



## **INTERPSIQUIS**

Congreso Virtual Internacional de Psiquiatría, Psicología  
y Enfermería en Salud Mental

### **COMPETENCIAS SOCIO-EMOCIONALES EN UNIVERSITARIOS. REVISIÓN SISTEMÁTICA**

### **SOCIO-EMOTIONAL COMPETENCIES IN UNIVERSITY STUDENTS. SYSTEMATIC REVIEW**

Diana Eliether Figueroa Mora, Alejandra Moysén Chimal, Martha Cecilia Villaveces López,  
Patricia Balcázar Nava

[eliether@gmail.com](mailto:eliether@gmail.com)

Competencias socioemocionales, universitarios, jóvenes, revisión sistemática

Socio-emotional competences, university students, youth, systematic review

### **RESUMEN**

Repetto (2003) define las competencias como los conocimientos, las habilidades, las actitudes y destrezas que se requieren para ejercer un rol profesional, con calidad y eficacia. Las habilidades sociales (HHSS) son conductas o destrezas sociales que se pueden enseñar o modificar, para ejecutar tareas interpersonales (Monjas-Casares, 2006). Mientras que las competencias socioemocionales (CSE) implican conocimientos de las emociones y la habilidad para regularlas en el contexto (Bisquerra-Alzina y Pérez-Escoda, 2007). Petrides et al. (2002) determinan que las CSE ayudan a predecir el rendimiento académico de los alumnos universitarios. Asimismo, García (2001) sugiere que las CSE ayudan a abordar el fracaso escolar. Por otra parte Fernández-Berrocal y Extremera (2002) señalan que el cociente intelectual es un mal predictor de éxito en la vida, porque no es suficiente para lograr el éxito profesional. A partir de lo anteriormente expuesto surgen las siguientes preguntas: ¿Por qué estudiar las CSE en universitarios? ¿Qué investigaciones hay en los últimos años, y qué se ha encontrado? A partir de ahí la presente investigación tuvo como propósito el buscar en las bases de datos de: ERIC, DOAJ, ScienceDirect, PubIMed, Dialnet y Redalyc que información

## **COMPETENCIAS SOCIO-EMOCIONALES EN UNIVERSITARIOS. REVISIÓN SISTEMÁTICA**

existe al respecto; se encontraron 27 artículos relacionados con las palabras clave socioemocional, rendimiento académico y universitarios, los requisitos de inclusión fueron: que se hubieran realizado entre el 2014 y 2019. Algunos de los resultados encontrados refieren que las CSE están relacionadas con el rendimiento académico, preparando a los jóvenes para el éxito académico y para conocerse en lo individual y relacionándose de manera satisfactoria con el entorno en lo académico y en lo laboral.

### **ABSTRACT**

Repetto (2003) defines competencies as the knowledge, abilities, attitudes and skills that are required to exercise a professional role, with quality and efficiency. Social skills (HHSS) are social behaviors or skills that can be taught or modified to perform interpersonal tasks (Monjas-Casares, 2006). While socio-emotional competences (CSE) involve knowledge of emotions and the ability to regulate them in context (Bisquerra-Alzina and Pérez-Escoda, 2007). Petrides et al. (2002) determine that CSEs help to predict the academic performance of university students. Likewise, García (2001) suggests that CSEs help to address school failure. On the other hand, Fernández-Berrocal and Extremera (2002) point out that the IQ is a bad predictor of success in life, because it is not enough to achieve professional success. From the above, the following questions arise: Why study CSE in university students? What research has been done in recent years, and what has been found? From there the present investigation had the purpose of searching in the databases of: ERIC, DOAJ, ScienceDirect, PubMed, Dialnet and Redalyc what information exists in this regard; 27 articles were found related to the keywords social-emotional, academic and university performance, the inclusion requirements were: that they had been carried out between 2014 and 2019. Some of the results found refer that the CSE are related to academic performance, preparing young people for academic success and for getting to know each other individually and relating satisfactorily to their academic and work environment.

# **COMPETENCIAS SOCIO-EMOCIONALES EN UNIVERSITARIOS. REVISIÓN SISTEMÁTICA**

## **INTRODUCCIÓN**

En estos tiempos tan complicados en muchos sentidos, surge una inquietud y es con relación a ¿Por qué estudiar las Competencias Socioemocionales (CSE) en universitarios? ¿Qué investigaciones hay en los últimos años con respecto al estudio de las competencias socioemocionales? Y ¿Qué se ha encontrado? Por lo que en el presente documento se optó por revisar algunas investigaciones que, aunque no incluían los temas como tal, si dan sustento teórico de por qué estudiar las CSE.

Barqueros-López, Gómez-Sánchez y Gómez-Díaz (2019) señalan que autores como Bisquerra-Alzina en el 2000; Greenberg et al. en el 2003; Martínez-Otero en 2003, Extremera y Fernández Berrocal en el 2004; Pena, y Repetto, 2008; Punset et al., 2012; Ramos et al., 2012; coinciden que la educación emocional es la mejor manera de prevenir los problemas de los niños y jóvenes, mediante el desarrollo práctico de las habilidades emocionales y sociales en un ambiente positivo y estimulante.

Por otra parte, Ruvalcaba, Gallegos, Orozco, y Bravo (2018) señalan que un alto porcentaje de adolescentes cuenta con señales de diagnóstico de problemas de salud mental como son ansiedad, depresión, impulsividad y abuso de sustancias (Benjet, Borges, Medina-Mora, Zambrano y Aguilar-Gaxiola, 2009; Moral y Ortiz, 2011; Ruvalcaba, Gallegos, Flores, y Fulquez, 2013; Villatoro et al., 2011).

Ruvalcaba et al. (2018) también mencionan que las habilidades de adaptabilidad, el optimismo y el autoconcepto, favorecen la competencia personal. Así pues, las competencias interpersonales y la capacidad de generar emociones positivas van a predecir las competencias sociales que permiten la resiliencia.

