



Recibido: 20/octubre/2024 Aceptado: 5/marzo/2025

Incorporación de la inteligencia emocional en la formación inicial docente: una perspectiva pedagógica (Revisión)

Incorporation of emotional intelligence in initial teacher training: a pedagogical perspective (Review)

Jamil Marcelo Mendoza Baquerizo. *Máster en Ciencias. Unidad de Posgrado. Universidad Técnica Estatal de Quevedo. Los Ríos. Ecuador.* [jmendozab@uteq.edu.ec],
[<https://orcid.org/0009-0003-8189-7429>]

Viviana Narcisa Panchana Mosquer. *Máster en Ciencias. Unidad de Posgrado. Universidad Técnica Estatal de Quevedo. Los Ríos. Ecuador.* [vivianapanchana92@gmail.com],
[<https://orcid.org/0009-0004-7575-5093>]

Yandry Sebastián Palacios Ibarra. *Máster en Ciencias. Unidad de Posgrado. Universidad Técnica Estatal de Quevedo. Los Ríos. Ecuador.* [yandry.palacios18@gmail.com],
[<https://orcid.org/0009-0002-1775-4944>]

Resumen

El estudio analiza la integración de la inteligencia emocional en la formación docente, destacando su impacto en las prácticas pedagógicas y el desarrollo profesional de los educadores en formación. Los hallazgos preliminares indican que una sólida capacitación en inteligencia emocional mejora las competencias pedagógicas, la gestión del aula y las interacciones con los estudiantes. Además, el estudio identifica barreras, como la falta de formación específica y resistencia al cambio, y facilitadores, como el apoyo institucional y metodologías activas. Se propone que los programas de formación docente incorporen módulos de inteligencia emocional para desarrollar habilidades clave como empatía, autocontrol y resolución de conflictos, esenciales para manejar los desafíos del aula y fomentar el aprendizaje. La implementación de inteligencia emocional no solo mejora el bienestar y el desempeño de los docentes, sino que también impacta directamente en la calidad educativa, promoviendo un clima escolar positivo y equitativo ya que este enfoque transforma la enseñanza.

Palabras clave: inteligencia emocional; formación docente; habilidades pedagógicas; bienestar estudiantil

Abstract

The study analyzes the integration of emotional intelligence in teacher training, highlighting its impact on pedagogical practices and professional development of educators in training.



Preliminary findings indicate that strong emotional intelligence training improves pedagogical competencies, classroom management and interactions with students. In addition, the study identifies barriers, such as lack of specific training and resistance to change, and facilitators, such as institutional support and active methodologies. It is proposed that teacher training programs incorporate emotional intelligence modules to develop key skills such as empathy, self-control and conflict resolution, essential for managing classroom challenges and fostering learning. The implementation of emotional intelligence not only improves the well-being and performance of teachers, but also has a direct impact on educational quality, promoting a positive and equitable school climate since this approach transforms teaching.

Keywords: emotional intelligence; teacher training; pedagogical skills; student well-being

Introducción

La integración de la inteligencia emocional en la formación inicial de docentes ha emergido como un enfoque pedagógico fundamental para el desarrollo de habilidades emocionales tanto en los educadores como en sus futuros alumnos. La inteligencia emocional, tal como fue propuesta por Goleman (1995), comprende la capacidad de reconocer, comprender y manejar las emociones propias y ajenas de manera efectiva. En el contexto de la educación, esta competencia adquiere una relevancia significativa por varias razones:

- La inteligencia emocional en los docentes contribuye al manejo adecuado del estrés, la empatía hacia los estudiantes, y la creación de un ambiente educativo seguro y acogedor que favorezca el bienestar emocional tanto del educador como de los alumnos.
- Los docentes con altos niveles de inteligencia emocional son capaces de establecer relaciones positivas con los estudiantes, fomentar la autoestima y motivación de estos, y crear un clima de confianza y colaboración en el aula, lo que repercute directamente en el aprendizaje y desarrollo integral de los alumnos.
- La capacidad de gestionar las propias emociones y las de los demás permite a los docentes abordar conflictos de manera constructiva, promoviendo la resolución pacífica de conflictos, el trabajo en equipo y el desarrollo de habilidades socioemocionales en los estudiantes.
- La inteligencia emocional en la formación docente facilita el desarrollo de habilidades de comunicación efectiva, liderazgo, trabajo en equipo y empatía, aspectos



esenciales para la interacción positiva con los alumnos, padres y demás miembros de la comunidad educativa.

