



COMPETENCIAS SOCIOEMOCIONALES COMO MECANISMO DE ADAPTACIÓN AL APRENDIZAJE MEDIADO POR TECNOLOGÍA EN ESTUDIANTES DE POSGRADO

Nadia Livier Martínez de la Cruz |Universidad de Guadalajara | livier.martinez@academicos.udg.mx

Karina Margarita Coterio Moreno |Universidad de Guadalajara| karina.coterio@cugdl.udg.mx

Edith Inés Ruiz Aguirre |Universidad de Guadalajara| edith.ruiz@cugdl.udg.mx

GT 7: Diálogos Globais sobre Políticas, Tecnologias e Inovação na EaD - Internacional

Resumen:

La expansión de los programas de posgrado en modalidad virtual, ha generado y transformado nuevas experiencias de aprendizaje que requieren considerar la importancia de las competencias socioemocionales en los estudiantes como elementos claves que pueden favorecer o dificultar el aprendizaje en entornos educativos mediados por tecnología. El objetivo de este estudio fue analizar el papel de las competencias socioemocionales desde la autorregulación emocional, la comunicación y la empatía para la adaptación al entorno digital. Se realizó una investigación con enfoque mixto, de alcance descriptivo y corte transversal, mediante la aplicación de un cuestionario a 47 estudiantes de posgrado en modalidad virtual. Los resultados muestran que el 93.6% de los participantes conoce el concepto de inteligencia emocional y el 78.8% identifica frecuentemente o siempre las emociones que experimenta durante sus actividades académicas. Asimismo, las emociones positivas son percibidas como factores que fortalecen la confianza, la motivación, la atención y la productividad académica. Los estudiantes también reportan estrategias de autorregulación orientadas al autocuidado, la gestión del tiempo y el bienestar emocional. Se concluye que las competencias socioemocionales favorecen la adaptación a entornos digitales de aprendizaje, contribuyendo a la permanencia, el bienestar y el éxito académico en programas de posgrado virtuales.

Palabras clave: Competencias Socioemocionales. Inteligencia Emocional. Educación Virtual. Aprendizaje mediado por tecnología. Estudiantes de Posgrado.

1 Introducción

La transformación digital de la educación superior ha impulsado el crecimiento de programas académicos impartidos en modalidades virtuales y a distancia, ampliando oportunidades de acceso a la formación especializada en niveles de posgrado y generando nuevos desafíos relacionados con la autonomía, la autorregulación y la gestión emocional de los estudiantes. A diferencia de los entornos presenciales, la educación virtual se caracteriza por una comunicación predominantemente mediada por plataformas digitales con experiencias de aprendizaje que se desarrollan en interacción directa con tecnologías educativas, recursos digitales y sistemas de gestión del aprendizaje, y en menor escala entre estudiantes y sus profesores.

Em dicho escenario, las competencias socioemocionales comprenden habilidades relacionadas con el reconocimiento, comprensión y regulación de las emociones, así como la capacidad para establecer relaciones positivas y enfrentar situaciones complejas de manera





adaptativa. El presente trabajo tiene como objetivo analizar el papel de las competencias socioemocionales como mecanismo de adaptación al aprendizaje mediado por tecnología en estudiantes de posgrado en modalidad virtual

2 Desarrollo

2.1 Competencias socioemocionales y educación virtual

Diversas investigaciones han señalado que las emociones desempeñan un papel fundamental en los procesos de atención, memoria, motivación y construcción del conocimiento (Goleman, 1995; Mayer; Roberts; Barsade, 2008). Desde esta perspectiva, el desarrollo de competencias socioemocionales resulta indispensable para afrontar las demandas derivadas del aprendizaje virtual. En contextos educativos mediados por tecnología, estas competencias pueden convertirse en factores protectores frente al estrés académico, el aislamiento y la sobrecarga cognitiva.