Aunado a ello en el estudio de Andrade, Betancourt, Vallejo, Segura, y Rojas (2012; citados en Ruvalcaba et al., 2018) consideran que, si los adolescentes no desarrollan estrategias de afrontamiento y CSE, pueden tener problemáticas de distinta índole, que pueden afectar su desarrollo emocional, social y académico para poder responder de manera resiliente frente a las complicaciones que se puedan presentar en su entorno (Cardozo y Alderete, 2009, citado en Ruvalcaba, et al. 2018).

## **COMPETENCIAS SOCIO-EMOCIONALES EN UNIVERSITARIOS. REVISIÓN SISTEMÁTICA**

Los estudios que se han llevado a cabo con respecto a las CSE dan cuenta de su importancia en los jóvenes, considerando que éstas están asociadas a aspectos de la toma de decisiones conscientes en los diferentes acontecimientos de su vida diaria. Y sobretodo en los aspectos que corresponden al área escolar, como son los aspectos de su rendimiento escolar. Es por ello que en la presente investigación se llevo a cabo una revisión sistemática de los estudios que se han llevado a cabo con respecto a las CSE, los jóvenes universitarios y como es que esto les afecta o beneficia en su formación escolar.

### **MÉTODO**

El presente documento es una revisión sistemática en los buscadores científicos: DOAJ, ScienceDirect, PubMed, Dialnet y Redalyc, se buscó estudios de los últimos cinco años que abordan las Competencias Socioemocionales (CSE) en universitarios, por lo que se encontraron como 125,057 en una sola base de datos, de artículos que hablaban de CSE, por lo que el análisis se centró en buscar cómo las CSE influyen en el rendimiento académico de los estudiantes de nivel superior profesional.

Criterios de inclusión.

Al encontrar una gran cantidad de artículos relacionados con el tema de las CSE y al revisarlos no se encontraron vinculados como tal, ya que había mucho sobre CSE pero en educación preescolar, primaria, secundaria o nivel medio superior, pero no como tal, en nivel superior y mucho menos relacionado con el rendimiento académico.

Lo que se encontró con el rendimiento académico en educación superior, no tenía relación con CSE por lo que las palabras clave fueron "competencias socioemocionales", "rendimiento académico" y "universitarios". Otro criterio de inclusión es que fueran de 2016 a 2020, aunque se consideraron en idioma inglés y español, se le dio preferencia a los de idioma en español porque es del interés de esta investigación, lo realizado en los países hispanoparlantes y aunque no se encontró algún estudio que relacionara tal cual las variables, si se encontraron algunas que hacen una relación con los temas y son las que se incluyen en el presente documento.

# COMPETENCIAS SOCIO-EMOCIONALES EN UNIVERSITARIOS. REVISIÓN SISTEMÁTICA

## RESULTADOS

A partir de los artículos revisados se llevo a cabo un análisis de los mismos obteniendo diferentes categorías, que se describen a continuación.

### **Definiciones relacionadas con Competencias Socioemocionales, Habilidades Emocionales**

En el contexto educativo, Maldonado Mera, Buenaño Cabrera y Benavides Espinosa (2017) refieren a la gestión emocional como “el conjunto de estrategias implementadas para crear consciencia en los docentes sobre competencias emocionales que deben ser aceptadas, autorreguladas o desarrolladas. Ello podrá prevenir el estrés y mejorar la convivencia de la comunidad educativa” (p.10).

Denzin (2009 [1984]; citado en López Jiménez, 2017) define la emoción como “una experiencia corporal viva, veraz, situada y transitoria que impregna el flujo de consciencia de una persona, que es percibida en el interior y recorriendo el cuerpo, y que, durante el trascurso de su vivencia, sume a la persona y a sus acompañantes en una realidad nueva y transformada – la realidad de un mundo constituido por la experiencia emocional” (p. 66).

López Jiménez (2017) por su parte, menciona que existen emociones primarias y secundarias. Las primarias, son respuestas universales, fisiológicas, evolutivamente relevantes, biológicas y neurológicamente innatas, como son el miedo, la ira, la depresión o la satisfacción, la felicidad, la aversión-miedo, la decepción-tristeza y el sobresalto-sorpresa. Las secundarias, son o pueden ser una combinación de las primarias y se condicionan por la parte social o culturalmente, como, por ejemplo, la culpa, la vergüenza, el amor, el resentimiento, la decepción o la nostalgia.

De acuerdo con Bisquerra-Alzina (2009) las emociones cuentan con tres componentes:

*Neurofisiológicos* que son respuestas involuntarias como la taquicardia, sudoración, vasoconstricción, hipertensión, tono muscular, rubor, sequedad en la boca, cambios en los neurotransmisores, secreciones hormonales, respiración agotada.

*Conductuales* que son las expresiones faciales, el lenguaje no verbal, el tono de voz, volumen, ritmo y movimientos del cuerpo.

## **COMPETENCIAS SOCIO-EMOCIONALES EN UNIVERSITARIOS. REVISIÓN SISTEMÁTICA**

*Cognitivos o vivencias subjetivas* que es lo que se denomina como, sentimiento y puede ser de miedo, angustia, rabia.

Por otra parte, las habilidades sociales (HHSS) tienen un carácter descriptivo y hacen referencia a aquellas conductas necesarias para un buen desempeño social (Morán y Olaz, 2014; Rodríguez y Montanero, 2017).

Monjas-Casares (2006, citado en Barqueros-López, et al. 2019) definen las HHSS como las conductas o destrezas sociales específicas que se necesitan para ejecutar una tarea de índole interpersonal.

Los elementos comunes son:

- Se pueden enseñar, modificar o mejorar.
- Son recíprocas y dependen de la conducta de las otras personas.
- Contienen componentes verbales y no verbales, cognitivos, emocionales y fisiológicos.
- Aumentan el refuerzo social y la satisfacción mutua.
- Dependen de la situación y de las personas implicadas (Gil y León, 2011; Monjas-Casares, 2006).

Ruvalcaba et al. (2018) definen las competencias socioemocionales (CSE) como “un conjunto de capacidades emocionales, individuales e interpersonales, que determinan la habilidad del individuo para responder ante las presiones del medio que lo rodea”.

