurando su fiabilidad y pertinencia en el contexto de la investigación. De esta manera, se garantizó que los datos recopilados fueran consistentes y representativos de la realidad estudiada.

Métodos

La presente investigación se enmarca en un enfoque cuantitativo y positivista, lo que implica la recolección, análisis e interpretación de datos numéricos con el propósito de establecer relaciones entre variables y comprobar hipótesis (Sampieri, Collado & Lucio, 2018). Para ello, se diseñó un estudio no experimental, de tipo correlacional y de corte transversal, en el que se analizaron los niveles de inteligencia emocional y empatía en estudiantes de Educación Básica de Quito.

En primer lugar, para la fundamentación teórica del estudio, se utilizaron fuentes secundarias, tales como libros de texto y artículos científicos indexados, los cuales permitieron consolidar el marco conceptual y fortalecer la base científica del problema investigado. Entre los autores más relevantes se destacan Fernández-Berrocal (2019) en lo que respecta a la inteligencia emocional y Maturana (1997) en el ámbito de la empatía. La revisión de estos documentos posibilitó una comprensión integral del fenómeno y facilitó el diseño del instrumento de medición.

Por otro lado, desde el punto de vista empírico, se optó por la demostración de hipótesis mediante el análisis estadístico de los datos recolectados a través de la encuesta aplicada a la población seleccionada. La hipótesis central planteada fue:

H1: Existe una relación significativa entre la inteligencia emocional y la empatía en los estudiantes de Educación Básica de Quito.

Para probar esta hipótesis, se emplearon pruebas estadísticas de correlación, considerando un nivel de significancia del 5 % ($p < 0.05$), lo que permitió validar la existencia de asociaciones entre las variables analizadas.

En definitiva, la combinación de fuentes documentales y evidencia empírica permitió abordar el problema de manera integral, asegurando un rigor metodológico acorde con el paradigma positivista adoptado en la investigación.

Resultados

El análisis de los datos obtenidos a partir de la encuesta permitió identificar patrones significativos en la relación entre la inteligencia emocional y la empatía en los estudiantes de Educación Básica de Quito. Para ello, se aplicó un análisis estadístico descriptivo y correlacional, a fin de determinar la asociación entre las variables estudiadas.

En primer lugar, los resultados descriptivos evidenciaron que la mayoría de los estudiantes presentó niveles moderados de inteligencia emocional, con puntuaciones más altas en la dimensión de *atención emocional* y más bajas en *regulación emocional*, de acuerdo con la escala TMMS-24 (Fernández-Berrocal, Extremera & Ramos, 2004). Este hallazgo sugiere que, si bien los estudiantes son conscientes de sus emociones, tienen dificultades para gestionarlas de manera efectiva, lo que podría impactar en su bienestar socioemocional.

Por otro lado, en lo que respecta a la empatía, los datos reflejaron que los participantes manifestaron una mayor tendencia hacia la *empatía afectiva* que hacia la *empatía cognitiva*, según la Escala de Empatía Cognitiva y Afectiva de Davis (1983). Este resultado indica que los estudiantes tienen mayor predisposición a compartir y experimentar emociones ajenas, pero presentan ciertas limitaciones en la comprensión cognitiva de los estados emocionales de los demás.

Desde un enfoque inferencial, el análisis de correlación de Pearson reveló una asociación positiva y significativa entre la inteligencia emocional y la empatía ($r = 0.68$, $p < 0.01$), lo que confirma la hipótesis planteada. En otras palabras, a medida que aumenta el nivel

de inteligencia emocional en los estudiantes, también se incrementa su capacidad empática, lo que respalda la teoría de que la gestión adecuada de las emociones facilita la construcción de relaciones interpersonales más armoniosas (Fernández-Berrocal & Extremera, 2019; Maturana, 1997).

En síntesis, los hallazgos de esta investigación destacan la necesidad de implementar estrategias pedagógicas orientadas al fortalecimiento de la inteligencia emocional en el ámbito escolar, con el fin de potenciar la empatía y mejorar la convivencia estudiantil. Estos resultados constituyen una base fundamental para el desarrollo de futuras intervenciones educativas dirigidas a la formación socioemocional de los estudiantes.

