

Importancia de la inteligencia emocional en la resiliencia de estudiantes y docentes

Delfina Huarancca Ramirez^{1*}, Carlos Alberto Villafuerte Alvarez¹

¹ Escuela de Posgrado. Universidad César Vallejo. Perú.

* Autor para correspondencia: Delfina Huarancca Ramirez, dhuarancca@ucvvirtual.edu.pe

(Recibido: 10-11-2023. Publicado: 01-12-2023.)

DOI: 10.59427/rcli/2023/v23cs.2930-2938

Resumen

El objetivo de la investigación fue Explorar la relación entre la inteligencia emocional y la resiliencia de los docentes peruanos, entendiendo cómo las distintas dimensiones de la inteligencia emocional influyen en su capacidad para enfrentar desafíos educativos y mantener un alto nivel de resiliencia en un ambiente laboral exigente. Se adoptó un enfoque de revisión bibliográfica y análisis documental, centrando la recopilación de datos en una búsqueda exhaustiva de literatura relevante en prestigiosas bases de datos académicas y repositorios científicos. Teorías de la inteligencia emocional y resiliencia de Salovey y Mayer, y Goleman son fundamentales para el marco teórico del estudio. La inteligencia emocional, especialmente en sus dimensiones de conciencia y regulación emocional, empatía, e inteligencia interpersonal, muestra una correlación significativa con la resiliencia. Los docentes que gestionan eficazmente sus emociones y las de otros tienden a adaptarse y recuperarse más exitosamente de las adversidades. La inteligencia emocional es un predictor significativo de la resiliencia en docentes, además de esencial para afrontar las adversidades y retos educativos en el contexto peruano. Se sugiere que la formación y el apoyo a los estudiantes y docentes deben enfocarse en el desarrollo de competencias emocionales para mejorar su bienestar emocional.

Palabras claves: *Inteligencia emocional; resiliencia docente; educación en Perú; bienestar emocional; desafíos educativos.*

Abstract

The objective of the research was to explore the relationship between emotional intelligence and resilience of Peruvian teachers, understanding how the different dimensions of emotional intelligence influence their ability to face educational challenges and maintain a high level of resilience in a demanding work environment. A bibliographic review and documentary analysis approach was adopted, focusing data collection on an exhaustive search for relevant literature in prestigious academic databases and scientific repositories. Theories of emotional intelligence and resilience by Salovey and Mayer, and Goleman are fundamental to the theoretical framework of the study. Emotional intelligence, especially in its dimensions of emotional awareness and regulation, empathy, and interpersonal intelligence, shows a significant correlation with resilience. Teachers who effectively manage their own emotions and those of others tend to adapt and recover more successfully from adversity. Emotional intelligence is a significant predictor of resilience in teachers, as well as essential for facing adversities and educational challenges in the Peruvian context. It is suggested that training and support for students and teachers should focus on the development of emotional competencies to improve their emotional well-being.

Keywords: *Emotional intelligence; teacher resilience; education in Peru; emotional well-being; educational challenges.*

1. Introducción

La educación es un pilar fundamental en el desarrollo de cualquier sociedad. Los docentes desempeñan un papel central en la formación de las generaciones futuras y en la transmisión de conocimiento y valores. Sin embargo, la profesión docente enfrenta desafíos significativos en cuanto a las capacidades de investigación (Paz y Estrada, 2022), competencias digitales (Sánchez Vera, 2023), las competencias profesionales (Vega, 2022) junto con una necesidad inclusiva (Estévez et al., 2022). La presión por mejorar los estándares educativos, las demandas cambiantes de los estudiantes y la carga de trabajo son solo algunos de los factores que contribuyen a la complejidad de la labor docente (Díaz y Poblete, 2023). Estos desafíos pueden tener un impacto profundo en la salud emocional y la resiliencia de los docentes. A nivel internacional, se ha observado una creciente preocupación por el bienestar de los docentes y su capacidad para mantener un alto nivel de resiliencia en un entorno educativo en constante evolución (UNESCO, 2020). En muchas partes del mundo, los educadores se enfrentan a altos niveles de estrés, agotamiento y desmotivación (Rodríguez-Barboza et al., 2023). Estos factores pueden llevar a una disminución de la calidad de la enseñanza y, en última instancia, afectar el aprendizaje de los estudiantes. La problemática es multidimensional e incluye aspectos económicos, sociales y emocionales (UNESCO, 2022).

