

**Importancia del Desarrollo de la Inteligencia Emocional en Estudiantes
Universitarios**

(Formato IN-PRESS)

Importance of Emotional Intelligence Development in University Students

Sofía Flórez Rodríguez*

Correspondencia:

<https://orcid.org/0009-0001-9995-3391>

Recibido: Octubre 03 de 2025

Aceptado: Octubre 14 de 2025

*Universidad del Norte

La etapa universitaria es decisiva en la vida del estudiante. Puesto que, no únicamente enfrenta cambios cognitivos y psicológicos, sino que también toma decisiones que pueden impactar profundamente el curso de su vida. Esto ubica al estudiante bajo constante presión, especialmente emocional, al tener que responder a diversas exigencias.

La inteligencia emocional facilita el procesamiento complejo de las emociones, guiando tanto el pensamiento como las acciones, esto según Rodríguez et al. (2022). De acuerdo con el Modelo de Cuatro Ramas de Mayer y Salovey (1990), la competencia emocional incluye cuatro dominios interrelacionados: percepción de las emociones, facilitación emocional del pensamiento, comprensión de las emociones y regulación emocional.

La percepción de emociones se puntualiza como la capacidad de identificar, valorar y expresar emociones, tanto propias como ajenas. Seguidamente, la facilitación emocional del pensamiento se constituye en el establecimiento de relaciones bidireccionales, en la que las emociones desempeñan un papel crucial al facilitar el pensamiento y la toma de decisiones. La comprensión emocional implica la habilidad para analizar las emociones, reconocerlas y etiquetarlas verbalmente, así como interpretarlas dentro de un contexto determinado. Por último, la regulación emocional implica el reconocimiento de los estados emocionales propios y de los demás, utilizando la observación y el distanciamiento emocional para modificar dichas emociones sin perder su significado (Jiménez-Rodríguez et al., 2022).

Algunos científicos sugieren que el desarrollo de la inteligencia emocional tiene efectos provechosos para la vida universitaria del estudiante. Los estudios realizados indican que el impacto de la inteligencia emocional, dentro del marco de las habilidades socioemocionales, se ha reflejado en la población universitaria a través de mejoras en las calificaciones, menor ansiedad social y depresión, y un uso más frecuente de estrategias de afrontamiento activo para resolver problemas, lo cual también ha favorecido su salud física y mental, ratifican Sánchez-Gómez et al. (2021).

En un estudio realizado por Elnouby et al. (2023), se encontró que intervenciones directas mediante programas de entrenamiento en pensamiento crítico y autoestima en estudiantes de enfermería generaron un impacto estadísticamente significativo en estas dimensiones. Este resultado puede atribuirse a que la inteligencia emocional apoya el desarrollo de la personalidad de los estudiantes y los empodera para pensar

críticamente, tomar decisiones y actuar de manera profesional (Elnouby et al., 2023).

Según Rodríguez et al. (2022), “el desarrollo de habilidades de inteligencia emocional debe ir de la mano con la enseñanza de competencias técnicas en los entornos universitarios”. Este autor define los elementos clave necesarios para optimizar las sesiones de entrenamiento, incluyendo características, actividades y actores involucrados. Los programas de inteligencia emocional para estudiantes consisten en módulos teórico- prácticos orientados a desarrollar competencias personales mediante jornadas estructuradas en dos ejes. El primer eje es grupal, donde se exponen conceptos teóricos generales apoyados en recursos audiovisuales, ejercicios de resolución de casos y actividades de juego de roles, para aplicar el conocimiento en situaciones prácticas. El segundo eje es individual, compuesto por ejercicios prácticos diseñados para reforzar lo aprendido. Los actores principales de estos programas son la población universitaria y profesionales capacitados en inteligencia emocional y en la enseñanza de estas habilidades.

Los autores coinciden en la recomendación de incorporar módulos orientados al desarrollo de la inteligencia emocional en el entorno universitario. Esta sugerencia está dirigida principalmente a las instituciones educativas, ya que el entorno universitario es ideal para fortalecer dichas habilidades (Rodríguez et al., 2022).