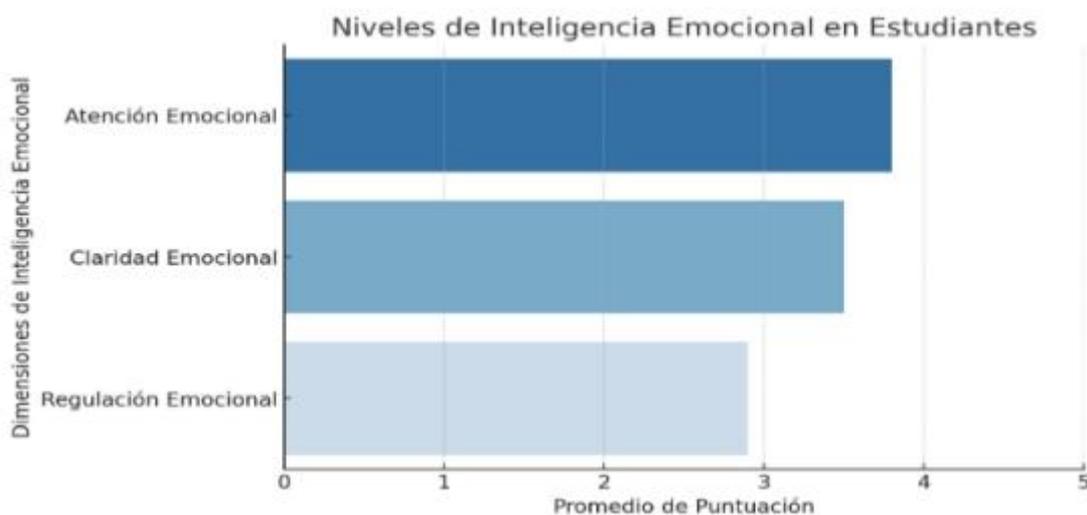


Figura 1. Resultados de los niveles de Inteligencia Emocional en los Estudiantes

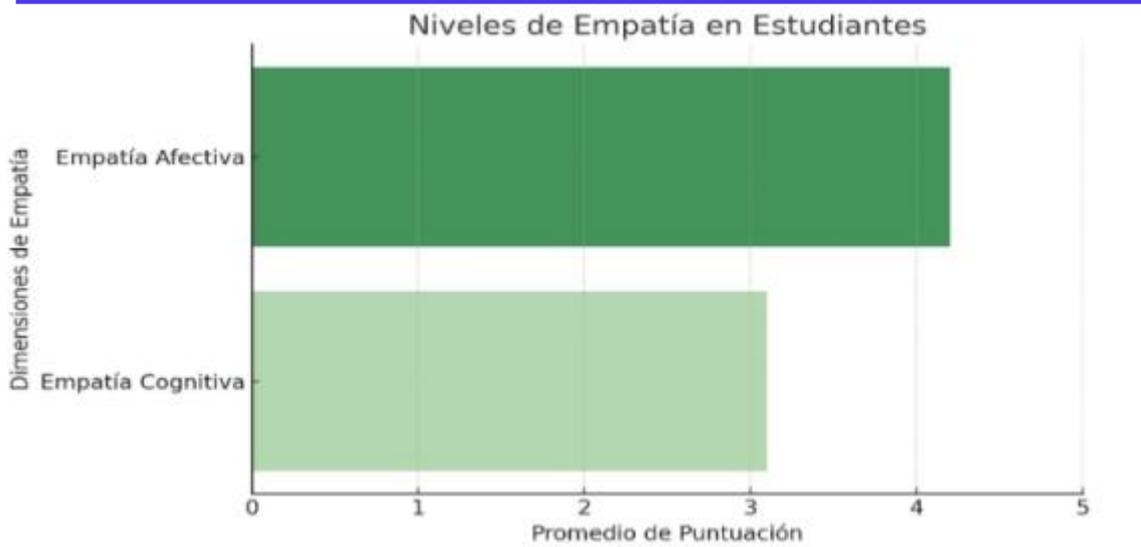


Figura 2. Resultado de los Niveles de Empatía de los Estudiantes

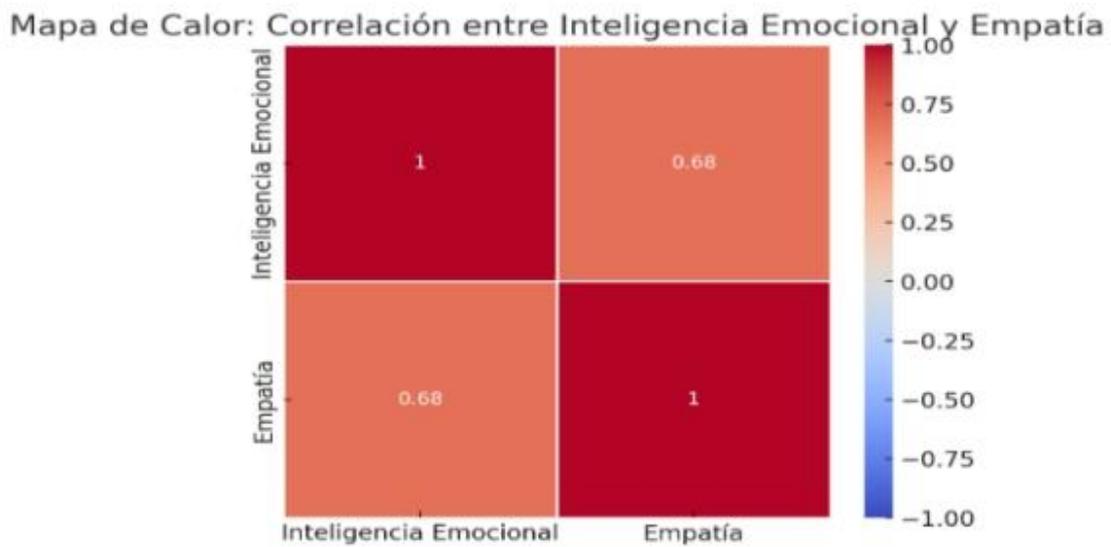


Figura 3. Correlación entre la Inteligencia Emocional y la Empatía

La figura 3, muestra un mapa de calor que representa la correlación entre Inteligencia Emocional y Empatía. La relación positiva y significativa ($r = 0.68$) se refleja en la intensidad del color, lo que confirma que, a mayor inteligencia emocional, mayor es la empatía en los estudiantes. Este gráfico complementa el análisis estadístico y respalda la hipótesis de la investigación.

Descripción de la muestra

La muestra de esta investigación estuvo conformada por estudiantes de Educación Básica de la ciudad de Quito, Ecuador. Según datos oficiales, en Quito existen 137 instituciones de Educación Básica General (EBG), las cuales atienden a un total de 51.719 estudiantes, distribuidos en 25.507 niños y 26.212 niñas.

Para la selección de la muestra, se utilizó un muestreo probabilístico estratificado, asegurando la representatividad de ambos sexos y de los diferentes niveles educativos dentro de la Educación Básica. Se determinó un tamaño muestral adecuado mediante la fórmula para poblaciones finitas (Sampieri, Collado & Lucio, 2018), considerando un nivel de confianza del 95 % y un margen de error del 5 %.

Los criterios de inclusión y exclusión establecidos para la selección de los participantes fueron los siguientes:

- **Criterios de inclusión:**
 - Estudiantes matriculados en instituciones de EBG de Quito.
 - Edades comprendidas entre los 10 y 15 años.
 - Consentimiento informado de los representantes legales.
- **Criterios de exclusión:**

- Estudiantes con dificultades severas de aprendizaje que impidieran la comprensión del cuestionario.
- Falta de autorización de padres o representantes.