Los estudios internacionales han demostrado que la inteligencia emocional puede ser un factor determinante en la capacidad de los docentes para enfrentar estos desafíos (Mérida-López et al., 2023). La inteligencia emocional no solo se relaciona con la gestión de las emociones propias, sino también con la empatía hacia los estudiantes y la capacidad de establecer relaciones efectivas en el aula. Estas habilidades pueden contribuir significativamente a la resiliencia de los docentes en un contexto educativo cada vez más complejo. En el contexto peruano, la profesión docente enfrenta desafíos similares. Los docentes peruanos se encuentran bajo una gran presión que se eleva a un 57.2% (INSM, 2021) para mejorar los resultados educativos y lidiar con una variedad de dificultades en el sistema educativo. Además, la brecha educativa entre las zonas urbanas y rurales en el país plantea desafíos adicionales (MINEDU, 2022). Los docentes en áreas rurales pueden enfrentar condiciones de trabajo difíciles y carecer de recursos adecuados. La salud emocional y la resiliencia de los docentes en el Perú son cuestiones de importancia crítica, ya que estas condiciones pueden afectar directamente la calidad de la educación que se brinda a los estudiantes peruanos (MINEDU, 2022). Comprender la relación entre la inteligencia emocional y la resiliencia en el contexto peruano es esencial para abordar estos problemas y brindar apoyo adecuado a los docentes.

En este contexto, este artículo se enfoca en explorar la relación entre la inteligencia emocional y la resiliencia en docentes peruanos. Se busca comprender cómo las dimensiones específicas de la inteligencia emocional pueden influir en la capacidad de los docentes en Perú para enfrentar los desafíos educativos y mantener un alto nivel de resiliencia en un entorno de trabajo exigente. Además, se examinarán las implicaciones de estos hallazgos para la formación y el apoyo de los docentes en el país, con el objetivo de mejorar su bienestar emocional y su desempeño laboral.

2. Bases teóricas de la investigación

La inteligencia emocional, un concepto cada vez más relevante en la psicología y la educación, se fundamenta en la premisa de que las emociones desempeñan un papel fundamental en el comportamiento humano (Fragoso-Luzuriaga, 2015), y la habilidad para comprender, reconocer, gestionar y utilizar las emociones de manera efectiva es crucial para el éxito y el bienestar psicológico (Sánchez-Bolívar et al, 2023). Esta capacidad se desglosa en diversas dimensiones clave.

La primera dimensión, conocida como conciencia emocional, engloba la habilidad de identificar y comprender tanto las propias emociones como las de los demás (Flores, 2022). Los docentes con una alta conciencia emocional pueden percibir sus propias reacciones emocionales, así como las de sus estudiantes, permitiéndoles abordar situaciones de manera más efectiva. La regulación emocional, por su parte, se refiere a la capacidad de manejar las emociones de forma apropiada y constructiva (Flores, 2022). Docentes dotados de esta habilidad pueden lidiar con el estrés, mantener la calma en situaciones desafiantes y tomar decisiones informadas en lugar de reaccionar impulsivamente. En la figura 1 se aprecia las preocupaciones frecuentes de los docentes peruanos.

Lo que les pasa a muchas/os docentes:

- “En la comunidad no llega el internet”, “Los estudiantes no cuentan con computadora, ni tabletas”.
- “Desde que comenzó la pandemia muchos de mis estudiantes tienen mal rendimiento... quizás no estoy haciendo bien mi trabajo”.
- “Trabajo sin parar y siento que nunca es suficiente”.
- “Tengo que pensar en el almuerzo del día y también atender a mi familiar enferma/o mientras me ocupo de mis responsabilidades como docente”.
- “No sé manejar la tecnología y me cuesta mucho aprender”.

Figura 1: Frecuentes preocupaciones de los docentes peruanos.

La empatía, otra dimensión relevante, implica la capacidad de comprender y responder a las emociones de los demás (Flores, 2022). Los docentes empáticos establecen conexiones más profundas con sus estudiantes, construyen relaciones basadas en la confianza y brindan apoyo emocional cuando es necesario. Finalmente, la inteligencia interpersonal o habilidades sociales se relacionan con la capacidad de establecer relaciones interpersonales efectivas (Flores, 2022). Los docentes que poseen estas habilidades pueden comunicarse de manera clara y respetuosa, resolver conflictos de manera constructiva y colaborar eficazmente con colegas y padres de familia.

El enfoque longitudinal representado en la figura 2 desempeña un papel fundamental en la comprensión de la relación entre las variables en marcos de tiempo estructurados. En el contexto de la comprensión de la inteligencia emocional y el bienestar psicológico, es esencial considerar las diversas definiciones de estos dos conceptos que se emplean, en Malinauskas & Malinauskiene (2020). Esto se debe a que estos conceptos se utilizan con frecuencia al investigar las relaciones que existen entre las variables y la inteligencia emocional. Mientras que el término “bienestar psicológico” aún presenta cierta ambigüedad, investigaciones previas sugieren que dicho bienestar se define a partir de experiencias positivas vinculadas a la ausencia de experiencias negativas en la vida de un individuo.

