

La inteligencia emocional en la educación física de primaria y secundaria: una revisión sistemática

Emotional intelligence in primary and secondary physical education: a systematic review

*Johan Rivas-Valenzuela, **Juan José-Álvarez, ***Eduardo Sandoval-Obando

*Universidad de Granada (España), **Universitat Rovira i Virgili (España), ***Universidad Autónoma de Chile (Chile)

Resumen. La inteligencia emocional es un factor clave para el bienestar de los alumnos, (Cañabate et al., 2020; Castillo-Viera et al., 2020; Luna et al., 2021; Méndez-Giménez et al., 2018; Trigueros et al., 2020; Zorrilla-Silvestre et al., 2019) ya que les permite identificar, comprender y regular sus emociones. En el ámbito de la Educación Física, diversos estudios indican que puede considerarse como una habilidad que contribuye a lograr aprendizajes más significativos en el aula, ya que los docentes pueden reforzar de manera positiva las emociones de los estudiantes a través de comportamientos potencialmente generativos que contribuyen a su desarrollo personal y profesional. Además, la actividad física y el deporte son conductas que mejoran el equilibrio emocional y el bienestar físico y mental de los alumnos, evidenciándose la estrecha relación entre ambos aspectos. El objetivo de esta revisión sistemática es identificar aquellas experiencias significativas en el aula que promueven la inteligencia emocional a través del deporte, sistematizando los instrumentos, estrategias y resultados obtenidos en dichos estudios para para comprobar su efectividad. Los artículos incluidos en la revisión fueron publicados entre el 2018 y 2023 en la base de datos Web of Science, Pubmed y Scopus. Se identificaron inicialmente 582 artículos, pero después de aplicar los criterios de inclusión, solo 9 artículos cumplieron con los objetivos de la investigación. Se ha demostrado la importancia de integrar un modelo sistemático de promoción de habilidades emocionales en la formación del profesorado. Además, se ha descubierto que la inteligencia emocional con sus aplicaciones prácticas podría considerarse una estrategia de alto valor educativo dentro y fuera del aula escolar.

Palabras clave: Inteligencia emocional, Educación Física, Generatividad, Revisión Sistemática.

Abstract. Emotional intelligence is a key factor for the social and mental well-being of students, as it allows them to perceive, understand, and regulate their emotions. In the field of Physical Education, various studies indicate that it can be considered a skill that contributes to achieving more significant learning in the classroom, as teachers can positively reinforce students' emotions through their generative behaviors. Additionally, physical activity and sports are effective tools for improving emotional balance and the physical and mental well-being of students, demonstrating the close relationship between both aspects. The objective of this systematic review is to identify the most significant experiences in the classroom that work on emotional intelligence through sports, as well as to clarify the instruments, strategies, and results of the studies to verify their effectiveness. The articles included in the review were published between 2018 and 2023 in the Web of Science, PubMed, and Scopus databases. Initially, 582 articles were identified, but after applying inclusion criteria, only 9 articles met the research objectives. It has been evidenced that it is important to integrate a systematic model of emotional skills in teacher training. Additionally, it has been discovered that emotional intelligence with its practical applications could be considered a strategy with a significant impact in the classroom.

Keywords: Emotional intelligence, Physical Education, Generativity, Systematic Review.

Fecha recepción: 03-07-24. Fecha de aceptación: 02-11-24

Johan Rivas-Valenzuela
jrvivas.efi@gmail.com

Introducción

Son numerosos los estudios que han demostrado que las emociones y la inteligencia emocional operan como dimensiones relevantes dentro de contextos educativos, evidenciando de esta manera la necesidad de utilizar diferentes estrategias en el aula para avanzar en un desarrollo integral del alumnado de primaria y secundaria (Abrahams et al., 2019; Herrera et al., 2020; Piqueras et al., 2019). Por consiguiente, las competencias socioemocionales juegan un papel relevante en el ámbito de la educación, siendo aceptado por investigadores/as y educadores/as de distintos ámbitos (Del Rosal et al., 2018; Hargreaves, 2005; Howards, 2005; Shawna, 2010; Weissberg, 2019; Wright et al., 2021).

Como evidencia de ello, se ha identificado la riqueza educativa que emerge cuando la inteligencia emocional (IE) y la Educación Física (EF) se unen para estimular las habilidades sociales y emocionales de los escolares, proliferando numerosas investigaciones que señalan el impacto que tendría analizar

el desarrollo de habilidades psicológicas en el alumnado (Leisterer & Jekauc, 2019; Rabassa Blanco & Arumí Prat, 2024; Trigueros et al., 2020).

Siguiendo el planteamiento de Bisquerra & Pérez (2007), el contexto familiar ofrece relaciones sociales que permiten desarrollar distintas competencias en torno a este aspecto emocional. Siguiendo una relación educativa, este tipo de inteligencia juega un papel relevante ya que las habilidades emocionales del alumnado tienen gran importancia para su desarrollo, no sólo académico, sino también personal (Krauthamer Ewing et al., 2019; Llinares-Insa et al., 2020; Segrin & Flora, 2019). Por otra parte, para el profesorado tiene un doble significado, ya que deben tener la capacidad de identificar, comprender y regular, no sólo sus propias emociones, sino también la de sus alumnos (Fernández-García & Fernández-Río, 2018; Hernández Perdomo et al., 2019; Kalajas-Tilga et al., 2020; Fuentes-Vilugrón et al., 2024).

En relación con lo anterior, el autoconocimiento del docente se ve influido por factores individuales y contextuales

(Zamorano García et al., 2018), precisamente por ello, sería esperable en el profesorado un desarrollo potencialmente generativo en la que se vean comprometidos con el cuidado de las futuras generaciones, asegurando un legado educativo que perdure en el tiempo (Sandoval-Obando et al., 2022; Sandoval-Obando & Calvo, 2022a; Sandoval-Obando y Calvo, 2022b; Sandoval-Obando & Riquelme-Brevis, 2023; Sandoval-Obando et al., 2023). Es decir, la generatividad funciona como un proceso de *feedback* bidireccional en el que los adultos generativos transmiten saberes, experiencias y habilidades, quienes, al mismo tiempo, le brindan una retroalimentación positiva o negativa, configurando una identidad generativa (Kim et al., 2017; Sandoval-Obando y Peña-Troncoso, 2023)

Por tal motivo, es importante que los docentes en formación reflexionen críticamente acerca de las implicaciones de la inteligencia emocional en su quehacer (personal y profesional) desde una perspectiva psicopedagógica, para que sean capaces de detectar los niveles de estrés, ansiedad y fracaso escolar en los estudiantes que cada día aumentan de manera significativa, y en etapas más tempranas del desarrollo (Nakagawa et al., 2020). De ahí que la promoción de la inteligencia emocional en el profesorado se encuentra estrechamente ligada al éxito escolar del alumnado, concediendo una mayor relevancia a la comprensión de los contenidos por sobre la memorización y la repetición de saberes descontextualizados (Dolev & Leshem, 2017; Puertas Molero et al., 2019; Suberviola-Ovejas, 2012).

Aunque la educación emocional ha sido tema de interés en el ámbito educativo desde hace décadas, la mayoría de las investigaciones previas a 2018 tendían a enfocarse en el rendimiento académico y la educación física como áreas independientes, sin integrar plenamente el rol de las competencias socioemocionales en estos contextos. Sin embargo, a partir de 2018, se observa un cambio significativo en la literatura, donde la inteligencia emocional comienza a ser reconocida no solo como un complemento, sino como un componente esencial para el desarrollo integral de los estudiantes (Hoyos Cifuentes & Borrajo Mena, 2023; Martínez-Lorca et al., 2023). Dicha transformación responde a la creciente evidencia de que las competencias socioemocionales no solo mejoran el bienestar personal, sino que también están estrechamente ligadas al rendimiento académico y la participación activa en el aprendizaje.

Por consiguiente, resulta fundamental precisar aspectos claves de la IE que nos ayudarán a descubrir si las experiencias previas que tienen los profesores con los alumnos de primaria y secundaria son esenciales para su desarrollo y formación. Así, la capacidad para gestionar la IE con eficacia es una característica humana que facilita el ajuste social y bienestar general de los individuos (Puertas Molero et al., 2019). Ninguna estrategia de regulación emocional concreta es adaptativa o desadaptativa en sí misma, sino que son el contexto y las demandas histórico-culturales y situacionales las que determinan

si una estrategia concreta es adaptativa o no (Hofmann, 2018). Es decir, las emociones se manifiestan en el cuerpo, historia y predisposiciones de la persona sobre todo en su adultez, acercándose a procesos generativos que ayudarían a transmitir diferentes emociones (Sandoval-Obando et al., 2022) ayudando a que las personas comprendan sus estados afectivos, logrando predecir sus conductas y regularlas en función de las demandas percibidas en el entorno.