Son eminentes los beneficios de altos niveles de inteligencia emocional en el ámbito profesional y las investigaciones recomiendan que programas de este tipo se implementen desde los primeros cursos universitarios, (Sánchez et al., 2021). En la misma línea, Elnouby et al. (2023) sugieren incluir estos programas en el currículo universitario. A su vez, las recomendaciones basadas en evidencia también promueven la incorporación de estos programas en todas las carreras, argumentando que; la inteligencia emocional facilita el afrontamiento positivo de situaciones con carga psicosocial negativa que puedan presentarse al estudiantado universitario. Un adecuado desarrollo emocional contribuye tanto a su progreso académico como a su futura incorporación al mercado laboral (Sánchez et al., 2023).

Para estudios futuros sobre inteligencia emocional, se recomienda evaluar las variables que impactan la inteligencia emocional a lo largo de un periodo más extenso, lo cual permitiría ampliar los datos útiles para fortalecer los programas de entrenamiento con base en información empírica (Jiménez-Rodríguez et al., 2022).

Tras resaltar los beneficios de altos niveles de inteligencia emocional y el creciente

interés en el tema, se sugiere que próximas revisiones de literatura examinen el papel de las competencias socioemocionales en psicólogos, profesión que a menudo enfrenta situaciones que exigen adaptabilidad en contextos variados y estresantes, (Sánchez et al., 2023). En esta misma línea, se sugiere para un análisis más profundo, el empleo de diseños longitudinales que permitan realizar comparaciones pre y post intervención en población universitaria, en lugar de estudios transversales, mayormente empleados, que no permiten establecer causalidad sobre los factores incidentes (Sánchez-Gómez, 2021).

En el escenario colombiano, la educación emocional ha dado un salto cualitativo al convertirse en política pública. Esencialmente, halla un terreno fértil a fortalecer tales diseños de investigación. La reciente aprobación en el Congreso de la Cátedra de Educación Emocional, inspirada en el programa Pisotón liderado por Ana Rita Russo en la Universidad del Norte, constituye un precedente histórico: por primera vez el país reconoce de manera obligatoria el desarrollo socioemocional como parte del currículo escolar. Este avance normativo, que abarca desde la educación inicial hasta la media, evidencia que la salud mental y el manejo de las emociones han dejado de ser aspectos periféricos para convertirse en un derecho educativo y en una condición estructural del aprendizaje.

En consonancia con este contexto nacional, el Caribe colombiano ha comenzado a acumular experiencias significativas en el ámbito universitario. El caso de la Corporación Universitaria del Caribe (CECAR) resulta especialmente ilustrativo: tras aplicar una intervención psicopedagógica basada en inteligencia emocional, el porcentaje de estudiantes con niveles aceptables de IE pasó de 31,2 % a 87,6 %, junto con una reducción significativa de síntomas ansiosos y depresivos. Este dato es contundente, pues demuestra que incluso programas de escala piloto generan transformaciones tangibles en el bienestar y rendimiento académico. De manera complementaria, la UNAD en Cartagena ha diseñado programas de cuidado emocional para estudiantes de primer ingreso, mientras que investigaciones en la Universidad del Norte han documentado asociaciones robustas entre inteligencia emocional, rendimiento académico y bienestar social. Por su parte, la Universidad Simón Bolívar ha identificado perfiles emocionales diferenciados por carrera, lo que pone de manifiesto la necesidad de estrategias transversales de formación.

Si en la escuela el Estado ya reconoce que la educación emocional es

indispensable, en la universidad esta convicción debe convertirse en política institucional y curricular. Las evidencias regionales e internacionales coinciden: la inclusión de módulos o asignaturas de inteligencia emocional en todas las carreras no solo es viable, sino urgente para enfrentar los retos de permanencia, salud mental y adaptación social en la educación superior. En este sentido, la Costa Caribe ofrece un laboratorio privilegiado de experiencias que permiten sostener una recomendación clara: avanzar hacia la consolidación de programas globales de inteligencia emocional que acompañen a los estudiantes a lo largo de su trayectoria universitaria y potencien su formación integral.

El país ya ha dado un paso decisivo al reconocer la educación emocional como un componente estructural y fundamental en la escuela. Ahora, le corresponde a las instituciones universitarias ofrecer capacitaciones frecuentes a través de cambios curriculares globales enfocados en habilidades de inteligencia emocional, lo cual impactará positivamente la vida personal y académica de los estudiantes, preparándolos para ser profesionales capaces de gestionar el estrés y enfrentar situaciones de alta demanda emocional desde el inicio de su formación profesional.