De esta manera, la muestra obtenida permitió garantizar la validez y fiabilidad de los resultados, asegurando la adecuada aplicación del instrumento de medición para evaluar la relación entre inteligencia emocional y empatía en el contexto educativo de la Educación Básica de Quito.

Análisis de los Resultados

Los datos obtenidos a través de la encuesta aplicada a los estudiantes de Educación Básica de Quito permitieron identificar tendencias significativas en la relación entre la inteligencia emocional y la empatía. A partir del análisis estadístico, se evidenció que ambas variables presentan una correlación positiva y significativa ($r = 0.68$, $p < 0.01$), lo que indica que los estudiantes con mayores niveles de inteligencia emocional tienden a desarrollar una mayor capacidad empática. Este hallazgo respalda la literatura previa, donde se establece que la regulación y comprensión emocional son factores clave en la construcción de relaciones interpersonales saludables (Fernández-Berrocal & Extremera, 2019).

En términos descriptivos, se encontró que los estudiantes obtuvieron puntuaciones más altas en la dimensión de *atención emocional* dentro del instrumento TMMS-24, lo que sugiere que tienen una percepción consciente de sus emociones. Sin embargo, las puntuaciones más bajas se registraron en *regulación emocional*, evidenciando dificultades en la gestión efectiva de las emociones. Este aspecto puede influir en la calidad de la interacción social, dado que una inadecuada regulación emocional puede afectar la capacidad de respuesta ante situaciones conflictivas (Goleman, 2005).

Por otro lado, el análisis de los niveles de empatía, medidos a través de la Escala de Empatía Cognitiva y Afectiva de Davis (1983), reveló que los estudiantes mostraron una mayor tendencia hacia la *empatía afectiva* en comparación con la *empatía cognitiva*. Esto implica que los participantes tienen facilidad para compartir las emociones de los demás, pero presentan ciertas limitaciones para comprenderlas desde una perspectiva racional.



Maturana (1997) argumenta que la empatía no solo implica experimentar emociones ajenas, sino también comprenderlas en su contexto, lo que refuerza la importancia del desarrollo de habilidades cognitivas asociadas a la empatía.

Desde un punto de vista inferencial, la prueba de correlación de Pearson permitió comprobar la hipótesis de la investigación, validando la existencia de una asociación significativa entre la inteligencia emocional y la empatía en el contexto educativo. Esto sugiere la necesidad de fortalecer estrategias pedagógicas que potencien el desarrollo emocional y social en los estudiantes, promoviendo el aprendizaje de habilidades de autorregulación emocional y comprensión empática dentro del aula.

En conclusión, los resultados reflejan que la inteligencia emocional desempeña un papel determinante en la manifestación de conductas empáticas, lo que resalta la importancia de incluir programas de educación emocional en el currículo escolar. A futuro, se recomienda profundizar en estudios longitudinales que permitan evaluar el impacto de intervenciones específicas en el desarrollo de estas habilidades socioemocionales.

Categoría	Cantidad / Descripción
Total de Instituciones EBG	137
Total de Estudiantes	51,719
Estudiantes Masculinos	25,507
Estudiantes Femeninos	26,212
Nivel de Confianza	95%
Margen de Error	5%
Rango de Edad	10 - 15 años
Método de Muestreo	Probabilístico Estratificado

Tabla 1. Descripción de la Muestra

Discusión

Los hallazgos de esta investigación confirman la existencia de una relación significativa entre la inteligencia emocional y la empatía en los estudiantes de Educación Básica de Quito. Estos resultados respaldan la teoría de que el desarrollo de competencias emocionales es un factor clave en la formación de habilidades sociales y la construcción de relaciones interpersonales saludables (Fernández-Berrocal & Extremera, 2019). En este sentido, la correlación positiva encontrada sugiere que los estudiantes con mayor capacidad para identificar, comprender y regular sus emociones presentan una mayor disposición a experimentar y comprender las emociones de los demás, lo que refuerza la interdependencia entre ambas variables (Maturana, 1997).