Desde el ámbito de la Educación Física, la Actividad Física y el Deporte, existe una necesidad de plantear modalidades de formación que promuevan el aprendizaje activo, participación grupal y que desarrolle contenidos coherentes (Lamoneda, 2018). En este sentido, debemos abandonar una educación centrada en enfoques mecanicistas para posicionarnos desde una mirada que incluya el desarrollo emocional, social e incluso del estudiantado (Rivas-Valenzuela, 2024; Rivas-Valenzuela et al., 2021, 2024). Concretamente en la asignatura, se producen cambios en las competencias relacionadas con el proceso de enseñanza y aprendizaje del educador/a (Hellín-Martínez et al., 2020).

A partir de algunos estudios de Giles Girela et al., (2019); Giles-Girela et al., (2021); Rivas-Valenzuela, (2024); Rivera-García et al., (2020) y de Trujillo González et al., (2020), enfatizan la necesidad de integrar un modelo sistemático de habilidades emocionales en la formación del profesorado para los estudiantes de primaria y secundaria, ya que en las prácticas educativas se producen muchas interacciones personales que los futuros docentes deben ser capaces de percibir, remarcando la importancia del desarrollo de sus competencias valóricas y emocionales durante su formación (De Souza-Barcelar & Carbonero-Martín, 2019).

De manera más clara, si vinculamos la inteligencia emocional con los procesos potencialmente generativos que emergen en la Educación Física de primaria y secundaria, sería posible sistematizar aquellas investigaciones que están reconociendo su idoneidad (personal y profesional) en el marco de los múltiples procesos y dinámicas relacionales que surgen en los procesos de enseñanza y aprendizaje, permitiendo de esta forma, identificar nuevas posibilidades de comprensión y promoción de la inteligencia emocional en el área de la educación física infantil. Igualmente, numerosos estudios han identificado una relación entre la inteligencia emocional y el rendimiento académico del alumnado (Brackett & Mayer, 2003; Buenrostro-Guerrero et al., 2012; Ferragut & Fierro, 2012; Figueroa et al., 2012; Gil-Olarte et al., 2006). Pero sin duda, uno de los componentes con más influencia en el rendimiento académico es el de la regulación emocional. Los alumnos con altas puntuaciones en IE tienden a obtener mejores calificaciones en las distintas asignaturas, debido, en cierta parte, a la capacidad que tienen para regular sus propias emociones. Esto les permitirá identificar los estados emocionales negativos para que influyan lo menos posible en sus tareas y obtener los mejores resultados (Extremera & Fernández-Berrocal, 2004; Medrano & Trógolo, 2014a;

O'Connor et al., 2019; Sandín et al., 2020; Suleman et al., 2019).

Por consiguiente, el presente estudio tuvo como propósito describir las principales investigaciones desarrolladas en torno a la promoción de la inteligencia emocional en la educación física dirigida a estudiantes de primaria y secundaria, mediante una revisión sistemática de literatura bajo el método PRISMA.

Material y método

El presente estudio se ejecutó a través de una revisión sistemática de literatura (RSL), conforme a las fases indicadas por (MacMillan et al., 2019). Específicamente, se trata de una revisión cualitativa en base a la declaración *Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses* (PRISMA) (Page et al., 2021), que funciona como una guía de presentación de informes y se expresa en forma de lista de chequeo de elementos a incorporar en el informe de revisión. Esta guía se utiliza para asegurar que la revisión sistemática se realice de manera rigurosa y transparente, y que se incluyan todos los elementos necesarios para que la revisión sea reproducible y de alta calidad. Su objetivo es mejorar la calidad de las revisiones sistemáticas y metaanálisis, proporcionando una guía clara y detallada para los autores que realizan estas revisiones. Su génesis se encuentra en la *Quality of Reporting of Meta-Analyses*, guía publicada en el año 1996 que buscaba orientar respecto de la revisión de reportes de investigación de ensayos controlados y aleatorizados (Moher et al., 2009). El presente estudio hace uso de las directrices PRISMA actualizadas a su versión 2020.

Estrategia de búsqueda: Base de datos y Criterio de Elegibilidad

Se realizó una búsqueda bibliográfica en el periodo comprendido entre octubre del 2022 a febrero de 2023 con estudios randomizados aleatorios y no aleatorios, originales en inglés, empleando los metabuscadores Web of Science, Pubmed y Scopus. Se hizo el rastreo sistemático haciendo uso de las combinaciones de descriptores: Inteligencia Emocional (Emotional Intelligence), Physical Education (Educación Física), Inteligencia emocional (Intelligence emotional) y Sport Physical activity (Deporte y Actividad Física). Para organizar la búsqueda se incorporó el termino booleano "AND" obteniendo como ecuación: Emotional management AND Physical Education, Emotional Intelligence AND Physical Education, Emotional Intelligence AND Sport Physical Activity, Emotional Management AND Sport Physical Activity. Además, se revisaron las listas de referencias de todos los artículos recuperados para identificar la posible existencia de otras publicaciones sobre la temática, lo que nos permitió ampliar nuestro número de artículos de manera significativa.

Criterios de inclusión

La revisión sistemática que hemos llevado a cabo a través del método PRISMA y en las bases de datos WOS, SCOPUS y PUBMED, nos ha indicado un total de 582 artículos. Tras un primer cribado, fueron excluidos todos aquellos artículos que no cumplían con los criterios explícitamente definidos para el estudio, puesto que aludían a experiencias con deportistas, atletas, gimnastas, con profesores fuera del área deportiva, quedando 524 artículos.

Posteriormente, se descartaron 408 artículos por estar relacionados con aspectos universitarios o por referirse a niveles educativos distintos al área de Educación Física, quedando un total de 116 artículos. De los restantes, se descartaron 58 artículos ya que correspondían a poblaciones universitarias de otras carreras y que no se relacionaban directamente con la inteligencia y/o gestión emocional. Así, tras una primera línea de análisis quedaron un total de 58 potenciales artículos. Los artículos comprenden solamente a una población escolar de primaria y secundaria en las clases de Educación Física en diferentes países de acuerdo con los siguientes criterios:

- a) Estudios publicados en revistas cuyo cuartil (Q) oscile entre el Q1, Q2 y Q3 (en base de datos WOS y Scopus), además de los contenidos en Pubmed respectivamente.
- b) Estudios publicados entre los años 2018 al 2023
- c) Los artículos seleccionados deben ser gratuitos y de texto completo.
- d) Abarcar temáticas cuyas intervenciones estén vinculadas a las interacciones del profesor de Educación Física en clases de primaria y secundaria en las que se trabajen aspectos relacionados con las emociones y la inteligencia emocional.
- e) Sujetos de intervención pertenecen al grupo etario entre 8 a 18 años en ambos sexos. La duración mínima de los estudios incluidos fue de 1 semestre académico, es decir 6 meses.

Análisis de los estudios excluidos

Es esencial analizar detalladamente las características de los estudios excluidos para entender si su exclusión pudo haber afectado la generalización de los resultados. La mayoría de los estudios excluidos se centraban en contextos universitarios o con poblaciones no escolares, lo cual limitaba su relevancia para el objetivo de esta revisión. Algunos estudios excluidos también carecían de una evaluación robusta de inteligencia emocional en contextos educativos similares al nuestro, afectando así su aplicabilidad a nuestro marco de estudio.

Instrumentos de evaluación para medir la inteligencia emocional

En los estudios analizados, se utilizaron diversos instrumentos de evaluación para medir la inteligencia emocional, la satisfacción de necesidades básicas, la actividad física infantil y otras variables relevantes. A continuación, se describen los principales instrumentos utilizados.

- Cuestionario Trait-Meta Mood Scale (TMMS): Utilizado para evaluar la percepción emocional, consistencia interna con un alfa de Cronbach de 0.85.
- TMMS-24: Analiza experiencias emocionales, con alta fiabilidad y validación en contextos educativos.
- Cuestionario de Inteligencia Emocional: Incluye la prueba de Shapiro-Wilk y la prueba t de Student para verificar la normalidad de los datos y las diferencias significativas entre grupos.
- Basic Need Satisfaction and Frustration Scale: Mide la satisfacción y frustración de necesidades básicas, validada a través de análisis factorial confirmatorio.
- Children’s Physical Activity Questionnaire (CLASS): Cuestionario validado para medir la actividad física infantil.
- Perceived Autonomy and Locus Support Scale: Mide la autonomía percibida y el apoyo, con alta fiabilidad y validez.
- Psychologically Controlling Teaching Scale: Escala que mide la enseñanza psicológicamente controladora, validada en contextos educativos.