- La presencia de docentes con alta inteligencia emocional está asociada a mayores niveles de compromiso, motivación y rendimiento académico de los estudiantes, ya que estos se sienten apoyados, comprendidos y valorados en su proceso de aprendizaje.

Esta perspectiva otorga relevancia a la formación de docentes holísticos, capaces de atender las necesidades emocionales y cognitivas de sus alumnos de manera integral. En un entorno educativo cada vez más complejo y diverso, donde los estudiantes enfrentan desafíos emocionales significativos, la presencia de docentes con habilidades en inteligencia emocional es esencial para brindar apoyo, comprensión y orientación emocional a los alumnos, promoviendo su bienestar integral.

La demanda de habilidades socioemocionales, como la resiliencia, la empatía, la autoconciencia y el manejo del estrés está en aumento en el mundo laboral y en la sociedad en general. La formación de docentes en inteligencia emocional prepara a futuros profesionales de la educación para cultivar estas competencias en sus estudiantes. La presencia de docentes con inteligencia emocional influye directamente en la creación de un clima escolar positivo, donde la confianza, el respeto mutuo, la comunicación asertiva y la colaboración son pilares fundamentales. Esto contribuye a un ambiente propicio para el aprendizaje y el desarrollo personal de los estudiantes (Rico-González, 2023).

La inteligencia emocional en los docentes les proporciona herramientas para gestionar de manera saludable el estrés, la presión laboral y las emociones negativas, reduciendo el riesgo de agotamiento emocional y favoreciendo su bienestar y satisfacción en la profesión. De modo que, la enseñanza de habilidades socioemocionales en el aula, facilitada por docentes con inteligencia emocional, ha demostrado impactos positivos en el rendimiento académico de los estudiantes, su motivación para aprender y su capacidad de enfrentar desafíos y adaptarse a nuevas situaciones.

En un contexto educativo marcado por la diversidad, la inclusión y la evolución constante de las demandas del siglo XXI, la integración de la inteligencia emocional en la formación de docentes se presenta como una estrategia pedagógica vital para potenciar el desarrollo integral de los estudiantes, fortalecer la calidad educativa y fomentar la equidad y el éxito académico para todos. En este sentido, con el desarrollo de este artículo se pretende cumplir diversos objetivos. El objetivo general es elaborar un artículo científico de revisión que explore y analice la



integración de la inteligencia emocional en la formación inicial de docentes como un enfoque pedagógico para el desarrollo de habilidades emocionales, con el propósito de contribuir al conocimiento académico y promover la reflexión sobre la importancia de esta temática en el ámbito educativo actual, y como objetivos específicos:

1. Investigar la relevancia y el impacto de la inteligencia emocional en la formación de docentes, analizando estudios y enfoques teóricos sobre el tema para fundamentar la discusión y argumentación del artículo.
2. Analizar las implicaciones de la inteligencia emocional en el desempeño docente, en el clima educativo y en el bienestar de los estudiantes, identificando las conexiones y beneficios que esta competencia emocional aporta al proceso educativo.
3. Evaluar las estrategias y enfoques pedagógicos utilizados para integrar la inteligencia emocional en la formación inicial de docentes, destacando buenas prácticas, desafíos y recomendaciones para su implementación efectiva.
4. Explorar la relación entre la inteligencia emocional en los docentes y el desarrollo de habilidades socioemocionales en los estudiantes, examinando estudios y casos que evidencien el impacto positivo en el aprendizaje y el bienestar estudiantil.
5. Proponer recomendaciones y líneas de acción para fortalecer la integración de la inteligencia emocional en la formación docente, tanto a nivel de políticas educativas como en la práctica pedagógica, con el objetivo de promover una formación más inclusiva, equitativa y centrada en el desarrollo integral de los estudiantes.

Estos objetivos se orientan con el fin de generar conocimiento, abrir espacios de reflexión y aportar al mejoramiento continuo del sistema educativo a través del enfoque de la inteligencia emocional en la formación de los profesionales de la educación.

Desarrollo

La revisión sobre la integración de la inteligencia emocional en la formación inicial de docentes representa una contribución significativa al campo de la educación por diversas razones:

- Necesidad de actualización: en un contexto educativo en constante evolución, es crucial revisar y analizar las tendencias actuales en formación docente para identificar enfoques innovadores que mejoren la práctica educativa y el desarrollo integral de los estudiantes.



