



UNIVERSIDAD NACIONAL DE  
HUANCVELICA



# MOTIVACIÓN Y EMOCIONES EN ESTUDIANTES DE NIVEL PRIMARIO

**Nancy Canales-Laura**  
**Abel Gonzales-Castro**  
**Milagros Piñas Zamudio**

DOI: 10.35622/inudi.b.139

# Motivación y emociones en estudiantes de nivel primario

DOI: <https://doi.org/10.35622/inudi.b.139>

## **Nancy Canales-Laura**

Universidad Nacional de Huancavelica  
<https://orcid.org/0000-0002-7676-2971>  
soledad250676@gmail.com

## **Abel Gonzales-Castro**

Universidad Nacional de Huancavelica  
<https://orcid.org/0000-0001-7251-3452>  
abel.gonzales@unh.edu.pe

## **Milagros Piñas Zamudio**

Universidad Nacional de Huancavelica  
<https://orcid.org/0000-0001-9593-9851>  
milagros.pinas@unh.edu.pe



UNIVERSIDAD NACIONAL DE  
**HUANCVELICA**



## Motivación y emociones en estudiantes de nivel primario

Autores:

Nancy Soledad Canales Laura

Abel Gonzales Castro

Milagros Piñas Zamudio

Primera edición digital

Publicado en Puno, abril de 2024

Libro electrónico disponible en:

<https://editorial.inudi.edu.pe>

**ISBN:** 978-612-5130-30-3 (PDF)

Hecho el depósito legal en la Biblioteca Nacional del Perú N° 2023-13016

**DOI:** <https://doi.org/10.35622/inudi.b.139>

**Categoría:** Libro de resultado de investigación científica.

### CONSEJO EDITORIAL

**Director:** Lic. Sergio Antonio Flores Vargas

**Editor Jefe:** Eddy Rodrigo Gonzales Huaman

**Editores:**

Dra. Bethzabe Cotrado Mendoza / Dra. Manuela Daisly Casa Coila / Dr. Edgar Estanislao Mancha Pineda / Dra. Luz Wilfreda Cusi Zamata / MSc. Rebeca Alanoca Gutiérrez / Dr. Wilson Gregorio Sucari Turpo / Dra. Yolanda Lujano Ortega / Dra. Sheyla Lenna Cervantes Alagón / Dra. Dometila Mamani Jilaja / Dr. Peregrino Melinton Lopez Paz / Dra. Nina Eleonor Vizcarra Herles / Mg. Lourdes Antonieta López Cueva / Dr. Carlos Alfredo Castro Quispe / Dr. Edgar Darío Callohuanca Avalos / Dra. Diana Águeda Vargas Velásquez / MSc. Yésica Dominga Díaz Vilcanqui / Dra. Tania Carola Padilla Cáceres / Patty Samanta Aza Suaña / Lic. Leydi Gabriela Ramos Ramos.

**Editado por:**

Instituto Universitario de Innovación Ciencia y Tecnología Inudi Perú S.A.C.

Urb. Ciudad Jardín Mz. B3 Lt. 2, Puno - Perú

**RUC:** 20608044818

**Email:** [editorial@inudi.edu.pe](mailto:editorial@inudi.edu.pe) / [info@inudi.edu.pe](mailto:info@inudi.edu.pe)

**Teléfono:** +51 973668341

**Sitio web:** <https://editorial.inudi.edu.pe>

Universidad Nacional de Huancavelica

Av. Agricultura N° 319 - 321. Sector - Paturpampa, Huancavelica - Perú

**RUC:** 20168014962

**Email:** [tramitedocumentario@unh.edu.pe](mailto:tramitedocumentario@unh.edu.pe)

**Teléfono:** 067- 451551

**Sitio web:** <https://www.unh.edu.pe/>

Publicado en Perú / Posted in Peru



*Esta obra está bajo una licencia CC BY-NC-SA 4.0 DEED Atribución-NoComercial-CompartirIgual 4.0 Internacional*

**Evaluación de contenido:** Esta obra ha sido evaluada por pares doble ciego, aprobada por el Consejo Editorial del Instituto Universitario de Innovación Ciencia y Tecnología Inudi Perú y editada bajo procedimientos que garantizan su normalización.

*Los autores son moral y legalmente responsables de la información expresada en este libro, así como del respeto a los derechos de autor; por lo tanto, no comprometen en ningún sentido a la editorial.*

### Declaración conflictos de interés:

Los autores de esta publicación declaran la inexistencia de conflictos de interés de cualquier índole con instituciones o asociaciones comerciales.

### Financiamiento:

Publicación financiada por la Universidad Nacional de Huancavelica como resultado de un concurso promovido por el Vicerrectorado de Investigación, durante el año fiscal 2023.

### Información adicional:

Este libro es producto de la tesis "Motivación escolar en las emociones de los estudiantes de la Institución Educativa 22752 - San Pedro de Chíncha Baja" presentada a la Universidad Nacional de Huancavelica.



**Director Ejecutivo**

Dr. Wilson Gregorio Sucari Turpo

**Director Académico**

Lic. Sergio Antonio Flores Vargas

**Director de Investigación**

Dr. Pedro Carlos Huayanca Medina

**Director de Innovación y Transferencia Tecnológica**

Ing. Erika Romero Santisteban

**Revisores Pares Externos**

Se encuentra en el siguiente enlace:

<https://editorial.inudi.edu.pe/index.php/editorialinudi/about/editorialTeam>



## Contribución de autores

<b>Nombre del autor</b>	<b>Rol</b>	<b>Descripción</b>
Nancy Soledad Canales Laura (Autor principal)	Investigación y supervisión	Conducir el proceso de investigación formal, específicamente realizar los experimentos o la recopilación de datos / evidencia.
Abel Gonzales Castro (Coautor)	Administración del proyecto y validación:	Conducción y liderazgo para el planeamiento y ejecución de la investigación, incluyendo también asesoría del equipo principal.
Milagros Piñas Zamudio (Coautor)	Análisis formal, investigación, recursos, visualización.	Gestión y coordinación para las actividades de planeamiento y ejecución de la investigación.



## Contenido

SINOPSIS.....	11
ABSTRACT.....	12
PRÓLOGO.....	13
INTRODUCCIÓN.....	15

### CAPÍTULO I

#### MOTIVACIÓN Y EMOCIÓN ESCOLAR

1.1 Análisis epistemológico de la motivación.....	19
1.2 Teorías motivacionales.....	20
1.2.1 La motivación y necesidades.....	20
1.2.2 La motivación y determinación.....	22
1.2.3 Expectativa y valor.....	23
1.2.4 Metas de logro.....	24
1.3 Dinámica de la motivación escolar.....	26
1.3 Clima motivacional en el aula.....	28
1.4 Importancia del docente en la motivación escolar.....	32
1.5 Intervenciones para mejorar la motivación.....	32
1.6 Manifestaciones emocionales en los niños.....	34
1.7 Tipos de emociones y manifestaciones.....	35
1.7.1 Emociones positivas.....	39
1.7.2 Emociones negativas.....	40
1.7.3 Emociones neutras.....	41
1.8 Inteligencia emocional.....	42
1.8.1 Autoconciencia emocional.....	43
1.8.2 Autorregulación emocional.....	43
1.8.3 Motivación.....	43
1.8.4 Empatía.....	44
1.8.5 Habilidades sociales.....	44
1.8.6 Educación emocional.....	44
1.9 Teorías emocionales.....	48
1.9.1 Teoría James-Lange.....	48

1.9.2 Teoría de Cannon-Bard .....	49
1.9.3 Teoría de la emoción de Schachter-Singer .....	50

## **CAPÍTULO II**

### **MOTIVACIÓN EN LAS EMOCIONES**

3.1 Razones de la investigación .....	55
3.2 Objetivo de la investigación .....	56
3.3 Método, diseño y tipo de investigación .....	56
3.4 Consideraciones éticas .....	57
3.5 Resultados de la investigación.....	58
3.5.1 Resultados descriptivos.....	58
3.5.2 Resultados inferenciales .....	59
3.6 Discusión de resultados.....	60

## **CAPÍTULO III**

### **CONCLUSIONES, RECOMENDACIONES Y REFLEXIONES**

4.1 Conclusiones .....	64
4.2 Recomendaciones .....	64
4.3 Reflexiones.....	65
<b>REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.....</b>	<b>67</b>

## Índice de tablas

<b>Tabla 1</b> <i>Tipos de emociones identificadas</i> .....	25
<b>Tabla 2</b> <i>Tipos de emociones identificadas</i> .....	37
<b>Tabla 3</b> <i>Características esenciales de cada tipo de emoción</i> .....	42
<b>Tabla 4</b> <i>Comparaciones entre teorías emocionales</i> .....	52
<b>Tabla 5</b> <i>Niveles de emociones antes y después</i> .....	58
<b>Tabla 6</b> <i>Motivación escolar en el desarrollo de emociones</i> .....	59

## Índice de figuras

<b>Figura 1</b> <i>Dimensiones epistemológica de la motivación</i> .....	20
<b>Figura 2</b> <i>Dinámica de la motivación escolar entre los actores</i> .....	27
<b>Figura 3</b> <i>Prácticas pedagógicas motivadoras</i> .....	31
<b>Figura 4</b> <i>Prácticas pedagógicas motivadoras</i> .....	31
<b>Figura 5</b> <i>Elementos de la educación emocional</i> .....	45

## SINOPSIS

La motivación desempeña un papel fundamental en el desarrollo de las emociones, influyendo en el compromiso de los estudiantes al realizar sus actividades académicas; en ese sentido, una motivación positiva fortalece la autoestima y la conexión emocional con el aprendizaje y rendimiento académico. El objetivo del estudio fue demostrar la influencia de la motivación escolar en el desarrollo de las emociones de los estudiantes, planteado desde una investigación cuantitativa aplicada con un diseño pre experimental contando con solo una muestra. Los resultados revelaron que después de recibir apoyo y motivación por parte de los docentes, en el pre test, se mostró niveles ligeramente altos de emociones positivas (57.1%), mientras que el post test, se registra una mejora notable de emociones positivas altas (92.9%), esto indicó una mejora significativa en las emociones positivas en comparación con el pretest. Por otro lado, se ha obtenido que la motivación escolar influye significativamente en las emociones. En conclusión, se demostró que la motivación escolar ejerce una influencia positiva en las emociones, lo que destaca la importancia de la motivación en el ámbito educativo. Se recomienda implementar estrategias de motivación en el entorno educativo, los que deben incluir programas de mentoría, reconocimiento de logros y capacitación docente para fomentar la conexión emocional con el aprendizaje.

**Palabras clave:** aprendizaje, desarrollo emocional, educación, motivación escolar, rendimiento académico.

## ABSTRACT

Motivation plays a fundamental role in the development of emotions, influencing students' engagement in their academic activities. In this sense, positive motivation strengthens self-esteem and emotional connection to learning and academic performance. The objective of the study was to demonstrate the influence of school motivation on the development of students' emotions, approached through applied quantitative research with a pre-experimental design involving only one sample. The results revealed that, after receiving support and motivation from teachers in the pre-test, there were slightly high levels of positive emotions (57.1%). In contrast, the post-test showed a notable improvement in high positive emotions (92.9%), indicating a significant enhancement in positive emotions compared to the pre-test. Additionally, it was found that school motivation significantly influences emotions. In conclusion, it was demonstrated that school motivation exerts a positive influence on emotions, emphasizing the importance of motivation in the educational context. It is recommended to implement motivational strategies in the educational environment, including mentoring programs, recognition of achievements, and teacher training to foster an emotional connection to learning.

**Keywords:** learning, emotional development, education, school motivation, academic performance.

## PRÓLOGO

En el transcurso de la historia, la humanidad ha enfrentado innumerables desafíos, y uno de los más sorprendentes de nuestra era es, sin lugar a duda, la pandemia de Covid-19 que asoló el mundo entero. Durante estos tiempos de incertidumbre y dificultades sin precedentes, el espíritu humano demostró una vez más su capacidad de resiliencia y adaptación. En medio de esta tormenta global, los educadores, esos héroes silenciosos que guían el camino de las generaciones futuras, se encontraron frente a una tarea gigantesca: inspirar a los estudiantes a continuar su educación y alcanzar altos logros académicos, a pesar de las adversidades que la pandemia les presentaba.

Se presenta ante ustedes, es el testimonio resultado de un esfuerzo titánico llevado a cabo en las zonas urbano-marginales de Perú. En medio de la tormenta de la Covid-19, un grupo de valientes docentes de Educación Básica Regular se embarcó en una misión apasionante y transformadora. El objetivo general tuvo la finalidad demostrar la influencia de la motivación escolar en el desarrollo de las emociones de los estudiantes, de educación primaria en un contexto de estudiantes con recursos económicos limitados y desafíos considerables.

Con dedicación y amor por la educación, los estudios trascienden fronteras y nos recuerda que la enseñanza va más allá de las aulas. Nos muestra cómo la motivación escolar es un faro de esperanza en medio de la tormenta, un faro que puede iluminar los corazones de los estudiantes de mentes de aquellos que enfrentan desventajas económicas y sociales.

Se demuestra con claridad y evidencia empírica que la motivación escolar no solo es un concepto abstracto, sino una fuerza concreta capaz de transformar vidas. En particular, en los contextos desfavorecidos, la influencia positiva de la motivación en las emociones de niños y niñas es palpable. Esta influencia no solo nutre el espíritu de los estudiantes, sino que también se traduce en un mayor logro de las competencias curriculares, allanando el camino hacia un futuro lleno de posibilidades y esperanza.

En este sentido, el trabajo nos recuerda la importancia vital de la motivación en el ámbito educativo, especialmente en contextos desfavorecidos. Los resultados de este estudio nos alientan a seguir apoyando a nuestros educadores, a reconocer el valor de su labor incansable y a buscar formas innovadoras de motivar a nuestros estudiantes, sin importar las dificultades que puedan enfrentar.

Querido lector, al sumergirse en las páginas que siguen, les invitamos a un viaje de descubrimiento. Un viaje que muestra cómo la pasión, el compromiso y la motivación pueden abrir puertas y cambiar destinos. Aquí encontrarán no solo un estudio, sino una historia de esperanza, resiliencia y transformación en las aulas de Perú. Es un testimonio de que, incluso en los momentos más desafiantes, la educación y la motivación pueden ser faros que iluminan el camino hacia un futuro mejor.

## INTRODUCCIÓN

La motivación escolar es una piedra angular en el proceso de aprendizaje de los estudiantes, especialmente en las zonas rurales donde los recursos económicos escasean y los desafíos educativos se multiplican (Valle et al., 2015). Durante la pandemia del COVID-19, el distanciamiento físico y la transición al aprendizaje remoto han creado barreras significativas en la relación entre maestros y estudiantes. Esta desconexión emocional ha resultado en una disminución en la motivación intrínseca de los estudiantes hacia sus actividades académicas. La falta de interacción directa y personalizada con los maestros ha llevado a que los estudiantes se sientan menos identificados, apoyados y satisfechos con su proceso educativo.