- Basic Psychological Needs in Physical Education: Evalúa las necesidades psicológicas básicas en la educación física, con alta consistencia interna.

Procedimiento de selección de artículos

Posterior a los primeros análisis (n= 58 artículos), se siguió profundizando en el proceso de cribado de los estudios revisados, para excluir todos los artículos que no cumplieran con los criterios definidos en la presente RSL, o que presentaban características diferentes a las inicialmente señaladas (por ejemplo: correspondían a otros grupos etarios, intervención en educación física, durabilidad del proyecto, etc.), excluyendo un total 49 trabajos. Tras este procedimiento, se aplicó un nuevo filtro vinculado a la evaluación, instrumentos aplicados, tipo de intervención y el tiempo superior a 1 mes, quedando en definitiva un total de 9 artículos como se demuestra en la figura 1 en donde se especifican las fases de revisión, de acuerdo con el procedimiento propuesto por (MacMillan et al., 2019; Page et al., 2021).

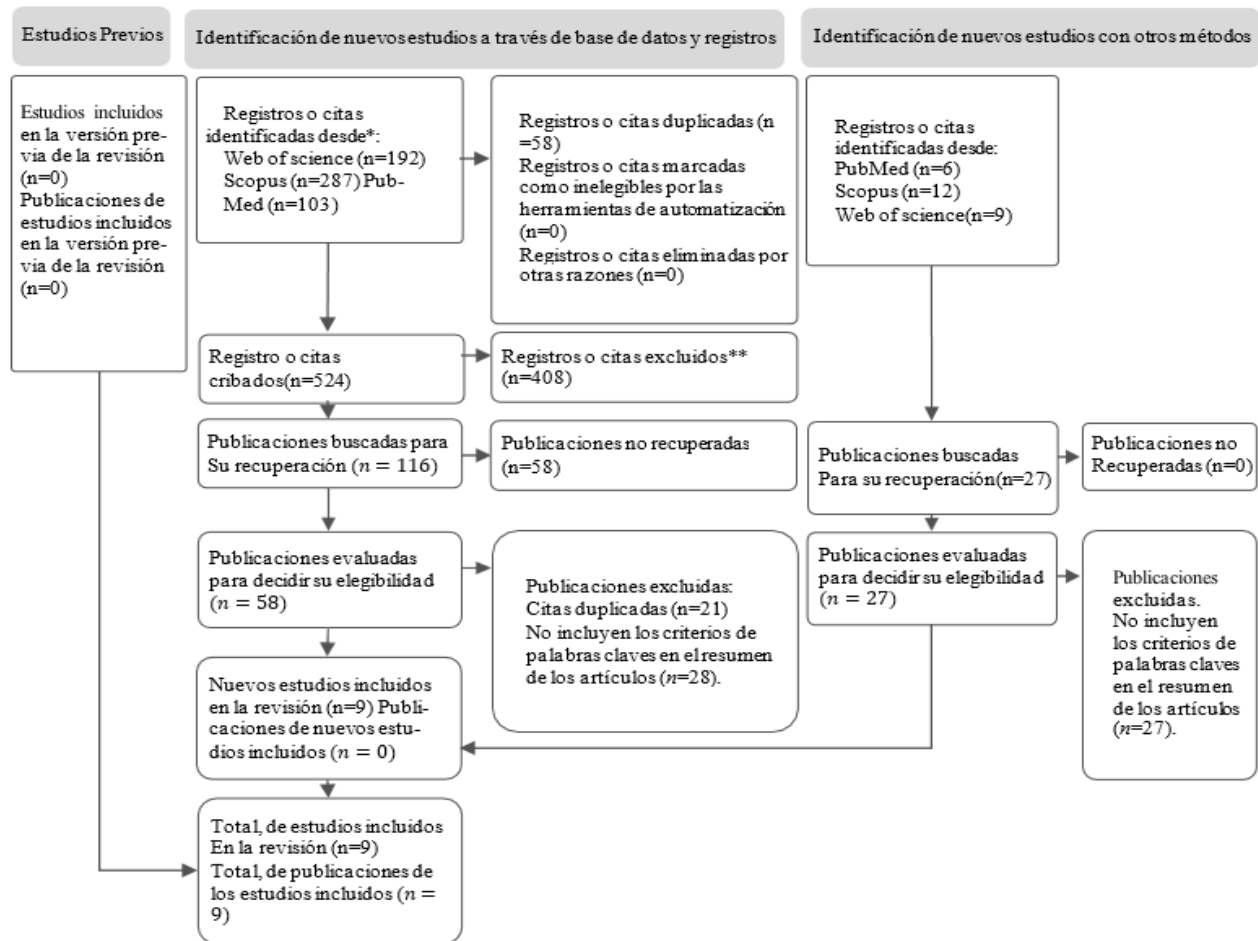


Figura 1. Diagrama de Flujo PRISMA: Identificación de la Literatura y Selección de Procesos. Source: Prepared from MacMillan et al., 2019; Page et al., (2021).

Resultados

En la tabla 1 se presentan las características generales de cada intervención. Con relación al periodo de tiempo de la intervención, se realizó en un máximo de 12 meses (n=9). Y con respecto al tamaño de la muestra, se pudo evidenciar que el 44,4% de los estudios utilizaron un grupo experimental (n=4), mientras que sólo un 55,5% no lo especificó (n=5). En cuanto al contexto geográfico-cultural en que se realizaron las intervenciones, todas ellas (n=8) se llevaron a cabo en es-

cuelas de primaria del territorio europeo. La metodología seguida para evaluar a los estudiantes en las distintas intervenciones, presentan varios puntos en común. Sin embargo, la utilización de diferentes estrategias en cada estudio se puede visualizar en la tabla 1. Además, se constató que el 100% (n=9) de los artículos revisados evaluó la inteligencia emocional en los estudiantes tanto de primaria como de secundaria de la asignatura de Educación Física. Los estudios incluidos en esta revisión incorporaron intervenciones de actividad física, educación física o áreas afines al deporte.

Tabla 1.

Características de las intervenciones

Autores	País	Año	Edad	Muestra	Duración	Evaluación
(Cañabate et al., 2020)	España	2020	8-10 años	n=90 M=36 F=54	8 semanas	Cuestionario Trait-Meta Mood Scale (TMMS) TMMS-24 analizar Experiencias emocionales
(Castillo-Viera et al., 2020)	España	2020	11-12 años	n=294 M=141 F=153 GE=151 GC=143	8 semanas	Cuestionario de inteligencia emocional .Prueba de Shapiro-Wilk. Prueba t de Student
(Cronin et al., 2020)	United Kingdom	2020	11 a 18 años	n=266 M=118 F=145	15 semanas	Basic Need Satisfaction and Frustration Scale Escala de Habilidades para la Vida
(Kliziene et al., 2021)	Lituania	2021	6 a 9 años	n= 364 GE=183M=90 F=93 GC=181 M=91 F=90	8 meses	Children's Physical Activity Questionnaire(CLASS). La Escala de Ansiedad Manifiesta Infantil
(Trigueros et al., 2020)	España	2019	13-19 años	n= 545M=288F=257	9 meses	-Perceived Autonomy and locus Support Scale -Psychologically Controlling Teaching Scale -Basic Psychological Needs in Physical Education
(Luna et al., 2021)	España	2021	10-13 años	n= 170 GE= 87 GC=83	7 meses	Modelo instruccional de educación deportiva(SEM) El cuestionario de autoeficacia (IAMI-M40)
(Malinauskas & Malinauskienė, 2021)	Lituania	2021	15-18 años	n=104 GE=49GC=55	7 meses	Inventario de Autoinforme de Schutte Sistema de Calificación de Habilidades Sociales.
(Méndez-Giménez et al., 2019)	España	2020	6 a 16 años	n=282 M=151F=131	1 año	Cuestionario de Inteligencia Emocional Escala Perceived Locus of Causality. Cuestionario en Educación Física
(Zorrilla-Silvestre et al., 2019)	España	2019	6-8 años	n=93 M=59%F=41%	8 semanas	Cuestionario EISPrueba T-student

GE: Grupo Experimental; GC: Grupo control; M: Masculino; F: Femenino

Por otra parte, en la tabla 2 se muestran los principales resultados de cada una de las intervenciones desarrolladas.

Tabla 2.

Tipos de intervenciones y resultados obtenidos en los estudios.