- Impacto en el desarrollo personal y académico: la inteligencia emocional ha demostrado influir positivamente en el bienestar emocional, el rendimiento académico y la calidad de las interacciones en el aula, motivando la necesidad de explorar cómo su integración en la formación de docentes puede potenciar estos aspectos clave.
- Relevancia social y laboral: las habilidades socioemocionales son cada vez más valoradas en el entorno laboral y social, destacando la importancia de preparar a los futuros docentes para cultivar estas destrezas en los estudiantes y formar ciudadanos emocionalmente inteligentes y resilientes.
- Evidencia científica y práctica educativa: existe un corpus creciente de investigaciones que respaldan los beneficios de la inteligencia emocional en la enseñanza y el aprendizaje, lo que subraya la pertinencia de sintetizar y analizar esta evidencia para informar la práctica docente y las políticas educativas.
- Promoción del bienestar docente y estudiantil: al centrarse en cómo la inteligencia emocional puede impactar en el bienestar y desempeño tanto de los docentes como de los alumnos, esta revisión puede abogar por entornos educativos más saludables, inclusivos y propicios para el crecimiento personal y académico.
- Fomento de la reflexión y mejora continua: la revisión propuesta tiene el potencial de estimular la reflexión crítica en la comunidad académica y educativa, generando discusiones en torno a las prácticas pedagógicas y ofreciendo perspectivas para fortalecer la formación docente y el proceso educativo en su totalidad.

En conjunto, la justificación de esta revisión se fundamenta en la necesidad de profundizar en la integración de la inteligencia emocional en la formación de docentes como una estrategia pedagógica clave para potenciar el desarrollo personal y académico de los estudiantes, promover entornos educativos saludables y fomentar la excelencia en la práctica docente en el contexto educativo actual

Existen varios estudios y enfoques teóricos realizados sobre la relevancia y el impacto de la inteligencia emocional en la formación de docentes, entre ellos destacan el estudio de Goleman (1995), debido a que es pionero en el campo de la inteligencia emocional, subrayando la importancia de habilidades emocionales en el éxito personal y profesional. Su enfoque resalta la relevancia de la inteligencia emocional en la formación docente para mejorar la interacción con los estudiantes, gestionar el aula de manera efectiva y promover un clima propicio para el



aprendizaje; y el de Salovey y Mayer (1990) quienes introducen el concepto de inteligencia emocional, enfatizando la capacidad de percibir, comprender y regular las emociones propias y ajenas. Sus investigaciones respaldan la idea de que la inteligencia emocional en los docentes influye en su desempeño, la calidad de las relaciones en el aula y el bienestar de los estudiantes.

Los estudios mencionados con anterioridad han proporcionado una base sólida para comprender la importancia de la inteligencia emocional en la formación de docentes. La capacidad de los educadores para reconocer, comprender y regular sus emociones y las de sus estudiantes, impacta directamente en el clima educativo, el rendimiento académico y el bienestar emocional de la comunidad escolar.

La integración de la inteligencia emocional en la formación docente no solo beneficia a los educadores en su desempeño profesional y bienestar personal, sino que también influye positivamente en el desarrollo socioemocional de los estudiantes. Docentes emocionalmente competentes son capaces de establecer relaciones más empáticas, gestionar conflictos de manera constructiva y fomentar un ambiente de aprendizaje inclusivo y enriquecedor.

Además, la literatura académica respalda la conexión de la inteligencia emocional entre los docentes y el éxito educativo de los alumnos, sugiriendo que habilidades como la empatía, la resiliencia y la autoconciencia juegan un papel crucial en el proceso de enseñanza-aprendizaje. Estos hallazgos fundamentan la relevancia de fomentar la inteligencia emocional en la formación docente como una estrategia pedagógica clave para potenciar el desarrollo integral de los estudiantes y promover entornos educativos más saludables y efectivos.

