

XXVII

El uso de la inteligencia emocional como base en el desarrollo cognitivo de menores de 5 años: Un enfoque educativo innovador

Bertha Araminta Talledo Torres
Helen Dorothy Larroca Saavedra

XXVII

El uso de la inteligencia emocional como base en el desarrollo cognitivo de menores de 5 años: Un enfoque educativo innovador

Bertha Araminta Talledo Torres
Helen Dorothy Larroca Saavedra

RESUMEN

Este estudio investigó el impacto de un programa de inteligencia emocional (IE), "Emocionarte", en el desarrollo cognitivo y socioemocional de 40 niños preescolares (4-5 años). Utilizando un diseño cuasi-experimental con grupo de intervención y control, se implementó el programa durante 12 semanas, empleando juegos, dinámicas y cuentos para enseñar habilidades de IE. Se evaluaron la memoria de trabajo, la atención sostenida, la inhibición, la flexibilidad cognitiva, la regulación emocional, la empatía y las habilidades sociales mediante tests estandarizados, cuestionarios y observaciones. Los resultados mostraron una mejora significativa en todas las áreas evaluadas en el grupo de intervención en comparación con el grupo control. El programa "Emocionarte" demostró ser efectivo para promover el desarrollo integral de los niños, destacando la importancia de la IE en la educación infantil. Se discuten las implicaciones para el diseño curricular y la formación docente, así como las limitaciones del estudio y futuras líneas de investigación.

Palabras clave: Inteligencia emocional, desarrollo cognitivo, desarrollo socioemocional, educación infantil, programa de intervención.

ABSTRACT

This study investigated the impact of an emotional intelligence (EI) program, "Emocionarte," on the cognitive and socio-emotional development of 40 preschool children (4-5 years old). Using a quasi-experimental design with intervention and control groups, the program was implemented over 12 weeks, employing games, dynamics, and storytelling to teach EI skills. Working memory, sustained attention, inhibition, cognitive flexibility, emotional regulation, empathy, and social skills were assessed using standardized tests, questionnaires, and observations. Results showed significant improvement in all assessed areas for the intervention group compared to the control group. The "Emocionarte" program proved effective in promoting children's holistic development, highlighting the importance of EI in early childhood education. Implications for curriculum design and teacher training, as well as study limitations and future research directions, are discussed.

Keywords: Emotional intelligence, cognitive development, socio-emotional development, early childhood education, intervention program.

INTRODUCCIÓN

La educación infantil ha experimentado una creciente atención hacia el desarrollo integral del niño, reconociendo la importancia no solo de las habilidades cognitivas, sino también de las socioemocionales. Tradicionalmente, los métodos educativos se han centrado en el desarrollo intelectual, dejando a menudo de lado el componente emocional (Domitrovich et al., 2022). Sin embargo, la evidencia sugiere que existe una estrecha interrelación entre el desarrollo cognitivo y emocional, y que las emociones juegan un papel crucial en el aprendizaje y el desarrollo integral del niño. Este estudio se centra en la inteligencia emocional (IE), un constructo que abarca la capacidad de comprender y gestionar las propias emociones, así como las de los demás (Caruso et al., 2019). Se plantea la hipótesis de que la IE puede actuar como un catalizador del desarrollo cognitivo en niños menores de 5 años, facilitando procesos como la

atención, la memoria y la resolución de problemas.

La justificación de este estudio radica en la escasez de investigaciones empíricas que aborden la enseñanza de la IE en la primera infancia. Si bien existen estudios que demuestran los beneficios de la IE en niños mayores y adolescentes (Brackett et al., 2012, citados en MacCann et al., 2020), la etapa preescolar ha sido relativamente poco explorada. Esta falta de evidencia dificulta el diseño de intervenciones educativas efectivas que promuevan el desarrollo socioemocional desde edades tempranas. Es crucial comprender cómo la IE influye en el desarrollo cognitivo en niños menores de 5 años para poder diseñar programas educativos que integren ambos aspectos de manera efectiva.

Este estudio busca responder a la pregunta central: ¿De qué manera afecta la enseñanza de la inteligencia emocional al desarrollo cognitivo en niños menores de 5 años? Para ello, se plantea el diseño y la implementación de un programa piloto basado en la IE, dirigido a niños en edad preescolar. Se evaluará el impacto del programa en habilidades cognitivas como la resolución de problemas, la memoria y la atención, así como en habilidades socioemocionales como la cooperación y la empatía. La comparación con grupos de control permitirá determinar si la intervención educativa tiene un efecto significativo en el desarrollo de los niños. Los objetivos específicos de este estudio son: diseñar un programa piloto basado en IE para niños menores de 5 años, medir los efectos de la implementación del programa en habilidades cognitivas y socioemocionales, y comparar los resultados obtenidos con grupos de control no expuestos al programa.