Autores	Tipos de Intervención	Resultados
(Cañabate et al., 2020)	- 6 prácticas motrices introyectivas: Yoga, Tai Chi, eutonía, estiramientos globales y danza corporal de expresión.	Desarrollaron su conciencia emocional / Identificar sus emociones con claridad / Se reducen los niveles de nerviosismo y estrés / Aumentan los pensamientos y sensaciones positivas.
(Castillo-Viera et al., 2020)	Programa Dramatización.	Mejoras más notables en los alumnos varones / Aumentos en IE: expresividad emocional, autocontrol, motivación y autoconciencia.
(L. Cronin et al., 2020)	EF para el desarrollo de habilidades para la vida.	Mayor satisfacción de la autonomía/ aumento de habilidades sociales, habilidades emocionales, liderazgo, y habilidades de comunicación.
(Kliziene et al., 2021)	Técnica para la EF + Construir un modelo de distribución de AF en aula	Efectos positivos en la actividad física y el bienestar emocional: ansiedad somática, ansiedad de personalidad y ansiedad social.
(Ramos, 2019)	Autonomía y motivación por parte del docente.	Las necesidades psicológicas (NP), la motivación, las estrategias de metacognición, el pensamiento crítico y el rendimiento académico aumentaron
(Luna et al., 2021)	Intervención SEM. Grupo control una intervención basada en el TM-DI.	El programa Moon promovió mejoras en las competencias socioemocionales: intrapersonal e interpersonal. Eficacia en los esfuerzos de autoexigencia
(Malinauskas & Malinauskienė, 2021)	Programa de Entrenamiento de Habilidades Socio-emocionales.	Las habilidades socioemocionales de empatía, cooperación, asertividad, autocontrol, optimismo, valoración y utilización de emociones aumentaron.
(Méndez-Giménez et al., 2020)	Estudio longitudinal con tres ocasiones de medida. No intervención.	Se encontraron efectos significativos para el grupo. El clúster alto en IE se mostró más con mayor nivel de ajuste psicossocial y más activo.
(Zorrilla-Silvestre et al., 2019)	Programa de intervención "Siente Jugando", haciendo uso del APS.	Las estrategias cognitivas mejoraron de manera significativa tanto en respuestas directas como en indirectas (asertivas)

De todos los programas de intervención analizados, se observó que el 100% de ellos obtuvo mejoras en cuanto a la promoción de la inteligencia emocional y sus componentes individuales / grupales. El Modelo Instruccional de Educación Deportiva (SEM) aplicado en el estudio (Luna et al., 2021), fue utilizado en España en una muestra de 170 participantes, con edades entre 10 y 13 años, divididos en dos grupos: uno experimental (GE) y otro de control (GC). En el estudio se utilizó el cuestionario de autoeficacia (IAMI-M40) para evaluar las competencias socioemocionales, y se aplicó la subescala de autoexigencia perfeccionista del cuestionario IPI. Cabe destacar que el grupo experimental recibió una intervención basada en el SEM, mientras que el grupo de control activo se desarrolló una intervención basada en el TM-DI. Los resultados del estudio indicaron que el programa reportó mejoras significativas en las competencias socioemocionales (intrapersonal e interpersonal), así como en la eficacia de la autoexigencia.

En complemento con lo anterior, se encontraron otros dos estudios (Trigueros et al., 2020) realizados en España, con una muestra de $n=545$, $M=288$, $F=257$ durante 9 meses y el de (Malinauskas & Malinauskiene, 2021) en Lituania de 7 meses, con su Programa de Entrenamiento de Habilidades Socioemocionales con un total de $n=104$, $GE=49$, $GC=55$, los que reportaron mejoras significativas en los estudiantes acerca del entrenamiento de habilidades socioemocionales, cumpliendo con protocolos de seguimientos, controles, evaluaciones, reevaluaciones al grupo de experimental y de evaluación. Es decir, mostraron una mejoría en las habilidades socioemocionales de empatía, cooperación, autocontrol, optimismo, valoración y utilización de emociones aumentaron significativamente.

Diferencias culturales y contextuales de las intervenciones

En el caso de España, la mayoría de las intervenciones de Cañabate et al., (2020); Castillo-Viera et al., (2020); Luna et al., (2021); Malinauskas & Malinauskiene, (2021); Méndez-Giménez et al., (2018); Trigueros et al., (2020); Zorrilla-Silvestre et al., (2019) se enfocan en inteligencia emocional y habilidades sociales, lo que refleja una tendencia en el sistema educativo español hacia el desarrollo socioemocional. Este enfoque podría estar influenciado por el contexto cultural español, que valora la educación en habilidades interpersonales como parte del crecimiento integral.

Por su parte, el estudio encontrado en el Reino Unido de Cronin et al., (2018) menciona que la educación física (EF) tiene como uno de sus objetivos principales el desarrollo integral de los estudiantes, destacando la importancia de las habilidades de vida que son esenciales para el éxito personal y social. Es decir, se promueve que los estudiantes desarrollen competencias que van más allá de lo físico, como el trabajo en equipo, el liderazgo, la comunicación y la gestión de emociones. Estas habilidades se ven como una forma de capital personal que puede mejorar su rendimiento académico, calidad de vida y, eventualmente, su éxito económico. Por su parte, en Lituania

las investigaciones de Kliziene et al., (2021) y de Malinauskas & Malinauskiene, (2021) parecen orientarse a la actividad física y el manejo de la ansiedad. Los resultados muestran que la participación en educación física disminuye los niveles de ansiedad en los niños y jóvenes promoviendo el bienestar físico y emocional desde las edades tempranas.

Discusión

La presente revisión tuvo como propósito describir las principales investigaciones desarrolladas en torno a la promoción de la inteligencia emocional en la educación física dirigida a estudiantes de primaria y secundaria. Bajo estos parámetros, una de las principales características encontradas fue que todas se realizaron en un contexto escolar europeo debido a que en otros continentes no se está investigando con tanta profundidad y foco en las áreas planteadas al inicio. A raíz de esto y siguiendo esta misma idea la investigación de (Valdiviezo-Loayza & Rivera-Muñoz, 2022) nos relata una revisión sistemática en América Latina y el Caribe acerca de la inteligencia emocional respondiendo a nuestra primera línea de discusión crítica de los artículos encontrados. En conexión con lo anterior, el informe del BID (2020a), resaltó que esta misma región tienen muchos desafíos que lograr para promover el desarrollo de habilidades socio emocionales en la región, observando, el escaso esfuerzo por realizar estudios y mediciones en este tema, siendo solo países como Colombia, Chile, México y Uruguay los involucrados actualmente. Para Pérez- González (2008) no es suficiente diseñar y ejecutar programas que buscan desarrollar la inteligencia emocional de los estudiantes, sino que es más importante si a la vez somos capaces de evaluar su validez, ya sea en mayor o menos escala, pero que existan. Desafío que se hace mayor si se recuerda que la (UNESCO, 2020) compartió que La Comisión Económica para América Latina y el Caribe (CEPAL) dio a conocer que ya antes de la pandemia, la situación social de la región era crítica. Por todo lo anterior, se fortalece a (Bar-On et al., 2007), quien considera que la educación tradicional se equivocó al enfatizar el desarrollo de habilidades cognitivas y desde ella, pretender que los estudiantes al salir de la escuela comprendan el mundo que los rodea y logren dar solución a los problemas.

De manera similar, la (UNESCO, 2021) describe en sus memorias sobre la educación postpandemia el impacto que ha dejado la pandemia en la salud mental de los niños, niñas y adolescentes, reportando que durante el 2020, se identificó que el 19% de niños ha vivido sentimientos de angustia, el 22% tuvo cuadros de depresión; mientras que, en las niñas, el 24% se sintió deprimida y el 23% paso por cuadros de angustia debemos avanzar en construir un modelo de educación orientado a las necesidades emocionales de las personas junto con la práctica deportiva regulada semanalmente. Además, si consideramos todos estos resultados, debemos

avanzar en valorar aún más la inteligencia emocional en la Educación Física para que los niños en la etapa escolar pueden ser emocional y socialmente más inteligentes cuando se expresan, comprenden y se vinculan con las personas que los rodean, siendo capaces de enfrentar exitosamente las diferentes situaciones cotidianas que surgen en la vida. Entonces, si la educación se halla implicada en la vida y necesariamente promueve hábitos para vivir, la incorporación de la formación en la inteligencia emocional va a generar efectos positivos en el rendimiento académico, autoestima, manejo del estrés, adaptación a los cambios sociales, entre otros (Sporzon & López-López, 2021). Del mismo modo, diversos autores plantean que las emociones son un fenómeno multidimensional y relevante en el desarrollo del alumnado, teniendo que considerarse para su promoción, diversos criterios tales como: la evaluación, el cambio fisiológico, la experiencia subjetiva, las frases emocionales y las tendencias en su accionar (Barrios-Tao & Peña Rodríguez, 2019; Anzelin et al., 2020; Barrios-Tao & Peña Rodríguez, 2019; Porras Carmona et al., 2020; Sporzon & López-López, 2021).