La inteligencia emocional fue definida inicialmente por Salovey y Mayer (1990) como la capacidad para percibir, comprender y regular las emociones propias y ajenas. Posteriormente, Goleman (1995) amplió esta perspectiva al incorporar dimensiones relacionadas con la motivación, la empatía y las habilidades sociales. En el ámbito educativo, las competencias socioemocionales pueden favorecer procesos de aprendizaje más efectivos al permitir que los estudiantes gestionen adecuadamente las emociones que emergen durante su trayectoria académica. La evidencia científica indica que las emociones positivas contribuyen a mejorar la concentración, la motivación y la persistencia, mientras que emociones como la ansiedad, la frustración o el estrés pueden obstaculizar el rendimiento académico (Puertas-Molero *et al.*, 2020).

Estas consideraciones adquieren especial relevancia en los entornos virtuales, donde los estudiantes deben asumir una participación más activa en la organización de su aprendizaje y en la gestión de los desafíos académicos cotidianos.

2.2 Metodología

La investigación se desarrolló bajo un enfoque mixto, con alcance descriptivo y diseño transversal. La población de estudio estuvo conformada por 47 estudiantes que cursan programas de posgrado impartidos en modalidad virtual. La información fue recopilada



mediante un cuestionario estructurado con preguntas abiertas y de escala de Likert orientado a identificar percepciones y niveles de valoración sobre el uso de la inteligencia emocional, reconocimiento de emociones, influencia de los estados emocionales en el aprendizaje y estrategias de regulación emocional. Los datos fueron analizados mediante estadística descriptiva utilizando frecuencias y porcentajes para identificar tendencias generales en las respuestas.

2.3 Resultados y discusión

Los resultados muestran que el grupo de edad predominante corresponde a estudiantes entre 31 y 40 años (44.7%), seguido por los de 20 a 30 años (31.9%), de 41 a 50 años (17.0%) y mayores de 51 años (6.4%). Así mismo, el 61.7% de los participantes fueron mujeres y el 38.3% hombres. En relación con el conocimiento sobre inteligencia emocional, el 93.6% manifestó haber escuchado o conocer el concepto, mientras que el 6.4% indicó no estar familiarizado con él. Este hallazgo sugiere la existencia de una base conceptual que favorece el reconocimiento de la importancia de las emociones en los procesos de aprendizaje.

Respecto al autoconocimiento emocional, el 51.1% señaló que frecuentemente identifica las emociones que experimenta al iniciar actividades académicas en línea, mientras que el 27.7% afirmó hacerlo siempre. En conjunto, el 78.8% de los estudiantes reporta niveles elevados de conciencia emocional. Estos resultados coinciden con los planteamientos de Salovey y Mayer (1990), quienes consideran la identificación emocional como una competencia fundamental para el desarrollo de la inteligencia emocional.

Los participantes también reconocen la influencia de las emociones positivas en su desempeño académico. El 68.1% considera que estas influyen frecuentemente en su rendimiento y el 19.1% señala una influencia muy alta. Entre los beneficios identificados destacan el incremento de la confianza y seguridad personal (68.1%), la mejora del rendimiento académico (66.0%), el fortalecimiento de la atención y los procesos cognitivos (61.7%), el aumento de la motivación hacia el trabajo académico (59.6%) y la mejora del estado de ánimo (57.4%).

Tabla 1. Resultados principales del diagnóstico sobre competencias socioemocionales en estudiantes de posgrado virtual