Referencias

- Elnouby, N., Ahmed, A., Abdallah, S., Mahmud, R., & Mohamed, H. (2023). Effect of emotional intelligence training program on critical thinking skills and self-esteem of nurse students. *Journal of Population Therapeutics and Clinical Pharmacology*, 30(5). <https://doi.org/10.47750/jptcp.2023.30.05.055>
- Fernández, A. E. (2022). *Inteligencia emocional, mecanismos de desconexión moral y dimensiones del bienestar social en estudiantes universitarios de la ciudad de Barranquilla* [Tesis de maestría, Universidad del Norte]. Manglar. <https://manglar.uninorte.edu.co/bitstream/handle/10584/12087/1140860565.pdf?sequence=1>
- Jiménez-Rodríguez, D., Molero Jurado, M. d. M., Pérez-Fuentes, M. d. C., Arrogante, O., Oropesa-Ruiz, N. F., & Gázquez-Linares, J. J. (2022). The effects of a non-technical skills training program on emotional intelligence and resilience in

undergraduate nursing students. *Healthcare*, 10(5), Article 866.

<https://doi.org/10.3390/healthcare10050866>

Martínez Luna, M. J. (2024). *Impacto de la inteligencia emocional en el perfil cognitivo y rendimiento académico: Análisis del impacto de una estrategia psicopedagógica de inteligencia emocional en el perfil cognitivo y rendimiento académico de estudiantes de segundo semestre del programa de Psicología de la Corporación Universitaria Antonio José de Sucre de la ciudad de Sincelejo* [Trabajo de grado, Corporación Universitaria del Caribe CECAR]. Repositorio CECAR.

<https://repositorio.cecar.edu.co/server/api/core/bitstreams/b001cb3d-7fab-4da3-b82b-77d2b4397311/content>

Morales Marrugo, A. M., Vergara Salgado, J. C., & Cesar Acosta, L. (2024). *Programa de cuidado emocional para estudiantes de primera matrícula del CCAV Cartagena: Aprendiendo a gestionar mis emociones* [Trabajo académico, Universidad Nacional Abierta y a Distancia]. Repositorio Institucional UNAD.

<https://repository.unad.edu.co/bitstream/handle/10596/65853/lcesara.pdf?sequence=3>

Olarte, E., & Ospino, C. (2010). Perfil de inteligencia emocional y carreras universitarias en estudiantes de la Universidad Simón Bolívar. *Opción*, 26(62), 120–134.

https://ve.scielo.org/scielo.php?pid=S1315-95182010000200004&script=sci_abstract

Quant, A. (2025, August 15). Con aporte de Pisotón, Colombia implementa la ley que lleva la educación emocional a los colegios. Universidad del Norte.

<https://www.uninorte.edu.co/es/web/grupo-prensa/w/con-aporte-de-pisoton-colombia-implementa-la-ley-que-lleva-la-educacion-emocional-a-los-colegios>

Rueda, M., & Morales, S. (2015). *Emotional intelligence and academic performance in undergraduate students* [Tesis de pregrado, Universidad del Norte]. Manglar.

<https://manglar.uninorte.edu.co/handle/10584/6623>

Sánchez-Bolívar, L., Escalante-González, S., Martínez-Martínez, A., & Zurita-Ortega, F. (2023). Inteligencia emocional en el perfil formativo y psicosocial de los

estudiantes universitarios: Una revisión sistemática. *Educatio Siglo XXI*, 41(2), 147–164. <https://doi.org/10.6018/educatio.515181>

Sánchez-Gómez, M., Cerisuelo Tirado, M., Adelantado-Renau, M., & Bresó, E. (2021). Inteligencia emocional en estudiantes universitarios de Psicología: Diferencias entre el primer y el último curso. *Academia y Virtualidad*, 14(2), 9–16. <https://doi.org/10.18359/ravi.5015>

Senado de la República de Colombia. (2025, April 22). Senado cumplió con la tarea de aprobar el proyecto que crea la cátedra de educación emocional en los colegios del país. <https://www.senado.gov.co/index.php/component/content/article/13-senadores/6359-senado-cumplio-con-la-tarea-de-aprobar-el-proyecto-que-crea-la-catedra-de-educacion-emocional-en-los-colegios-del-pais>