Siguiendo con nuestra discusión crítica, hemos identificado que, en la mayoría de los estudios analizados, el principal objetivo era establecer los efectos de programas de Inteligencia Emocional en la educación física para buscar el bienestar emocional de los estudiantes. Es así como el estudio de (Kliziene et al., 2021) en Lituania, nos demostró con una muestra de $n=364$, $GE=183$, $M=90$, $F=93$, $GC=181$, $M=9$, $F=90$, junto al Children's Physical Activity Questionnaire (CLASS), el cuestionario de Actividad Física Infantil, análisis de estado de bienestar emocional y la Escala de Ansiedad Manifiesta Infantil (RCMAS), establecieron que el programa de educación física de ocho meses adecuadamente construido y aplicado con propósito, tuvo efectos positivos en la actividad física y el bienestar emocional de los niños de primaria (6-7 y 8-9 años respectivamente) en tres dimensiones principales: ansiedad somática, ansiedad de personalidad y ansiedad social.

Las intervenciones que se han realizado de IE en las aulas educativas se han desarrollado a lo largo de un año académico y han tenido un impacto enriquecedor para el alumnado, pero para futuros trabajos de investigación se propone realizar intervenciones de mayor duración para que los beneficios en el currículo y sus competencias emocionales resulten más significativos, extrapolando todo lo aprendido y desarrollado a otros ámbitos de sus vidas. Si estas intervenciones son más duraderas en el tiempo escolar también se podrá observar los beneficios que genera el colectivo o grupo escolar sobre el alumno de manera individual, es decir, se produce una relación de influencia bidireccional grupo-alumno.

Con respecto a las limitaciones de los estudios revisados, se destacan factores críticos que afectan la interpretación de los resultados y sugieren áreas de mejora para futuras investigaciones. En primer lugar, la variabilidad de los instrumentos

de evaluación tiene sesgos de medición debido a la subjetividad de los informes, lo cual limita la comparabilidad entre estudios, como los realizados por Kliziene et al. (2021) y Malinauskas & Malinauskiene (2021). Además, la duración e intensidad de las intervenciones varían ampliamente, desde programas de 1 año hasta intervenciones de 8 semanas, lo que afecta la sostenibilidad de los efectos observados en otros contextos educativos, tal como se observa en los estudios de Zorrilla-Silvestre et al. (2019) y Méndez-Giménez et al. (2018). La falta de control sobre variables demográficas, como el género y el estatus socioeconómico, representa un obstáculo para la validez interna de estudios como los de Kliziene et al. (2021) y Cañabate et al. (2020). Asimismo, la fidelidad en la implementación de los programas se presenta como una limitación importante, ya que algunos estudios no logran una ejecución completa de los protocolos. Además, factores externos, como el estrés académico, pueden interferir en los efectos de los programas de desarrollo emocional, especialmente en el ámbito universitario. Por ejemplo, Trigueros et al., (2020) destaca cómo la motivación y el estrés académico afectan las estrategias de aprendizaje, lo que podría distorsionar los resultados si no se controla adecuadamente.

Por otra parte, si se adopta una discusión crítica de la inteligencia emocional en el contexto educativo global, autores como Puertas Molero et al., (2019) mencionan que en Estados Unidos, el aprendizaje socioemocional (SEL) se enfoca en fortalecer la resiliencia de los estudiantes frente al estrés académico y social. En Asia, especialmente en Corea del Sur y Japón, la presión académica y las expectativas familiares elevadas impulsan intervenciones que incluyen *mindfulness* y meditación para reducir la ansiedad y mejorar el rendimiento. En el Medio Oriente, como en el Líbano, programas como el "Living Values Educational Program" (LVEP) han mostrado efectividad en entornos complejos, ayudando a los estudiantes a desarrollar habilidades emocionales y de comunicación que facilitan la resolución de conflictos y fomentan el respeto mutuo. Sin embargo, no hemos encontrado investigaciones relacionadas con la educación física en contextos escolares.

En este sentido, hemos sido capaces de evidenciar la importancia de atender las habilidades socioemocionales en los estudiantes, apoyando la idea de Aristulle & Paoloni-Stente (2019); Ruiz (2019) o Sánchez & Escobedo (2019) quienes coinciden en la importancia de atenderlas junto con el cuidado de la educación integral, el valor del rol del educador como "piedra angular" en estos procesos y sobre todo, concuerdan en la importancia de contar con programas de mejora educativa en las universidades, asociados al cuidado de las emociones. Razón por la cual, es clave que las instituciones educativas implementen planes y programas que ayuden en el cuidado de la persona y sus roles como ciudadanos, tal como lo expresaron López et al., (2019) y Ruiz, (2019). Es clave entender que las intervenciones, proyectos, programas, técnicas y cuestionarios de inte-

lignencia emocional realizados en el ámbito de la educación física en etapa escolar presentan un aumento significativo de acuerdo con nuestra revisión sistemática, entregando resultados vigentes desde el año 2019 en adelante. También, cabe destacar la importancia del profesorado en las intervenciones, ya que ellos son los responsables de generar mayor adherencia a la adquisición de nuevas habilidades sociales y emocionales, así como también desarrollar nuevos programas para aumentar la actividad física en los estudiantes. Se hace necesario que las intervenciones escolares se apliquen por lo menos, en un año escolar completo, para generar modificaciones sociales significativas y a largo plazo.

A pesar de las limitantes mencionadas, es relevante que se den a conocer los resultados de las investigaciones que se vienen desarrollando en América Latina y el Caribe, de manera tal, que puedan ser replicados y que, además, sus resultados puedan contribuir a enriquecer futuras investigaciones. Asimismo, se recomienda mayores esfuerzos de integración de las plataformas latinoamericanas, organismos nacionales e internacionales, comprometidas en el desarrollo de la educación en nuestro continente.

Por todas estas razones, algunos estudios (Cerdeña Etchepeare & Vera Sagredo, 2019; Cuadra Martínez et al., 2018; Ruiz, 2019) enfatizan la necesidad imperiosa de promover investigaciones orientadas a ampliar la comprensión y conocimiento de la interrelación entre los diferentes constructos asociados a la inteligencia emocional en la escuela, así como a analizar sus variables en diferentes realidades educativas. Por su parte, Ruiz (2019) subraya la necesidad de incluir en el currículo la formación en competencias emocionales en los diferentes niveles no solamente en la educación básica o bachillerato, sino también en institutos tecnológicos superiores y universidades.

Pese al amplio reconocimiento en la literatura de la importancia de desarrollar las habilidades emocionales de los estudiantes y considerar la formación de competencias emocionales en los programas educativos, es fundamental tener un conocimiento profundo de las percepciones y habilidades de ejecución en estas competencias antes de implementar cualquier intervención en los planes educativos. A través de esta revisión sistemática, estamos dando un primer paso para avanzar en la investigación que propicie la implementación de nuevos enfoques en la enseñanza de la inteligencia emocional.

Conclusiones

La presente revisión sistemática proporciona una contribución inédita al demostrar que los docentes pueden ser el gran estímulo de los estudiantes para desarrollar las siguientes habilidades para la vida a través de la educación física: trabajo en equipo, establecimiento de metas, gestión del tiempo, habilidades emocionales, comunicación interpersonal, habilidades

sociales, liderazgo y resolución de problemas y toma de decisiones. Entre las distintas investigaciones revisadas podemos afirmar que el apoyo a la autonomía se relacionó positivamente con el desarrollo de las ocho habilidades para la vida y el total de habilidades para la vida se relacionó positivamente con los tres indicadores de bienestar psicológico. Estos hallazgos respaldaron los hallazgos observados en estudios previos (Benson & Pittman, 2001; Leisterer & Jekauc, 2019; Rabassa Blanco, J., & Arumí Prat, J. 2024) para la teoría y la investigación del desarrollo juvenil en el contexto de la educación física.