La ausencia de esta conexión emocional es particularmente problemática, ya que la motivación intrínseca, alimentada por el interés y la satisfacción personal, es fundamental para el compromiso y el éxito académico a largo plazo. Sin un vínculo emocional sólido entre maestros y estudiantes, los niños pueden experimentar una falta de dirección, inspiración y apoyo, lo que afecta negativamente su rendimiento académico y su bienestar emocional.

En consecuencia, la investigación abordó la motivación escolar y su influencia en las emociones de los estudiantes de primaria de una institución educativa de Chíncha Baja (Ica - Perú). En un momento tan desafiante como la pandemia, donde las interacciones sociales se vieron restringidas y los niños enfrentaron cambios significativos en su rutina, la motivación y las emociones se volvieron aún más cruciales para su desarrollo académico y emocional.

Los estudios explican la importancia de la motivación durante el proceso enseñanza aprendizaje, Rodríguez-Camejo (2019) aplicó el AIRE (Instrumento Adaptativo para la Regulación de las Emociones) en estudiantes de educación primaria y superior, explicando que: la motivación es un proceso activo y dinámico que mantiene a alguien en una tarea para lograr sus objetivos. Por lo tanto, no solo se requieren habilidades reguladas y conocimientos específicos en un campo, sino también una disposición y motivación para lograr los objetivos

del alumnado. Asimismo, sus resultados indican que existe cierta regulación de las emociones a través de la motivación. Es así que, como explica Maslow (1991) la motivación es constante, inacabable, fluctuante y compleja y casi siempre está presente en la práctica y en cualquier situación del cuerpo.

Núñez (2009) señala que existen distintos tipos de motivación, entre ellos la motivación biológica o primaria, la motivación cognitiva y la motivación social. Esta variedad de motivaciones se manifiesta en el contexto escolar, donde las relaciones con los profesores, los compañeros y los padres juegan un papel crucial en el impulso de los estudiantes dentro de las escuelas. Diferentes enfoques teóricos nos permiten comprender este fenómeno motivacional, abordando cuestiones complejas como la siguiente: una persona puede poseer conocimientos y habilidades adecuadas, pero si carece de suficiente motivación, es poco probable que tenga éxito. De igual manera, una alta motivación puede no ser suficiente si faltan habilidades y conocimientos pertinentes, lo que obstaculizará el éxito en el ámbito educativo.

La importancia de la motivación escolar de acuerdo a Bolarin Martinez et al. (2015), el ambiente en el aula y el rol del docente juegan un papel fundamental como agentes motivadores. Cuando el profesor tiene la habilidad de diseñar, estructurar y presentar tareas que van más allá de las metodologías tradicionales, optando por enfoques que promueven ambientes dinámicos mediante actividades colaborativas en un clima de confianza, se convierte en un factor crucial para estimular el interés, involucrar a los estudiantes y cultivar el entusiasmo por la materia. Esta práctica no solo contribuye a elevar la calidad académica, sino que también nutre un vínculo más profundo entre los estudiantes y el aprendizaje. Sin embargo, no son los únicos factores que mejoran los aprendizajes, también hay otros factores que intervienen, como el familiar, social o algunos síndromes que pueden estar presente en los estudiantes.

Es necesario tener profesionales que acompañen a los docentes y estudiantes para identificar variables que pueden interferir el aprendizaje de los estudiantes. El libro de investigación se estructura en tres capítulos, abordando por el Capítulo

I la motivación y emociones escolares, en el Capítulo II la influencia de las motivaciones en las emociones, y finalmente el Capítulo III las conclusiones, recomendaciones y reflexiones. En el libro se propone arrojar luz sobre la importancia de la motivación escolar y su impacto en las emociones de los estudiantes, así como, en la mejora de los aprendizajes, ofreciendo valiosas perspectivas para el ámbito educativo en momentos tan desafiantes como los que vivimos.

# CAPÍTULO I

---

## MOTIVACIÓN Y EMOCIÓN ESCOLAR

### 1.1 Análisis epistemológico de la motivación

De acuerdo con Llanos Cifuentes (2009), el estudio contemporáneo de la motivación abarca cuatro dimensiones fundamentales: fisiológica, individual, social y filosófica. En primer lugar, la dimensión fisiológica se centra en los aspectos biológicos y neuroquímicos que influyen en la motivación, como los impulsos cerebrales y las respuestas hormonales que regulan el comportamiento motivado. Esta dimensión nos proporciona una comprensión profunda de cómo los procesos físicos dentro del cuerpo humano pueden afectar la motivación y el comportamiento.

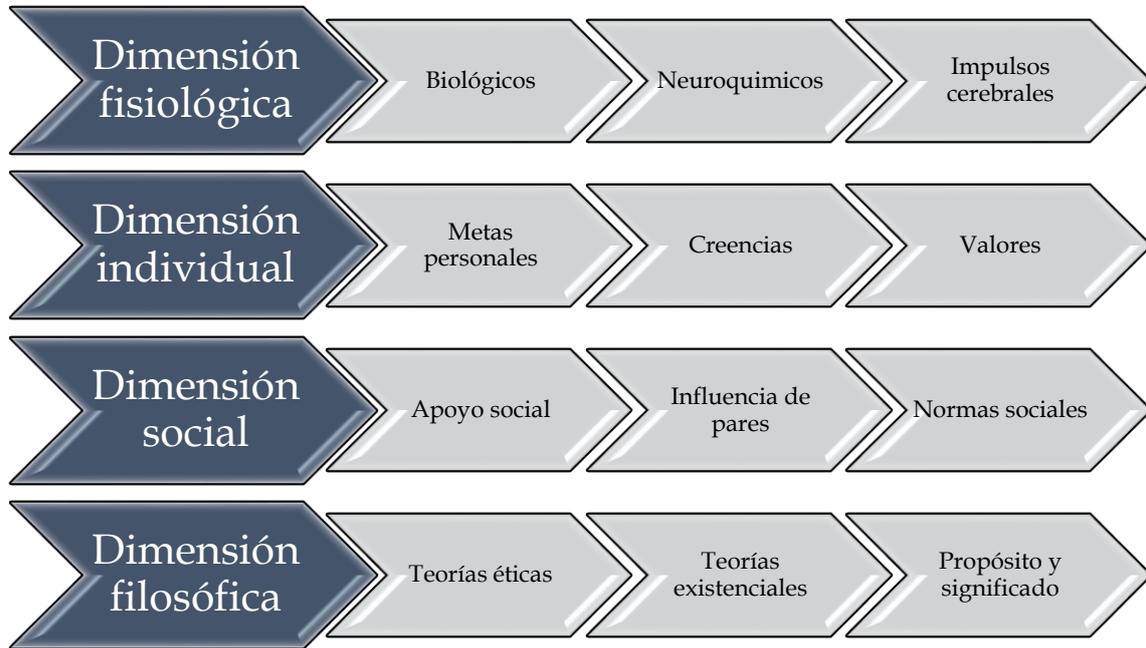
La dimensión individual, por otro lado, se enfoca en las características personales y psicológicas de cada individuo que influyen en su motivación. Esto incluye factores como las metas personales, las creencias, los valores y las expectativas de éxito. Comprender esta dimensión nos permite reconocer que la motivación es altamente individualizada y que lo que puede motivar a una persona puede no ser efectivo para otra.

La dimensión social se refiere a cómo el entorno social y las interacciones con otras personas influyen en la motivación de un individuo. Esto incluye el apoyo social, la influencia de los pares, las expectativas culturales y las normas sociales. La motivación puede ser moldeada significativamente por la dinámica social, ya sea a través del estímulo y la inspiración proporcionados por otros o por la presión social para cumplir con ciertas expectativas.

Por último, la dimensión filosófica, aunque no científica en su naturaleza, se incorpora con fines referenciales para el estudio de la motivación. Esta dimensión incluye las perspectivas filosóficas sobre la motivación, como las teorías éticas y existenciales que exploran cuestiones más profundas sobre el propósito y el significado en la vida humana. Aunque puede no ser objeto de estudio científico en sí misma, la dimensión filosófica puede proporcionar insights valiosos sobre los fundamentos y la naturaleza de la motivación humana desde una perspectiva más amplia y reflexiva.

**Figura 1**

*Dimensiones epistemológica de la motivación*



*Nota.* Cada sub elemento por dimensión representa una característica esencial.

## 1.2 Teorías motivacionales

### 1.2.1 La motivación y necesidades

La teoría de Maslow (1991) proporciona un marco útil para comprender las diversas motivaciones que impulsan el aprendizaje de los estudiantes. Al examinar las diferentes necesidades que Maslow identificó en su jerarquía de necesidades humanas, podemos entender cómo estas influyen el comportamiento y la motivación de los estudiantes en el contexto educativo.

Las necesidades fisiológicas, como el acceso a una alimentación adecuada y un ambiente de estudio seguro, son fundamentales para el bienestar físico de los estudiantes. Un estudiante que carece de estas necesidades básicas probablemente tendrá dificultades para concentrarse y aprender de manera efectiva. La falta de acceso a alimentos nutritivos o un entorno seguro puede distraer al estudiante y obstaculizar su capacidad para participar activamente en el proceso de aprendizaje.

Las necesidades de seguridad también son cruciales en el entorno educativo. Un estudiante que se siente amenazado, intimidado o discriminado en el aula puede experimentar ansiedad y estrés, lo que afecta negativamente su motivación y participación en las actividades académicas. Es importante crear un ambiente de aprendizaje inclusivo y seguro donde todos los estudiantes se sientan protegidos y valorados.

Las necesidades sociales, como la sensación de pertenencia y la calidad de las relaciones con compañeros y profesores, juegan un papel significativo en la motivación de los estudiantes. Los estudiantes que se sienten parte de una comunidad de aprendizaje y tienen relaciones positivas con sus pares y educadores tienden a estar más motivados para participar activamente en el aprendizaje y colaborar con otros.

Las necesidades de estima, que incluyen el reconocimiento de los logros y el respeto como individuo, también influyen en la motivación de los estudiantes. Cuando los estudiantes sienten que sus esfuerzos son valorados y que son respetados como personas, están más inclinados a desafiarse a sí mismos y a esforzarse por alcanzar su máximo potencial académico y personal.

Finalmente, la autorrealización, el pináculo de la jerarquía de Maslow, representa el impulso de los individuos hacia el crecimiento personal y la realización de su potencial. Los estudiantes que tienen una pasión por ciertos temas o áreas de estudio están más motivados para explorar esos intereses en profundidad y desarrollar su pensamiento crítico y habilidades creativas. Al alinear el currículo con los intereses y pasiones de los estudiantes, los educadores pueden fomentar un mayor compromiso y motivación intrínseca en el proceso de aprendizaje. En resumen, al considerar las diferentes necesidades de los estudiantes según la teoría de Maslow, los educadores pueden adaptar sus enfoques pedagógicos para satisfacer estas necesidades y promover una mayor motivación y compromiso con el aprendizaje.

### 1.2.2 La motivación y determinación

La Teoría de la Autodeterminación, concebida por Deci y Ryan (2000), representa un enfoque integral hacia la comprensión de la motivación humana, centrándose en las necesidades psicológicas fundamentales que impulsan el comportamiento. Esta teoría postula que las personas poseen tres necesidades innatas que deben ser satisfechas para experimentar un crecimiento personal significativo y una motivación intrínseca duradera.

La teoría identifica la necesidad de competencia como una de las piedras angulares de la motivación humana. La sensación de competencia surge cuando las personas se sienten capaces y eficaces en la realización de tareas y desafíos relevantes para ellas. Cuando las personas tienen la oportunidad de demostrar y mejorar sus habilidades, experimentan un sentido de logro y autoeficacia que impulsa su motivación intrínseca y promueve un mayor compromiso con las actividades.

La segunda necesidad fundamental según la Teoría de la Autodeterminación es la autonomía. La autonomía se refiere a la capacidad de las personas para actuar de acuerdo con sus propias elecciones, valores y preferencias, en lugar de verse controladas o dirigidas por influencias externas. Cuando las personas tienen la libertad de tomar decisiones significativas y sentir que tienen control sobre sus acciones, experimentan un mayor sentido de responsabilidad y compromiso con sus metas, lo que fortalece su motivación intrínseca.

Por último, la teoría destaca la importancia de la relación social y la conexión interpersonal en la satisfacción de la necesidad de pertenencia. Esta necesidad se refiere al deseo humano de sentirse conectado, valorado y aceptado por otros individuos en su entorno social. Cuando las personas experimentan relaciones interpersonales positivas y de apoyo, se sienten validadas y comprendidas, lo que contribuye significativamente a su bienestar emocional y motivación intrínseca.

En resumen, la Teoría de la Autodeterminación enfatiza la importancia de satisfacer las necesidades de competencia, autonomía y pertenencia para

fomentar la motivación intrínseca y el bienestar psicológico de las personas. Al comprender y apoyar estas necesidades fundamentales, los educadores, líderes y profesionales pueden crear entornos que promuevan un mayor compromiso, creatividad y satisfacción en las personas que buscan alcanzar sus metas y aspiraciones.

### 1.2.3 Expectativa y valor

La Teoría de la Expectativa-Valor, elaborada por Atkinson (1957, 1964), es una perspectiva motivacional que se basa en dos elementos fundamentales: expectativa y valor. La expectativa se refiere a la percepción subjetiva que una persona tiene sobre la probabilidad de alcanzar el éxito en una tarea o situación específica. Por otro lado, el valor representa la importancia que la persona asigna al resultado de dicha tarea o situación. Según esta teoría, la tendencia a actuar (TA) o la motivación para realizar una acción particular está determinada por la multiplicación de la expectativa (E) y el valor (V) del resultado:  $TA = E \times V$ .

En términos prácticos, esto implica que, si una persona posee una alta expectativa de éxito y otorga un alto valor al resultado, estará altamente motivada para llevar a cabo la acción. Por el contrario, si la persona tiene una baja expectativa de éxito o valora poco el resultado, su motivación para actuar será menor. Además, la teoría de Atkinson incorpora otros dos conceptos significativos: el motivo de logro (M), que refleja la necesidad individual de tener éxito y evitar el fracaso, y la tendencia al éxito (Te), que indica la preferencia por situaciones en las que la probabilidad de éxito es moderada.

Esta teoría ha sido aplicada para comprender una amplia gama de comportamientos, desde la elección de tareas hasta el esfuerzo y la persistencia en la consecución de metas. Por ejemplo, las personas tienden a seleccionar tareas que perciben como desafiantes pero alcanzables, y se esfuerzan y persisten más en aquellas en las que tienen una alta probabilidad de éxito y que consideran significativas.

En contextos educativos, laborales y personales, la Teoría de la Expectativa-Valor puede ser una herramienta valiosa para aumentar la motivación y mejorar el

rendimiento. Por ejemplo, los profesores pueden diseñar tareas que sean desafiantes pero factibles para los estudiantes, y proporcionarles retroalimentación positiva para fortalecer su motivación intrínseca. De manera similar, los gerentes pueden establecer metas claras y alcanzables para sus empleados, y reconocer y recompensar sus logros para mantener altos niveles de motivación y productividad en el trabajo. A nivel personal, podemos utilizar esta teoría estableciendo metas realistas, dividiendo tareas complejas en pasos más manejables y celebrando nuestros éxitos para mantenernos motivados y comprometidos con nuestros objetivos. En resumen, la Teoría de la Expectativa-Valor ofrece un marco útil para comprender y fomentar la motivación humana en diversas áreas de la vida.