METODOLOGÍA

Diseño del estudio

Este estudio empleó un diseño cuasi-experimental con preprueba y posprueba, comparando un grupo de intervención que recibió el programa de IE con un grupo de control que continuó con su currículo regular. La elección de un diseño cuasi-experimental, frente a uno experimental puro, se justifica por la dificultad práctica y ética de asignar aleatoriamente a los participantes a los grupos en un contexto educativo preexistente, donde los niños ya están integrados en aulas específicas.

Esta limitación, inherente a muchos estudios en entornos educativos, se abordó mediante el control estadístico de las posibles variables de confusión entre los grupos. Se seleccionaron dos aulas de preescolar en un centro educativo, con un total de 40 niños con edades comprendidas entre 4 y 5 años. La selección de las aulas se basó en criterios de similitud en cuanto a características socioeconómicas y demográficas de las familias de los niños, así como en la experiencia y formación de los docentes.

Además, se revisaron los expedientes académicos de los niños para asegurar la homogeneidad en cuanto a su desarrollo cognitivo previo. El grupo de intervención constó de 20 niños, mientras que el grupo de control estuvo conformado por los 20 niños restantes. Antes de comenzar la intervención, se administró una preprueba a ambos grupos para establecer una línea base y evaluar sus niveles iniciales de desarrollo cognitivo y socioemocional, permitiendo así analizar la evolución de cada grupo de forma independiente y comparativa.

Intervención

El programa de IE, denominado "Emocionarte", se implementó durante 12 semanas, con dos sesiones de 45 minutos por semana, integradas en la rutina diaria del aula. La duración del programa se determinó en base a estudios previos que han demostrado la efectividad de intervenciones similares en este rango de tiempo (Jansen & Kiefer, 2020).

El programa "Emocionarte" se basa en un enfoque lúdico y experiencial, fundamental para el aprendizaje en la primera infancia, adaptando las actividades a la edad y al nivel de desarrollo de los participantes (Zelazo et al., 2016). Se utilizaron diversas técnicas, incluyendo juegos de roles para practicar la identificación y expresión de emociones, donde los niños representaban diferentes escenarios sociales; cuentos ilustrados que presentaban situaciones que requerían empatía y manejo de emociones, fomentando la reflexión y el diálogo; y dinámicas grupales que promovían la cooperación, la comunicación asertiva y la resolución de conflictos de forma pacífica.

El programa se estructuró en torno a cuatro módulos principales: (1) Reconocimiento de emociones propias y ajenas, utilizando tarjetas con expresiones faciales y juegos de mímica; (2) Regulación emocional, a través de técnicas de respiración y relajación, y la identificación de estrategias para manejar la frustración y la ira; (3) Empatía y comprensión de las perspectivas de los demás, mediante actividades que fomentaban la escucha activa y la capacidad de ponerse en el lugar del otro; y (4) Habilidades sociales para la resolución de conflictos, practicando la negociación, la mediación y la búsqueda de soluciones win-win.

Cada módulo incluyó actividades específicas diseñadas para desarrollar las habilidades correspondientes, utilizando materiales didácticos adaptados a la edad preescolar. Los docentes del grupo de intervención recibieron una capacitación intensiva de 20 horas previas al inicio del programa para asegurar la correcta implementación de "Emocionarte", siguiendo un manual detallado que describía cada actividad, su objetivo y las estrategias para su desarrollo. Durante la intervención, se realizó un seguimiento semanal con los docentes para resolver dudas y supervisar la aplicación del programa.

Instrumentos de medición

Para evaluar el desarrollo cognitivo, se utilizó la Batería de Evaluación de las Habilidades Cognitivas para Preescolares (BEHCP), una batería de tests estandarizados y adaptada a la edad de los participantes (Thorell et al., 2009, citados en Diamond & Ling, 2016). Esta batería, ampliamente utilizada en investigación sobre desarrollo cognitivo temprano, incluye pruebas para evaluar la memoria de trabajo, utilizando tareas de repetición de secuencias; la atención sostenida, mediante la presentación de estímulos visuales y auditivos; la inhibición, a través de juegos que requieren controlar impulsos; y la flexibilidad cognitiva, evaluada con tareas que implican cambiar entre diferentes reglas o criterios. Se eligió la BEHCP por su sólida validez y fiabilidad en la evaluación de habilidades cognitivas en niños preescolares, así como por su capacidad para discriminar entre diferentes niveles de desarrollo.