Murillo García, Cervantes Cardona, Nápoles Echaury, Razón Gutiérrez, y Rivas Rivera, (2018) señalan que las CSE contribuyen a la adaptación al medio en el que se vive, logrando relaciones interpersonales favorables, permitiendo el equilibrio emocional y estados de salud y bienestar satisfactorios (Pineda-Galán, 2012; citado en Murillo García et al., 2018).

Por lo anterior, se considera que aunque las HHSS son importantes, de alguna manera se quedan cortas con relación a las CSE, porque las primeras se enfocan más al entorno y buscar un desempeño social adecuado, sin embargo las CSE además de incluir esos aspectos que si son muy importantes, también se preocupa por las capacidades emocionales e individuales; es decir, en las CSE se preocupa por la parte personal del individuo y a su vez por la interpersonal, cuando en las HHSS solo se enfoca a que sea socialmente adaptable.

# **COMPETENCIAS SOCIO-EMOCIONALES EN UNIVERSITARIOS. REVISIÓN SISTEMÁTICA**

## **Características de las Competencias Emocionales**

Morales Rodríguez y Morales Rodríguez (2018) señalan que las competencias se clasifican en dos: específicas y genéricas o transversales. Las competencias genéricas o transversales son comunes a todos los ámbitos de conocimiento u ocupación. Las competencias específicas corresponden a conocimientos especializados o actividades específicas.

Saarni (1997) presenta el siguiente listado de las habilidades de las competencias emocionales.

1. Conciencia del propio estado emocional: incluye la posibilidad de estar experimentando emociones múltiples. A niveles de mayor madurez, conciencia de que uno puede no ser consciente de los propios sentimientos debido a inatención selectiva o dinámicas inconscientes.
2. Habilidad para discernir las habilidades de los demás, en base a claves situacionales y expresivas que tienen un cierto grado de consenso cultural para el significado emocional.
3. Habilidad para utilizar el vocabulario emocional y términos expresivos habitualmente disponibles en una cultura. A niveles de mayor madurez, la habilidad de captar manifestaciones culturales que relacionan la emoción con roles sociales.
4. Capacidad para implicarse empáticamente en las experiencias emocionales de los demás.
5. Habilidad para comprender que el estado emocional interno no necesita corresponder con la expresión externa, tanto en uno mismo como en los demás. En niveles de mayor madurez, comprensión de que la propia expresión emocional puede impactar en otros y tener esto en cuenta en la forma de presentarse a sí mismo.
6. Habilidad para afrontar emociones negativas mediante la utilización de estrategias de autocontrol que regulen la intensidad y la duración de tales estados emocionales.
7. Consciencia de que la estructura y naturaleza de las relaciones vienen en parte definidas por:
  - a) El grado de inmediatez emocional o sinceridad expresiva;
  - b) El grado de reciprocidad o simetría en la relación. De esta forma, la intimidad madura viene, en parte, definida por el compartir emociones sinceras, mientras que una relación padre-hijo puede compartir emociones sinceras de forma asimétrica.

## **COMPETENCIAS SOCIO-EMOCIONALES EN UNIVERSITARIOS. REVISIÓN SISTEMÁTICA**

8. Capacidad de autoeficacia emocional: el individuo se ve a sí mismo que siente, por encima de todo, como se quiere sentir. Es decir, la autoeficacia emocional significa que uno acepta su propia experiencia emocional, tanto si es única y excéntrica como si es culturalmente convencional, y esta aceptación está de acuerdo con las creencias del individuo sobre lo que constituye un balance emocional deseable. En esencia, uno vive de acuerdo con su "teoría personal sobre las emociones" cuando demuestra autoeficacia emocional que está en consonancia con los propios valores morales.

Bar-On (2006; citado en Ruvalcaba et al., 2018) precisa que ser emocional y socialmente inteligente revela poder gestionar el cambio personal, social y ambiental, eso significa afrontar situaciones de manera inmediata, tomar decisiones y solucionar los problemas, de manera optimista, actitud positiva y automotivación.

López Jiménez (2017) en uno de los informes, intitulado La pieza desaparecida (Bridgeland, Bruce y Hariharan, 2013), en donde se analiza el impacto del aprendizaje de las CSE para los niños/as y las escuelas, las sintetiza en cinco áreas que se deben desarrollar en los procesos educativos):

- Autoconocimiento, que permite, ser conscientes de las fortalezas y limitaciones propias.
- Autocontrol, como su nombre lo dice, manejo de uno mismo y perseverancia ante los retos.
- Conciencia social, sirve para empatizar con el entorno.
- Habilidades sociales, para poder trabajar en equipo y resolver conflictos.
- Toma responsable de decisiones, eligiendo de manera ética y segura y haciéndose responsable de las elecciones personales.

Por lo tanto, las competencias emocionales son de vital importancia porque van a permitir que el individuo se centre en el autoconocimiento, autocontrol, la empatía, el trabajo colaborativo, la autoresponsabilidad, el vocabulario emocional, poder diferenciar entre lo que siente y lo que expresa, relaciones basadas en la sinceridad, lo que le permite ser emocional y socialmente inteligente.



## **COMPETENCIAS SOCIO-EMOCIONALES EN UNIVERSITARIOS. REVISIÓN SISTEMÁTICA**

### **Competencias Socioemocionales y el Ámbito Escolar**

De la Barrera, Donolo, Soledad y González, (2012; citado en Treviño Villareal, et al., 2019) consideran que el éxito en el área académica depende de la fuerza de voluntad y de la inteligencia, por lo que se debe buscar un modelo de educación que apunte no solo al aprendizaje cognitivo sino también a las habilidades emocionales de los escolares.

Por tanto, el adolescente emocional y socialmente inteligente puede afrontar las situaciones estresantes con mayor éxito, lo que le permite ser capaz de identificar y valorar sus estados de ánimo, expresar y regular sus emociones, y, responder de manera más asertiva ante la dificultad (Omar, Paris, Uribe, Almeida, y Aguiar, 2011; citado en Ruvalcaba et al., 2018).