#### 1.2.4 Metas de logro

La Teoría de las Metas de Logro, desarrollada por destacados autores como Nicholls, Ames y Dweck citado en Cuevas-Campos et al. (2013), postula que el comportamiento de las personas en entornos de logro, ya sea en el ámbito académico, deportivo o social, está moldeado por las metas que establecen para sí mismas. Estas metas no se limitan simplemente a los resultados deseados, sino que también abarcan las razones subyacentes que impulsan su búsqueda.

Dentro de esta teoría, se identifican dos tipos principales de metas: la orientación a la tarea y la orientación al ego. La orientación a la tarea se centra en el proceso de aprendizaje, la mejora de habilidades y la comprensión de conceptos. Aquellos que adoptan esta orientación están motivados intrínsecamente por el desafío y la satisfacción de dominar una tarea. En contraste, la orientación al ego se enfoca en la comparación social, la demostración de habilidades y la superación de otros. Las personas con esta orientación buscan motivación extrínseca a través de recompensas, reconocimiento o el deseo de evitar el fracaso.

El clima motivacional en el entorno de logro desempeña un papel crucial en la determinación de la orientación de las metas. Un clima que promueve el aprendizaje, la colaboración y la autoevaluación tiende a fomentar la orientación

a la tarea. Por otro lado, un clima que resalta la competencia, la comparación social y la evaluación externa puede inclinar a las personas hacia una orientación al ego.

Las implicaciones de la Teoría de las Metas de Logro son diversas y significativas en ámbitos como la educación, el deporte y otros contextos sociales. Por ejemplo, la importancia de establecer metas claras y desafiantes que se ajusten a las habilidades individuales puede potenciar la motivación y el rendimiento. Asimismo, fomentar una cultura que valore el aprendizaje y el esfuerzo por encima de los resultados puros puede nutrir una motivación intrínseca y un mayor disfrute de la actividad. Finalmente, la creación de un clima motivacional positivo, que promueva la colaboración, la autoevaluación y el feedback constructivo, puede ayudar a los individuos a desarrollar una orientación a la tarea y cultivar un ambiente propicio para el crecimiento y la mejora continua.

**Tabla 1**

*Tipos de emociones identificadas*

Aspecto Teórico	Teoría de Maslow	Teoría de la Autodeterminación	Teoría de la Expectativa-Valor	Teoría de las Metas de Logro
Fundador(es)	Abraham Maslow	Edward L. Deci y Richard M. Ryan	John W. Atkinson	Bernard Weiner, Carol S. Dweck, Nicholls y Ames
<b>Enfoque Principal</b>	Proporciona un marco para comprender las motivaciones basadas en las necesidades humanas	Se centra en la satisfacción de las necesidades psicológicas básicas para fomentar la motivación intrínseca	Explora cómo la expectativa de éxito y el valor de un resultado influyen en la motivación	Analiza cómo las metas influyen en el comportamiento y el rendimiento en entornos de logro
<b>Principales Necesidades /Motivaciones</b>	Fisiológicas, seguridad, sociales, estima, autorrealización	Competencia, autonomía, pertenencia	Expectativa de éxito y valor del resultado	Orientación a la tarea vs. orientación al ego
<b>Implicaciones Educativas</b>	Adaptar el currículo y el ambiente educativo para satisfacer las necesidades de los estudiantes	Fomentar la autonomía, la competencia y la conexión social en entornos educativos	Diseñar tareas desafiantes y valorar los logros para aumentar la motivación intrínseca	Establecer metas claras y fomentar una cultura de aprendizaje y esfuerzo en lugar de resultados puros

<p><b>Aplicaciones Prácticas</b></p>	<p>Crear un ambiente seguro e inclusivo, valorar los esfuerzos individuales, alinear el currículo con los intereses de los estudiantes</p>	<p>Proporcionar oportunidades para la toma de decisiones y el control, fomentar el aprendizaje activo y colaborativo</p>	<p>Diseñar tareas desafiantes pero alcanzables, ofrecer retroalimentación positiva, establecer metas realistas</p>	<p>Fomentar la orientación a la tarea, establecer un clima motivacional positivo, valorar el esfuerzo y la mejora continua</p>
--------------------------------------	--	--	--	--

Las teorías fundamentales de la motivación, destacando sus enfoques distintivos y sus implicaciones educativas. Mientras que la Teoría de Maslow se centra en las necesidades humanas jerárquicas, la Teoría de la Autodeterminación resalta la importancia de satisfacer las necesidades psicológicas básicas para fomentar la motivación intrínseca. Por otro lado, la Teoría de la Expectativa-Valor se enfoca en cómo la expectativa de éxito y el valor atribuido a un resultado influyen en la motivación, mientras que la Teoría de las Metas de Logro analiza cómo las metas impactan el comportamiento y el rendimiento en entornos de logro. Estas teorías ofrecen diferentes perspectivas sobre lo que motiva a las personas y cómo se puede aplicar esta comprensión en entornos educativos para promover el aprendizaje efectivo y el desarrollo personal.

### 1.3 Dinámica de la motivación escolar

La interacción entre el profesor y el estudiante abarca un conjunto de acciones y actividades destinadas a mantener al estudiante entusiasmado y comprometido con todas las tareas académicas relacionadas con la asignatura. Esta noción, tal como la describe Ospina Rodríguez (2006), quien enfatiza la importancia de cómo estas interacciones influyen en la facilidad o dificultad del proceso de aprendizaje. Las relaciones entre los estudiantes y sus maestros no solo se limitan a la transmisión de conocimientos, sino que también influyen en el desarrollo emocional y motivacional del estudiante. La forma en que el maestro se relaciona con los estudiantes puede tener un impacto significativo en su disposición para participar activamente en el proceso de aprendizaje y para enfrentar los desafíos académicos con confianza y entusiasmo.

Además, es fundamental que el maestro respalde la motivación intrínseca del estudiante debido a su importancia en el proceso educativo. La motivación intrínseca se refiere al impulso interno y personal que surge del interés genuino y la satisfacción derivada de la actividad en sí misma. Cuando un estudiante está intrínsecamente motivado, no solo se compromete más con las tareas académicas, sino que también experimenta un mayor disfrute y un sentido de logro al completarlas. El maestro desempeña un papel crucial en el fomento de esta motivación intrínseca al crear un entorno de aprendizaje estimulante, ofrecer oportunidades para la autonomía y la autorregulación, y reconocer y valorar los esfuerzos y logros individuales de los estudiantes. Al cultivar la motivación intrínseca, el maestro no solo promueve un compromiso más profundo con el aprendizaje, sino que también ayuda a desarrollar habilidades y actitudes que son fundamentales para el éxito a largo plazo en el ámbito educativo y más allá (Valenzuela et al., 2015).

**Figura 2**

*Dinámica de la motivación escolar entre los actores*



### 1.3 Clima motivacional en el aula

El clima motivacional en el aula es un elemento crucial que influye significativamente en la motivación y el rendimiento académico de los estudiantes. Se define como el conjunto de características del entorno educativo que afectan la actitud y la disposición de los alumnos hacia el aprendizaje (López-Hernández & Fernández-Espínola, 2019). Factores como las expectativas del profesor, las normas de la clase, las interacciones entre los alumnos y los métodos de evaluación empleados son determinantes en la configuración de este clima.

Existen dos tipos principales de clima motivacional: orientado a la tarea y orientado al ego. El clima orientado a la tarea se caracteriza por un enfoque en el aprendizaje y la comprensión, altas expectativas realistas, retroalimentación constructiva y oportunidades para el aprendizaje colaborativo. En contraste, el clima orientado al ego se centra en la comparación social y la competencia, con expectativas a menudo poco realistas, retroalimentación comparativa y un énfasis en las calificaciones sobre el proceso de aprendizaje.

El impacto del clima motivacional en los estudiantes es profundo. Un clima positivo puede aumentar la motivación intrínseca, mejorar la comprensión y el rendimiento académico, reducir la ansiedad y el estrés, y fomentar la autoestima y la confianza. Estos beneficios subrayan la importancia de crear y mantener un ambiente motivacional saludable en el aula.

Para fomentar un clima motivacional positivo, los profesores pueden adoptar varias estrategias. Establecer expectativas claras y realistas, proporcionar retroalimentación específica y constructiva, ofrecer oportunidades para la colaboración, promover un ambiente de respeto y confianza, y celebrar los logros de los estudiantes son prácticas clave. Al implementar estas estrategias, los educadores pueden crear un entorno de aprendizaje que no solo mejore el rendimiento académico, sino que también contribuya al desarrollo integral de los estudiantes.

Las prácticas pedagógicas motivadoras son un conjunto de estrategias didácticas diseñadas para incrementar la motivación de los estudiantes en el aula. Estas prácticas se fundamentan en principios psicológicos que buscan estimular el interés, la participación activa y el compromiso de los alumnos en su proceso educativo. Su objetivo es crear un entorno de aprendizaje donde los estudiantes se sientan inspirados y motivados para aprender y superarse continuamente.

Estas estrategias se caracterizan por ser pertinentes y resonar con los intereses y necesidades individuales de cada estudiante. Ofrecen desafíos que se ajustan al nivel de cada uno, promueven la autonomía y la autodeterminación, fomentan la interacción y colaboración entre compañeros, utilizan una variedad de recursos y actividades, y brindan retroalimentación que es a la vez positiva y constructiva.

Entre los ejemplos más destacados de prácticas pedagógicas motivadoras se encuentran el aprendizaje basado en proyectos, la gamificación, el aprendizaje basado en problemas, la enseñanza personalizada y el aprendizaje cooperativo. Cada una de estas estrategias tiene un enfoque particular, pero comparten el objetivo común de hacer que el aprendizaje sea más atractivo y efectivo.

El impacto de estas prácticas pedagógicas motivadoras es amplio y significativo. Se observa un aumento en la motivación y el interés de los estudiantes, lo cual se traduce en una mayor participación y esfuerzo en su aprendizaje. Además, favorecen una comprensión más profunda, mejoran la retención de información y potencian el desarrollo de habilidades críticas. Como resultado, se observa una mejora en el rendimiento académico y se crea un clima en el aula más positivo, inclusivo y colaborativo.

En resumen, las prácticas pedagógicas motivadoras no solo enriquecen la experiencia educativa de los estudiantes, sino que también contribuyen al desarrollo de un entorno de aprendizaje dinámico y estimulante, donde los alumnos se sienten valorados, comprendidos y motivados a alcanzar su máximo potencial.

El propósito del ambiente motivacional en las aulas es establecer un espacio que estimule a los alumnos, fomente su motivación intrínseca y los anime a involucrarse de lleno en su educación. Un entorno educativo positivo puede influir significativamente en la percepción y el entusiasmo de los estudiantes por el aprendizaje. La aspiración de alcanzar una educación de calidad que promueva el aprendizaje significativo es compartida tanto por instituciones educativas públicas como privadas, aunque actualmente no se puede garantizar su universalidad.

Según investigaciones de Palacios-González et al. (2020), Castro et al. (2009) y Duque et al. (2013), las estrategias pedagógicas que motivan se definen como aquellas que cultivan un ambiente educativo donde se alienta a los estudiantes a participar de manera activa, se promueve el desarrollo de sus habilidades y se despierta su interés por aprender. Estas metodologías están centradas en el alumno, considerando sus necesidades, preferencias en el aprendizaje y sus intereses, y se esfuerzan por vincular el contenido educativo con su entorno cotidiano. Se subraya la relevancia de la motivación que nace del propio interés y satisfacción del estudiante al superar desafíos o alcanzar objetivos. En este marco, se reconoce la función crucial del educador como un facilitador y orientador en el proceso educativo, quien debe implementar diversas estrategias de enseñanza adaptadas al contexto, cultivar un clima de respeto, confianza y cooperación, y ofrecer retroalimentación continua.

**Figura 3**

*Prácticas pedagógicas motivadoras*





### Características de escuelas con clima social **positivo**

- ✓ Conocimiento continuo, académico y social
- ✓ Respeto
- ✓ Confianza
- ✓ Moral alta
- ✓ Cohesión
- ✓ Renovación



- ✓ Comunicación respetuosa
- ✓ Reconocimiento y valoración
- ✓ Cuidado
- ✓ Ambiente físico apropiado

FUENTE: Estudio realizados por Howard y colaboradores (1987, cit. en Arón y Milicic, 1999, p.32),  
Diplomado en Educación Socio-emocional para la convivencia escolar - I Ciclo

*Nota.* Recuperado de *Cultura escolar, clima de aula y bienestar socio-emocional* (Ccesa Rayme, 2015).

**Figura 4**

*Prácticas pedagógicas motivadoras*





### Características de escuelas con clima social **negativo**

- ✗ Desvía la atención de los docentes y directivos
- ✗ Disminuye el compromiso de éstos con la escuela y las ganas de trabajar
- ✗ Genera desesperanza en cuanto a lo que puede ser logrado



- ✗ Apatía por la escuela, temor al castigo
- ✗ Estrés, irritación, desgano, depresión, falta de interés

✗ Impide una visión de futuro de la escuela

Diplomado en Educación Socio-emocional para la convivencia escolar - I Ciclo

*Nota.* Recuperado de *Cultura escolar, clima de aula y bienestar socio-emocional* (Ccesa Rayme, 2015).

#### 1.4 Importancia del docente en la motivación escolar

Palacios-González et al. (2020) y Duque, et al. (2013) refieren, un maestro motivador radica en su capacidad para crear un ambiente en el salón de clases que inspire y fomente la motivación de los estudiantes. Un maestro motivador puede tener un impacto positivo en el compromiso, el desempeño y el desarrollo personal de los estudiantes. El maestro crea un ambiente educativo en el que los estudiantes se sienten motivados, confiados y dispuestos a participar activamente en su aprendizaje al establecer expectativas claras, brindar apoyo emocional, destacar la relevancia de los contenidos, dar feedback constructivo y promover la autonomía.

La motivación del maestro es más importante que la del alumno. Debido a que el maestro provoca sentimientos y dinámicas. Un maestro motivado es un componente esencial de las normas de enseñanza.

Los maestros que sonríen pueden hacer que sus alumnos sonrían. Un maestro apasionado tiene más probabilidades de tener estudiantes apasionados. Y, todo lo contrario: un maestro aburrido o descontento con su trabajo. Es poco probable que inspire algo beneficioso en sus estudiantes.

Las probabilidades de que en un aula se sienta la felicidad se aumenta con un maestro motivado y con un maestro sin motivación convertirá su sala de clases en un lugar desagradable.

#### 1.5 Intervenciones para mejorar la motivación

Las intervenciones para la mejora de la motivación constituyen estrategias diseñadas para potenciar el impulso y el compromiso de los individuos en diversos entornos, tales como el educativo, laboral o deportivo. Según diversos autores, estas estrategias se fundamentan en distintas teorías psicológicas sobre la motivación, buscando estimular el crecimiento y el logro personal (García Bacete y Doménech Betoret, 1997)

Entre los diversos tipos de intervenciones para la mejora de la motivación, se destacan varios enfoques efectivos. En primer lugar, el establecimiento de metas

claras, desafiantes y alcanzables se ha revelado como una estrategia eficaz para impulsar la motivación, brindando un sentido de dirección y logro. Además, el refuerzo positivo, mediante el ofrecimiento de feedback alentador y recompensas por los logros alcanzados, fortalece la motivación intrínseca y alimenta la autoestima de los individuos (Fernandes & Silveira, 2012; Henao López & García Vesga, 2012).