En cambio, las limitaciones del presente estudio, se identificaron vacíos que posiblemente restringen la generalización de los resultados como: la falta de unificación en los criterios de clasificación de los componentes asociados a la variable Inteligencia emocional, coincidencias limitadas en los modelos teóricos bases, investigaciones desarrolladas en solo una unidad de análisis y la falta de descripción de conclusiones más detalladas que permitan posteriores investigaciones con análisis más profundos. A pesar de lo anterior, esta investigación aporta una mirada reflexiva respecto a la educación y la inteligencia emocional en la educación física, para que seamos capaces los futuros docentes universitarios de formar personas con más capacidad de vincularse y comprometerse en la construcción de una sociedad más sana emocionalmente.

En cuanto a las proyecciones del estudio, se destaca la importancia de intervenir en muestras más grandes para que éstas sean representativas de lo que está sucediendo en la actualidad ya que muchas de las investigaciones sus muestras son menores a cien. La recomendación es que las muestras sean superiores a trescientas personas para que los resultados sean significativos y representativos.

En definitiva, esta revisión sugiere que los profesores de educación física se comprometan y responsabilicen en crear un clima de apoyo a la autonomía para promover el desarrollo de habilidades para la vida y el bienestar psicológico de los estudiantes, ya que es fundamental fomentar la IE con una actuación activa y adecuada para incrementar la motivación, autonomía, relaciones sociales, y por lo general, un bienestar globalizado por parte de cada estudiante.

Referencias

- Abrahams, L., Pancorbo, G., Primi, R., Santos, D., Kyllonen, P., John, O. P., & De Fruyt, F. (2019). Social-emotional skill assessment in children and adolescents: Advances and challenges in personality, clinical, and educational contexts. *Psychological Assessment*, 31(4), 460-473. <https://doi.org/10.1037/pas0000591>
- Anzelin, I., Marín-Gutiérrez, A., & Chocontá, J. (2020). Relación entre la emoción y los procesos de enseñanza aprendizaje. *Sophia*, 16(1), 48-64. <https://doi.org/10.18634/sophiaj.16v.1i.1007>

- Aristulle, P., & Paoloni-Stente, P. (2019). Habilidades socioemocionales en las comunidades educativas: Aportes para la formación integral de los y las docentes. *Revista Educación*, 43(2), 26. <https://doi.org/10.15517/revedu.v43i2.28643>
- Bar-On, R., Maree, J., & Jesse, M. (Eds.). (2007). *Educating people to be emotionally intelligent* (PRAEGER). Praeger Publishers. https://cdn-cms.f-static.com/uploads/1259807/normal_5c7f219f7c7f5.pdf
- Barrios-Tao, H., & Peña Rodríguez, L. (2019). Líneas teóricas fundamentales para una educación emocional. *Educación y Educadores*, 22(3), 487-509. <https://doi.org/10.5294/edu.2019.22.3.8>
- Benson, P., & Pittman, K. (Eds.). (2001). *Trends in Youth Development* (Vol. 6). SpringerUS. <https://doi.org/10.1007/978-1-4615-1459-6>
- Bisquerra, R., & Pérez, N. (2007). *Las Competencias Emocionales. Educación XXI*, 10, 61-82
- Rabassa Blanco, J., & Arumí Prat, J. (2024). Las emociones en la materia de Educación Física en estudiantes adolescentes y en el profesorado: Revisión bibliográfica (Emotions in the subject of Physical Education in adolescent students and teachers: Bibliographic review). *Retos*, 53, 489-507. <https://doi.org/10.47197/retos.v53.102373>
- Brackett, M., & Mayer, J. (2003). Convergent, Discriminant, and Incremental Validity of Competing Measures of Emotional Intelligence. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 29(9), 1147-1158. <https://doi.org/10.1177/0146167203254596>
- Buenrostro-Guerrero, A., Valadez-Sierra, M., Soltero-Avelar, R., Nava-Bustos, G., Zambrano-Gúzman, R., & García-García, A. (2012). Inteligencia emocional y rendimiento académico en adolescentes. *Revista de Educación y Desarrollo*, 20, 1-9.
- Castillo Viera, E., Moreno-Sánchez, E., Tornero Quiñones, I., & Sáez Padilla, J. (2021). Development of Emotional Intelligence through Dramatisation. *Apunts. Educación Física y Deportes*, 143, 27-32. [https://doi.org/10.5672/apunts.2014-0983.es.\(2021/1\).143.04](https://doi.org/10.5672/apunts.2014-0983.es.(2021/1).143.04)
- Cañabate, D., Santos, M., Rodríguez, D., Serra, T., & Colomer, J. (2020). Emotional Self- Regulation through Introjective Practices in Physical Education. *Education Sciences*, 10(8), 208. <https://doi.org/10.3390/educsci10080208>
- Cerda Etchepare, G., & Vera Sagredo, A. (2019). Rendimiento en matemáticas: Rol de distintas variables cognitivas y emocionales, su efecto diferencial en función del sexo de los estudiantes en contextos vulnerables. *Revista Complutense de Educación*, 30(2), 331-346. <https://doi.org/10.5209/RCED.57389>
- Cronin, L., Marchant, D., Johnson, L., Huntley, E., Kosteli, M., Varga, J., & Ellison, P. (2020). Life skills development in physical education: A self-determination theory-based investigation across the school term. *Psychology of Sport and Exercise*, 49, 101711. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2020.101711>
- Cuadra Martínez, D., Salgado Roa, J., Lería Dulčić, F., & Menares Ossandón, N. (2018). Teorías subjetivas en docentes sobre el aprendizaje y desarrollo socioemocional: Un estudio de caso. *Revista Educación*, 250-271. <https://doi.org/10.15517/revedu.v42i2.25659>
- De Souza-Barcelar, L., & Carbonero-Martín, M. (2019). Formación inicial docente y competencias emocionales: Análisis del contenido disciplinar en universidades brasileñas. *Educação e Pesquisa*, 45, e186508. <https://doi.org/10.1590/s1678-4634201945186508>
- Del Rosal, I., Moreno-Manso, J., & Bermejo, M. (2018). Inteligencia emocional y rendimiento académico en futuros maestros de la Universidad de Extremadura. *Profesorado, Revista de Currículum y Formación del Profesorado*, 22(1), 257-275. <https://doi.org/10.30827/profesorado.v22i1.9928>
- Dolev, N., & Leshem, S. (2017). Developing emotional intelligence competence among teachers. *Teacher Development*, 21(1), 21-39. <https://doi.org/10.1080/13664530.2016.1207093>
- Extremera, N., & Fernández-Berrocal, P. (2004). *El uso de las medidas de habilidad en el ámbito de la inteligencia emocional. Ventajas e inconvenientes con respecto a las medidas de auto-informe* (Boletín de Psicología N.º 80; pp. 59-77). Universidad de Valencia.
- Fernández-García, L., & Fernández-Río, J. (2018). Proyecto Wonderwall: Identificación y manejo de emociones en la Educación Física de Educación Primaria (Project Wonderwall. Emotions' identification and management in Primary Education Physical Education). *Retos*, 35, 381-386. <https://doi.org/10.47197/retos.v0i35.63259>
- Ferragut, M., & Fierro, A. (2012). Inteligencia emocional, bienestar personal y rendimiento académico en preadolescentes. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 44(3), 95-104.
- Figueroa, J., Yacelga, C., Rosero, M., & García, I. (2012). La inteligencia emocional y su influencia en el rendimiento académico y laboral de la comunidad universitaria. *Revista Axioma*, 1(8), 44-48.
- Fuentes-Vilugrón, G.; Sandoval-Obando, E.; Caamaño-Navarrete, F.; Arriagada-Hernández, C.; Etchegaray-Pezo, P.; Muñoz-Troncoso, F.; Cuadrado-Gordillo, I.; del Val Martín, P.; Riquelme-Mella, E. (2024). Difficulties among Teachers' Emotional Regulation: Analysis for the Development of Student Well-Being in Chilean Schools. (2024). *Behavioral Sciences*, 14(9), 749. <https://doi.org/10.3390/bs14090749>
- Fuentes-Barría, H., Aguilera-Eguía, R., Maureira-Sánchez, J., López-Soto, O. P., Herrera-Serna, B. Y., & Alarcón-Rivera, M. (2024). Nivel de actividad física e inteligencia emocional en estudiantes chilenos de Pedagogía en Educación Física. Estudio transversal (Level of physical activity and emotional intelligence in Chilean Physical Education teaching students: a cross-sectional study). *Retos*, 60, 911-917. <https://doi.org/10.47197/retos.v60.108717>
- Giles Girela, F. J., Trigueros Cervantes, C., & Rivera García, E. (2019). Emocionarse ante el proceso de enseñanza y aprendizaje. Vivencias de los futuros docentes desde una pedagogía de aprendizaje-servicio crítico. *PUBLICACIONES*, 49(4), 69-87. <https://doi.org/10.30827/publicaciones.v49i4.11729>
- Giles-Girela, J., Rivera García, E., & Trigueros Cervantes, C. (2021). Dialogar con el cuerpo en la clase de educación física. *Conexões*, 19, e021020. <https://doi.org/10.20396/conex.v19i1.8661499>
- Gil-Olarte, P., Palomera-Martín, R., & Brackett, M. (2006). Relating emotional intelligence to social competence and academic achievement in high school students. *Revista Psicothema*, 18, 118-123.
- Hargreaves, A. (2005). Educational change takes ages: Life, career and generational factors in teachers' emotional responses to educational change. *Teaching and Teacher Education*, 21(8), 967-983. <https://doi.org/10.1016/j.tate.2005.06.007>