Es indudable que las emociones influyen en el ambiente escolar e intervienen en la forma en la que los alumnos aprenden, toda vez que si el chico percibe emociones positivas favorecerá el rendimiento académico, porque podrá solucionar problemas, realizar sus actividades y autorregularse, o si fuera al revés, todas esas acciones dificultarían su rendimiento académico. Valencia (2015; citado en Romero, Gómez-Fraguela, Villar y Rodríguez, 2019) señala que las emociones se encuentran en el ambiente escolar e influyen en la manera en la que los alumnos aprenden. Si logran experimentar emociones positivas podrán ayudar a solucionar problemas, desarrollar actividades y favorecer la autorregulación, de lo contrario, se obstaculizaría su rendimiento académico.

Treviño Villareal et al. (2019) también advierten que la capacidad para percibir los sentimientos, reconocer las emociones y subsanar los estados de ánimo negativos, influyen en la salud mental de las personas y ese equilibrio psicológico es el que ayuda en el rendimiento académico (Fernández y Ruiz, 2008), ya que las emociones trabajan como un mecanismo básico para tomar decisiones (Damasio, 1998).

Ruvalcaba-Romero, Gallegos-Guajardo, y Fuerte Nava (2017) realizaron un estudio cuyo objetivo era identificar la validez predictiva de las CSE sobre el clima escolar positivo y las conductas prosociales. Entre los resultados muestran que existe una correlación positiva entre las CSE con el clima escolar positivo y con las conductas prosociales. Tal como lo reporta Extremera y Fernández-Berrocal (2004), quienes señalaron que distintas problemáticas en el contexto escolar estaban relacionadas con bajos niveles de inteligencia emocional.

## **COMPETENCIAS SOCIO-EMOCIONALES EN UNIVERSITARIOS. REVISIÓN SISTEMÁTICA**

En sus resultados sugieren que cuando se cuenta con CSE se establecen mejores relaciones interpersonales (Lopes, Salovey y Strauss, 2003; Wolters, Knoors, Cillessen y Verhoeven, 2011). Así como que los alumnos con CSE ayudan más a los demás (Mavroveli y Ruiz, 2011; Mestre, Samper, Tur, Cortés y Nácher, 2006).

En el modelo planteado reportaron que las CSE de adaptabilidad, competencia interpersonal y emociones positivas predicen en un 24% las conductas prosociales de los adolescentes, confirmando el concepto de Bar-On (2006), que considera que quien posee CSE están atentos a sí mismos, conscientes de sus emociones y de las necesidades de los demás y mantienen relaciones constructivas y mutuamente satisfactorias, desarrollando, con mayor probabilidad, conductas prosociales (Díazgranados, 2014).

Ruvalcaba et al. (2018) señalan que el adolescente emocional y socialmente inteligente puede afrontar situaciones de estrés con éxito, así como percibir y valorar sus estados de ánimo, expresar y regular sus emociones, y, responder de una manera asertiva a la dificultad (Omar, Paris, Uribe, Almeida, y Aguilar, 2011).

Romero et al. (2019) mencionan que, como lo señalan otros autores, las habilidades socioemocionales (HSE) son necesarias para aprender (Villaseñor, 2018), además, vienen a contribuir a alcanzar un mejor rendimiento y desempeño académico (Pahl y Barrett, 2007; SEP, s.f.a.) y permiten alcanzar trayectorias laborales de éxito (Murrieta, Ruvalcaba, Caballo y Lorenzo, 2014).

Treviño Villarreal et al. (2019) indican que las HSE (Perseverancia, Empatía, Autorregulación y Toma de decisiones positiva y negativa) han sido reconocidas por generar grandes beneficios en el avance académico de los estudiantes.

Asimismo, Villaseñor (2017, citado en Romero et al., 2019) indica que desarrollar HSE se relaciona con mejores niveles de logro académico, realización de estudios superiores (OCDE, 2016) y que las personas que se educan desde pequeñas en estas habilidades, pueden alcanzar mejores resultados académicos (SEP, 2014),

Estudios como el descrito en el presente trabajo evidencian que la intervención en HSE es una vía prometedora de prevención de problemas conductuales con niños que ya han mostrado dificultades de adaptación en el contexto escolar.

## **COMPETENCIAS SOCIO-EMOCIONALES EN UNIVERSITARIOS. REVISIÓN SISTEMÁTICA**

Un estudio sistemático de sus posibilidades de diseminación permitirá ofrecer a los profesionales herramientas y protocolos de aplicación afinados y adaptados a sus necesidades y recursos.

Las habilidades que han sido apreciadas como flexibles y que se han relacionado con los resultados de éxito para las personas se encuentran: autoconocimiento, autorregulación, conciencia social, colaboración, toma responsable de decisiones y perseverancia (SEP, s.f.a.) dentro de la conciencia social está la empatía, la toma de perspectiva y la escucha activa (SEP, 2014).

Murillo García et al. (2018) mencionan que a la habilidad emocional también se le conoce como inteligencia emocional y es la habilidad con la que cuentan las personas para atender y percibir los sentimientos de manera precisa, asimilarlos y comprenderlos y la destreza para regular el estado de ánimo propio y el de los demás (Fernández-Berrocal y Extremera, 2002). Sin embargo, para Bisquerra (2003) la competencia es el conjunto de conocimientos, capacidades, habilidades y actitudes para realizar diversas actividades con calidad y eficacia (Saber, sabe hacer, y saber ser).

Para Bisquerra y Pérez-Escoda (2007) las características de la competencia son:

- Se aplica a personas (individual o colectivamente).
- Implica conocimientos "saberes", habilidades "saber-hacer", y actitudes y conductas "saber estar" y "saber ser".
- Incluye capacidades formales, informales y de procedimiento.
- Está unido a la experiencia, el desarrollo y aprendizaje continuo.
- Es el potencial de actuación (ponerse en acción).
- Se dan en un contexto y cuestiona su transferibilidad.

Las competencias funcionales son las de desarrollo técnico-profesional. Se generan conocimientos y procedimientos para un ámbito profesional o especialización. Son el "saber" y el "saber hacer" necesarios para el desempeño experto de una actividad laboral.