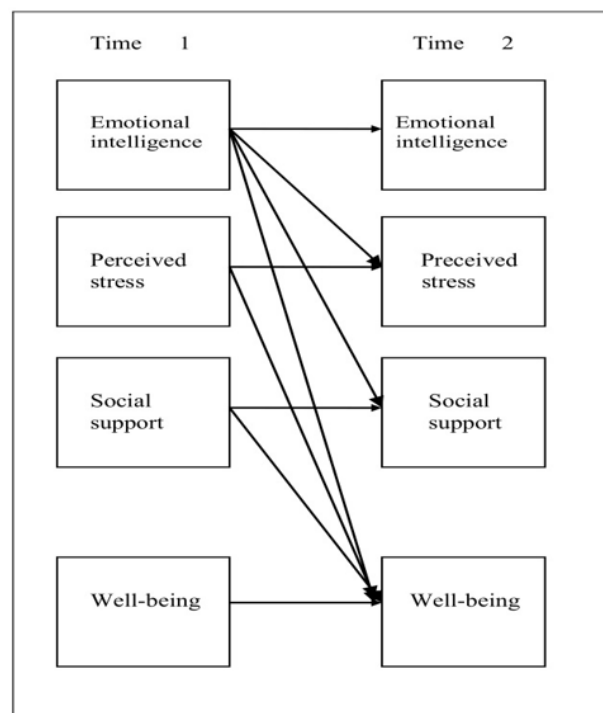


Figura 2: Frecuentes preocupaciones de los docentes peruanos.

Otras investigaciones argumentan que el bienestar psicológico no se limita únicamente a la presencia o ausencia de experiencias positivas o negativas (Mansfield et al., 2020), sino que también abarca un estado de ausencia de estrés y la no experimentación de problemas psicológicos (Lasota et al., 2020). Además, la evidencia obtenida de investigaciones previas sobre el bienestar psicológico señala que este concepto se compone de diversos indicadores empíricos y teóricos. Por lo tanto, la elección de las medidas específicas mencionadas anteriormente desempeña un papel crucial en la determinación de la puntuación global del bienestar psicológico en un individuo. La resiliencia se ha convertido en un concepto de gran relevancia en la psicología y la educación. Esta se define como la capacidad de afrontar la adversidad, adaptarse a situaciones difíciles y recuperarse de experiencias traumáticas (Valverde-Janer et al., 2023). En el contexto docente, la resiliencia se manifiesta a través de la habilidad de mantener una actitud optimista frente a los desafíos, adaptarse a cambios en el entorno educativo, recuperarse de situaciones difíciles y continuar comprometidos con la enseñanza a pesar de las dificultades (Antinienė & Lekavičienė (2019).

Los docentes, como faros de conocimiento en el vasto océano del aprendizaje, demuestran una resiliencia admirable en su labor (Saldarriaga et al., 2022). Afrontan desafíos diversos con valentía y determinación, adaptándose constantemente a un entorno en constante evolución. La capacidad de sobreponerse a obstáculos académicos, como la carga de trabajo intensa o la presión de mantenerse actualizados en sus campos, refleja su resiliencia innata (Vargas y García, 2021; Kinay et al., 2021; Wang, 2021; Segovia-Quesada et al., 2020; Barrios et al., 2018; Soulen y Wine, 2018; Henderson y Milstein, 2003). Además, la resiliencia de los docentes se manifiesta en su compromiso con la formación integral de sus estudiantes. A pesar de las dificultades que puedan surgir, estos educadores continúan inspirando y motivando a sus alumnos, guiándolos hacia el éxito académico y personal (Casimiro et al., 2020). Su capacidad para adaptar sus métodos de enseñanza y abrazar la tecnología como una herramienta poderosa en el aula es un testimonio de su resistencia frente a los desafíos modernos (Flórez et al., 2020). En última instancia, la resiliencia de los docentes radica en su profundo amor por la enseñanza y el aprendizaje. Están dispuestos a superar cualquier adversidad en aras de nutrir las mentes jóvenes y ayudarles a alcanzar su máximo potencial (Daniilidou et al., 2020). Su dedicación inquebrantable a la educación superior es un ejemplo inspirador de la fuerza del espíritu humano y su capacidad para florecer incluso en las circunstancias más difíciles (García-Crespo et al., 2021). La inteligencia emocional ha sido objeto de estudio desde la década de 1990 y se ha desarrollado a partir de varias teorías clave. Dos de las teorías más influyentes son la de Peter Salovey y Mayer, y la de Goleman. En la tabla 1 se refleja las teorías y modelos clave en el trabajo colaborativo y la práctica docente.

Tabla 1: Teorías y modelos clave en el trabajo colaborativo y la práctica docente.