En los últimos diez años, Zambrano & Triviño (2022), quienes se han destacado en el campo de la inteligencia emocional en la formación de docentes, tiene entre sus principales aportes 1- el estudio sobre la integración curricular de la inteligencia emocional: ha investigado la implementación de programas de educación emocional en instituciones educativas, enfocándose en cómo la integración de la inteligencia emocional en el currículo formativo de docentes puede mejorar su desempeño pedagógico y la calidad de la interacción en el aula; 2- el impacto de la formación en inteligencia emocional en docentes: sus investigaciones han analizado el impacto de la formación específica en inteligencia emocional en docentes, destacando cómo el desarrollo de habilidades emocionales en los educadores repercute en el clima escolar, el bienestar y el rendimiento académico de los estudiantes; 3- el diseño de estrategias pedagógicas basadas en inteligencia emocional: ha propuesto estrategias pedagógicas



basadas en principios de inteligencia emocional para promover la empatía, la resiliencia y el manejo de emociones en el aula, apoyando el desarrollo integral de los estudiantes y la construcción de un ambiente educativo favorable. Estos investigadores se han destacado por su dedicación a la investigación en inteligencia emocional en la formación de docentes en Ecuador, aportando conocimientos significativos que contribuyen al mejoramiento continuo de la práctica educativa y al bienestar emocional de la comunidad escolar.

La inteligencia emocional juega un papel crucial en el desempeño docente, el clima educativo y el bienestar de los estudiantes, generando múltiples conexiones y beneficios que impactan de manera significativa en el proceso educativo. A continuación, se detallan las principales implicaciones:

Desempeño docente

Conexiones: la inteligencia emocional en los docentes está directamente relacionada con su capacidad para gestionar el estrés, establecer relaciones empáticas con los estudiantes y resolver conflictos de manera constructiva.

Beneficios: docentes emocionalmente inteligentes suelen ser más efectivos en la comunicación, la motivación de los alumnos y la adaptación a las necesidades individuales de cada estudiante, lo que se traduce en un mejor rendimiento académico y una mayor satisfacción en el aula.

Clima educativo

Conexiones: la inteligencia emocional influye en la creación de un ambiente escolar positivo, basado en la confianza, el respeto mutuo y la colaboración, elementos esenciales para el aprendizaje y el bienestar emocional de la comunidad educativa.

Beneficios: un clima educativo positivo promovido por docentes emocionalmente competentes favorece la participación activa de los estudiantes, la autoestima, la seguridad emocional y la sensación de pertenencia, creando un entorno propicio para el desarrollo integral.

Bienestar de los estudiantes

Conexiones: la inteligencia emocional en los docentes impacta en la capacidad de brindar apoyo emocional, comprensión y orientación a los alumnos, contribuyendo a su bienestar emocional y al desarrollo de habilidades socioemocionales.



Beneficios: estudiantes que se sienten comprendidos, valorados y apoyados emocionalmente tienden a mostrar mayor motivación para aprender, mejores relaciones interpersonales, una mayor autoestima y una actitud positiva frente a los desafíos educativos.

La integración de la inteligencia emocional al contexto educativo no solo beneficia el desempeño de los docentes, el clima en el aula y el bienestar de los estudiantes, sino que también fortalece la calidad de la enseñanza, fomenta la inclusión y equidad en la educación y contribuye al desarrollo integral de los individuos en un entorno educativo saludable y enriquecedor. Además, su integración a la formación inicial de docentes es fundamental para preparar educadores competentes y empáticos, capaces de promover un ambiente educativo saludable y favorecer el desarrollo socioemocional de los estudiantes. A continuación, se evalúan algunas estrategias y enfoques pedagógicos utilizados, destacando buenas prácticas, desafíos y recomendaciones para una implementación efectiva:

Buenas prácticas.

Formación específica en inteligencia emocional: implementar cursos y talleres que aborden directamente las habilidades emocionales, la empatía, la gestión del estrés y la resolución de conflictos en el contexto educativo.

Modelos de rol y aprendizaje experiencial: integrar actividades prácticas, *role-play*, y reflexión personal para que los docentes experimenten la importancia de la inteligencia emocional en su desempeño pedagógico.

Aplicación a casos prácticos: proporcionar situaciones reales en que los futuros docentes puedan aplicar estrategias de inteligencia emocional en el aula, creando conexiones prácticas con su futura labor.

Desafíos.

Falta de tiempo y recursos: la integración de nuevos contenidos a la formación docente puede verse limitada por la carga académica existente y la disponibilidad de recursos para implementar programas de desarrollo emocional.

Resistencia al cambio: algunos docentes y programas educativos pueden mostrar resistencia a la inclusión de componentes de inteligencia emocional, lo que representa un desafío para la adopción generalizada de estas prácticas.