El desarrollo de la autoeficacia, que implica ayudar a las personas a construir confianza en sus propias habilidades y capacidades, juega un papel crucial en el fomento de la motivación para afrontar desafíos. Del mismo modo, el fomento de la autonomía, al brindar a las personas la oportunidad de tomar decisiones y tener control sobre su propio aprendizaje o trabajo, puede incrementar su motivación intrínseca y su compromiso con las tareas (Maslow, 1991; Valenzuela et al., 2015).

Crear un clima positivo y de apoyo es otra intervención clave para impulsar la motivación de los individuos. Un ambiente que promueva la colaboración, el respeto y la confianza puede cultivar una mayor disposición para participar y comprometerse con las metas establecidas (González Cabanach et al., 1996).

En cuanto a los ejemplos prácticos de intervenciones para la mejora de la motivación, las tutorías individualizadas ofrecen un apoyo personalizado a los estudiantes, ayudándolos a superar obstáculos y alcanzar sus objetivos académicos. Los programas de desarrollo de habilidades capacitan a las personas en competencias específicas, fortaleciendo su confianza y motivación. Asimismo, las actividades de construcción de equipos fomentan el espíritu de colaboración y camaradería, creando un entorno propicio para el crecimiento y el aprendizaje conjunto. La implementación de programas de incentivos, que reconozcan y recompensen los esfuerzos y logros de los individuos, también puede ser una herramienta poderosa para estimular la motivación y el compromiso (Bañuelos Márquez, 1993)

En términos de impacto, las intervenciones para la mejora de la motivación pueden tener efectos positivos significativos en varios aspectos. Además de

mejorar el rendimiento, aumentando la productividad y la calidad del trabajo, estas intervenciones también pueden incrementar la satisfacción personal y el disfrute en las actividades realizadas, así como promover la salud mental al reducir el estrés, la ansiedad y la depresión.

### 1.6 Manifestaciones emocionales en los niños

Las emociones en los niños son como un mundo vibrante por descubrir, un universo en constante movimiento que impulsa su vida desde el momento en que llegan al mundo. Desde el primer llanto de un bebé en busca de atención hasta la alegría contagiosa de un niño que juega despreocupadamente, las emociones son la ventana que nos permite adentrarnos en su mundo interior y comprenderlo mejor (Cepa Serrano et al. 2016).

Estas manifestaciones emocionales en los niños son tan diversas como lo son ellos mismos. Se manifiestan de formas variadas: sonrisas radiantes, lágrimas sinceras, berrinches descontrolados, abrazos reconfortantes, miedos inexplicables, risas contagiosas. Cada niño experimenta y expresa sus emociones de manera única, influenciado por su educación, cultura, experiencias vividas y temperamento individual.

Es esencial comprender que las emociones no son simplemente sentimientos aislados, sino procesos complejos que abarcan diferentes dimensiones. En primer lugar, está la dimensión cognitiva-subjetiva, que se refiere a lo que el niño piensa y siente sobre una situación específica. Luego, la dimensión fisiológica-adaptativa, que engloba los cambios físicos que experimenta el cuerpo del niño en respuesta a sus emociones, como latidos acelerados o sudoración. Por último, la dimensión conductual-expresiva, que se refiere a la forma en que el niño expresa sus emociones, ya sea a través de gestos, palabras o acciones concretas.

La educación emocional desempeña un papel fundamental en el desarrollo integral de los niños. Ayudarlos a identificar, comprender y gestionar sus emociones desde una edad temprana les permite establecer relaciones interpersonales saludables, tomar decisiones responsables, manejar el estrés y la

frustración de manera adecuada, y ser más resilientes ante la adversidad que puedan enfrentar en su vida.

En este proceso de desarrollo emocional, los adultos, ya sean padres, maestros u otros cuidadores, desempeñan un papel crucial como guías y modelos a seguir. Algunas estrategias efectivas para fomentar la inteligencia emocional en los niños incluyen hablar abiertamente sobre las emociones, poner nombre a los diferentes sentimientos que experimentan, validar sus emociones sin juzgarlas, enseñarles estrategias para regular sus emociones de manera saludable y ser un modelo de comportamiento emocional adecuado en su vida diaria.

### 1.7 Tipos de emociones y manifestaciones

Diversas investigaciones han puesto de manifiesto que las emociones no son meras reacciones subjetivas, sino que desempeñan un papel crucial en el desarrollo integral de los niños, influyendo en sus aspectos cognitivos, sociales y físicos desde una edad temprana (Apolinario Romero et al. 2018).

La importancia de las emociones en el desarrollo infantil es innegable. Se ha demostrado que estas influyen en el proceso de aprendizaje y la formación de la memoria, así como en la capacidad de atención y la toma de decisiones de los niños. Además, moldean las relaciones sociales que establecen y tienen un impacto directo en su autoestima y bienestar emocional, lo que a su vez repercute en su salud física y bienestar general.

El desarrollo de las emociones en los niños es un proceso gradual que se extiende a lo largo de la infancia. Durante los primeros años de vida, los niños aprenden a expresar emociones básicas como la alegría, la tristeza, la ira y el miedo. En la etapa preescolar, comienzan a comprender las emociones de los demás y a desarrollar habilidades para regular sus propias emociones. A medida que avanzan en la edad escolar, adquieren la capacidad de empatizar con los demás y comprenden emociones más complejas como la culpa, la vergüenza y el orgullo.

En este proceso de desarrollo emocional, varios factores influyen de manera significativa. La genética juega un papel en la predisposición de algunos niños a experimentar ciertas emociones con mayor intensidad. El temperamento individual de cada niño también influye en la forma en que experimenta y expresa sus emociones. Además, el entorno en el que crecen, incluyendo la familia, la escuela y la comunidad, desempeña un papel crucial en su desarrollo emocional, al proporcionarles experiencias y modelos a seguir.

Los adultos, ya sean padres, educadores u otros cuidadores, tienen un papel fundamental en el apoyo al desarrollo emocional de los niños. Es fundamental crear un ambiente donde los niños se sientan cómodos hablando sobre sus emociones, así como ayudarles a identificar y nombrar sus emociones para comprenderlas mejor. Validar las emociones del niño, incluso las negativas, es importante para fomentar un ambiente de aceptación y comprensión. Además, enseñar estrategias para regular las emociones de manera saludable y modelar un comportamiento emocional adecuado son prácticas clave para promover un desarrollo emocional positivo en los niños.

La inteligencia emocional es una habilidad fundamental para el bienestar personal y el éxito en las relaciones interpersonales. Consiste en la capacidad de identificar, comprender y gestionar nuestras propias emociones, así como las de los demás. Se compone de varios elementos clave que contribuyen a una vida emocionalmente equilibrada y satisfactoria.

En primer lugar, la autoconciencia emocional implica la capacidad de reconocer y comprender nuestras propias emociones. Esto nos permite estar en sintonía con nuestras reacciones emocionales y entender cómo estas afectan nuestras acciones y decisiones. La autorregulación emocional es la habilidad de manejar nuestras emociones de manera saludable, evitando reacciones impulsivas y respondiendo de manera apropiada a las situaciones emocionalmente desafiantes.

La motivación es otro componente esencial de la inteligencia emocional, ya que nos permite enfocarnos en metas significativas y mantener la persistencia a pesar de los obstáculos. La empatía, por otro lado, nos permite comprender y compartir

los sentimientos de los demás, fortaleciendo nuestras relaciones interpersonales y promoviendo la colaboración y el apoyo mutuo.

Finalmente, las habilidades sociales son cruciales para la inteligencia emocional, ya que nos permiten comunicarnos efectivamente, construir relaciones sólidas y resolver conflictos de manera constructiva.

Desarrollar la inteligencia emocional conlleva una serie de beneficios significativos. Mejora la salud mental y física al promover un manejo saludable del estrés y las emociones negativas. Fortalece las relaciones interpersonales al fomentar una comunicación abierta y empática. Además, aumenta el rendimiento académico y laboral al facilitar una mejor gestión de las emociones y una mayor motivación hacia los objetivos.

Para desarrollar la inteligencia emocional, es importante practicar la autoconciencia, prestando atención a nuestras emociones y cómo nos afectan. También es crucial desarrollar estrategias para la autorregulación emocional, aprendiendo a manejar nuestras emociones de manera saludable y constructiva. Fomentar la empatía y las habilidades sociales es igualmente importante, ya que nos permite relacionarnos de manera más efectiva con los demás.

En casos en los que se enfrenten dificultades para manejar las emociones, buscar ayuda profesional de un psicólogo o terapeuta puede ser beneficioso. En resumen, cultivar la inteligencia emocional es un proceso continuo que puede llevar a una vida más plena y satisfactoria.

**Tabla 2**

*Tipos de emociones identificadas*

Emoción	Referencia	Entendimiento
<b>Alegría</b>	Emoción positiva que puede estar asociada con situaciones felices, placenteras o exitosas.	La alegría es una emoción que genera sensaciones de bienestar y felicidad. Puede surgir ante eventos agradables como recibir buenas noticias, lograr metas importantes o disfrutar de momentos gratificantes con seres queridos. La alegría se manifiesta a través de expresiones faciales positivas, como sonreír y reír.
<b>Tristeza</b>	Emoción negativa que surge ante la pérdida, la	La tristeza es una emoción que se caracteriza por sentimientos de pesar, melancolía y desánimo. Surge

	decepción o situaciones desagradables.	en respuesta a eventos dolorosos como la pérdida de un ser querido, la ruptura de una relación o la frustración por no alcanzar una meta importante. La tristeza puede manifestarse físicamente mediante el llanto, la falta de energía y el aislamiento social.
<b>Ira</b>	Emoción asociada con sentimientos de enojo, frustración o irritación.	La ira es una emoción intensa que surge cuando nos sentimos injustamente tratados, frustrados o desafiados. Se caracteriza por una activación fisiológica y cognitiva que puede llevar a comportamientos agresivos o confrontaciones si no se gestiona adecuadamente. La ira puede surgir en respuesta a situaciones percibidas como injustas o amenazantes.
<b>Miedo</b>	Emoción relacionada con la percepción de amenaza o peligro.	El miedo es una emoción primaria que surge como respuesta a situaciones percibidas como peligrosas o amenazantes. Es una respuesta adaptativa que nos ayuda a protegernos del daño físico o emocional. El miedo puede manifestarse de diversas formas, desde un ligero nerviosismo hasta un intenso terror, y desencadenar respuestas fisiológicas como el aumento del ritmo cardíaco, la sudoración y la hipervigilancia.
<b>Culpa</b>	Emoción que surge ante la percepción de haber cometido una falta o haber hecho algo incorrecto.	La culpa es una emoción relacionada con la percepción de haber violado normas morales, éticas o sociales. Surge cuando creemos haber causado daño o sufrimiento a otros, o cuando nos hemos comportado de manera contraria a nuestros valores personales. La culpa puede ser una señal útil de que hemos actuado de manera inapropiada, pero también puede ser perjudicial si se convierte en un sentimiento abrumador y paralizante.
<b>Vergüenza</b>	Emoción relacionada con sentirse avergonzado por uno mismo, especialmente frente a otros.	La vergüenza es una emoción socialmente compleja que surge cuando nos sentimos expuestos o juzgados negativamente por otros. Se caracteriza por sentimientos de incomodidad, humillación y deseo de ocultamiento. La vergüenza puede surgir en respuesta a acciones propias o a situaciones embarazosas, y puede tener un impacto significativo en la autoestima y la autoimagen.
<b>Orgullo</b>	Emoción positiva relacionada con la satisfacción por los logros personales o de otros.	El orgullo es una emoción que surge cuando alcanzamos metas importantes, superamos desafíos o nos destacamos en alguna área de nuestra vida. Se caracteriza por sentimientos de satisfacción, dignidad y autoestima. El orgullo puede fortalecer la confianza en uno mismo y motivar la búsqueda de nuevos logros, pero también puede llevar a comportamientos arrogantes o egocéntricos si se experimenta de manera excesiva.

### 1.7.1 Emociones positivas

Las emociones positivas son un componente fundamental de la experiencia humana, ya que influyen significativamente en nuestro bienestar emocional, mental y físico. Estas emociones, como la alegría, la felicidad, la tranquilidad, la esperanza y la gratitud, se caracterizan por generar sensaciones placenteras y constructivas en nuestro estado emocional (Greco, 2010).

Una de las principales características de las emociones positivas es su capacidad para promover la salud y el bienestar. Investigaciones han demostrado que experimentar emociones positivas de forma regular está asociado con una serie de beneficios para la salud, como una menor incidencia de enfermedades cardiovasculares, una mayor longevidad, una mejor capacidad para hacer frente al estrés y una mayor resiliencia emocional.

En el ámbito interpersonal, las emociones positivas desempeñan un papel crucial en la construcción y el mantenimiento de relaciones saludables. La expresión y el intercambio de emociones positivas, como la gratitud y la simpatía, fortalecen los vínculos sociales y fomentan la conexión emocional con los demás. Estas emociones también promueven la empatía y la comprensión mutua, lo que contribuye a un clima de apoyo y colaboración en las relaciones interpersonales.

El entendimiento de las emociones positivas implica reconocer que no siempre surgen de experiencias favorables. Como menciona el texto proporcionado, algunas emociones positivas, como la esperanza y el alivio, pueden surgir incluso en contextos desfavorables. Esto sugiere que la capacidad de experimentar emociones positivas no depende únicamente de las circunstancias externas, sino también de nuestra interpretación y manejo emocional de dichas circunstancias.

Además, es importante destacar que las emociones positivas no son estáticas ni permanentes. Pueden fluctuar a lo largo del tiempo y pueden ser influenciadas por una variedad de factores, como nuestras experiencias individuales, nuestras relaciones sociales, nuestro entorno físico y nuestras prácticas de autocuidado.

En cuanto a su impacto en el desarrollo humano, se ha observado que las emociones positivas juegan un papel crucial en el desarrollo cognitivo, emocional y social de los niños. La capacidad de experimentar y expresar emociones positivas está relacionada con un mejor rendimiento académico, una mayor resiliencia emocional y una mayor satisfacción con la vida en la infancia y la adolescencia.

### 1.7.2 Emociones negativas

Las emociones negativas son aquellas que generan sensaciones desagradables y perciben la situación actual como perjudicial. Contrario a las emociones positivas, las emociones negativas, como el miedo, la tristeza, el desprecio, la ira y el asco, pueden tener efectos perjudiciales para la salud física y mental de las personas si no se manejan adecuadamente (Piqueras Rodríguez, 2009).

El entendimiento de las emociones negativas implica reconocer que su aparición y expresión son parte natural de la experiencia humana. Estas emociones pueden surgir como respuesta a eventos estresantes, traumáticos o desafiantes en nuestras vidas, así como a interpretaciones negativas de nuestras experiencias cotidianas.