Teoría o Modelo	Principales Conceptos	Principales Autores Base	Aplicación en la Resiliencia Docente
Modelo de Inteligencia Emocional	Componentes clave: Autoconciencia, Autorregulación, Conciencia Social, Gestión de Relaciones	Goleman (2011)	Los docentes con alta inteligencia emocional pueden gestionar el estrés y las emociones en el aula, lo que contribuye a su resiliencia.
Teoría de la Resiliencia	Capacidad para enfrentar la adversidad y recuperarse	Werner (1989), Rutter (1985)	La resiliencia es fundamental para lidiar con el estrés y desafíos en la enseñanza.
Teoría del Apego	Importancia de las relaciones afectivas en el desarrollo	Bowlby (1958),	Desarrollar relaciones sólidas con los estudiantes puede ser un factor protector en momentos de estrés.
Teoría de la Autoeficacia	Creencia en la propia capacidad para enfrentar desafíos	Bandura (1987)	La autoeficacia puede influir en la resiliencia de los docentes, fortaleciendo su confianza para superar dificultades.
Teoría de la Motivación	Motivación intrínseca y pasión por la enseñanza	Ryan & Deci (2017)	Mantener la motivación y el entusiasmo es esencial para la resiliencia en la docencia.
Teoría de la Educación Socioemocional	Enseñanza de habilidades socioemocionales	Goleman (2009)	Los docentes con inteligencia emocional pueden enseñar eficazmente habilidades socioemocionales a sus alumnos.
Teoría de la Autoeficacia Docente	Confianza del docente en su capacidad para influir positivamente	Bandura (1987)	La autoeficacia docente está relacionada con la resiliencia y la capacidad de superar desafíos en la enseñanza.
Teoría de la Resiliencia Organizacional	Resiliencia a nivel de instituciones	Meyer & Allen (1997)	Promover la inteligencia emocional en el personal docente puede crear un entorno escolar más resiliente.
Teoría de la Autorregulación Emocional	Habilidad para gestionar emociones y estrés	Mayer y Salovey (1997)	La autorregulación emocional es esencial para manejar el estrés y las emociones en la docencia y fomentar la resiliencia.

La relación entre la Inteligencia Emocional y la Resiliencia en los docentes es un tema de gran relevancia en la educación (Agarwal et al, (2020). La Inteligencia Emocional, como propuesta por Goleman (2009) y (2011), resaltan la importancia de reconocer y gestionar las emociones propias y de los demás, habilidades esenciales para afrontar el estrés y los desafíos en el entorno educativo. Por otro lado, la Resiliencia, basada en investigaciones de Werner (1989) y Rutter (1985), se enfoca en la capacidad de los docentes para superar la adversidad y recuperarse, lo que es esencial en una profesión que a menudo enfrenta desafíos emocionales y situaciones estresantes. Además, teorías como la del Apego de Bowlby (1958) subraya la relevancia de establecer relaciones sólidas con los estudiantes, lo que puede ser un factor protector en momentos de tensión. La Autoeficacia, según Bandura (1987), y la Motivación intrínseca, según Ryan y Deci (2017), también influyen en la resiliencia, al fortalecer la confianza y mantener la pasión por la enseñanza. En conjunto, estas perspectivas teóricas proporcionan una visión integral de cómo la Inteligencia Emocional puede desempeñar un papel fundamental en el desarrollo de la resiliencia de los docentes, permitiéndoles afrontar con éxito los desafíos en el aula y en su carrera educativa.

Integración de la Inteligencia Emocional y la Resiliencia:

La relación entre la inteligencia emocional y la resiliencia se ha vuelto un tema de interés creciente en la investigación. Algunos estudios sugieren que las dimensiones específicas de la inteligencia emocional, como la regulación emocional y la empatía, pueden estar relacionadas con la capacidad de un individuo para afrontar el estrés y recuperarse de experiencias difíciles.

La capacidad de reconocer y gestionar las emociones propias y de los demás puede ayudar a los docentes a mantener un equilibrio emocional en situaciones estresantes, lo que a su vez puede contribuir a su resiliencia en el entorno escolar. Además, la empatía y las habilidades sociales pueden facilitar la construcción de relaciones sólidas con los estudiantes, lo que a su vez puede influir en su capacidad de superar obstáculos y adaptarse a los desafíos educativos.

En resumen, este marco teórico proporciona una base sólida para comprender cómo la inteligencia emocional y la resiliencia se interrelacionan en el contexto de los docentes y estudiantes. En el siguiente segmento de este artículo, exploraremos estudios previos que han investigado esta relación y examinaremos su relevancia para la formación y el apoyo de los docentes en el Perú y otros países.