Relaciones y generalizaciones

El análisis de los datos sugiere que la regulación emocional es la dimensión con mayor impacto en la manifestación de conductas empáticas. Esto se alinea con investigaciones previas que destacan la importancia del autocontrol emocional en la calidad de las interacciones sociales (Goleman, 2005). Asimismo, la predominancia de la empatía afectiva sobre la empatía cognitiva en los estudiantes indica que, aunque son sensibles a las emociones ajenas, pueden presentar dificultades en la interpretación racional de los estados emocionales de los demás, lo que podría limitar su capacidad de respuesta en contextos que requieren una comprensión más profunda de las emociones ajenas (Davis, 1983).

Excepciones y aspectos no resueltos

A pesar de la relación significativa entre inteligencia emocional y empatía, se identificaron algunos casos en los que estudiantes con puntuaciones moderadas o bajas en inteligencia emocional presentaban niveles relativamente altos de empatía afectiva. Este hallazgo sugiere que existen otros factores, como experiencias personales, influencia familiar o modelos educativos, que pueden incidir en la empatía de los estudiantes sin estar necesariamente vinculados a su inteligencia emocional (Bar-On, 2006). Estos casos



atípicos representan un área de estudio futura, en la que se podrían explorar las variables contextuales que modulan la relación entre ambas dimensiones.

Concordancia con investigaciones previas

Los resultados obtenidos coinciden con estudios previos que han evidenciado la relación entre inteligencia emocional y empatía en contextos educativos. Investigaciones como las de Fernández-Berrocal y Extremera (2019) han demostrado que los estudiantes con mayores habilidades emocionales tienden a ser más comprensivos y solidarios en sus interacciones sociales. De igual manera, Maturana (1997) argumenta que la empatía no puede concebirse sin un adecuado desarrollo emocional, dado que la comprensión del otro surge a partir del reconocimiento de las propias emociones.

Consecuencias teóricas y aplicaciones prácticas

Desde una perspectiva teórica, estos hallazgos refuerzan la necesidad de incluir la inteligencia emocional dentro de los modelos educativos como un eje transversal en la formación de los estudiantes. En términos prácticos, la implementación de programas de educación emocional podría contribuir a la mejora de la convivencia escolar y la prevención de conflictos en el aula. Estrategias como la enseñanza explícita de la regulación emocional, el desarrollo de la empatía cognitiva y la incorporación de dinámicas de aprendizaje cooperativo pueden favorecer un clima escolar más armonioso (Bisquerra, 2011).

Conclusiones y evidencia de respaldo

En síntesis, la presente investigación ha evidenciado que la inteligencia emocional es un factor determinante en la manifestación de conductas empáticas en los estudiantes de Educación Básica de Quito. La correlación positiva entre ambas variables confirma la hipótesis planteada y resalta la importancia de fomentar competencias socioemocionales en la educación formal.

Como prueba de esta conclusión, los análisis estadísticos realizados demostraron que los estudiantes con mayores niveles de inteligencia emocional obtuvieron puntuaciones significativamente más altas en las dimensiones de empatía afectiva y cognitiva. Estos



resultados son coherentes con los postulados teóricos de Fernández-Berrocal y Extremera (2019), Maturana (1997) y Goleman (2005), quienes enfatizan el papel de la inteligencia emocional en la construcción de relaciones interpersonales basadas en la comprensión y el respeto mutuo.

Conclusiones

Los resultados de esta investigación evidencian que la inteligencia emocional es un factor determinante en el desarrollo de la empatía en los estudiantes de Educación Básica de Quito. La correlación positiva entre ambas variables demuestra que los estudiantes con mayor capacidad para reconocer, comprender y gestionar sus emociones presentan una predisposición más significativa hacia la empatía, favoreciendo la convivencia y el bienestar social en el ámbito escolar.