Resultado	Frecuencia	Porcentaje (%)	Resultado
Conocimiento sobre inteligencia emocional	Sí conoce el concepto	44	93.6
	No conoce el concepto	3	6.4
Identificación emocional al iniciar actividades académicas	Siempre	13	27.7
	Frecuentemente	24	51.1
	A veces	9	19.1
	Pocas veces	1	2.1
Efectos de las emociones agradables en el rendimiento académico	Aumenta la confianza y seguridad personal	32	68.1
	Mejora el rendimiento y la productividad académica	31	66.0
	Mejora la atención y los procesos cognitivos	29	61.7
	Estimula el trabajo académico	28	59.6
	Influye positivamente en el estado de ánimo	27	57.4
	Escuchar música, adecuar el espacio de estudio y recursos ambientales	13	27.7
Estrategias de regulación emocional más utilizadas	Gestión del tiempo (Pomodoro, planificación y recompensas)	10	21.3
	No aplica estrategias específicas	7	14.9
	Estrategias mentales o psicológicas (mindfulness, meditación, afirmaciones positivas)	6	12.8
	Estrategias físicas (respiración, pausas activas, ejercicio)	3	6.4

Fuente: Elaboración propia

Estos resultados respaldan los planteamientos de la neuroeducación, que sostienen que emoción y cognición constituyen procesos interdependientes. Las emociones positivas favorecen la disposición para aprender, fortalecen la capacidad de concentración y facilitan la construcción de nuevos conocimientos.

Desde una perspectiva analítica, los resultados sostienen que las competencias socioemocionales funcionan como mecanismos de adaptación al aprendizaje mediado por tecnología. La capacidad para reconocer emociones, regular estados afectivos y mantener la motivación favorece la permanencia académica y la interacción efectiva con los entornos digitales de aprendizaje.

En la educación virtual, la tecnología se convierte en el principal medio de interacción y acompañamiento durante el proceso formativo. En este contexto, las competencias socioemocionales permiten compensar las limitaciones derivadas de la distancia física y facilitan la adaptación a escenarios caracterizados por una alta demanda de autonomía. Por ello,



el éxito académico no depende exclusivamente de habilidades tecnológicas o cognitivas, sino también de la capacidad para gestionar las emociones que emergen durante el aprendizaje.

3 Consideraciones finales

Los resultados obtenidos evidencian que las competencias socioemocionales desempeñan un papel fundamental en la experiencia educativa de los estudiantes de posgrado en modalidad virtual. La mayoría de los participantes reconoce la importancia de la inteligencia emocional, identifica las emociones que experimenta durante sus actividades académicas y emplea estrategias orientadas a la regulación emocional. Asimismo, las emociones positivas son percibidas como factores que fortalecen la confianza, la motivación, la atención y el rendimiento académico.

Los hallazgos permiten concluir que las competencias socioemocionales constituyen mecanismos de adaptación al aprendizaje mediado por tecnología, ya que favorecen la gestión del estrés, la permanencia académica y la construcción de experiencias educativas más satisfactorias. En consecuencia, las instituciones de educación superior deberían incorporar estrategias sistemáticas para fortalecer la educación socioemocional dentro de los programas virtuales, promoviendo una formación integral que considere tanto el desarrollo cognitivo como el bienestar emocional de los estudiantes.

Referencias

GOLEMAN, D. **Inteligencia emocional: por qué puede importar más que el coeficiente intelectual**. Nueva York: Bantam Books, 1995.

MAYER, J.D.; ROBERTS, R.D.; BARSADÉ, SG. Habilidades humanas: inteligencia emocional. **Annual Review of Psychology**, vol. 59, n.º 1, págs. 507-536, enero de 2008.

PUERTAS-MOLERO, P. et al. La inteligencia emocional en el ámbito educativo: un meta-análisis. **Anales de Psicología**, v. 36, n. 1, p. 84-91, 2020.

SALOVEY, P.; MAYER, J.D. Emotional intelligence. **Imagination, Cognition and Personality**, v. 9, n. 3, p. 185-211, 1990.

VELÁSQUEZ-PÉREZ, Y. et al. Inteligencia emocional, motivación y desarrollo cognitivo en estudiantes. **Cienciamatria. Revista Interdisciplinaria de Humanidades, Educación, Ciencia y Tecnología**, v. 9, n. 17, p. 4-35, 2023.

.