Resultados de investigaciones previas:

Investigaciones previas han destacado la importancia de la Inteligencia Emocional en la resiliencia de los docentes. En estudios conducidos por Nunes (2022) en Brasil y Valverde-Janer et al, (2023) en España, han observado que los docentes con una sólida capacidad para reconocer y gestionar sus emociones tienden a afrontar mejor el estrés y los desafíos en la enseñanza. Esta habilidad para adaptarse y recuperarse de situaciones adversas es fundamental para mantener la satisfacción laboral y el compromiso a largo plazo en la profesión docente.

Nunes (2022) centró su estudio en el impacto que la Inteligencia Emocional y la Resiliencia tienen en el desempeño académico de los estudiantes. La investigación se propone como objetivo principal analizar cómo estas dos capacidades psicológicas afectan el éxito escolar, utilizando un estudio cuantitativo para medir estas dimensiones. Los resultados indican que, aunque no todas las dimensiones de la Inteligencia Emocional y la Resiliencia influyen directamente en el rendimiento, existe una correlación positiva entre estas y el desempeño académico, especialmente en las dimensiones de "Percepción Emocional" y "Autodisciplina".

Elvira (2022) propone que la felicidad en el trabajo no solo es importante por su influencia positiva en el rendimiento laboral, sino porque representa un objetivo fundamental en la vida de las personas, independientemente de los beneficios que pueda aportar a los resultados de una empresa. El enfoque específico de la investigación es examinar cómo la inteligencia emocional afecta la felicidad en el trabajo y, además, explorar cómo la resiliencia actúa como un factor mediador entre la inteligencia emocional y la felicidad en ambientes de trabajo que presentan altos niveles de estrés y complejidad, como es el caso del sector educativo. En la tabla 2 se aprecian los hallazgos y resultados de estudios significativos resumidos.

Tabla 2: Resumen de los hallazgos y resultados de estudios significativos.

Título del Estudio, Autor(es) y Año de Publicación	Metodología	Principales Hallazgos	Base de datos
Inteligencia emocional en el perfil formativo y psicosocial de los estudiantes. Sánchez-Bolívar et al. (2023).	Revisión sistemática. Estudio descriptivo.	La inteligencia emocional está significativamente relacionada con varios aspectos de la vida estudiantil, incluyendo rendimiento académico, bienestar psicológico, motivación, estrés, ansiedad y resiliencia.	Web of Sciences
Resilience and Burnout: Relation of Emotional Intelligence (EI) and Stress Management Capabilities. Agarwal et al. (2020).	Enfoque cuantitativo	Existe una relación entre la inteligencia emocional y la capacidad de manejo del estrés y la ansiedad. Aquellos estudiantes con puntuaciones altas en inteligencia emocional también muestran mayores habilidades para gestionar el estrés.	Scopus
Some psychological factors that affect emotional intelligence of Lithuanian high school students. Antimienė & Lekavičienė (2019).	Enfoque cuantitativo	Los individuos con alta inteligencia emocional tienden a tener un mayor bienestar psicológico y menores niveles de depresión, ansiedad y percepción de problemas de salud.	Web of Sciences
Mindfulness and Coaching to Improve Learning Abilities in University Students. Corti & Gelati (2020).	Enfoque cuantitativo	El estudio encontró que el mindfulness, coaching y formación en estrategias de estudio, mejoran la autorregulación del estudio, la gestión de la ansiedad y la motivación de los estudiantes, lo que sugiere su efectividad en el aprendizaje efectivo.	Scopus
Personality traits, emotional intelligence and decision-making styles. El Othman et al. (2020).	Enfoque cuantitativo	El estudio encontró que la extroversión se relacionó con un estilo de toma de decisiones menos racional, mientras que la amabilidad y la responsabilidad se asociaron con un estilo de toma de decisiones más racional. La inteligencia emocional medió la relación entre ciertos rasgos de personalidad y estilos de toma de decisiones, destacando su importancia.	Scopus
Relationship between Emotional Intelligence and Psychological Well-Being among Male University Students. Malinauskas & Malinauskienė (2020).	Enfoque cuantitativo	La inteligencia emocional de los estudiantes varones se relaciona positivamente con el apoyo social percibido y el bienestar psicológico, mientras que se relaciona negativamente con el estrés percibido, según este estudio longitudinal.	Scopus
The Influence of Emotional Intelligence on Resilience, Test Anxiety, Academic Stress and the Mediterranean Diet. A Study with University Students. (Trigueros et al., 2020).	Enfoque cuantitativo	Este estudio analizó la influencia de la inteligencia emocional en estudiantes en su resiliencia, estrés académico, ansiedad por exámenes y hábitos alimentarios mediterráneos. La inteligencia emocional predijo positivamente la resiliencia, que a su vez redujo la ansiedad por exámenes y estrés académico.	Scopus
Emotional Intelligence, Resilience, and Self-Esteem as Predictors of Satisfaction with Life in University Students. Vilca-Paraja et al., (2022).	Enfoque cuantitativo	Se demostró que la autoestima, la autorregulación emocional, el uso de la emoción para facilitar el rendimiento y la aceptación de uno mismo y de la vida como factores de resiliencia predicaban la satisfacción con la vida, explicando el 48% de la varianza. La variable que mejor predicaba la satisfacción con la vida era la autoestima.	Scopus
Association between teachers' resilience and emotional intelligence during the COVID-19 outbreak. López-Angulo et al., (2022).	Enfoque cuantitativo	La investigación reveló que la inteligencia emocional alta de los profesores se relaciona fuertemente con una mayor resiliencia, esencial para la enseñanza remota en pandemia.	SciELO
A review of resilience in higher education: toward the emerging concept of designer resilience. Anne (2023).	Enfoque cualitativo	Los estudiantes de educación superior muestran altos niveles de depresión y ansiedad, abordados por programas de resiliencia y bienestar, destacando la resiliencia del diseñador como un enfoque emergente en la literatura especializada.	Taylor & Francis Online