- Hellín- Martínez, M., Asencio, M., & Sánchez-Alcaraz, B. (2020). Revisión sistemática del model de enseñanza de aprendizaje-servicio en educación física. Aspectos clave y principios para su aplicación práctica. *Revista Digital de Educación Física*, 11(66), 1-13.
- Herrera, L., Al-Lal, M., & Mohamed, L. (2020). Academic Achievement, Self-Concept, Personality and Emotional Intelligence in Primary Education. Analysis by Gender and Cultural Group. *Frontiers in Psychology*, 10, 3075. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2019.03075>
- Hofmann, S. (2018). *La emoción en psicoterapia: De la ciencia a la práctica* (1ª edición, junio de 2018). Paidós.
- Howards, G. (2005). Inteligencias múltiples. *Revista de Psicología y Educación*, 1(1), 17- 26.
- Hoyos Cifuentes, J. D., & Borrajo Mena, E. (2023). La inteligencia emocional en estudiantes universitarios de Colombia y España que practican técnicas de relajación (The emotional intelligence in university students from Colombia and Spain who practice relaxation techniques). *Retos*, 49, 478–484. <https://doi.org/10.47197/retos.v49.98006>
- Kalajas-Tilga, H., Koka, A., Hein, V., Tilga, H., & Raudsepp, L. (2020). Motivational processes in physical education and objectively measured physical activity among adolescents. *Journal of Sport and Health Science*, 9(5), 462-471. <https://doi.org/10.1016/j.jshs.2019.06.001>
- Kim, S., Chee, K., & Gerhart, O. (2017). Redefining generativity: Through life course and pragmatist lenses. *Sociology Compass*, 11(11), e12533. <https://doi.org/10.1111/soc4.12533>
- Kližiene, I., Cizauskas, G., Sipaviciene, S., Aleksandraviciene, R., & Zaicenkoviene, K. (2021). Effects of a Physical Education Program on Physical Activity and Emotional Well-Being among Primary School Children. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(14), 7536. <https://doi.org/10.3390/ijerph18147536>
- Krauthamer Ewing, E., Herres, J., Dilks, K., Rahim, F., & Trentacosta, C. (2019). Understanding of Emotions and Empathy: Predictors of Positive Parenting with Preschoolers in Economically Stressed Families. *Journal of Child and Family Studies*, 28(5), 1346-1358. <https://doi.org/10.1007/s10826-018-01303-6>
- Lamonedá, J. (2018). Programa de Aprendizaje-servicio en estudiantes de ciclo formativo en animación y actividad física. *Journal of Sport and Health Research*, 10(1), 65-78.
- Leisterer, S., & Jekauc, D. (2019). Students' Emotional Experience in Physical Education—A Qualitative Study for New Theoretical Insights. *Sports*, 7(1), 10. <https://doi.org/10.3390/sports7010010>
- Llinares-Insa, L., Casino-García, A., & García-Pérez, J. (2020). Subjective Well-Being, Emotional Intelligence, and Mood of Parents: A Model of Relationships. Impact of Giftedness. *Sustainability*, 12(21), 8810. <https://doi.org/10.3390/su12218810>
- López, R., Santacruz, S., Fabricio, R., Escobar, O., Piza, C., & Alexis, I. (2019). Niveles de inteligencia emocional según género de estudiantes en la educación superior. *Revista Espacios*, 40(31), 26-37. <https://www.revistaespacios.com/a19v40n31/a19v40n31p26.pdf>
- Luna, P., Cejudo, J., Piqueras, J. A., Rodrigo-Ruiz, D., Bajo, M., & Pérez-González, J.-C. (2021). Impact of the MooN Physical Education Program on the Socio-Emotional Competencies of Preadolescents. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(15), 7896. <https://doi.org/10.3390/ijerph18157896>
- MacMillan, F., McBride, K., George, E., & Steiner, G. (2019). Conducting a Systematic Review: A Practical Guide. En P. Liamputtong (Ed.), *Handbook of Research Methods in Health Social Sciences* (pp. 805-826). Springer Singapore. https://doi.org/10.1007/978-981-10-5251-4_113
- Malinauskas, R., & Malinauskienė, V. (2021). Training the Social-Emotional Skills of Youth School Students in Physical Education Classes. *Frontiers in Psychology*, 12, 741195. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.741195>
- Martinez-Lorca, M., Criado-Álvarez, J. J., Aguado Romo, R., & Martinez-Lorca, A. (2023). El impacto de la salud mental, la afectividad, la inteligencia emocional, la empatía y las habilidades de afrontamiento en estudiantes de Terapia Ocupacional (The impact of mental health, affectivity, emotional intelligence, empathy and coping skills in Occupational Therapy students). *Retos*, 50, 113–126. <https://doi.org/10.47197/retos.v50.99384>
- Medrano, L. A., & Trógolo, M. (2014). Validación de la escala de dificultades en la regulación emocional en la población universitaria de Córdoba, Argentina. *Universitas Psychologica*, 13(4). <https://doi.org/10.11144/Javeriana.UPSY13-4.vedr>
- Méndez-Giménez, A., Cecchini, J., & García-Romero, C. (2019). Profiles of Emotional Intelligence and Their Relationship with Motivational and Well-being Factors in Physical Education. *Psicología Educativa*, 26(1), 27-36. <https://doi.org/10.5093/psed2019a19>
- Moher, D., Liberati, A., Tetzlaff, J., & Altman, D. (2009). Preferred reporting items for systematic reviews and meta-analyses: The PRISMA Statement. *Open Medicine*, 3(2), 123- 130.
- Nakagawa, T., Koan, I., Chen, C., Matsubara, T., Hagiwara, K., Lei, H., Hirotsu, M., Yamagata, H., & Nakagawa, S. (2020). Regular Moderate- to Vigorous-Intensity Physical Activity Rather Than Walking Is Associated with Enhanced Cognitive Functions and Mental Health in Young Adults. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(2), 614. <https://doi.org/10.3390/ijerph17020614>
- O'Connor, P. J., Hill, M., & Brett, M. (2019). The Measurement of Emotional Intelligence: A Critical Review of the Literature and Recommendations for Researchers and Practitioners. *Frontiers in Psychology*, 10.
- Page, M., McKenzie, J., Bossuyt, P., Boutron, I., Hoffmann, T., Mulrow, C., Shamseer, L., Tetzlaff, J., Akl, E., S Brennan, Chou, R., Glanville, J., Grimshaw, J., Hróbjartsson, A., Lalu, M., Li, T., Loder, E., Mayo-Wilson, E., McDonald, S., ... Moher, D. (2021). The PRISMA 2020 statement: An updated guideline for reporting systematic reviews. *BMJ*, n71. <https://doi.org/10.1136/bmj.n71>
- Piqueras, J., Mateu-Martínez, O., Cejudo, J., & Pérez-González, J. (2019). Pathways Into Psychosocial Adjustment in Children: Modeling the Effects of Trait Emotional Intelligence, Social-Emotional Problems, and Gender. *Frontiers in Psychology*, 10, 507. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2019.00507>
- Porrás Carmona, S., Pérez Dueñas, C., Checa Fernández, P., & Luque Salas, B. (2020). Competencias emocionales de las futuras personas docentes: Un estudio sobre los niveles de inteligencia