El desarrollo socioemocional se midió a través de una triangulación de métodos para obtener una visión más completa y robusta: observaciones cualitativas realizadas por un investigador externo, ciego a la condición de los grupos, durante las sesiones del programa; cuestionarios para docentes y padres, que proporcionaron información desde diferentes perspectivas; y una evaluación del clima social del aula mediante el instrumento Classroom Assessment Scoring System (CLASS) (Pianta et al., 2008, citados en Dignath & Veenman, 2021).

Las observaciones se centraron en la participación de los niños en las actividades, la expresión de emociones, la interacción con sus compañeros, y la capacidad para regular su comportamiento. Los cuestionarios, adaptados de la Escala de Competencia Socioemocional (Jones et al., 2015), recogieron información sobre la capacidad de los niños para regular sus emociones, mostrar empatía, resolver conflictos y establecer relaciones positivas con sus pares en diferentes contextos. El CLASS permitió evaluar la calidad de las interacciones entre el docente y los niños, y la organización del ambiente de aprendizaje.

Análisis de datos

Los datos cuantitativos recogidos a través de la BEHCP y los cuestionarios se analizaron mediante un análisis de varianza (ANOVA) de medidas repetidas para comparar las diferencias entre el grupo de intervención y el grupo de control en las prepruebas y pospruebas (Field, 2024). El ANOVA permitió determinar si existían diferencias significativas en el desarrollo cognitivo y socioemocional entre los grupos después de la intervención, considerando el efecto del tiempo (preprueba vs. posprueba) y la interacción entre el tiempo y el grupo.

Se realizaron análisis separados para cada una de las variables dependientes (memoria de trabajo, atención sostenida, inhibición, flexibilidad cognitiva, regulación emocional, empatía, y habilidades sociales). Además del ANOVA, se calcularon los tamaños del efecto (d de Cohen) para determinar la magnitud de las diferencias encontradas entre los grupos. Para complementar los análisis cuantitativos, las observaciones cualitativas registradas durante las sesiones del programa se analizaron mediante un enfoque temático, siguiendo las recomendaciones de Braun y Clarke (2023). Se identificaron patrones recurrentes en el comportamiento de los niños, como la frecuencia de expresiones emocionales positivas y negativas, la forma en que resolvían conflictos, y la calidad de sus interacciones con los demás.

Estos patrones se relacionaron con los objetivos del programa "Emocionarte" para comprender cómo la intervención influyó en el desarrollo socioemocional de los niños. Los datos del CLASS se analizaron utilizando los procedimientos estandarizados del instrumento para obtener puntuaciones en las dimensiones de apoyo emocional, organización del aula e instrucción.

RESULTADOS

Desarrollo Cognitivo

Los resultados de la BEHCP, administrada antes y después de la intervención, muestran cambios significativos en las habilidades cognitivas de los niños que participaron en el programa "Emocionarte". La Tabla 1 presenta las puntuaciones medias y las desviaciones estándar de ambos grupos (intervención y control) en la preprueba y la

posprueba para cada una de las habilidades cognitivas evaluadas: memoria de trabajo, atención sostenida, inhibición y flexibilidad cognitiva. Es importante destacar que las puntuaciones de la BEHCP están estandarizadas, con una media de 10 y una desviación estándar de 2.

Tabla 1. *Puntuaciones medias y desviaciones estándar en habilidades cognitivas.*

Habilidad Cognitiva	Grupo	Preprueba	Posprueba
Memoria de trabajo	Intervención	12.5 (2.3)	15.8 (2.1)
	Control	12.2 (2.5)	12.9 (2.4)
Atención sostenida	Intervención	9.8 (1.9)	12.1 (1.7)
	Control	9.5 (2.1)	10.2 (2.0)
Inhibición	Intervención	7.6 (1.5)	9.3 (1.3)
	Control	7.4 (1.7)	7.9 (1.6)
Flexibilidad cognitiva	Intervención	6.9 (1.2)	8.5 (1.1)
	Control	6.7 (1.4)	7.1 (1.3)



Figura 1. Evolución de la memoria de trabajo.