Una de las funciones principales de las emociones negativas es servir como señales de alerta ante situaciones percibidas como amenazantes o desafiantes. Por ejemplo, el miedo puede ayudarnos a identificar peligros potenciales y activar respuestas de protección, mientras que la ira puede movilizarnos para enfrentar situaciones de injusticia o violación de nuestros límites.

Además, las emociones negativas pueden desempeñar un papel importante en el aumento de nuestra consciencia y enfoque en el problema que enfrentamos. Por ejemplo, la tristeza puede llevarnos a reflexionar sobre nuestras pérdidas y buscar formas de adaptarnos a ellas.

Sin embargo, cuando las emociones negativas son intensas, persistentes o mal gestionadas, pueden tener efectos negativos en nuestra salud y bienestar. Investigaciones han demostrado que el estrés crónico asociado con emociones

negativas puede aumentar el riesgo de desarrollar una variedad de enfermedades físicas, como enfermedades cardiovasculares, trastornos autoinmunes y trastornos digestivos, así como trastornos mentales, como la depresión y la ansiedad.

Por lo tanto, es importante desarrollar habilidades de inteligencia emocional para manejar adecuadamente las emociones negativas y promover el bienestar emocional y la salud mental. Esto puede incluir prácticas como la atención plena, la expresión emocional constructiva, el establecimiento de límites saludables y la búsqueda de apoyo social y profesional cuando sea necesario.

### 1.7.3 Emociones neutras

Las emociones neutras son aquellas que no generan intrínsecamente reacciones ni agradables ni desagradables en nuestra experiencia emocional. A diferencia de las emociones positivas, que nos hacen sentir bien, y las emociones negativas, que nos hacen sentir mal, las emociones neutras no tienen un impacto emocional claro en nuestra percepción de una situación (Piqueras Rodríguez, 2009).

Un ejemplo común de emoción neutral es la sorpresa. Cuando experimentamos sorpresa, nuestro estado emocional no es claramente positivo ni negativo. En cambio, nos encontramos en un estado de desconcierto o asombro ante algo inesperado o sorprendente. La sorpresa puede ser el punto de partida para la generación de emociones posteriores, ya sean positivas o negativas.

Las emociones neutras cumplen una función importante en nuestra vida emocional al facilitar la transición entre estados emocionales más definidos. Actúan como un puente entre diferentes experiencias emocionales, preparando el terreno para la aparición de emociones más intensas o significativas.

Además, las emociones neutras pueden ser útiles en situaciones donde necesitamos mantener la calma y la objetividad, como en contextos profesionales o de toma de decisiones. Al no estar dominados por una emoción positiva o negativa, podemos evaluar la situación de manera más equilibrada y tomar decisiones basadas en la lógica y el razonamiento.

Es importante destacar que, aunque las emociones neutras no tengan un impacto emocional fuerte por sí mismas, siguen siendo parte integral de nuestra experiencia emocional y pueden influir en nuestra percepción y comportamiento. Reconocer y comprender las emociones neutras nos permite tener una comprensión más completa de nuestra vida emocional y desarrollar una mayor inteligencia emocional en general.

**Tabla 3**

*Características esenciales de cada tipo de emoción*

Características	Emociones positivas	Emociones negativas	Emociones neutras
<b>Impacto en el bienestar</b>	Promueven la salud y el bienestar emocional, mental y físico.	Pueden tener efectos perjudiciales para la salud física y mental si no se manejan adecuadamente.	No intrínsecamente agradables ni desagradables en nuestra experiencia emocional.
<b>Función adaptativa</b>	Fortalecen los vínculos sociales y fomentan la conexión emocional con los demás.	Sirven como señales de alerta ante situaciones percibidas como amenazantes o desafiantes.	Facilitan la transición entre estados emocionales más definidos y actúan como un puente entre diferentes experiencias emocionales.
<b>Fluctuación y manejo</b>	Pueden fluctuar a lo largo del tiempo y pueden ser influenciadas por una variedad de factores.	Cuando son intensas, persistentes o mal gestionadas, pueden tener efectos negativos en nuestra salud y bienestar.	Reconocer y comprenderlas nos permite tener una comprensión más completa de nuestra vida emocional y desarrollar una mayor inteligencia emocional en general.

### 1.8 Inteligencia emocional

La inteligencia emocional es un concepto complejo que ha ganado prominencia en psicología y en diversos ámbitos de la vida cotidiana. Se puede entender como la capacidad de una persona para reconocer, comprender y manejar tanto sus propias emociones como las emociones de los demás de manera efectiva. Estas habilidades emocionales son cruciales para el éxito en la vida (Goleman, 2010); Pradas Gallardo, 2018). Ante ello se desarrollan las facetas fundamentales de la inteligencia emocional:

### 1.8.1 Autoconciencia emocional

La autoconciencia emocional va más allá de simplemente reconocer nuestras emociones. Implica un profundo entendimiento de cómo esas emociones afectan nuestras acciones, relaciones y decisiones. Esto significa ser capaces de identificar no solo las emociones obvias, como la felicidad o la tristeza, sino también emociones más sutiles como la frustración, la ansiedad o la gratitud. La autoconciencia emocional implica ser honestos con nosotros mismos acerca de nuestras fortalezas y debilidades emocionales, así como tener la capacidad de aceptarnos a nosotros mismos tal como somos. A través de la autoconciencia, podemos cultivar una conexión más profunda con nuestro mundo emocional interno, lo que nos permite tomar decisiones más alineadas con nuestros valores y metas personales.

### 1.8.2 Autorregulación emocional

La autorregulación emocional es una habilidad clave para gestionar nuestras emociones de manera efectiva. No se trata de reprimir o ignorar nuestras emociones, sino de aprender a manejarlas de una manera que sea constructiva y saludable. Esto implica desarrollar estrategias para manejar el estrés, la ira, la tristeza o cualquier otra emoción que pueda surgir en diversas situaciones. La autorregulación emocional nos ayuda a mantener el equilibrio incluso cuando enfrentamos desafíos difíciles, permitiéndonos tomar decisiones conscientes en lugar de reaccionar impulsivamente. Además, nos permite mantener relaciones interpersonales más saludables al evitar comportamientos impulsivos o destructivos que podrían dañar esas relaciones.

### 1.8.3 Motivación

La motivación emocional nos impulsa a seguir adelante y a perseguir nuestras metas incluso cuando enfrentamos obstáculos. Se trata de más que simplemente establecer objetivos; implica encontrar un propósito significativo que nos inspire y nos mantenga enfocados en nuestras metas a largo plazo. La motivación emocional nos ayuda a superar la procrastinación y el desánimo, permitiéndonos mantenernos firmes en nuestra determinación incluso en momentos difíciles.

Además, nos permite disfrutar del proceso de logro y nos brinda un sentido de satisfacción y realización personal al alcanzar nuestros objetivos.

#### 1.8.4 Empatía

La empatía es una habilidad esencial para la inteligencia emocional porque nos permite conectarnos con los demás a un nivel emocional más profundo. Implica ser capaces de ponerse en el lugar de otra persona y comprender sus experiencias y emociones desde su perspectiva. La empatía nos ayuda a establecer relaciones más sólidas y significativas, ya que nos permite comunicarnos de manera más efectiva y brindar apoyo genuino a quienes nos rodean. Además, la empatía promueve la comprensión mutua y la tolerancia, lo que contribuye a crear un entorno social más inclusivo y compasivo.

#### 1.8.5 Habilidades sociales

Las habilidades sociales son cruciales para el éxito en la vida personal y profesional. Comprende una amplia gama de habilidades, incluyendo la comunicación efectiva, la escucha activa, la resolución de conflictos, la colaboración y el trabajo en equipo. Estas habilidades nos permiten interactuar de manera positiva con los demás, establecer vínculos significativos y construir relaciones interpersonales sólidas. Las habilidades sociales nos ayudan a navegar con éxito en diversos entornos sociales y culturales, y nos permiten adaptarnos a diferentes situaciones y contextos de manera efectiva.

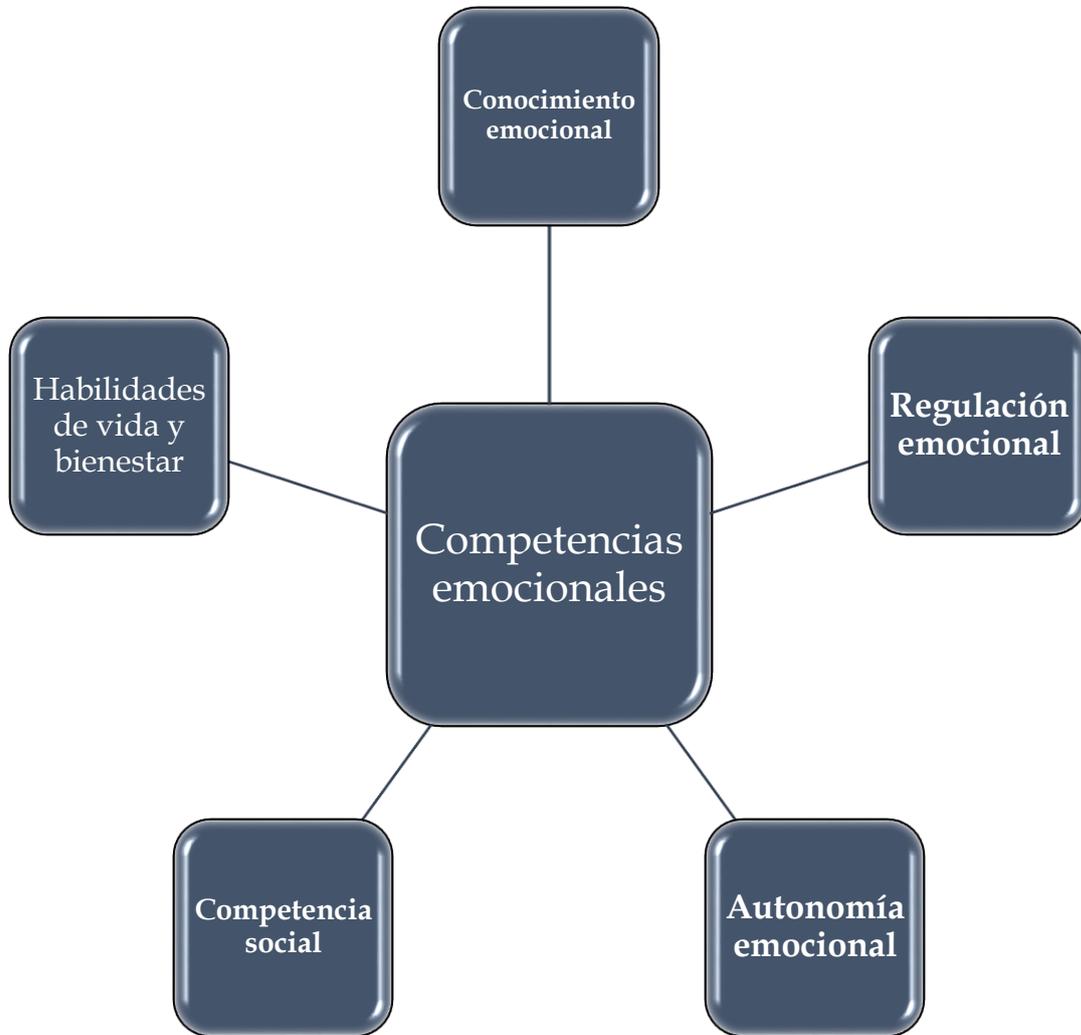
#### 1.8.6 Educación emocional

La educación emocional es fundamental para el desarrollo de la inteligencia emocional desde una edad temprana. Comprende la enseñanza de habilidades relacionadas con la inteligencia emocional en entornos educativos formales e informales. Esto incluye la enseñanza de estrategias para reconocer y gestionar emociones, así como la promoción de la empatía, la resolución de conflictos y las habilidades de comunicación. La educación emocional fomenta el desarrollo de una mayor conciencia emocional y social, lo que a su vez promueve un clima de convivencia positivo y saludable en la sociedad. Además, proporciona a los individuos las herramientas necesarias para afrontar los desafíos emocionales de

la vida cotidiana y cultivar relaciones interpersonales satisfactorias. A continuación, se desarrolla cada uno de las competencias emocionales:

**Figura 5**

*Elementos de la educación emocional*



*Nota.* Tomado de *Educación emocional* (Bisquera Alzina, 2012).

**a) Conocimiento emocional**

El conocimiento de las emociones es esencial en la educación emocional porque nos brinda la capacidad de entender tanto nuestras propias emociones como las de los demás. Esta comprensión va más allá de simplemente reconocer las emociones básicas como alegría, tristeza o ira; implica una conciencia más profunda de las sutilezas emocionales y cómo influyen en nuestro comportamiento y pensamientos. Al estar conscientes de nuestras

propias emociones, podemos identificar qué nos motiva, qué nos causa estrés y cómo podemos manejar mejor nuestras reacciones emocionales. Además, al comprender las emociones de los demás, podemos cultivar la empatía y mejorar nuestras habilidades de comunicación interpersonal, lo que fortalece nuestras relaciones y nos permite interactuar de manera más efectiva en diversos contextos sociales y laborales.

### **b) Regulación emocional**

La regulación emocional es vital en la educación emocional porque nos capacita para gestionar nuestras emociones de manera constructiva y adaptativa. A menudo, nuestras emociones pueden ser intensas y abrumadoras, lo que puede llevarnos a tomar decisiones impulsivas o a reaccionar de manera desproporcionada en situaciones estresantes. Sin embargo, al aprender a regular nuestras emociones, podemos evitar que nos dominen y tomar decisiones más reflexivas y conscientes. Esto implica desarrollar estrategias efectivas de afrontamiento, como la respiración profunda, la atención plena o el reencuadre cognitivo, que nos ayudan a manejar el estrés y la ansiedad de manera más efectiva. La regulación emocional también nos permite mantener relaciones saludables, ya que podemos comunicarnos de manera calmada y asertiva en lugar de dejar que nuestras emociones nos dominen y afecten negativamente nuestras interacciones con los demás.

### **c) Autonomía emocional**

La autonomía emocional juega un papel crucial en la educación emocional al empoderarnos para tomar el control de nuestras vidas y decisiones. Al tener autonomía emocional, somos capaces de actuar de acuerdo con nuestros propios valores y metas, en lugar de verse influenciados únicamente por las expectativas externas o las presiones sociales. Esto significa tener la confianza y la autoestima necesarias para defender nuestras opiniones, establecer límites saludables en nuestras relaciones y tomar decisiones informadas que estén alineadas con nuestras necesidades y deseos emocionales. La autonomía

emocional nos permite desarrollar una mayor autoconciencia y autenticidad, lo que nos lleva a vivir una vida más auténtica y significativa.

**d) Competencia social**

Las competencias sociales son esenciales en la educación emocional porque nos capacitan para interactuar de manera efectiva y satisfactoria con los demás. Estas habilidades incluyen la capacidad de empatizar con los demás, entender sus puntos de vista y necesidades, y comunicarnos de manera clara y respetuosa. Al desarrollar competencias sociales sólidas, podemos construir relaciones más sólidas y gratificantes con amigos, familiares, colegas y otros miembros de la comunidad. Además, estas habilidades nos permiten resolver conflictos de manera constructiva, colaborar eficazmente en equipos y desarrollar redes de apoyo sólidas que fomenten nuestro bienestar emocional y social.