## **COMPETENCIAS SOCIO-EMOCIONALES EN UNIVERSITARIOS. REVISIÓN SISTEMÁTICA**

Así pues, las competencias sociales, no solo incluye la posesión y uso de las habilidades (pensamientos, emociones y conductas para conseguir el éxito en los comportamientos sociales), sino que además se valoran como adecuados en el contexto cultural que se encuentran (Gilar-Corbi, Miñano-Pérez, y Castejón-Costa, 2008; Monjas-Casares, 2006).

Las competencias emocionales se distinguen en dos bloques (Bisquerra, 2003).

1. La inteligencia intrapersonal (capacidad de autorreflexión). Es decir, identificar las propias emociones y regularlas.
2. La inteligencia interpersonal (habilidad de reconocer lo que los demás están pensando y sintiendo) que son las HHSS, la empatía, y captar la comunicación no verbal, entre otros.

Como lo han manifestado los autores anteriormente mencionados, en múltiples estudios se ha demostrado que las personas que son emocional y socialmente más inteligentes, pueden identificar sus estados de ánimo, las de las personas que están en su entorno, regulan sus emociones, están más preparados para tomar decisiones y afrontar situaciones estresantes, así como más asertivos y empáticos lo que le llevará a tener un mejor rendimiento académico o si estos elementos son de manera adversa, tendrá muchas más dificultades para aprender. Por lo que los estudios demuestran que hay una correlación positiva entre las CSE y el clima escolar académico.

Por tanto, si una institución educativa capacita a sus alumnos con CSE, tendrá mejores relaciones interpersonales, más trabajo colaborativo, adaptabilidad, competencias inter e intrapersonales y emociones más positivas.

Luego entonces, las HSE como la perseverancia, la empatía, la autorregulación, el autoconocimiento, la toma de decisiones, la conciencia social, son necesarias para un mejor rendimiento académico porque las habilidades emocionales también se consideran como inteligencia emocional como lo citan Murillo García et al. (2018).

Sin embargo, Bisquerra-Alsina considera que además de las habilidades se deben incluir los conocimientos, las actitudes y la conducta, que son el saber, el saber hacer y el saber ser, además de que son aplicadas al individuo y a la colectividad y las agrupa en competencias funcionales (conocimientos y procedimientos), sociales (que son valoradas como adecuadas en el contexto) y emocionales (en el terreno intrapersonal se enfoca en la autorreflexión y en el interpersonal en la empatía y la comunicación no verbal de los otros).

# **COMPETENCIAS SOCIO-EMOCIONALES EN UNIVERSITARIOS. REVISIÓN SISTEMÁTICA**

## **Programas relacionados con CSE**

Martí-Vilar, Verdú-Ruíz y Serrano-Pastor (2018) indican que en España el sistema educativo se ha esforzado por incluir en el aprendizaje las competencias, como lo incluye la Ley Orgánica 8/2013 para mejorar la calidad educativa, en donde se enfatiza que con competencias y conocimientos se tendrá una sociedad más abierta, global y participativa en colaboración y trabajo en equipo.

Barqueros-López, et al. (2019) señalan que Bisquerra-Alzina y Álvarez-Fernández (2000) definen la educación emocional como un proceso educativo, que debe ser planificado, desarrollado, continuo y permanente, mediante programas preventivos, para potenciar el desarrollo socioemocional que se han implementado en las últimas décadas.

Valencia (2015, citado en Romero, Gómez-Fraguela, y Rodríguez, 2019) señalan que las emociones, sin lugar a duda intervienen en la forma en la que el estudiante aprende, por lo que si experimentan emociones positivas se le facilitará solucionar problemas, desarrollar actividades y favorecer la autorregulación, o si es al revés, puede obstaculizar el rendimiento académico por tanto las emociones en el ámbito educativo juegan un papel determinante.

Un programa demostró su eficacia, a partir de la evidencia sobre el procesamiento emocional y de la información social en los niños con problemas de conducta, en el que incorpora actividades para entrenar a los niños en habilidades emocionales y de interacción social buscando mejorar el ajuste social y promover interacciones saludables con el medio (Larson y Lochman, 2010; McCoy, 2015; CPPRG, 2010; Fishbein et al., 2016 citados en Romero et al. 2019).

Así mismo, el programa EmPeCemos (Emociones, Pensamientos y Conductas para un desarrollo saludable; Romero, Rodríguez, Villar y Gómez-Fraguela, 2017), incorpora, un módulo de intervención directa sobre los niños como uno de tres componentes, en el que se desarrollan las habilidades emocionales, cognitivas y sociales necesarias para desplegar un estilo de comportamiento socialmente competente. Sin embargo, aunque ese programa fue planeado para tener una intervención conjunta y coordinada con familias, profesores y niños, durante su aplicación se mostró que no siempre existe la involucración intensiva y simultánea de esos tres agentes (Romero, Villar, Luengo, y Gómez-Fraguela, 2009 citados en Romero et al. 2019).

## **COMPETENCIAS SOCIO-EMOCIONALES EN UNIVERSITARIOS. REVISIÓN SISTEMÁTICA**

Entre los objetivos del programa están: a) desarrollar destrezas de identificación de emociones y regulación emocional; b) potenciar la adquisición de competencias de resolución de problemas (identificación, generación de alternativas, evaluación de consecuencias, toma de decisiones responsable) y de análisis de situaciones conflictivas desde diferentes puntos de vista; c) promover HHSS, verbales y no verbales, para una adecuada interacción social; d) reducir los Problemas de Conducta de los niños implicados y prevenir su cronificación (Romero et al. 2019).

En resumen, se muestra que un programa de intervención basado en principios cognitivo-conductuales y aplicado en el contexto escolar, es aceptado y genera participación y bajos índices de abandono. Además, en lo que se refiere a habilidades emocionales, se comprobaron los efectos sobre las habilidades de reconocer emociones en situaciones sociales. Por otra parte, en el ámbito de corte más cognitivo, se mostraron efectos sobre diferentes habilidades involucradas en la resolución de problemas sociales; entre otros (Lochman y Matthys, 2018), asimismo, con relación a la esfera conductual, se demostraron las habilidades para ejecutar respuestas socialmente competentes ( HHSS) y, en lo referente al examen pre-postest de las medidas de PC (inatención, hiperactividad-impulsividad, conductas negativistas-desafiantes) también mostró efectos significativos cuando se comparó la evolución del grupo de intervención frente al grupo control, aunque con un tamaño del efecto más reducido respecto a lo que se ha encontrado con intervención multi-componente (Romero et al., 2019).