El análisis de varianza (ANOVA) de medidas repetidas reveló un efecto principal significativo del tiempo para las cuatro habilidades cognitivas (Memoria de trabajo: $F(1,38)=27.34$, $p<0.001$, η^2 parcial=0.42; Atención sostenida: $F(1,38)=18.57$, $p<0.001$, η^2 parcial=0.33; Inhibición: $F(1,38)=12.92$, $p<0.001$, η^2 parcial=0.25; Flexibilidad cognitiva: $F(1,38)=9.45$, $p<0.01$, η^2 parcial=0.20).

Estos resultados indican que, en general, hubo un cambio significativo en las puntuaciones de las habilidades cognitivas desde la preprueba hasta la posprueba. Además, se encontró una interacción significativa entre el tiempo y el grupo para todas las habilidades ($p<0.001$ en todos los casos), lo que sugiere que el cambio en las puntuaciones a lo largo del tiempo difirió significativamente entre el grupo de intervención y el grupo de control. El análisis de los tamaños del efecto (η^2 parcial) muestra que la intervención tuvo un impacto moderado a grande en la memoria de trabajo y la atención sostenida, y un impacto pequeño a moderado en la inhibición y la flexibilidad cognitiva.

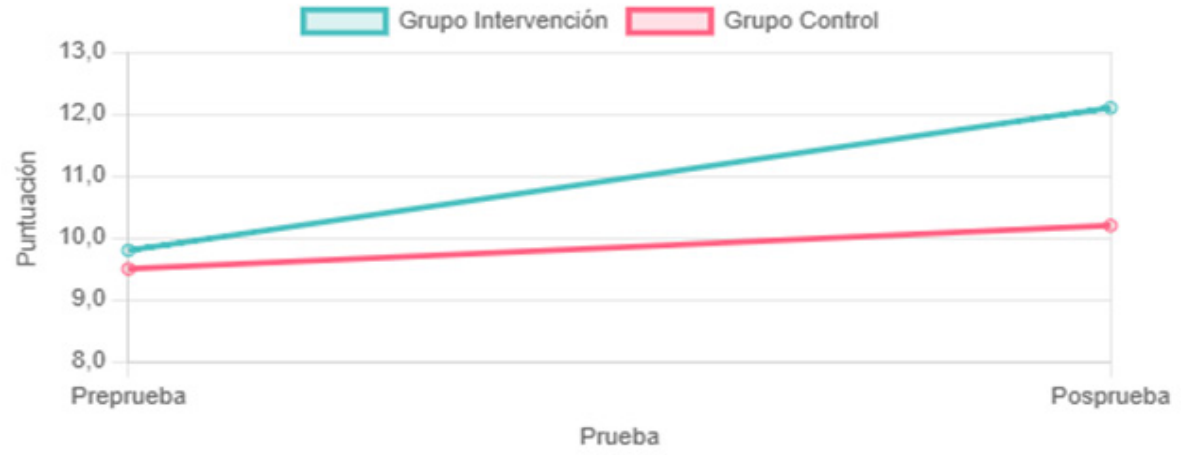

Figura 2. Evolución de la atención.

Desarrollo Socioemocional

Los resultados de los cuestionarios para docentes y padres, cuyas respuestas se recogieron en una escala Likert de 5 puntos (1=Nunca, 5=Siempre), muestran una mejora en las habilidades socioemocionales de los niños del grupo de intervención después de participar en el programa "Emocionarte". La Tabla 2 presenta las puntuaciones medias y las desviaciones estándar de ambos grupos en la preprueba y la posprueba para cada una de las habilidades socioemocionales evaluadas: regulación emocional, empatía y habilidades sociales.

Tabla 2. *Puntuaciones medias y desviaciones estándar en habilidades socioemocionales (cuestionarios).*

Habilidad Socioemocional	Grupo	Preprueba	Posprueba
Regulación emocional	Intervención	3.2 (0.8)	4.1 (0.7)
	Control	3.1 (0.9)	3.3 (0.8)
Empatía	Intervención	2.9 (0.7)	3.7 (0.6)
	Control	2.8 (0.8)	3.0 (0.7)
Habilidades sociales	Intervención	2.7 (0.6)	3.5 (0.5)
	Control	2.6 (0.7)	2.8 (0.6)