**e) Habilidades de vida y bienestar**

Las habilidades para la vida son herramientas prácticas y efectivas que nos ayudan a enfrentar los desafíos y adversidades de la vida de manera resiliente y adaptativa. Estas habilidades incluyen la capacidad de manejar el estrés y la incertidumbre, tomar decisiones informadas, resolver problemas de manera creativa y establecer metas realistas y alcanzables. Al dotarnos de estas habilidades, la educación emocional nos prepara para afrontar los altibajos de la vida con confianza y determinación, en lugar de sucumbir a la desesperación o la inactividad. Además, estas habilidades nos brindan la capacidad de aprovechar al máximo nuestras fortalezas y recursos personales, lo que nos permite perseguir nuestros sueños y aspiraciones con determinación y perseverancia. En última instancia, las habilidades para la vida son fundamentales para promover el bienestar emocional y el éxito personal y profesional a largo plazo.

## 1.9 Teorías emocionales

### 1.9.1 Teoría James-Lange

La teoría James-Lange de las emociones, desarrollada por el psicólogo William James y el fisiólogo Carl Lange en la década de 1880 citado por Fernández Dols y Ortega (1985), ofrece una perspectiva intrigante sobre cómo experimentamos y comprendemos nuestras emociones. Esta teoría propone que nuestras emociones no son simplemente reacciones directas a estímulos externos, sino que están intrínsecamente ligadas a las respuestas fisiológicas que experimentamos en nuestro cuerpo. En lugar de sentir una emoción inmediatamente después de percibir un estímulo, la teoría James-Lange sostiene que primero experimentamos cambios físicos en nuestro cuerpo, y luego interpretamos esos cambios como una emoción específica.

El proceso según la teoría comienza con un estímulo ambiental, que puede ser cualquier evento o situación en el entorno que sea percibido por el individuo. Este estímulo desencadena una serie de respuestas fisiológicas en el cuerpo, como aumento de la frecuencia cardíaca, cambios en la respiración, sudoración, entre otros. Estas respuestas fisiológicas son automáticas y están vinculadas a la activación del sistema nervioso autónomo en respuesta al estímulo percibido.

Una vez que se producen estos cambios fisiológicos, la mente interpreta y procesa estas señales corporales, asignándoles un significado emocional. Es decir, nuestra experiencia emocional surge como resultado directo de cómo interpretamos los cambios en nuestra fisiología. Por ejemplo, si experimentamos un aumento repentino en la frecuencia cardíaca y la respiración después de encontrarnos con una situación de peligro, es probable que interpretemos esos cambios como miedo.

La importancia de la teoría en su explicación de la conexión entre la mente y el cuerpo en el proceso emocional. Esta teoría desafía la noción tradicional de que las emociones son estados mentales independientes de las respuestas fisiológicas, y destaca la interdependencia entre ambos aspectos. Además, la teoría James-Lange ha influido en el desarrollo de nuestra comprensión moderna de las

emociones y ha inspirado investigaciones adicionales sobre la relación entre la actividad fisiológica y la experiencia emocional.

El aporte fundamental de la teoría reside en su énfasis en la importancia de las respuestas fisiológicas en la experiencia emocional. Al resaltar que nuestras emociones están enraizadas en cambios corporales concretos, esta teoría nos ofrece una nueva forma de comprender y abordar las emociones. Además, al proporcionar un marco para entender cómo nuestras experiencias corporales influyen en nuestra vida emocional, la teoría James-Lange nos ayuda a desarrollar estrategias para regular y gestionar nuestras emociones de manera más efectiva.

### 1.9.2 Teoría de Cannon-Bard

La teoría de Cannon-Bard, propuesta por Walter Cannon y Philip Bard citados por Papanicolaou (2004), ofrece una perspectiva alternativa sobre la relación entre las respuestas fisiológicas y emocionales en el proceso de experimentar y expresar emociones. A diferencia de la teoría James-Lange, que postula que las respuestas fisiológicas preceden y causan las emociones, la teoría Cannon-Bard sugiere que las respuestas fisiológicas y las emociones ocurren simultáneamente en respuesta a un estímulo emocional. Este enfoque desafía la idea de una conexión lineal entre los cambios corporales y la experiencia emocional, destacando la independencia de estos procesos, pero su coincidencia temporal.

Las respuestas fisiológicas y las emociones, según la teoría, son procesos que ocurren de manera independiente pero simultánea. Esto significa que, cuando experimentamos una emoción, nuestro cuerpo no solo reacciona fisiológicamente, sino que también experimentamos la emoción en sí misma de manera instantánea. Este enfoque sugiere una mayor complejidad en la interacción entre la mente y el cuerpo en la experiencia emocional, reconociendo que ambas dimensiones son igualmente importantes pero distintas.

Para comprender mejor la teoría, es crucial examinar las bases neuroanatómicas que realizaron investigaciones fundamentales sobre la función del sistema nervioso autónomo y las estructuras cerebrales implicadas en las respuestas

emocionales, como el tálamo. Estudios posteriores han explorado cómo estas bases neuroanatómicas se relacionan con la experiencia emocional y las respuestas fisiológicas en diferentes contextos.

El análisis de estudios de casos y ejemplos prácticos puede proporcionar una visión más concreta de cómo se aplica la teoría en situaciones reales. Esto puede ayudar a ilustrar cómo las respuestas emocionales y fisiológicas se entrelazan en la vida cotidiana y cómo estas interacciones afectan el comportamiento y el bienestar emocional de las personas.

Además, es importante considerar los desarrollos contemporáneos en la investigación de emociones y cómo la teoría se integró con enfoques más recientes, como la neurociencia afectiva y la psicología cognitiva. Esto proporciona una visión más completa de la relevancia y la aplicabilidad continua de la teoría en el campo científico actual.

Sin embargo, la teoría no está exenta de críticas y debates. Se han planteado interrogantes sobre si las emociones siempre van acompañadas de respuestas fisiológicas y sobre la complejidad de las interacciones entre los aspectos cognitivos, emocionales y fisiológicos de la experiencia emocional. Explorar estas críticas permite una evaluación más completa y crítica de la teoría.

Finalmente, el análisis de las aplicaciones clínicas y terapéuticas de la teoría ofrece información sobre cómo los profesionales de la salud mental han utilizado estos conceptos para comprender y tratar trastornos emocionales. Esto destaca la relevancia práctica y clínica de la teoría en el campo de la psicología y la salud mental.

### 1.9.3 Teoría de la emoción de Schachter-Singer

La Teoría de la Emoción de Schachter-Singer, también conocida como la teoría de dos factores, propuesta por Stanley Schachter y Jerome Singer en la década de 1960 citado por Belli et al. (2010), ofrece una perspectiva única sobre cómo experimentamos y comprendemos nuestras emociones. Esta teoría se basa en la idea fundamental de que dos elementos, la respuesta fisiológica general y la

interpretación cognitiva de esa respuesta en relación con el entorno, interactúan para crear la experiencia emocional.

La teoría reconoce la importancia de las respuestas fisiológicas generales en la experiencia emocional. Estas respuestas incluyen cambios en la frecuencia cardíaca, sudoración y activación del sistema nervioso autónomo, entre otros. Si bien estas respuestas fisiológicas pueden ser similares para diferentes emociones, entenderlas es crucial para diferenciar y comprender las emociones específicas que experimentamos.

Por otro lado, la cognición y el etiquetado emocional son procesos interconectados que desempeñan un papel fundamental en nuestra comprensión del mundo emocional. La forma en que interpretamos y etiquetamos nuestras experiencias emocionales está influenciada por procesos cognitivos como la percepción y el pensamiento. A su vez, el etiquetado emocional afecta nuestra cognición al influir en la forma en que recordamos, tomamos decisiones y nos relacionamos con el entorno.

La contribución clave de la Teoría es la idea de que la experiencia emocional depende de cómo interpretamos o etiquetamos nuestras respuestas fisiológicas en un contexto particular. Según esta teoría, cuando experimentamos una respuesta fisiológica, buscamos pistas en el entorno para interpretar y etiquetar esa respuesta de manera que tenga sentido en el contexto dado.

La cognición juega un papel crucial en esta interpretación, ya que influye en cómo percibimos y comprendemos una emoción específica. Por otro lado, el etiquetado emocional implica darle un nombre específico a la emoción experimentada, lo que puede influir en nuestra memoria y nuestra capacidad para controlar las emociones en el futuro.

**Tabla 4**

*Comparaciones entre teorías emocionales*

Aspecto	Teoría James-Lange	Teoría Cannon-Bard	Teoría Schachter-Singer
<b>Autores</b>	William James y Carl Lange	Walter Cannon y Philip Bard	Stanley Schachter y Jerome Singer
<b>Propuesta</b>	Las emociones son interpretaciones de respuestas fisiológicas en el cuerpo.	Las respuestas fisiológicas y las emociones ocurren simultáneamente, pero de manera independiente.	La experiencia emocional depende de cómo interpretamos nuestras respuestas fisiológicas en un contexto particular.
<b>Relación mente-cuerpo</b>	Las emociones están intrínsecamente ligadas a respuestas fisiológicas en el cuerpo.	Ambas ocurren simultáneamente, pero de manera independiente.	Las respuestas fisiológicas son interpretadas cognitivamente para dar sentido a la experiencia emocional.
<b>Proceso emocional</b>	Comienza con un estímulo que desencadena respuestas fisiológicas, seguido de la interpretación cognitiva de esas respuestas como una emoción.	Las respuestas fisiológicas y las emociones ocurren simultáneamente, sin una precediendo a la otra.	La experiencia emocional depende de cómo interpretamos nuestras respuestas fisiológicas, buscando pistas en el entorno para etiquetarlas adecuadamente.
<b>Contribución clave</b>	Destaca la importancia de las respuestas fisiológicas en la experiencia emocional, desafiando la noción de que las emociones son estados mentales independientes.	Reconoce la independencia, pero la coincidencia temporal de las respuestas fisiológicas y las emociones, enfatizando la complejidad de la relación mente-cuerpo.	Resalta el papel de la interpretación cognitiva de las respuestas fisiológicas en la creación de la experiencia emocional, sugiriendo que el etiquetado emocional influye en la percepción y memoria de las emociones.
<b>Críticas y debates</b>	Interrogantes sobre si las emociones siempre van acompañadas de respuestas fisiológicas.	Debate sobre la complejidad de las interacciones entre aspectos cognitivos, emocionales y fisiológicos de la experiencia emocional.	Enfoque en cómo la cognición influye en la interpretación de las respuestas fisiológicas, con interrogantes sobre la influencia del etiquetado emocional en la experiencia emocional.

<p><b>Aplicaciones</b></p>	<p>Ayuda a desarrollar estrategias para regular y gestionar emociones.</p>	<p>Contribuye a la comprensión y tratamiento de trastornos emocionales al destacar la independencia, pero la coincidencia temporal de respuestas fisiológicas y emociones. Informa sobre cómo la interpretación cognitiva de las respuestas fisiológicas puede influir en la terapia y el manejo de emociones.</p>
----------------------------	--	--

La principal comparativa entre las teorías emocionales de James-Lange, Cannon-Bard y Schachter-Singer radica en su interpretación de la relación entre respuestas fisiológicas y emociones. Mientras que la teoría James-Lange postula que las emociones son interpretaciones de las respuestas fisiológicas en el cuerpo, la teoría Cannon-Bard argumenta que estas ocurren simultáneamente, pero de manera independiente. En contraste, la teoría Schachter-Singer propone que la experiencia emocional depende de la interpretación cognitiva de las respuestas fisiológicas en un contexto específico, resaltando así el papel mediador de la cognición en la formación de las emociones. Esta diferencia fundamental influye en cómo cada teoría aborda la comprensión y la gestión de las emociones en diversas aplicaciones prácticas.

## CAPÍTULO II

---

### MOTIVACIÓN EN LAS EMOCIONES

### 3.1 Razones de la investigación

El estudio de investigación surge como respuesta a una problemática crucial identificada en la institución educativa de Chincha Baja, Ica, Perú, durante la pandemia del COVID-19. En este contexto, se observó una desconexión emocional palpable entre los maestros y los estudiantes, fenómeno agravado por la transición hacia el aprendizaje remoto. Esta desconexión no solo generó un deterioro en la relación entre los actores clave del proceso educativo, sino que también tuvo un impacto significativo en la motivación intrínseca de los estudiantes hacia sus actividades académicas (Ccañihua Masias, 2022). La falta de vínculo emocional se convirtió en un obstáculo importante, dado el contexto económico limitado y los desafíos educativos adicionales que caracterizan a esta zona rural.

En un escenario donde los recursos son escasos y los desafíos abundan, la ausencia de una conexión emocional sólida entre maestros y estudiantes tuvo repercusiones profundas. No solo se tradujo en una disminución del rendimiento académico, sino que también afectó el bienestar emocional de los estudiantes. Este último aspecto es especialmente relevante en entornos rurales como Chincha Baja, donde los estudiantes pueden enfrentar dificultades adicionales, como la falta de acceso a la tecnología adecuada o el apoyo familiar insuficiente, lo que los hace más susceptibles a quedarse rezagados académicamente y experimentar problemas emocionales (Maslow, 1991).

La motivación escolar ejerce una influencia crucial en el desarrollo emocional de los estudiantes al proporcionarles un sentido de propósito y significado en sus actividades académicas, lo que a su vez fortalece su autoestima, confianza y bienestar general. Cuando los estudiantes se sienten motivados, experimentan emociones positivas como entusiasmo, satisfacción y alegría frente al aprendizaje, lo que contribuye a cultivar una actitud positiva hacia la educación. Esta conexión entre la motivación y las emociones positivas se traduce en una mayor resiliencia frente a los desafíos académicos, así como en una mayor disposición para enfrentar y superar obstáculos. Además, la motivación escolar

puede actuar como un factor de protección contra las emociones negativas, como el estrés, la ansiedad y la desmotivación, al proporcionar a los estudiantes la energía y la determinación necesarias para perseverar en sus metas educativas, promoviendo así un desarrollo emocional saludable y equilibrado.

### 3.2 Objetivo de la investigación

Analizar cómo la motivación escolar influye en el desarrollo emocional de los estudiantes de quinto y sexto grado en la institución educativa San Pedro de Chíncha Baja durante el año 2020, abarcando tanto emociones positivas, negativas y neutras, con la finalidad de proporcionar una comprensión más profunda de cómo la motivación escolar puede afectar el bienestar emocional de los estudiantes, además, informar y mejorar las estrategias educativas y de apoyo emocional en la institución educativa.

### 3.3 Método, diseño y tipo de investigación

El estudio se enmarcó bajo un enfoque cuantitativo debido a la intención de medir los efectos entre las temáticas por medio de datos numéricos que puedan ser analizados numéricamente encontraron patrones, relaciones y efectos. Su alcance fue explicativo debido a la finalidad de establecer el efecto causal que podrían influir en los resultados. Por otro lado, su diseño fue experimental debido a la manipulación de la variable, de tipo pre experimental debido a que el efecto de la intervención será medido antes y después en un solo grupo (Aguilar Cordova & Oseda Gago, 2022; Hernández-Sampieri & Mendoza Torres, 2018).