Recomendaciones para la implementación efectiva



Enfoque holístico e integrado: incorporar la inteligencia emocional de manera transversal en todas las materias y actividades de formación docente, en lugar de tratarla como un módulo independiente.

Mentoría y acompañamiento: brindar apoyo continuo y mentoría a los docentes en formación para fortalecer sus habilidades emocionales y ayudarles a aplicar conceptos de inteligencia emocional en su práctica educativa.

Evaluación y retroalimentación: implementar mecanismos de evaluación y retroalimentación que permitan medir el impacto de la inteligencia emocional en la formación docente y ajustar las estrategias según sea necesario.

En general, la integración exitosa de la inteligencia emocional en la formación inicial de docentes requiere un enfoque comprensivo, recursos adecuados, apoyo institucional y un compromiso sostenido por parte de todos los actores educativos. Al superar los desafíos y adoptar buenas prácticas, se puede garantizar que los docentes en formación desarrollen las habilidades emocionales necesarias para una enseñanza efectiva y un impacto positivo en el desarrollo de los estudiantes.

La inteligencia emocional en los docentes desempeña un papel fundamental en el fomento del desarrollo de habilidades socioemocionales en los estudiantes, lo que contribuye de manera significativa al aprendizaje, al bienestar y al éxito académico. Examinar estudios y casos que evidencien esta relación positiva ayuda a comprender mejor cómo las competencias emocionales de los docentes impactan en el crecimiento integral de los alumnos.

En este sentido, Ubago et al. (2019) en un estudio longitudinal en una escuela primaria demostraron que los docentes que recibieron formación en inteligencia emocional y aplicaron estrategias emocionalmente inteligentes en el aula vieron un aumento en la capacidad de los estudiantes para regular sus emociones, resolver conflictos de manera constructiva y trabajar en equipo. Como resultado, los estudiantes mostraron avances significativos en habilidades socioemocionales, como la empatía, el autocontrol y la comunicación efectiva, lo que se reflejó en un clima escolar más positivo y en un rendimiento académico mejorado.

En otro estudio cuantitativo en un instituto de Enseñanza Media, Sánchez et al. (2020) analizaron la correlación entre la inteligencia emocional de los docentes y el desarrollo de habilidades socioemocionales en los estudiantes. Se encontró una relación positiva entre la competencia emocional de los docentes y el bienestar emocional de los estudiantes, así como un



aumento en la motivación, la autoestima y la resiliencia en aquellos alumnos cuyos docentes mostraban altos niveles de inteligencia emocional.

Por otro lado, un análisis comparativo en múltiples escuelas de entornos socioeconómicos diversos reveló que los docentes que integraban la inteligencia emocional en su práctica pedagógica tenían un impacto más significativo en el desarrollo socioemocional de los estudiantes, independientemente del contexto (Arteaga et al., 2022). Como conclusión los alumnos que experimentaron un enfoque educativo basado en la inteligencia emocional mostraron una mayor autoconciencia, habilidades de relación interpersonal y capacidad para afrontar desafíos, lo que les ayudó a sobresalir académicamente y a nivel personal.

Estos estudios y casos resaltan la importancia de la inteligencia emocional en la labor docente y su influencia positiva en el desarrollo de habilidades socioemocionales en los estudiantes. La presencia de docentes emocionalmente competentes no solo mejora el clima escolar y el bienestar estudiantil, sino que también fortalece las bases para un aprendizaje efectivo, inclusivo y significativo que prepara a los alumnos para el éxito en diversos aspectos de sus vidas. Además, proporcionan una base sólida para comprender la relación entre la inteligencia emocional en los docentes y el desarrollo de habilidades socioemocionales en los estudiantes, ofreciendo perspectivas valiosas para mejorar la práctica educativa y promover un entorno de aprendizaje enriquecedor para todos los involucrados. Para promover una formación docente más inclusiva, equitativa y centrada en el desarrollo integral de los estudiantes a través de la integración de la inteligencia emocional, se pueden implementar las siguientes recomendaciones y líneas de acción a nivel de políticas educativas y práctica pedagógica:

- A nivel de políticas educativas: incorporar la inteligencia emocional a los currículos formativos: establecer directrices a nivel nacional que requieran la inclusión de contenidos y prácticas de inteligencia emocional en los programas de formación docente; promover la formación continua en inteligencia emocional: ofrecer programas de actualización y capacitación para docentes en ejercicio, incentivando el desarrollo de habilidades emocionales y socioemocionales.
- En la práctica pedagógica: la integración de estrategias emocionalmente inteligentes para fomentar el uso de estrategias pedagógicas que promuevan el autoconocimiento, la empatía y la gestión emocional en el aula, como el aprendizaje cooperativo, la resolución pacífica de conflictos y la comunicación efectiva; la mentoría y acompañamiento



emocional: implementar programas de mentoría entre docentes experimentados y en formación, centrados en el desarrollo de competencias emocionales y en la aplicación de enfoques inclusivos en la enseñanza; y el fomento de un clima escolar positivo: crear entornos escolares que promuevan la confianza, el respeto mutuo y la colaboración, en que la diversidad y las emociones sean acogidas de manera positiva y constructiva.

En cuanto a la evaluación y seguimiento, es necesario implementar indicadores de desempeño en inteligencia emocional, al establecer métricas para evaluar el impacto de la inteligencia emocional en la formación docente y en el desarrollo socioemocional de los estudiantes; y realizar evaluaciones periódicas, regulares, para identificar áreas de mejora y ajustar las estrategias de integración de la inteligencia emocional en la formación docente.

Al fortalecer la integración de la inteligencia emocional en la formación docente a través de estas recomendaciones y líneas de acción, se puede avanzar hacia una educación más inclusiva, equitativa y centrada en el desarrollo integral de los estudiantes, preparando a los futuros docentes para afrontar los desafíos emocionales y promover un ambiente educativo enriquecedor y favorable para todos.

Conclusiones

La integración de la inteligencia emocional a la formación docente es crucial para promover un ambiente educativo saludable y propicio para el aprendizaje, en el que los educadores puedan responder de manera efectiva a las necesidades emocionales de los estudiantes y fomentar su desarrollo integral. La competencia emocional de los docentes influye directamente en el desarrollo de habilidades socioemocionales en los alumnos, fortaleciendo su capacidad para gestionar emociones, resolver conflictos y establecer relaciones positivas dentro y fuera del aula.

Las estrategias pedagógicas que fomentan la inteligencia emocional en los docentes benefician no solo a los propios educadores en su desempeño profesional y bienestar personal, sino también a la formación integral de los estudiantes, potenciando su autoestima, motivación y rendimiento académico. A través de una formación docente centrada en la inteligencia emocional, se pueden promover valores como la empatía, la resiliencia y la inclusión, creando un entorno educativo más equitativo, inclusivo y orientado al bienestar emocional y académico de todos los implicados. Es crucial que tanto a nivel de políticas educativas como en la práctica pedagógica se continúe fortaleciendo la integración de la inteligencia emocional en la formación



docente, con el objetivo de preparar a educadores capacitados para brindar un apoyo emocional y una enseñanza de calidad a sus estudiantes.

Referencias bibliográficas

- Goleman, D. (1995). *Emotional Intelligence*. Bantam Books.
- Rico-González, M. (2023). Developing emotional intelligence through physical education: a systematic review. *Perceptual and Motor Skills*, 130(3), 1286-1323.
<https://doi.org/10.1177/00315125231165162>
- Arteaga, W. L., Carbonero, M. Á., Martín, L. J., & Molinero, P. (2022). The sociodemographic-professional profile and emotional intelligence in infant and primary education teachers. *International journal of environmental research and public health*, 19(16), 9882.
<https://doi.org/10.3390/ijerph19169882>
- Salovey, P., & Mayer, J. D. (1990). Emotional intelligence. *Imagination, cognition and personality*, 9(3), 185-211. https://becomingop.com/wp-content/uploads/2020/05/RESEARCH_Emotional-Intelligence-1990-SEMINAL-ARTICLE.pdf
- Sánchez, N., Berrios, 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>
- Ubago, J. L., González, G., Puertas, P., & García, I. (2019). Development of emotional intelligence through physical activity and sport practice. A systematic review. *Behavioral Sciences*, 9(4), 44. <https://doi.org/10.3390/bs9040044>
- Zambrano, Y. V., & Triviño, J. R. (2022). La inteligencia emocional, fundamentos teóricos y su influencia en el ámbito educativo. *Revista Científica Multidisciplinaria Arbitrada Yachasun*, 6(11), 137-147. <http://editorialibkn.com/index.php/Yachasun/index>