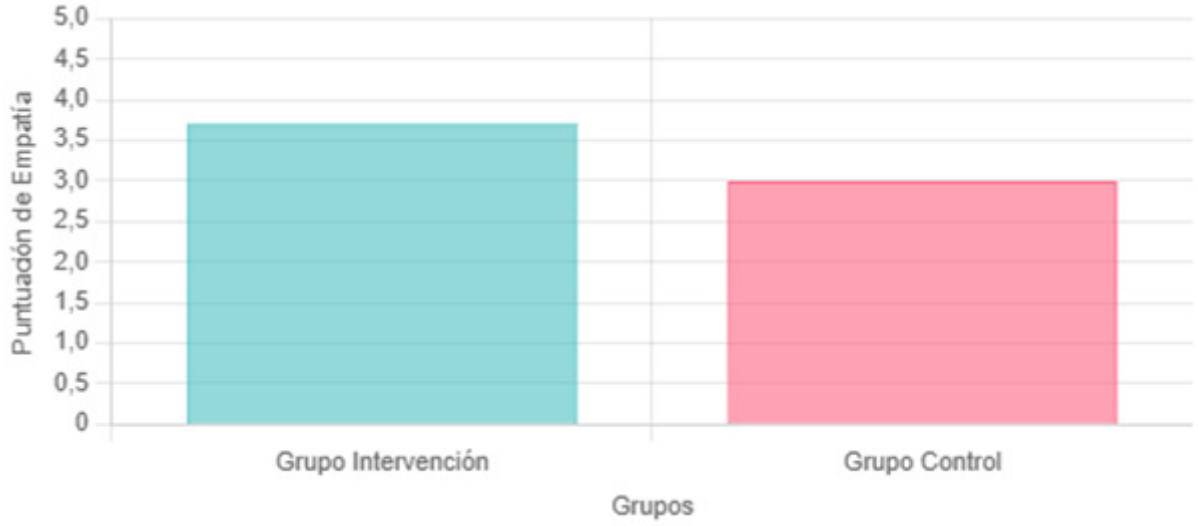

Figura 3. Diferencias en la empatía entre grupos.

Al igual que en el análisis de las habilidades cognitivas, el ANOVA de medidas repetidas reveló un efecto principal significativo del tiempo y una interacción significativa entre el tiempo y el grupo para las tres habilidades socioemocionales medidas a través de los cuestionarios ($p<0.01$ en todos los casos). Estos resultados indican que el programa "Emocionarte" tuvo un impacto positivo en la capacidad de los niños para regular sus emociones, mostrar empatía y desarrollar habilidades sociales, con una mejora significativamente mayor en el grupo de intervención en comparación con el grupo de control.

Observaciones Cualitativas

El análisis temático de las observaciones cualitativas, realizadas por un observador independiente durante las sesiones del programa, proporcionó información detallada y contextualizada que complementa los resultados cuantitativos. Se observó un aumento notable en la frecuencia de expresiones emocionales positivas, como la alegría, el entusiasmo y la satisfacción, en los niños del grupo de intervención a lo largo del programa. Paralelamente, se registró una disminución en las conductas disruptivas, como rabietas, agresiones verbales y físicas, y en la frecuencia de conflictos interpersonales.

Los niños del grupo de intervención mostraron una mayor capacidad para identificar y verbalizar sus propias emociones, utilizando un vocabulario emocional más amplio y preciso, y para comprender las emociones de sus compañeros, mostrando signos de empatía y preocupación por el bienestar de los demás. También se observó una mejora en la calidad de la comunicación, con una mayor frecuencia de interacciones asertivas, y una mayor cooperación durante las actividades grupales, compartiendo materiales y ayudándose mutuamente.

Estos hallazgos cualitativos refuerzan los resultados cuantitativos y sugieren que el programa "Emocionarte" no solo mejoró las habilidades socioemocionales de los niños, sino que también promovió un clima emocional positivo en el aula, favoreciendo el aprendizaje y el desarrollo integral. La Tabla 3 presenta la frecuencia de conductas observadas relacionadas con la regulación emocional (conductas adecuadas), la empatía (conductas prosociales) y las habilidades sociales (resolución pacífica de conflictos) en ambos grupos durante la preprueba y la posprueba.