Estos hallazgos destacan la importancia de considerar factores como la Inteligencia Emocional, la autoeficacia y las relaciones afectivas en la promoción de la resiliencia de los docentes, lo que a su vez puede tener un impacto positivo en la calidad de la educación que ofrecen y en su bienestar general.

3. Metodología

Para llevar a cabo esta investigación, se empleará una metodología basada en la revisión bibliográfica y el análisis documental. Este enfoque se centrará en la recopilación y síntesis de información relevante procedente de fuentes secundarias, como libros, artículos científicos, informes y estudios previos, que aborden la relación entre la inteligencia emocional y la resiliencia en el contexto de la docencia.

Recopilación de Datos:

La recopilación de datos se basará en la búsqueda exhaustiva y sistemática de fuentes bibliográficas relacionadas con la inteligencia emocional y la resiliencia en docentes. Se utilizarán bases de datos académicas como SciELO, Web of Science, Taylor & Francis y Scopus, además de repositorios científicos para identificar estudios relevantes y literatura existente en el área de interés.

Análisis de Datos:

El análisis de datos se llevará a cabo mediante un proceso de revisión crítica y síntesis de la literatura encontrada. Se identificarán tendencias, patrones, enfoques teóricos y resultados clave que arrojen luz sobre la relación entre la inteligencia emocional y la resiliencia en docentes. Este enfoque metodológico se centrará en la revisión y el análisis exhaustivo de la literatura científica existente sobre el tema, lo que permitirá obtener una visión sólida y respaldada por la investigación previa sobre cómo la inteligencia emocional puede influir en la resiliencia de los docentes.

4. Resultados y discusión

La discusión sobre la relación entre la inteligencia emocional y la resiliencia docente es amplia y multifacética. Mérida-López et al. (2023) ofrecen un importante punto de partida, destacando que la inteligencia emocional es una herramienta esencial para que los docentes gestionen las demandas emocionales de su trabajo. Esto resuena con los hallazgos de Paz y Estrada (2022), quienes sugieren que las competencias en investigación potencian la adaptabilidad de los docentes, una forma de resiliencia intelectual. Sin embargo, la investigación de Sánchez Vera (2023) introduce una dimensión adicional, proponiendo que las competencias digitales, en la era actual, son tan cruciales como las habilidades de investigación para la resiliencia docente. Esta perspectiva se alinea con la de Vega (2022), quien argumenta que las competencias profesionales deben evolucionar para incluir capacidades digitales robustas, lo que refleja una convergencia en la literatura sobre la necesidad de una base de conocimiento diversificada para fomentar la resiliencia.

La teoría de la inteligencia emocional de Salovey y Mayer (1997), y la conceptualización de Goleman (2011) proporcionan un marco para entender cómo estas habilidades afectan la resiliencia. La conciencia emocional y la autorregulación, componentes clave de estas teorías, se correlacionan fuertemente con la capacidad de los docentes para mantener una actitud positiva ante la adversidad (Flores, 2022). Este enfoque teórico se ve respaldado por los resultados de Díaz y Poblete (2023), que subrayan la carga que representan las demandas cambiantes de los estudiantes y la presión por los estándares educativos. La convergencia entre la teoría y la práctica sugiere que la inteligencia emocional no solo es beneficiosa para la resiliencia individual, sino que también podría ser un mecanismo a través del cual los sistemas educativos responden a los desafíos institucionales.