La población estuvo conformada por estudiantes de la Institución Educativa San Pedro de Chíncha baja. La muestra estuvo conformada por 14 estudiantes de los grados quinto y sexto de primaria de la institución en mención, estos fueron seleccionados bajo un muestreo no probabilístico por conveniencia optando por establecer la totalidad de los estudiantes.

La técnica empleada fue la psicometría, el cual garantiza la fiabilidad de los resultados, permitiendo así una comprensión detallada de la naturaleza y la

intensidad de las emociones positivas experimentadas por los estudiantes. Por su parte, el instrumento aplicado el inventario de emociones debido a su capacidad de evaluación de manera precisa y sin juicios las emociones. Al centrarse en la conformidad de los sujetos con los enunciados de los ítems, este inventario proporciona una medida objetiva de las experiencias emocionales, lo que garantiza la validez y la fiabilidad de los datos recopilados.

Tras la recolección de los datos, se procedió a su ingreso meticuloso en una base de datos individualizada para cada variable, utilizando el software SPSS. En la primera etapa, se empleó la estadística descriptiva para generar tablas y figuras que resumieran las frecuencias y porcentajes de cada variable de estudio, tanto globalmente como desglosadas por dimensiones específicas. En la segunda etapa, se aplicó la estadística inferencial, focalizándose en la prueba de hipótesis mediante la Prueba de los rangos con signo de Wilcoxon, seleccionada por su idoneidad.

### 3.4 Consideraciones éticas

El estudio realizado sobre la influencia de la motivación escolar en el desarrollo emocional demostró un compromiso con importantes consideraciones éticas. En primer lugar, se garantizó el consentimiento informado tanto de los estudiantes como de sus padres o tutores, asegurando que participaran de manera voluntaria y estuvieran plenamente informados sobre el propósito y los procedimientos del estudio.

Además, se respetó rigurosamente la confidencialidad y privacidad de los datos recopilados, utilizando medidas de protección adecuadas para evitar la divulgación no autorizada de información personal. El diseño de la investigación se llevó a cabo de manera ética, minimizando cualquier posible daño o malestar para los participantes y garantizando que la manipulación de variables se realizara de manera responsable.

La selección de la muestra se hizo de manera justa y transparente, incluyendo a todos los estudiantes de los grados quinto y sexto de la institución, y se utilizó

un instrumento validado culturalmente para evaluar las emociones de los estudiantes. Finalmente, en el análisis y la presentación de resultados, se mantuvo la objetividad y transparencia, evitando cualquier interpretación sesgada de los datos.

### 3.5 Resultados de la investigación

#### 3.5.1 Resultados descriptivos

La tabla 1 muestra un aumento significativo luego de la intervención en el grupo de personas con emociones positivas altas, pasando de 8 a 13 individuos. Este cambio sugiere que la intervención podría haber tenido un impacto positivo en elevar el estado de ánimo de este grupo específico. Sin embargo, se observa una estabilidad en el grupo con emociones positivas bajas y solo un leve cambio en el grupo con emociones medias. Esta comparación resalta la importancia de la intervención en potenciar las emociones positivas, especialmente entre aquellos que ya tienen una base emocional alta, pero también sugiere que podría ser menos efectiva para aquellos con emociones iniciales en niveles intermedios o bajos, lo que apunta hacia la necesidad de adaptar estrategias específicas para estos grupos con el fin de mejorar su bienestar emocional.

#### Tabla 5

##### *Niveles de emociones antes y después*

Nivel de emociones positivas	Frecuencia (Pretest)	Porcentaje (Pretest)	Frecuencia (Post test)	Porcentaje (Post test)
Bajas	1	7.1	-	-
Medias	5	35.7	1	7.1
Altas	8	57.1	13	92.9

*Nota.* Adaptado de *Motivación escolar en las emociones de los estudiantes de la Institución Educativa 22752-San Pedro de Chíncha baja* (p. 49) por Canales Laura (2023).

Esto implica que la intervención podría ser efectiva para aumentar los niveles de emociones positivas, particularmente entre aquellos que ya tienen una base emocional alta. Sin embargo, sugiere que puede haber una limitación en la efectividad de la intervención para personas con niveles iniciales de emociones

positivas medios o bajos. Esto resalta la importancia de adaptar las estrategias de intervención para abordar las necesidades específicas de diferentes grupos emocionales y subraya la necesidad de investigar y desarrollar enfoques más personalizados para mejorar el bienestar emocional en general.

### 3.5.2 Resultados inferenciales

Los resultados revelan una influencia significativa de la motivación escolar en el desarrollo de emociones, tanto positivas como negativas. En el caso de las emociones positivas, se observa que la motivación escolar tiene un impacto estadísticamente significativo, lo que sugiere que un entorno escolar que fomente la motivación puede contribuir positivamente a la generación y expresión de emociones como la alegría y el entusiasmo entre los estudiantes. Por otro lado, en cuanto a las emociones negativas, también se encuentra una influencia significativa de la motivación escolar, lo que implica que factores motivacionales pueden incidir en la experiencia y regulación de emociones como la tristeza o la ansiedad en el contexto educativo. Sin embargo, la falta de influencia significativa en las emociones neutras sugiere que la motivación escolar puede no estar directamente relacionada con la experiencia o regulación de emociones como la calma o la indiferencia en el contexto educativo.

**Tabla 6**

*Motivación escolar en el desarrollo de emociones*

Planteamiento	Estadístico de prueba Wilcoxon	Decisión
Motivación escolar en el desarrollo de emociones	0.011 < 0.05	Existe influencia
Motivación escolar en las emociones positivas	0.011 < 0.05	Existe influencia
Motivación escolar en las emociones negativas	0.005 < 0.05	Existe influencia
Motivación escolar en las emociones neutra	0.372 > 0.05	No existe influencia

*Nota.* Adaptado de *Motivación escolar en las emociones de los estudiantes de la Institución Educativa 22752-San Pedro de Chíncha baja* (p. 50-53) por Canales Laura (2023).

Estos resultados implican reconocer la influencia significativa de la motivación escolar en el desarrollo emocional de los estudiantes, abarcando tanto emociones positivas como negativas en el contexto educativo. Esto sugiere que el ambiente escolar y los factores motivacionales pueden desempeñar un papel clave en la generación y expresión de emociones como la alegría, el entusiasmo, la tristeza y

la ansiedad entre los estudiantes

### 3.6 Discusión de resultados

Los resultados revelaron una implicación significativa, tanto en la intervención dirigida al fomento de emociones positivas como la influencia de la motivación escolar en el desarrollo emocional de los estudiantes son aspectos cruciales para mejorar el bienestar emocional en el contexto educativo. La observación de un aumento sustancial en el grupo con emociones positivas altas sugiere que estrategias enfocadas en potenciar emociones positivas pueden ser efectivas, especialmente entre aquellos con una base emocional previamente alta. Sin embargo, la estabilidad en los grupos con emociones positivas bajas y medias, así como la falta de influencia significativa en las emociones neutras por parte de la motivación escolar, subrayan la necesidad de adaptar las intervenciones para abordar las necesidades específicas de diferentes grupos emocionales.

Estos resultados revelaron una significativa implicación tanto en la intervención dirigida al fomento de emociones positivas como en la influencia de la motivación escolar en el desarrollo emocional de los estudiantes (Usán Supervía y Salavera Bordás, 2018; Vivar Farfán, 2014). Esta afirmación coincide al identificar la relación entre la motivación escolar, la inteligencia emocional y el rendimiento académico, destacando su influencia en el desarrollo personal y académico de los estudiantes (Ruiz Cubas y Bocanegra Gonzales, 2019; Ccañihua Masias, 2022). Ambos conjuntos de información concuerdan en que la motivación intrínseca es fundamental para el éxito académico, aunque también reconocen la importancia de la motivación extrínseca en ciertos contextos (Márquez Hernández y Abundez González, 2015; Rivas Ruiz, 2022).

Sin embargo, los resultados hacen hincapié en la estabilidad de los grupos emocionales y la necesidad de adaptar intervenciones según las necesidades específicas de cada grupo (Elizondo Moreno et al., 2018; Pinedo Chambi y Richard Pérez, 2018), mientras que Yúngan Yungán y Chicaiza Altamirano (2017) y Chimbo Granda (2020) exploran una gama más amplia de temas, como la relación entre motivación escolar, inteligencia emocional y rendimiento

académico, así como la importancia de la educación emocional en el currículo escolar

Una diferencia notable es el enfoque específico, mientras que los resultados centraron su entendimiento en los efectos de las intervenciones para fomentar emociones positivas y la influencia de la motivación escolar en el desarrollo emocional de los estudiantes (Hendrie Kupczyszyn y Bastacini, 2020; Bendezú Raffo y Manrique Muñoz, 2019), otro profundizaron en temas adicionales, como la relación entre inteligencia emocional y rendimiento académico, así como la necesidad de abordar la educación emocional como parte integral del currículo escolar (Valenzuela-Santoyo y Portillo-Peñuelas, 2018; Rondoño Maguiña, 2022). Esta diferencia en el enfoque puede reflejar la diversidad de investigaciones y perspectivas dentro del campo de la psicología educativa, mostrando así la complejidad y la multidimensionalidad de los factores que influyen en el éxito académico y el bienestar emocional de los estudiantes.

A pesar de estas diferencias, hay varias similitudes que subrayan la importancia de la motivación escolar y la inteligencia emocional en el contexto educativo. Ambos reconocen la relevancia de la inteligencia emocional en el éxito académico y el desarrollo personal de los estudiantes (Rondoño Maguiña, 2022; Valenzuela-Santoyo y Portillo-Peñuelas, 2018), así como la necesidad de promover un ambiente educativo que fomente la motivación y el compromiso de los estudiantes para lograr un rendimiento académico óptimo (Ccañihua Masias, 2022; Ruiz Cubas y Bocanegra Gonzales, 2019). Además, sugieren que el desarrollo de habilidades emocionales puede tener un impacto positivo en el rendimiento académico y el bienestar emocional de los estudiantes (Elizondo Moreno et al., 2018; Pinedo Chambi y Richard Pérez, 2018; Soto Otañi y Taipe Lázaro, 2019), destacando así la importancia de abordar tanto las dimensiones cognitivas como emocionales en el diseño curricular y las estrategias pedagógicas.

Ante ello, se propone llevar a cabo un estudio investigativo multidimensional que analice las relaciones entre las intervenciones para el fomento de emociones

positivas, la influencia de la motivación escolar y el desarrollo emocional de los estudiantes en el contexto educativo. Este estudio abordaría el vacío de conocimiento existente al clarificar las interacciones y efectos de estas variables en el bienestar emocional y el rendimiento académico de los estudiantes, así como al identificar diferencias y similitudes entre diversas perspectivas y enfoques de investigación en el campo de la psicología educativa.

Por último, los resultados obtenidos de este estudio tienen una importancia trascendental en el ámbito educativo al proporcionar evidencia clara de que las intervenciones dirigidas al fomento de emociones positivas y la motivación escolar son elementos cruciales para mejorar el bienestar emocional de los estudiantes en el contexto educativo. Estos hallazgos no solo resaltan la necesidad de abordar las dimensiones emocionales en la educación, sino que también ofrecen orientación práctica para la implementación de estrategias efectivas que promuevan un clima escolar más positivo y propicio para el aprendizaje.

## **CAPÍTULO III**

---

### **CONCLUSIONES, RECOMENDACIONES Y REFLEXIONES**

#### 4.1 Conclusiones

Se releva la influencia de la motivación escolar en el desarrollo emocional de los estudiantes debido a su importancia crucial para mejorar el bienestar emocional en el contexto educativo. Además, las estrategias dirigidas al fomento de emociones positivas pueden ser efectivas, la falta de impacto significativo de la motivación escolar en las emociones neutras sugiere que este factor puede no ser determinante en todos los aspectos del bienestar emocional. Esta observación implica la necesidad de comprender y abordar de manera integral las interacciones entre la motivación escolar y las diferentes dimensiones emocionales de los estudiantes, adaptando las intervenciones para satisfacer las necesidades específicas de los diversos grupos emocionales y fomentar un entorno educativo que promueva un desarrollo emocional saludable.

Aunque se destaca la relevancia de la motivación intrínseca en el éxito académico, también se reconoce que la motivación extrínseca puede desempeñar un papel significativo en ciertos contextos. Esto sugiere que un enfoque integral hacia la motivación escolar, considerando tanto los factores internos como externos que influyen en el compromiso y la dedicación de los estudiantes hacia el aprendizaje, es fundamental para promover un rendimiento académico óptimo.

Por otro lado, existe evidencia que sugiere que el desarrollo de habilidades emocionales puede tener un impacto positivo tanto en el rendimiento académico como en el bienestar emocional de los estudiantes. Esto subraya la importancia de integrar la educación emocional en el currículo escolar y de diseñar estrategias pedagógicas que promuevan el desarrollo de habilidades emocionales en los estudiantes, lo cual puede contribuir no solo a su éxito académico, sino también a su bienestar emocional a largo plazo.

#### 4.2 Recomendaciones

Para los profesionales de la educación, se recomienda enfáticamente desarrollar programas de capacitación en educación emocional. Esta capacitación es

fundamental para que los docentes adquieran las habilidades necesarias para abordar de manera efectiva las necesidades emocionales de los estudiantes y para promover un ambiente de aprendizaje emocionalmente seguro y positivo. A través de talleres y cursos específicos en educación emocional, los profesores pueden aprender estrategias prácticas para reconocer y manejar las emociones de los estudiantes, así como para integrar la educación emocional en sus prácticas pedagógicas diarias.

Por otro lado, para los líderes educativos y administradores escolares, se sugiere priorizar la implementación de políticas y recursos para el bienestar emocional. Esto implica asignar fondos y tiempo de planificación para programas y actividades que aborden específicamente el bienestar emocional en el currículo escolar, así como para la contratación de personal de apoyo emocional, como consejeros escolares o psicólogos. Al priorizar el bienestar emocional en el ámbito escolar, los líderes educativos pueden crear un ambiente que fomente no solo el éxito académico, sino también el desarrollo integral de los estudiantes, promoviendo su salud mental y emocional.

Finalmente, para los padres y la comunidad educativa, se recomienda organizar eventos y talleres para educar sobre la importancia de la motivación escolar y el desarrollo emocional. Al estar informados, los padres pueden apoyar de manera más efectiva el bienestar emocional y el éxito académico de sus hijos en casa. Estas sesiones informativas pueden realizarse en la escuela o en la comunidad, invitando a expertos en educación emocional y motivación escolar para hablar sobre estas temáticas. Además, se pueden establecer grupos de apoyo entre padres para compartir experiencias y estrategias para apoyar a sus hijos en su desarrollo emocional y académico.

#### 4.3 Reflexiones

La motivación escolar se erige como un pilar fundamental en el contexto educativo, cuyo impacto trasciende más allá del ámbito individual para moldear la dinámica colectiva del entorno escolar. Cuando los estudiantes encuentran un motivo intrínseco para comprometerse con su aprendizaje, se crea un clima

escolar vibrante y enérgico, impregnado de entusiasmo y pasión por el conocimiento. En este sentido, la motivación no solo afecta el bienestar emocional de cada individuo, sino que también contribuye a forjar una comunidad educativa cohesionada y receptiva al crecimiento personal y académico.