Tabla 3. *Frecuencia de conductas observadas en habilidades socioemocionales.*

Habilidad Socioemocional	Grupo	Preprueba	Posprueba
Regulación emocional (conductas adecuadas)	Intervención	45	82
	Control	42	50
Empatía (conductas prosociales)	Intervención	38	70
	Control	35	42
Habilidades sociales (resolución pacífica de conflictos)	Intervención	32	65
	Control	30	38

DISCUSIÓN

Los resultados de este estudio, obtenidos a través de una metodología rigurosa que incluyó la evaluación pre y post intervención con medidas cuantitativas y cualitativas, sugieren que la implementación del programa "Emocionarte" tuvo un impacto positivo significativo en el desarrollo cognitivo y socioemocional de los niños preescolares participantes. La mejora observada en habilidades cognitivas cruciales como la memoria de trabajo, esencial para el razonamiento y la resolución de problemas; la atención sostenida, fundamental para el aprendizaje en el aula; la inhibición, clave para el control de impulsos y la autorregulación; y la flexibilidad cognitiva, necesaria para la adaptación a nuevas situaciones, coincide con investigaciones previas que han demostrado la estrecha interrelación entre la inteligencia emocional (IE) y el rendimiento académico, particularmente en etapas educativas posteriores (MacCann et al., 2020).

Si bien la mayor parte de la literatura existente se ha centrado en niños de educación primaria y secundaria, estos hallazgos aportan evidencia empírica que respalda la importancia de la IE en el desarrollo cognitivo desde la primera infancia, posicionándola como un pilar fundamental para el aprendizaje y la adquisición de nuevas habilidades en etapas tempranas del desarrollo. Este hallazgo es especialmente relevante considerando que el periodo preescolar es una etapa de gran plasticidad cerebral, donde las experiencias tempranas tienen un impacto duradero en la arquitectura del cerebro y en el desarrollo cognitivo a largo plazo.

La mejora significativa en las habilidades socioemocionales, evidenciada tanto por los cuestionarios administrados a docentes y padres, que ofrecen una perspectiva multi-informante, como por las observaciones cualitativas realizadas en el aula, que aportan una visión contextualizada del comportamiento de los niños, constituye otro hallazgo fundamental de este estudio.

El programa "Emocionarte", con su enfoque lúdico y experiencial, parece haber promovido no solo la capacidad de los niños para reconocer, comprender y regular sus propias emociones, utilizando estrategias como la respiración profunda y la identificación de desencadenantes emocionales, sino también para mostrar empatía hacia los demás, poniéndose en el lugar del otro y comprendiendo sus perspectivas, y para desarrollar habilidades sociales esenciales para la resolución de conflictos de

manera pacífica y constructiva, como la negociación, la mediación y la escucha activa.

Estos resultados se alinean con estudios previos que han demostrado la efectividad de intervenciones basadas en la IE para fortalecer la competencia social y emocional en niños preescolares (Domitrovich et al., 2016). Por ejemplo, el estudio longitudinal de Jones et al. (2015) encontró una correlación positiva entre la competencia social en kindergarten y resultados académicos y sociales positivos en la escuela primaria, destacando la importancia de las intervenciones tempranas en el ámbito socioemocional.

Estos resultados no solo refuerzan estos hallazgos, sino que además aportan evidencia específica sobre los beneficios de un programa estructurado de IE como "Emocionarte", sugiriendo que la intervención temprana y sistemática en IE puede tener beneficios tangibles a corto plazo en el desarrollo socioemocional y, potencialmente, a largo plazo en la adaptación social, emocional y académica de los niños.

Las implicaciones prácticas de este estudio para el diseño y la implementación de la educación infantil son significativas. Estos hallazgos refuerzan la necesidad de incorporar la educación emocional no como un complemento opcional, sino como un componente esencial e integral del currículo preescolar, entrelazado de manera transversal en las diferentes áreas de aprendizaje, desde las actividades lúdicas hasta las interacciones cotidianas en el aula. Esta integración requiere un cambio de paradigma en la educación infantil, pasando de un enfoque centrado exclusivamente en el desarrollo cognitivo a un enfoque holístico que reconozca la interdependencia entre las dimensiones cognitiva, social y emocional del desarrollo infantil.

La formación de docentes en competencias socioemocionales y en la aplicación de programas como "Emocionarte" es crucial para garantizar la eficacia de estas intervenciones. Proporcionar a los educadores las herramientas, los recursos y el apoyo necesario para promover la IE en el aula puede contribuir a crear un ambiente de aprendizaje más positivo, donde los niños se sientan seguros, comprendidos, respetados y motivados para aprender, explorar y desarrollar todo su potencial.