Por otro lado, la aplicación de la teoría de la resiliencia en la educación, como la propone Antinienė y Lekavičienė (2019), ofrece una lente a través de la cual se puede examinar la capacidad de los docentes para recuperarse de experiencias traumáticas. La resiliencia se manifiesta en la capacidad para adaptarse a los cambios y mantener el compromiso con la enseñanza a pesar de las dificultades. En este contexto, los estudios de Rodríguez-Barboza et al. (2023) proporcionan evidencia empírica de que la resiliencia es una respuesta al estrés y al agotamiento que muchos educadores enfrentan, lo que apoya la noción de que la inteligencia emocional y la resiliencia son constructos interdependientes. Además, la comparación entre las especialidades y el género en el manejo de la resiliencia y la inteligencia emocional revela diferencias significativas (UNESCO, 2020; UNESCO, 2022). Mientras que la empatía y la autorregulación emocional son cruciales en todas las disciplinas y contextos, parece haber variaciones en cómo estos componentes se manifiestan y son valorados entre hombres y mujeres docentes. Este contraste se refleja en los hallazgos de Mérida-López et al. (2023), que notaron diferencias de género en la expresión y regulación emocional en contextos educativos.

Finalmente, el análisis de las teorías y resultados actuales resalta la complejidad de la docencia en el Perú, donde factores como la brecha educativa entre zonas urbanas y rurales exacerban los desafíos de la profesión (MINEDU, 2022). Los docentes en áreas rurales a menudo carecen de los recursos que podrían apoyar su resiliencia, lo que pone de relieve la importancia del contexto en la aplicación de las teorías de inteligencia emocional y resiliencia. Así, los trabajos de INSM (2021) y MINEDU (2022) son cruciales, ya que contextualizan la inteligencia emocional y la resiliencia dentro de las realidades específicas del entorno peruano. En conjunto, esta variedad de perspectivas subraya la riqueza y diversidad de la investigación sobre la resiliencia e inteligencia emocional en la educación.

5. Conclusiones

El presente estudio subraya la intersección crítica entre la inteligencia emocional y la resiliencia de los docentes en el Perú, alineándose con el objetivo inicial de examinar cómo estas dimensiones influyen en su capacidad para superar los retos educativos. La revisión bibliográfica y el análisis de la literatura resaltan la relevancia de las teorías de Salovey y Mayer (1997) y Goleman (2011), y la investigación empírica de autores como Mérida-López et al. (2023), Paz y Estrada (2022), y Sánchez Vera (2023), quienes colectivamente enfatizan la necesidad de fortalecer las competencias emocionales y digitales de los docentes para fomentar su bienestar y eficacia en un entorno desafiante. Los resultados de este estudio no solo corroboran la significativa correlación entre la inteligencia emocional y la resiliencia docente, sino que también ofrecen una perspectiva esperanzadora para el desarrollo profesional y la política educativa en Perú. Mirando hacia el futuro, es imperativo que los programas de formación docente y las políticas educativas en el Perú incorporen estrategias dirigidas al desarrollo de la inteligencia emocional, tal como sugieren las contribuciones teóricas y empíricas de Flores (2022) y Díaz y Poblete (2023). Esto resonará profundamente en la capacidad de los educadores para adaptarse y prosperar ante las complejidades de la profesión docente, como han demostrado estudios previos de Nunes (2022) y Valverde-Janer et al. (2023). Al hacerlo, los educadores no solo estarán mejor equipados para manejar su propio bienestar emocional, sino que también estarán en una posición más fuerte para inspirar y guiar a las generaciones futuras en un mundo en constante cambio.