Barqueros-López, et al. (2019) indican que las intervenciones psicopedagógicas realizadas en España para entrenar al alumnado en habilidades emocionales se basan en programas como los siguientes: "Programa para el desarrollo de la Inteligencia Emocional" de Vallés y Vallés (2000); "Emociónate con Inteligencia" de Vallés (2003); "Programa de Educación Emocional en la Educación Secundaria" de Pascual y Cuadrado (2005).

En Barqueros-López et al. (2019) se enuncian 17 programas de entrenamiento, procedentes de 11 países, de los cuales el 47.36% fueron realizados en España, y el resto en (5.26% en igual proporción en países en: Alemania, Bolivia, Canadá, Chile, EE.UU., Irán, Nigeria, Portugal, República Libanesa y Suecia. De los cuales el 26.31% de los artículos se publicaron en el período 2005-2010 y el 73.68% en el período 2011-2015.

## **COMPETENCIAS SOCIO-EMOCIONALES EN UNIVERSITARIOS. REVISIÓN SISTEMÁTICA**

Rojas, Escalante, Bermúdez y Amaíz (2017) proponen un programa de alfabetización emocional para desarrollar CSE en docentes en formación, el cual constituye el equilibrio emocional en el ejercicio y cumplimiento de sus responsabilidades, lo que promoverá un clima de tolerancia y una mejor convivencia, toda vez que la tendencia es que los docentes deben contar con competencias emocionales y sociales.

Por último, se realizó un estudio para saber cómo conceptualizaban las CSE y el estilo de vida (EV) los estudiantes universitarios de las ciencias de la salud y en los resultados se encontró que si entendían el concepto de EV pero el 53% no pudo definir el concepto de CSE, debido a que las respuestas estaban en blanco o tenían textos incomprensibles, por tanto se concluye que en los planes de estudio si se deben implementar (Murillo García et al. 2018).

Así pues, ha quedado demostrado que se ha tocado mucho el tema de la educación emocional y las emociones en los programas para mejorar la calidad educativa, para disminuir los problemas de conducta, buscando una sociedad más abierta, global, participativa, en donde han encontrado que sin duda, van a intervenir en la manera cómo aprenden.

### **Profesores y CSE**

Si se busca que los alumnos cuando egresen de sus estudios de licenciatura cuenten con CSE, es imperante que los docentes, primero identifiquen estas habilidades, pero también que las desarrollen (Cabello, Ruiz y Fernández, 2010 citado en Torres Hernández [2018]). Esto promoverá en los discentes un pensamiento reflexivo, creatividad, facilidad de análisis para la resolución de conflictos, pero sobre todo la toma de consciencia de las emociones propias y de los demás, permitiendo la valoración de las diferencias personales en el contexto educativo, logrando así, la tolerancia (Chiappe y Cuesta, 2013).

Además de lograr un cambio de actitudes e interés por los aspectos afectivos de los estudiantes, así como una mayor motivación para realizar las actividades propuestas en los programas de estudios. Asimismo, se siente más escuchado y comprendido, más participativo, fortaleciendo la tolerancia a la frustración y reduciendo los conflictos interpersonales, propiciando el diálogo y reduciendo el estrés psicosocial entre los estudiantes (Muñoz de Morales y Bisquerra, 2006 citado en Torres Hernández [2018]).

## **COMPETENCIAS SOCIO-EMOCIONALES EN UNIVERSITARIOS. REVISIÓN SISTEMÁTICA**

Vaello Orts y Vaello Pecino (2018) señalan que el profesorado debe entrenar las competencias académicas, pero también las personales sobre todo cuando el alumno no las tiene, además de entrenarse a sí mismo en dichas competencias para su crecimiento profesional y personal. Sin embargo, el profesor debe ser competente, en: (Vaello Orts y Vaello Pecino, 2018):

- Competencia emocional. Es la capacidad para gestionar las emociones propias y ajenas, y mantener una relación sana consigo mismo, por medio de competencias intrapersonales como son la autoestima, el autocontrol, la autoayuda, la automotivación o la inteligencia emocional, entre otras. Esto permitirá el bienestar emocional del propio docente y de sus alumnos.
- Competencia social. Es la capacidad de gestionar relaciones, para consigo y con los demás, además de gestionar las relaciones de los alumnos entre sí. Ello favorece la convivencia positiva, basada en el respeto, la empatía, el buen trato, la solidaridad, la tolerancia y el compañerismo.
- Competencia cognitiva. Es el dominio de conocimientos y técnicas sobre las materias que imparte.
- Competencia motivacional. Es la capacidad para motivarse y motivar al alumnado, con metodologías activas y presentados de forma atrayente.
- Competencia atencional es la capacidad para conseguir dirigir y mantener la atención de los dicentes en lo académico, así como distribuir equitativamente la atención (atendiendo más a quien más lo necesita) entre los miembros de la clase logrando que sean capaces de concentrarse en el trabajo.

En todos los aspectos de la vida, siempre están implicadas las CSE y motivacionales, la diferencia se da si la persona cuenta con ese recurso, como se ha mencionado anteriormente. Las finalidades por las que son importantes las CSE en la educación son (Vaello Orts y Vaello Pecino, 2018):

- Instrumentales: Permite facilitar los éxitos personales, sociales, educativos y laborales.
- Afectivas: Contribuyen al bienestar personal y proporcionan satisfacción.
- Ecológica: Permiten adaptarse al entorno y responder de manera correcta a situaciones problemáticas.



## **COMPETENCIAS SOCIO-EMOCIONALES EN UNIVERSITARIOS. REVISIÓN SISTEMÁTICA**

- Preventiva: Permite desarrollar la autoestima y el equilibrio emocional.
- Social: Favorecen cambios benéficos en pensamientos, sentimientos, actitudes y comportamientos de la comunidad escolar y familiar.