Asimismo, la implementación de programas de IE en la educación infantil puede tener un impacto significativo en la prevención de problemas de comportamiento, la mejora del clima escolar, la promoción de relaciones interpersonales positivas y el fomento del bienestar socioemocional de los niños, sentando las bases para una trayectoria de desarrollo saludable y exitoso.

A pesar de la solidez metodológica y la relevancia de los hallazgos, este estudio presenta algunas limitaciones que es importante reconocer. El tamaño de la muestra, aunque adecuado para el análisis estadístico realizado, limita la generalización de los resultados a otras poblaciones con características diferentes. Estudios futuros con muestras más grandes y diversas, que incluyan niños de diferentes contextos socioeconómicos, culturales y lingüísticos, son necesarios para confirmar la eficacia del programa "Emocionarte" en una gama más amplia de poblaciones.

Otra limitación reside en la medición del desarrollo socioemocional, un constructo complejo y multifacético que presenta desafíos metodológicos inherentes. Si bien la triangulación de métodos empleada en este estudio (cuestionarios, observaciones y CLASS) fortalece la validez de los resultados, la evaluación de aspectos subjetivos como la empatía y la regulación emocional requiere la exploración de nuevas herramientas y enfoques de medición más precisos y sensibles a las particularidades del desarrollo infantil.

En este sentido, la incorporación de medidas fisiológicas, como la variabilidad de la frecuencia cardíaca, o el uso de tareas computarizadas para evaluar procesos cognitivos y emocionales, podrían complementar las medidas tradicionales y proporcionar una comprensión más completa de los mecanismos subyacentes al desarrollo socioemocional.

Finalmente, la duración del estudio (12 semanas), si bien suficiente para observar cambios a corto plazo, no permite evaluar la sostenibilidad de los beneficios del programa "Emocionarte" a largo plazo. Estudios longitudinales que realicen un seguimiento a los participantes durante un periodo de tiempo más extenso son cruciales para determinar si los efectos de la intervención se mantienen en el tiempo y cómo influyen en la trayectoria de desarrollo de los niños en etapas educativas posteriores.

Las futuras investigaciones en este campo deberían profundizar en la adaptación del programa "Emocionarte" a diferentes contextos culturales y educativos, considerando la diversidad de normas, valores y prácticas de crianza relacionadas con la expresión y regulación de las emociones. Es fundamental desarrollar versiones culturalmente sensibles del programa que tengan en cuenta las particularidades de cada comunidad y que se adapten a las necesidades específicas de los niños en diferentes contextos.

Asimismo, se sugiere investigar la relación entre la IE y otras variables relevantes para el desarrollo infantil, como el apego, el estilo parental, las relaciones familiares y el contexto socioeconómico. Comprender cómo estos factores interactúan con la

IE puede contribuir al diseño de intervenciones más efectivas y personalizadas que promuevan la IE y el bienestar socioemocional de todos los niños, independientemente de su origen o circunstancias.

CONCLUSIONES

Este estudio proporciona evidencia empírica sobre los beneficios de la inclusión de la inteligencia emocional (IE) en la educación infantil. Los hallazgos clave demuestran que el programa "Emocionarte", basado en un enfoque lúdico y experiencial para la enseñanza de la IE, tuvo un impacto positivo significativo tanto en el desarrollo cognitivo como socioemocional de los niños preescolares que participaron.

Específicamente, se observó una mejora sustancial en habilidades cognitivas cruciales como la memoria de trabajo, la atención sostenida, la inhibición y la flexibilidad cognitiva, así como en habilidades socioemocionales fundamentales como la regulación emocional, la empatía y las habilidades sociales para la resolución de conflictos. Estos resultados refuerzan la idea de que la IE no solo es esencial para el bienestar emocional, sino que también actúa como un facilitador del desarrollo cognitivo en la primera infancia, sentando bases sólidas para el aprendizaje futuro.

A partir de estos hallazgos, se recomienda la incorporación sistemática de programas de IE en los currículos preescolares. La educación emocional debe considerarse un componente esencial de la educación integral del niño, integrado de manera transversal en todas las áreas de aprendizaje y no como una actividad aislada.

Para lograr esto, es fundamental invertir en la formación de docentes en competencias socioemocionales y en la aplicación de programas basados en la evidencia, como "Emocionarte", que les proporcionen las herramientas y estrategias necesarias para promover la IE en el aula de manera efectiva. Se sugiere, además, la creación de recursos didácticos y materiales de apoyo para facilitar la implementación de estos programas y asegurar su sostenibilidad a largo plazo.