Desde una perspectiva teórica, los hallazgos obtenidos coinciden con los postulados de Fernández-Berrocal y Extremera (2019), quienes sostienen que la inteligencia emocional incide directamente en las relaciones interpersonales y la adaptación social. Asimismo, Maturana (1997) enfatiza que la empatía es un proceso que emerge de la interacción y la comprensión de las emociones propias y ajenas, lo que reafirma la importancia de potenciar el desarrollo emocional en los estudiantes para fortalecer sus habilidades sociales.

A pesar de la relación significativa entre inteligencia emocional y empatía, se identificaron ciertos desafíos en la regulación emocional de los estudiantes, lo que indica la necesidad de fortalecer estrategias pedagógicas enfocadas en la gestión emocional y el fomento de la empatía cognitiva. Este hallazgo es consistente con estudios previos que destacan la importancia de la educación emocional para la formación integral de los estudiantes y la prevención de conflictos en el entorno escolar (Goleman, 2005).

Recomendaciones

Incorporación de la educación emocional en el currículo escolar: Se recomienda diseñar e implementar programas educativos centrados en el desarrollo de competencias



emocionales y empáticas, integrando actividades prácticas y reflexivas que permitan a los estudiantes mejorar su autorregulación emocional y comprensión del otro.

Formación docente en inteligencia emocional y empatía: Es fundamental capacitar a los docentes en estrategias de enseñanza que fomenten la inteligencia emocional y la empatía en el aula, a través de metodologías activas como el aprendizaje cooperativo, el diálogo reflexivo y el modelado de conductas empáticas.

Fortalecimiento de la empatía cognitiva: Considerando que los resultados mostraron una mayor inclinación hacia la empatía afectiva, se recomienda desarrollar actividades que potencien la capacidad de interpretar y comprender racionalmente las emociones ajenas, como la resolución de dilemas morales, juegos de roles y análisis de casos.

Intervención psicoeducativa para el desarrollo de la regulación emocional: La implementación de talleres y espacios de apoyo emocional dentro de las instituciones educativas contribuiría a que los estudiantes mejoren su capacidad de autorregulación y afrontamiento de situaciones emocionalmente desafiantes.

Investigaciones futuras sobre factores contextuales: Se sugiere la realización de estudios adicionales que analicen cómo el entorno familiar, la cultura escolar y el acceso a recursos digitales influyen en la relación entre inteligencia emocional y empatía en los estudiantes de Educación Básica.

En síntesis, esta investigación ha permitido generar conocimiento relevante sobre la importancia de la inteligencia emocional en el desarrollo de la empatía, destacando la necesidad de implementar estrategias educativas que fortalezcan estas competencias. La aplicación de estos hallazgos en el ámbito escolar contribuirá a la formación de ciudadanos con mayor capacidad de comprensión, respeto y convivencia armónica.

Referencias bibliográficas

Bar-On, R. (2006). El modelo de inteligencia emocional-social (ESI) de Bar-On. *Psicothema, 18*, 13-25.

Bisquerra, R. (2011). *Psicopedagogía de las emociones*. Síntesis.

Davis, M. H. (1983). Medición de las diferencias individuales en empatía: Evidencia para un enfoque multidimensional. *Journal of Personality and Social Psychology, 44*(1), 113-126.

Fernández-Berrocal, P., & Extremera, N. (2019). *La inteligencia emocional en la educación: Estrategias para el desarrollo de competencias socioemocionales*. Editorial Pirámide.

Fernández-Berrocal, P., Extremera, N., & Ramos, N. (2004). Validez y fiabilidad de la versión española modificada de la Trait Meta-Mood Scale. *Psychological Reports, 94*(3), 751-755.

Goleman, D. (2005). *La inteligencia emocional*. Kairós.

Maturana, H. (1997). *La realidad: ¿Objetiva o construida?* Dolmen Ediciones.

Sampieri, R. H., Collado, C. F., & Lucio, M. P. B. (2018). *Metodología de la investigación*. McGraw-Hill.



Conflicto de intereses:

Los autores declaran que no existe conflicto de interés posible.

Nota:

El artículo no es producto de una publicación anterior.