Es crucial reconocer que la forma en que se aborda la motivación escolar puede tener repercusiones significativas en la autoestima y la confianza en sí mismos de los estudiantes. Aquellos que se sienten impulsados por una motivación intrínseca experimentan un sentido más profundo de realización, ya que su valía personal no está condicionada por recompensas externas, sino por su propio esfuerzo y dedicación. Por otro lado, una excesiva dependencia de la motivación extrínseca puede socavar la autoestima de los estudiantes, al vincular su valía personal a factores externos fuera de su control.

Asimismo, la motivación intrínseca se revela como un factor determinante en el rendimiento académico a largo plazo, pues nutre la persistencia y la disposición para enfrentar desafíos con determinación. Al cultivar una motivación arraigada en la curiosidad y el deseo de crecer, se sientan las bases para un aprendizaje continuo y un desarrollo personal perdurable. En consecuencia, es imperativo adoptar un enfoque integral hacia la motivación escolar, reconociendo su poder transformador tanto a nivel individual como comunitario, y procurando instaurar un entorno educativo que fomente la motivación intrínseca, la autoestima y el rendimiento académico sostenido.

## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Aguilar Cordova M. D. & Oseda Gago D. (2022). *Taller de investigación I*. Universidad Nacional de Huancavelica. <https://cutt.ly/Vw9JFf00>
- Apolinario Romero, L. A., Rosales Muñoz, I. R., & Condor Cueto, A. M. (2018). *Motivación e Inteligencia emocional en las estudiantes de Tecnología del Vestido de la Universidad Nacional de Educación Enrique Guzmán y Valle, 2016* [Tesis de Grado, Universidad Nacional de Educación Enrique Guzmán y Valle]. <http://repositorio.une.edu.pe/handle/20.500.14039/1929>
- Atkinson, J. W. (1957). Motivational determinants of risk-taking behavior. *Psychological review*, 64(6p1), 359. <https://doi.org/10.1037/h0043445>
- Atkinson, J. W. (1964). *An introduction to motivation*. Van Nostrand
- Bañuelos Márquez, A. M. (1993). Motivación escolar. Estudio de variables afectivas. *Perfiles educativos*, (60). <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=13206011>
- Belli, S., Harré, R., & Íñiguez, L. (2010). Emociones y discurso: Una mirada a la narrativa científica de la construcción social del amor. *Prisma Social*, (4), 1-45. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=353744577010>
- Bendezú Raffo, R. V., & Manrique Muñoz, L. I. (2019). *La motivación escolar y su relación con la autoestima en los estudiantes de 3º grado de primaria de la IE fe y alegría N° 70 en salas Guadalupe-Ica* [Tesis de Segunda Especialidad, Universidad Nacional de Huancavelica]. <http://repositorio.unh.edu.pe/handle/UNH/2410>
- Bisquerra Alzina, R. (2012). Educación Emocional, *Padres y Maestros*, 337, 5-8. <https://cutt.ly/ow3mBUHF>
- Bolarin Martinez, M. J., Porto Currás, M., Martinez Valcárcel, N. & Médnez García, R. (2016). Dimensões da Motivação na aprendizagem a partir da perspectiva dos alunos: 20 anos de pesquisa. *Psicologia em Estudo*, 20(4), 599-610. <https://doi.org/10.4025/psicoestud.v20i4.28227>
- Canales Laura N. S. (2023). *Motivación escolar en las emociones de los estudiantes de la Institución Educativa 22752-San Pedro de Chíncha baja* [Tesis de Maestría,

- Universidad Nacional de Huancavelica].  
<https://repositorio.unh.edu.pe/handle/unh/5819>
- Castro, E., Peley, R., & Morillo, R. (2006). La práctica pedagógica y el desarrollo de estrategias instruccionales desde el enfoque constructivista. *Revista de Ciencias Sociales*, 12(3), 591-595. <https://doi.org/10.31876/rcs.v12i3.25344>
- Ccañihua Masias, C. (2022). *Motivación escolar y rendimiento académico en tiempos de pandemia en estudiantes del V Ciclo Primaria en la Institución Educativa 50275-Huyro-La Convención, 2021* [Tesis de Maestría, Universidad Nacional de San Antonio Abad del Cuzco].  
<http://hdl.handle.net/20.500.12918/6674>
- Ccesa Rayme, D. (20 de enero de 2015). Cultura escolar, clima de aula y bienestar socio-emocional [Archivo Power Point]. Slideshare. <https://n9.cl/20f2i>
- Cepa Serrano, A., Heras Sevilla, D., & Lara Ortega, F. (2016). Desarrollo emocional: evaluación de las competencias emocionales en la infancia. *Revista INFAD de Psicología*, 1(1), 75. <http://hdl.handle.net/10259/5308>
- Chimbo Granda, O. A. (2020). *Inteligencia emocional y motivación escolar en los estudiantes del 6to grado del nivel primario de la Institución Educativa N° 15059 Chirinos Laque-Ayabaca* [Tesis de Grado, Universidad César Vallejo].  
<https://hdl.handle.net/20.500.12692/45354>
- Cuevas-Campos, R., García-Calvo, T., & Contreras, O. (2013). Perfiles motivacionales en Educación Física: una aproximación desde la teoría de las Metas de Logro 2x2. *Anales de Psicología*, 29(3), 685-692. <https://doi.org/10.6018/analesps.29.3.175821>
- Duque, P. A., Vallejo, S. L., & Rodríguez, J. C. (2014). *Prácticas pedagógicas y su relación con el desempeño académico* [Tesis de Maestría, Universidad de Manizales]. <http://hdl.handle.net/20.500.11907/401>
- Elizondo Moreno, A., Rodríguez Rodríguez J. V. & Rodríguez Rodríguez, (2018). La importancia de la emoción en el aprendizaje: Propuestas para mejorar la motivación de los estudiantes. *Cuaderno de pedagogía universitaria*, 15(29), 3-11. <https://doi.org/10.29197/cpu.v15i29.296>

- Fernandes, D. C., & Silveira, M. A. (2012). Evaluación de la motivación académica y la ansiedad escolar y posibles relaciones entre ellas. *Psico-USF*, 17(3), 447-455. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=401036091011>
- Fernández Dols, J. M., & Ortega, J. E. (1985). Los niveles de análisis de la emoción: James, cien años después. *Estudios de Psicología*, 6(21), 34-56. <https://doi.org/10.1080/02109395.1985.10821417>
- García Bacete F. J. & Doménech Betoret F. (1997). Motivación, aprendizaje y rendimiento académico. *Revista electrónica de Motivación y Emoción*, 1, 1-18. <http://hdl.handle.net/10234/158952>
- Goleman D. (2010). *Inteligencia emocional*. Editorial Kairós
- González Cabanach, R., Valle Arias, A., Núñez Pérez, J. C., & González-Pienda García, J. A. (1996). Una aproximación teórica al concepto de metas académicas y su relación con la motivación escolar. *Psicothema*, 8(1).
- Greco, C. (2010). Las emociones positivas: su importancia en el marco de la promoción de la salud mental en la infancia. *Liberabit*, 16(1), 81-93. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=68615511009>
- Henaó López, G. C., & García Vesga, M. C. (2009). Interacción familiar y desarrollo emocional en niños y niñas. *Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales, niñez y juventud*, 7(2), 785-802. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=77315614009>
- Hendrie Kupczyszyn, K. N., & Bastacini, M. del C. (2020). Autorregulación en estudiantes universitarios: Estrategias de aprendizaje, motivación y emociones. *Revista Educación*, 44(1), 190-207. <https://doi.org/10.15517/revedu.v44i1.37713>
- Hernández-Sampieri, R. & Mendoza Torres, C. P: (2018). *Metodología de la investigación. Las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta*. Editorial Mc Graw Hill Education. <https://doi.org/10.22201/fesc.20072236e.2019.10.18.6>
- Llano Cifuentes C. (2009). *Análisis filosófico del concepto de motivación*. Servicio de Publicaciones de la Universidad de Navarra. <https://hdl.handle.net/10171/35331>

- López-Hernández, D., & Fernández-Espínola, C. (2019). Clima motivacional percibido y motivación autodeterminada en Educación Física. *e-Motion: Revista de Educación, Motricidad e Investigación*, 12, 3-13. <https://doi.org/10.33776/remo.v0i12.3359>
- Márquez Hernández, M. L., & Abundez González, M. A. (2015). La motivación en el aula: estrategia esencial para mejorar el aprendizaje en la escuela primaria. *Cuadernos de educación y desarrollo*, 55, 1-10. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=8895300>
- Maslow, A. (1991). *Motivación y personalidad*. Ediciones Díaz de Santos.
- Ospina Rodríguez, J. (2006). La motivación, motor del aprendizaje. *Revista ciencias de la salud*, 4(2), 158-160. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=56209917>
- Palacios-González, M. G., García-Herrera, D. G., Erazo-Álvarez, J. C., & Narvárez-Zurita, C. I. (2020). Prácticas motivadoras para captar la atención de los estudiantes en bachillerato. *CienciaMatria*, 6(1), 388-411. <https://doi.org/10.35381/cm.v6i1.339>
- Papanicolaou, A. C. (2004). Walter Canon y el surgimiento del cerebrocentrismo. *Revista española de neuropsicología*, 6(1), 25-52.
- Pinedo Chambi, D. & Richard Pérez, S. E. (2018). Inteligencia emocional y rendimiento académico en estudiantes de nivel primario en una institución educativa confesional de la selva peruana. *Revista muro de la investigación*, 3(1), 30-39. <https://doi.org/10.17162/rmi.v3i1.1112>
- Piqueras Rodríguez, J. A., Ramos Linares, V., Martínez González, A. E., & Oblitas Guadalupe, L. A. (2009). Emociones negativas y su impacto en la salud mental y física. *Suma psicológica*, 16(2), 85-112. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=134213131007>
- Pradas Gallardo C. (19 de junio de 2018). *Teoría de la inteligencia emocional de Daniel Goleman: Resumen y test*. Psicología-Online. <https://cutt.ly/jw3mDkzw>
- Rivas Ruiz, C. (2022). *Inteligencia emocional y rendimiento escolar en estudiantes de nivel primaria de una institución educativa del distrito Gorgor, 2022* [Tesis de

- Maestría, Universidad César Vallejo].  
<https://hdl.handle.net/20.500.12692/98603>
- Rodríguez-Camejo, J. (2019). Dos instrumentos comprensivos para la medición de la regulación emocional. *Alternativas en psicología*, 40, 141-155.
- Rondoño Maguiña, M. I. (2022). *Inteligencia emocional y motivación educativa del nivel primario en estudiantes del IEP "Mi otro mundo" Lima 2021* [Tesis para Título, Universidad Autónoma de Ica].  
<http://hdl.handle.net/autonomadeica/1545>
- Ruiz Cubas, E., & Bocanegra Gonzales, E. (2019). *Motivación en el aprendizaje de los estudiantes del sexto grado del nivel primaria de la IE N° 0660 Jorge Ruíz Veintemilla San José de Sisa-2016* [Tesis para Título, Universidad Nacional de San Martín]. <http://hdl.handle.net/11458/3394>
- Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2000). Self-determination theory and the facilitation of intrinsic motivation, social development, and well-being. *American psychologist*, 55(1), 68. <https://doi.org/10.1037//0003-066x.55.1.68>
- Salovey, P., & Mayer, J. (1990). Inteligencia emocional. *Imaginación, conocimiento y personalidad*, 9(3), 185-211.
- Soto Otañi, R., & Taipe Lázaro, D. (2019). *Motivación y rendimiento académico en los estudiantes de cuarto grado de la Institución Educativa " Julio César Tello", Tacsana-Huancavelica 2018* [Tesis para Título, Universidad Nacional de Huancavelica]. <http://repositorio.unh.edu.pe/handle/UNH/2820>
- Usán Supervía, P., & Salavera Bordás, C. (2018). School motivation, emotional intelligence and academic performance in students of secondary education. *Actualidades en Psicología*, 32(125), 95-112. <https://doi.org/10.15517/ap.v32i125.32123>
- Valenzuela, J., Muñoz Valenzuela, C., Silva-Peña, I., Gómez Nocetti, V., & Precht Gandarillas, A. (2015). Motivación escolar: Claves para la formación motivacional de futuros docentes. *Estudios pedagógicos (Valdivia)*, 41(1), 351-361. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=173541114021>
- Valenzuela-Santoyo, A. del C., & Portillo-Peñuelas, S. A. (2018). Emotional intelligence in primary education and its relationship with academic

- performance. *Revista Electrónica Educare*, 22(3), 228-242.  
<https://doi.org/10.15359/ree.22-3.11>
- Valle, A., Rodríguez, S. & Regueiro, B. (2015). *Motivación y aprendizaje escolar: Aprendiendo a gestionar la motivación y las emociones*. Madrid: Editorial CCS.
- Vivar Farfán, M. del S. (2014). *La motivación para el aprendizaje y su relación con el rendimiento académico en el área de inglés de los estudiantes del primer grado de educación secundaria* [Tesis de Maestría, Universidad de Piura].  
<https://hdl.handle.net/11042/1813>
- Yúngan Yungán R. & Chicaiza Altamirano, M. del P. (2017). *La motivación escolar y el rendimiento académico de los niños y niñas de Educación General Básica de la Unidad Educativa "Luis A Martínez" del cantón Ambato* [Tesis para Título, Universidad Técnica de Ambato].  
<https://repositorio.uta.edu.ec/jspui/handle/123456789/24587>

## INFORMACIÓN DE LOS AUTORES

**Nancy Soledad  
Canales Laura**



Licenciada en Educación Primaria con grado de Magister en Ciencias de la Educación con mención en Administración y Planificación de la Educación por la Universidad Nacional de Huancavelica. Docente nombrada en la I.E. N°22752-Chincha-Ica. Especialista en Currículo Nacional de la Educación y Educación Universitaria.

**Abel Gonzales Castro**



Licenciado en Educación Secundaria Historia-Geografía por la Universidad Nacional de San Cristóbal de Huamanga con grado de Doctor en Psicología Educativa y Tutorial por la Universidad Nacional de Educación Enrique Guzmán y Valle. Magister en Gerencia Social por la Universidad Alas Peruanas. Actual docente de pregrado y posgrado de la Universidad Nacional de Huancavelica. Investigador RENACYT.

**Milagros Piñas  
Zamudio**



Licenciada en Educación Inicial, y Pedagogía y Humanidades en Educación Inicial ambos por la Universidad Nacional del Centro del Perú con grado de Doctor en Ciencias de la Educación por la Universidad Nacional de Huancavelica. Magister en Ciencias de la Educación, Investigación y Docencia Universitaria. Docente de la Escuela Profesional de Educación Inicial de la Universidad Nacional de Huancavelica. Pasante por la Universidad La Laguna - Tenerife - España y la Universidad Pública de Navarra. Área de estudio en conciencia fonológica en niños preescolares bajo el contexto de interculturalidad y bilingüismo.

Este libro se terminó de publicar en la editorial

**Instituto Universitario  
de Innovación Ciencia y Tecnología Inudi Perú**



ISBN: 978-612-5130-30-3