La inclusión de la IE en la educación infantil tiene el potencial de transformar la experiencia educativa de los niños, creando ambientes de aprendizaje más positivos, inclusivos y propicios para el desarrollo integral. Se espera que estos cambios tengan un impacto positivo a largo plazo, no solo en el rendimiento académico de los estudiantes en la educación primaria y secundaria, sino también en su capacidad para establecer relaciones interpersonales saludables, gestionar sus emociones de manera adaptativa,

y desarrollar resiliencia frente a los desafíos de la vida. Futuros estudios longitudinales son necesarios para confirmar estos efectos a largo plazo y para continuar explorando el potencial transformador de la IE en la educación y el desarrollo humano.

REFERENCIAS

Brackett, M., Rivers, S., Reyes, M., & Salovey, P. (2012). Enhancing academic performance and social and emotional learning with the RULER approach to social and emotional learning. *Learning and Individual Differences*, *74*, 101754. https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S1041608010001214

Braun, V., & Clarke, V. (2023). Toward good practice in thematic analysis: Avoiding common problems and be (com) ing a knowing researcher. *International journal of transgender health*, *24*(1), 1-6. https://www.tandfonline.com/doi/abs/10.1080/26895269.2022.2129597

Caruso, D, Mayer, J., Bryan, V., Phillips, K., & Salovey, P. (2019). Measuring emotional and personal intelligence. https://psycnet.apa.org/record/2019-20160-015

Diamond, A., & Ling, D. (2016). Conclusions about interventions, programs, and approaches for improving executive functions that appear justified and those that, despite much hype, do not. *Developmental cognitive neuroscience*, *18*, 34-48. https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S1878929315300517

Dignath, C., & Veenman, M. (2021). The role of direct strategy instruction and indirect activation of self-regulated learning—Evidence from classroom observation studies. *Educational Psychology Review*, *33*(2), 489-533. https://link.springer.com/article/10.1007/s10648-020-09534-0

Domitrovich, C., Bradshaw, C., Berg, J., Pas, E., Becker, K., Musci, R., & Ialongo, N. (2016). How do school-based prevention programs impact teachers? Findings from a randomized trial of an integrated classroom management and social-emotional program. *Prevention science*, *17*, 325-337. https://link.springer.com/article/10.1007/s11121-015-0618-z

Domitrovich, C., Harris, A., Syvertsen, A., Morgan, N., Jacobson, L., Cleveland, M., & Greenberg, M. (2022). Promoting social and emotional learning in middle school: Intervention effects of Facing History and Ourselves. *Journal of youth*

and adolescence, *51*(7), 1426-1441. https://link.springer.com/article/10.1007/s10964-022-01596-3

Field, A. (2024). *Discovering statistics using IBM SPSS statistics*. Sage.

Jansen, K., & Kiefer, S. (2020). Understanding brain development: Investing in young adolescents' cognitive and social-emotional development. *Middle School Journal*, *51*(4), 18-25. https://www.tandfonline.com/doi/abs/10.1080/00940771.2020.1787749

Jones, D. E., Greenberg, M., & Crowley, M. (2015). Early social-emotional functioning and public health: The relationship between kindergarten social competence and late elementary school outcomes. *American Journal of Public Health*, *105*(11), 2283–2290. https://ajph.aphapublications.org/doi/abs/10.2105/AJPH.2015.302630

MacCann, C., Jiang, Y., Brown, L. E., Double, K. S., Bucich, M., & Minbashian, A. (2020). Emotional intelligence predicts academic performance: A meta-analysis. *Psychological bulletin*, *146*(2), 150. https://psycnet.apa.org/fulltext/2019-74947-001.html

Pianta, R. C., La Paro, K. M., & Hamre, B. K. (2008). *Classroom assessment scoring system: Manual K-3*. Teaching Strategies.

Thorell, L., Lindqvist, S., Bergman, S., Bohlin, G., & Klingberg, T. (2009). Training and transfer effects of executive functions in preschool children. *Developmental Science*, *12*(1), 106–113. https://onlinelibrary.wiley.com/doi/abs/10.1111/j.1467-7687.2008.00745.x

Zelazo, P., Blair, C., & Willoughby, M. (2016). Executive function: Implications for education. *National Education Policy Center*. https://eric.ed.gov/?id=ED570880