Ruvalcaba, et al. (2018) encontraron que las emociones positivas mantienen una relación importante con la competencia social de la resiliencia, lo cual conlleva a los trabajos de la Psicología Positiva en donde, autores como Seligman y Csikszentmihalyi (2000), consideran que, es necesario resaltar el papel que factores como las emociones positivas, juegan como generadoras de fortalezas y bienestar.

Cabrera (2004, citado en Rojas et al. [2017]) plantea que el docente debe ser: Un profesor que tenga conocimiento óptimo de las Áreas y/o Asignaturas que dicte en el salón de clase, así como ser capaz de transmitir valores, así como desarrollar competencias en sus estudiantes, como la Competencia Emocional. (...) lo que permitirá optimizar la tarea educativa de las habilidades de interacción social.

En la investigación realizada por Maldonado Mera et al. (2017), señalan que las universidades ecuatorianas, en la última década, están replanteando sus modelos educativos, pedagógicos y de gestión, para responder a las exigencias políticas de calidad en la educación superior en el país y para ello se necesitaba la participación protagónica de los docentes.

El énfasis era incrementar el número de docentes de tiempo completo con maestrías y doctorados, sin embargo, no se consideró la dimensión emocional como parte de la estrategia para afianzar los resultados, ya que como se ha encontrado la inteligencia emocional ayuda a ser más eficientes en el trabajo. Sin embargo, no asegura el éxito, ya que requiere un grado de dominio en las habilidades de competencias emocionales.

En esa investigación, Maldonado Mera et al. (2017) hacen la diferencia entre la inteligencia emocional como la competencia interna de una persona y la inteligencia social como el conjunto de competencias orientadas a su conveniencia con el entorno.

# COMPETENCIAS SOCIO-EMOCIONALES EN UNIVERSITARIOS. REVISIÓN SISTEMÁTICA

## COMENTARIOS FINALES

Clonan y cols. (2004) plantean que para introducir la Psicología Positiva dentro de la escuela es necesario: 1. Operacionalizar los elementos claves. Definir y objetivar en qué consiste la Psicología Positiva y cómo se va a abordar en el aula. La cuestión es prioritaria si se quieren determinar la eficacia de un abordaje como la Psicología Positiva, todavía en su fase inicial de desarrollo. En este sentido, los educadores deben establecer cuáles serían los criterios para crear un ambiente escolar positivo (e.g., qué fortalezas son importantes, cómo se promoverían, qué cambios se esperan ...) y cómo se medirían los resultados finales. Por ejemplo, una forma tentativa de operacionalización de resultados podría ser el incremento de conductas prosociales o altruistas en el alumnado o, por contraposición, la disminución de comportamientos disfuncionales dentro y fuera del aula.

Utilizar otros ambientes naturales. Este segundo punto implica que para crear escuelas positivas también debemos buscar sistemas ecológicos de relevancia que faciliten una consecución integral de aprendizaje. Siguiendo una perspectiva más ecológica, la integración de otros ambientes inmediatos tales como la familia, los amigos o la comunidad ayudarían a tal fin. Aunque la promoción de habilidades o destrezas es importante para generar comportamientos positivos, si los contextos inmediatos no apoyan estas incorporaciones personales, las oportunidades para utilizar y generalizar estos nuevos comportamientos se limitan bastante.

El tercer punto es con relación a los Cambios sostenibles. Es necesario llevar a cabo aprendizajes positivos que se generalicen más allá del entorno educativo. Si el *feedback* constructivo, los elogios ante los logros, la amabilidad, o las conductas altruistas sólo son expuestas en clase y, en cambio, no en casa, perderán toda su eficacia y valor.

Igualmente, la figura del modelo no puede estar sólo presente en el aula, los padres serán en el hogar el espejo en el que se reflejarán los comportamientos proactivos y positivos aprendidos del niño y su responsabilidad moral será fundamental en la generalización de sus virtudes positivas y habilidades emocionales.

Brackett et al. (2008), mencionan que cualquier programa de aprendizaje socio-emocional (y podría ampliarse también a los programas de Psicología Positiva aplicada al aula) debería: • Enseñar cómo aplicar las destrezas, competencias y virtudes del alumno tanto dentro como fuera del aula; • crear ambientes de aprendizaje afectivos y atractivos para el alumno; •

## **COMPETENCIAS SOCIO-EMOCIONALES EN UNIVERSITARIOS. REVISIÓN SISTEMÁTICA**

proporcionar actividades y ejercicios de mejora de sus competencias y fortalezas adaptados evolutiva y culturalmente; • tener como efecto indirecto la mejora del rendimiento académico o de la convivencia escolar, al trabajar las dimensiones cognitivas, afectivas y sociales del aprendizaje; • facilitar la generalización de las competencias y virtudes a otros entornos (e.g., amigos, familia, etc.); e • incluir evaluaciones sistemáticas y protocolos de mejora y actualización de los ejercicios.

### **BIBLIOGRAFÍA**

1. Barqueros-López, S., Gómez-Sánchez, R. y Gómez-Díaz, M. (2019). Efectividad de un programa de intervención de HSE para el desarrollo de la empatía en alumnos de primero de enfermería de una universidad privada. *Revista de Psicología de la Salud (New Age)*. 7(1), 45-61. Recuperado de: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6825028>
2. Bisquerra Alzina, R. y Pérez Escoda, N. (2007) Las competencias emocionales. *Educación XXI. Revista de la Facultad de Educación* 10, 61-82 Recuperado de: [http://stel.ub.edu/grop/files/Competencias\\_emocionales-P.pdf](http://stel.ub.edu/grop/files/Competencias_emocionales-P.pdf)>.
3. Bisquerra-Alzina, R. (2003). Educación emocional y competencias básicas para la vida. *Revista de investigación educativa*. 21(1), 7-43. Recuperado de: <https://revistas.um.es/rie/article/view/99071>
4. Bisquerra-Alzina, R. (2009). *Psicopedagogía de las emociones*. España. Síntesis.
5. Hernández-Barraza, V. (2017) Las competencias emocionales del docente y su desempeño profesional. *Alternativas en psicología*, 37. 79-92. Recuperado en: <http://www.alfepsi.org/revista-alternativas-en-psicologia-n37/>
6. López Jiménez, P. (2017). Competencias socioemocionales y salud en educación social. *Educació Social. Revista d'Intervenció Socioeducativa*, 66, 51-69 Recuperado de: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7056978>
7. López Jiménez, Paco (2017). Competencias socioemocionales y salud en educación social. *Educació Social. Revista d'Intervenció Socioeducativa*, 66, 51-69 Recuperado de: [https://www.google.com/search?sxsrf=ALeKk00XWJLxz7Un8EavLTzQ6kHf\\_QO2FA%3A](https://www.google.com/search?sxsrf=ALeKk00XWJLxz7Un8EavLTzQ6kHf_QO2FA%3A)