- emocional y empatía. *Revista Educación*, 76-90. <https://doi.org/10.15517/revedu.v44i2.38438>
- Puertas Molero, P., Zurita-Ortega, F., Chacon-Cuberos, R., Castro-Sanchez, M., Ramirez-Granizo, I., & Gonzalez Valero, G. (2019). La inteligencia emocional en el ámbito educativo: Un meta-análisis. *Anales de Psicología*, 36(1), 84-91. <https://doi.org/10.6018/analesps.345901>
- Rivas-Valenzuela, J., Rivera-García, E., & Trigueros-Cervantes, C. (2021). Construyendo teorías implícitas desde el Aprendizaje-Servicio en Comunidades de Aprendizaje. *Estudios Pedagógicos (Valdivia)*, 47(4), 167-191. <https://doi.org/10.4067/S0718-07052021000400167>
- Rivas-Valenzuela, J. (2024) Percepciones en los docentes universitarios que utilizan la metodología del Aprendizaje Servicio en la Formación Inicial del Profesorado en Educación Física. [Universidad de Granada]. <https://digibug.ugr.es/handle/10481/90442>
- Rivas-Valenzuela, J., Rivera-Trigueros, I., Moreno-Doña, A., & Rivera-García, E. (2024). Análisis de la evolución del aprendizaje-servicio vinculado a la actividad física. El género como asignatura pendiente. *Estudios pedagógicos (Valdivia)*, 50(2), 1-20.
- Rivera-García, E., Trigueros-Cervantes, C., & Giles, J. (2020). Cuerpo y motricidad en primaria: La pedagogía dialogica corporal. *Tándem*, 67, 7-13.
- Ruiz, M. (2019). Inteligencia emocional en educación superior: Contribuciones a la calidad educativa. *Yachana Revista Científica*, 8(3), 53-60. <http://revistas.ulvr.edu.ec/index.php/yachana/article/view/608/351>
- Sánchez, B., & Escobedo, S. (2019). Educación emocional para la paz. Una propuesta para la práctica en la orientación educativa. *Innovación Educativa*, 19(81), 1-25. <https://bi-blat.unam.mx/hevila/Innovacioneducativa/2019/vol19/no81/3.pdf>
- Sandín, B., Valiente, R., García-Escalera, J., & Chorot, P. (2020). Impacto psicológico de la pandemia de COVID-19: Efectos negativos y positivos en población española asociados al periodo de confinamiento nacional. *Revista de Psicopatología y Psicología Clínica*, 25(1), 1. <https://doi.org/10.5944/rppc.27569>
- Sandoval-Obando, E. y Calvo Muñoz, C. (2022). Generativity and Propensity to Teach in Chilean Rural Educators: A Transformative Teaching Practice. *Journal of Higher Education, Theory and Practice*, 22(18), 112-126. <https://doi.org/10.33423/jhetp.v22i18.5704>
- Sandoval-Obando, E. y Calvo Muñoz, C. (2022). Generatividad y Propensión a Enseñar en Educadores Rurales Chilenos: Saberes Educativos desde la Perspectiva Narrativa-Generativa. *Revista Innovaciones Educativas*, 24(37), 7-23. <https://doi.org/10.22458/ie.v24i37.3820>
- Sandoval-Obando, E., Pareja Arellano, N., Acevedo-Duque, A., Riquelme-Brevis, H. Hernández-Mosqueira, C., & Rivas-Valenzuela, J. (2022). Understanding the Relational Dynamics of Chilean Rural Teachers: Contributions from a Narrative-Generative Perspective. *Sustainability*, 14(14), 8386. <https://doi.org/10.3390/su14148386>
- Sandoval-Obando, E. y Peña-Troncoso, S. (2023). Dimensiones Pedagógicas de un Desarrollo Potencialmente Generativo en Profesores Rurales Chilenos. *Revista Colombiana de Educación*, (89), 206-230. <https://doi.org/10.17227/rce.num88-13930>
- Sandoval-Obando, E., & Riquelme-Brevis, H. (2023). ¿Es posible una pedagogía generativa? Experiencias y saberes de docentes situados en la ruralidad chilena. *Revista de Psicología*, 32(2), 1-16. <https://doi.org/10.5354/0719-0581.2023.71410>
- Sandoval-Obando, E., Pareja-Arellano, N., Hernández-Mosqueira, C. & Riquelme-Brevis, H. (2023). What do we know about rural teaching identity? An exploratory study based on the generative-narrative approach. *Journal of Pedagogy*, 14(2) 97-122. <https://doi.org/10.2478/jped-2023-0013>
- Sandoval-Obando, E., Zacarés-González, J., & Iborra-Cuéllar, A. (2022). *Generatividad y desarrollo humano: Experiencias y modelos actuales para el bienestar psicológico* (1.ª ed.). Universidad Autónoma de Chile. <https://doi.org/10.32457/UA.112>
- Segrin, C., & Flora, J. (2019). Fostering social and emotional intelligence: What are the best current strategies in parenting? *Social and Personality Psychology Compass*, 13(3), e12439. <https://doi.org/10.1111/spc3.12439>
- Shawna, Sh. (2010). Revisiting the teachers' lounge: Reflections on emotional experience and teacher identity. *Teaching and Teacher Education*, 26(3), 616-621. <https://doi.org/10.1016/j.tate.2009.09.009>
- Sporzon, G., & López-López, M. (2021). Evaluación de la inteligencia emocional y la conducta prosocial y su correlación en alumnado de Educación Primaria. *Estudios sobre Educación*, 40, 51-73. <https://doi.org/10.15581/004.40.51-73>
- Suberviola-Ovejas, I. (2012). Competencia emocional y rendimiento académico en el alumnado universitario. *Vivat Academia. Revista de Comunicación*, 1-17. <https://doi.org/10.15178/va.2011.117E.1-17>
- Suleman, Q., Hussain, I., Syed, M., Parveen, R., Lodhi, I., & Mahmood, Z. (2019). Association between emotional intelligence and academic success among undergraduates: A cross-sectional study in KUST, Pakistan. *PLoS ONE*, 14(7), e0219468. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0219468>
- Trigueros, R., Padilla, A., Aguilar-Parra, J., Lirola, M., García-Luengo, A., Rocamora-Pérez, P., & López-Liria, R. (2020). The Influence of Teachers on Motivation and Academic Stress and Their Effect on the Learning Strategies of University Students. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(23), 9089. <https://doi.org/10.3390/ijerph17239089>
- Trujillo González, E., Ceballos Vacas, E., Trujillo González, M., & Moral Lorenzo, C. (2020). El papel de las emociones en el aula de educación Infantil. *Profesorado, Revista de Currículum y Formación del Profesorado*, 24(1), 226-244. <https://doi.org/10.30827/profesorado.v24i1.8675>
- UNESCO. (2020). *Educación Pospandemia: Salud mental y prevención de la violencia con la comunidad educativa*. (pp. 1-21). Comisión Económica para América Latina y el Caribe (CEPAL). <https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000374075>
- UNESCO. (2021). *Educación Pospandemia: Salud Mental y prevención de la violencia con la comunidad educativa*. Comisión Económica para América Latina y el Caribe. <https://es.unesco.org/sites/default/files/doc-memoria-foro-educacion-post-pandemia.pdf>
- Valdiviezo-Loayza, M., & Rivera-Muñoz, J. (2022). La inteligencia emocional en la educación, una revisión sistemática en América Latina y el Caribe. *Revista peruana de investigación e innovación educativa*, 2(2), e22931. <https://doi.org/10.15381/rpiiedu.v2i2.22931>

- Weissberg, R. (2019). Promoting the Social and Emotional Learning of Millions of School Children. *Perspectives on Psychological Science*, 14(1), 65-69. <https://doi.org/10.1177/1745691618817756>
- Wright, P., Gray, S., & Richards, K. (2021). Understanding the interpretation and implementation of social and emotional learning in physical education. *The Curriculum Journal*, 32(1), 67-86. <https://doi.org/10.1002/curj.85>
- Zamorano García, M., Gil Madrona, P., Prieto-Ayuso, A., & Zamorano García, D. (2018). Emociones generadas por distintos tipos de juegos en clase de educación física / Generated Emotions By Various Types Of Games In Physical Education. *Revista Internacional de Medicina y Ciencias de la Actividad Física y del Deporte*, 69(2018). <https://doi.org/10.15366/rimcafd2018.69.001>
- Zorrilla-Silvestre, L., Valverde Esteve, T., Carreguí Ballester, J., & Gómez Delgado, A. (2019). Estrategias emocionales en educación física a través del aprendizaje servicio: Aplicación del programa siente jugando en alumnado de primaria. *PUBLICACIONES*, 49(4), 165-181. <https://doi.org/10.30827/publicaciones.v49i4.117>

Datos de los/as autores/as:

Johan Rivas-Valenzuela
Juan José-Álvarez
Eduardo Sandoval-Obando

jrivas.efi@gmail.com
jjalvarez@welearningcoaching.com
eduardo.sandoval@uautonoma.cl

Autor/a
Autor/a
Autor/a