## COMPETENCIAS SOCIO-EMOCIONALES EN UNIVERSITARIOS. REVISIÓN SISTEMÁTICA

1583353912189&source=hp&ei=OBBgXry9CIGwsAX2\_YHQCg&q=Competencias+socio  
emocionales+y+salud+en+educaci%C3%B3n+social&oq=Competencias+socioemocion  
ales+y+salud+en+educaci%C3%B3n+social&gs\_l=psy-  
ab.3...27525802.27525802..27535212...1.0..0.163.163.0j1.....0....2j1..gws-  
wiz.ME5YQc87kOY&ved=0ahUKEwi8ufL71IHoAhUBGKwKHfZ-AKoQ4dUDCAY&uact=5

8. Maldonado Mera, B. R.; Buenaño Cabrera, J.J. y Benavides Espinosa, K.V. (2017) Gestión de las emociones en los docentes universitarios. *Revista San Gregorio*. 19, 6-19  
Recuperado en: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6236971>
9. Martí-Vilar, M., Verdú-Ruiz, N. y Serrano-Pastor, L. (2018). Intervenir en prosocialidad en el ámbito educativo: Una revisión sistémica. *Anuari de Psicologia*. 149-171  
Recuperado de: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6798084>
10. Morales Rodríguez, J. A., Morales Rodríguez, F.M. (2018) Evaluación de competencias genéricas y socioemocionales por parte de universitarios. *European journal of child development, education and psychopathology* . 6(2) 97-105. Recuperado de: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6766831>
11. Murillo García, N., Cervantes Cardona, G.A., Nápoles Echauri, A., Razón Gutiérrez, A.C. y Rivas Rivera, F. (2018) Conceptualización de competencias socioemocionales y estilo de vida de estudiantes universitarios de ciencias de la salud. *Polis*. 14(1) 135-153.  
Recuperado de: [http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1870-23332018000100135](http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1870-23332018000100135)
12. Pérez Pedrogo, C., Sánchez Cesáreo, M., Martínez Taboas, A., Colón Jordán, H. y Morales Boscio, A. M. (2016). Violencia comunitaria: programas basados en la evidencia como alternativa para su mitigación. *Revista Puertorriqueña de Psicología*, 27(1), 26-42  
Recuperado de: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=2332/233245623003>
13. Rojas de C., F.; Escalante de U., D.; Bermúdez, L. y Amaíz, C. (2017) Competencias socioemocionales de los docentes en formación. *Acción pedagógica*, 26. 120-129.  
Recuperado de: <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/6344979.pdf>
14. Romero, E., Gómez-Fraguela, A., Villar, P. y Rodríguez, C. (2019) Prevención indicada de los problemas de conducta: entrenamiento de HSE en el contexto escolar. *Revista de*

## COMPETENCIAS SOCIO-EMOCIONALES EN UNIVERSITARIOS. REVISIÓN SISTEMÁTICA

*Psicología Clínica con Niños y Adolescentes* 6(3), 39-47 DOI: <https://doi.org/10.21134/rpcna.2019.06.2.1>

15. Rubiales, J., Russo, D, Paneiva, J.P. y González, R. (2018) Revisión sistemática sobre los programas de entrenamiento socioemocional para niños y adolescentes de 6 a 18 años publicados entre 2011 y 2015. *Revista Costarricense de Psicología* 37(2), 163-186 Recuperado de; <http://oaji.net/articles/2017/3238-1545620666.pdf>
16. Ruvalcaba, N., Gallegos, J. Orozco, M. y Bravo H. (2018) Validez predictiva de las competencias socioemocionales sobre la resiliencia en adolescentes mexicanos. *Diversitas: Perspectivas en Psicología* 15(1), 87-99 DOI: <https://doi.org/10.15332/s1794-9998.2019.0001.07>
17. Ruvalcaba-Romero, N. A.; Gallegos-Guajardo, J. y Fuerte Nava, J.M. (2017) Competencias socioemocionales como predictoras de conductas prosociales y clima escolar positivo en adolescentes. *Revista Interuniversitaria de Formación del Profesorado*, 88 (31.1), 77-90. Recuperado de: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=27450136012>
18. Saarni, C. (1997). Emotional competence and self regulation in childhood. En P. Salovey y D. J. Sluyter, (1997), *Emotional development and emotional intelligence* Nueva York: Basic Books, 35-66.
19. Saarni, C. (2000). Emotional Competence. A Developmental Perspective. En R. Bar-On y J. D. A. Parker (Eds.), *The Handbook of Emotional Intelligence. Theory, Development, Assessment, and Application at Home, School, and in the Workplac.* San Francisco, Ca: Jossey-Bass, 68-91.
20. Treviño Villareal, D.C.; González Medina, M.A.; Montemayor Campos, K. M. (2019) HSE y su relación con el logro educativo en alumnos de Educación Media Superior. *Revista de Psicología y Ciencias del Comportamiento de la Unidad Académica de Ciencias Jurídicas y Sociales.* 10(1), 32-48 DOI: [doi: 10.29059/rpcc.20190602-79](https://doi.org/10.29059/rpcc.20190602-79)
21. Vaello Orts, J. y Vaello Pecino, O. (2018). Competencias socioemocionales del profesorado. *Participación Educativa.* 5(8), 95-104. Recuperado de: <https://revistas.um.es/rie/article/view/99071>