6. Referencias bibliográficas

- Agarwal, A., Ali, H., Sa, S. and Hussain Shah, J. (2020). Resilience and Burnout: Relation of Emotional Intelligence (EI) and Stress Management Capabilities among Health Professional Students of Northern Border University -Arar, Kingdom of Saudi Arabia. *Journal of Medical and Health Sciences*, 14(1).
- Antiniene D., Lekaviciene R. (2019). Some psychological factors that affect emotional intelligence of lithuanian high school students. *Soc. Welf. Interdiscip. Approach*. 1. 8-23.
- Anne Price R. (2023) A review of resilience in higher education: toward the emerging concept of designer resilience. *Studies in Higher Education*, 48:1, 83-99.
- Bandura, A. (1987). *Pensamiento y acción: fundamentos sociales*: Barcelona-España.
- Bandura, A. (1997). Self-efficacy: The exercise of control (pp. 604). W H Freeman/Times Books/ Henry Holt & Co.
- Barrios, O., Mercado, S., y Vargas, J. G. (2018). Medición de la resiliencia del personal del Instituto Tecnológico de Lázaro Cárdenas, Michoacán, México. *Administración y Organizaciones*, 21(41), 105-124.
- Bowlby J. (1958). The Nature of the Child's Tie to His Mother. *International Journal of Psychoanalysis*; 39, 350-371.
- Casimiro, W. H., Casimiro, C. N., Barbachán, E. A., y Casimiro, J. F. (2020). Stress, anguish, anxiety and resilience of university teachers in the face of covid-19. *Utopía y Praxis Latinoamericana*, 25(7), 453-464.
- Corti, L. and Gelati, C. (2020). Mindfulness and Coaching to Improve Learning Abilities in University Students: A Pilot Study. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(6).
- Daniilidou, A., Platsidou, M., y Gonida, S. (2020) Primary school teachers. resilience: Association with teacher selfefficacy, burnout and stress. *Electronic Journal of Research in Educational Psychology*, 18(52), 549-582.
- Díaz Sacco, A. D., & Poblete, G. Z. (2023). Un estudio sobre las motivaciones para dejar la profesión docente en Chile. *Educação & Sociedade*, 44, e259709.
- El Othman, R., El Othman, R., Hallit, R., Obeid, S. and Hallit, S. (2020). Personality traits, emotional intelligence and decision-making styles in Lebanese universities medical students. *BMC Psychology*, 8(1).
- Elvira, J. (2022). Inteligencia emocional y felicidad en el trabajo: el papel mediador de la resiliencia.
- Estévez Arias, Y., Sánchez Valdés, X., & Torres Hernández, Y. (2022). La superación de los docentes: desafíos ante las adaptaciones al currículo y la educación inclusiva. *Mendive. Revista de Educación*, 20(3), 1051-1069.
- Flores Castillo, S. (2022). Propuesta de modelo de intervención educativa basado en la retroalimentación del diario docente para desarrollar las competencias socioemocionales de conciencia emocional,

regulación emocional, autonomía personal e inteligencia interpersonal. Revista de la Universidad Abierta.

Flórez, L. M. D. S., López, J., y Vílchez, R. A. (2020). Niveles de resiliencia y estrategias de afrontamiento: Reto de las instituciones de educación superior. *Revista Electrónica Interuniversitaria de Formación del Profesorado*, 23(3), 35-47.

Fragoso-Luzuriaga, R. (2015). Inteligencia emocional y competencias emocionales en educación superior, ¿un mismo concepto? *Revista iberoamericana de educación superior*, 6(16), 110-125.

García-Crespo, F. J., Fernández-Alonso, R., y Muñiz, J. (2021). Academic resilience in European countries: e role of teachers, families, and student profiles. *PLoS ONE*, 16(7), e0253409.

Goleman, D. (2009). *La inteligencia emocional*. (5ta Ed.). Barcelona, España: Editorial Kairós.

Goleman, D. (2011). *Leadership: the power of emotional intelligence*, Estados Unidos de América.

Henderson, N., y Milstein, M. (2003). *Resiliencia en las escuelas*. Editorial Paidós, Instituto Nacional de Salud Mental (10 de junio de 2021). Nota de prensa N°021.

Kinay, İ., Süer, S., y Altındağ, K., Ö. (2021). Investigating relationship between teachers' psychological resilience and student related social stress. *Electronic Journal of Social Sciences*, 20(77), 121-133.

Lasota, A., Tomaszek, K., y Bosacki, S. (2020). Empathy, resilience, and gratitude – Does gender make a difference? *Anales de Psicología*, 36(3), 521-532.

López-Angulo, Y., Mella-Norambuena, J., Sáez-Delgado, F., Portillo Peñuelas, S. A., & Reynoso González, O. U. (2022). Association between teachers' resilience and emotional intelligence during the COVID-19 outbreak. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 54, 51-59.

Malinauskas, R. and Malinauskiene, V. (2020). The Relationship between Emotional Intelligence and Psychological Well-Being among Male University Students: The Mediating Role of Perceived Social Support and Perceived Stress. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(5).

Mansfield, C. F., Beltman, S., y Weatherby-Fell, N. L. (2020). "I actually felt more confident": An online resource for enhancing pre-service teacher resilience during professional experience. *Australian Journal of Teacher Education*, 45(4), 30-48.

Mayer, J. D. y Salovey, P. (1997). What is emotional intelligence? En P. Salovey y D. Sluyter (Eds), *Emotional Development and Emotional Intelligence: Educational Implications* (3-31). Basic Books.

Mérida-López, S., Quintana-Orts, C., Rey, L., Extremera, N. (2023). Inteligencia emocional, afrontamiento resiliente y compromiso ocupacional del profesorado novel. *Estudios Sobre Educación*, 45, 31-50.

Meyer, J., & Allen, N. (1997). Commitment in the workplace: theory, research & application. *Canadian Psychology*, 40(4), 383-49 385.

MINEDU. (2021). *Estrés Laboral*.

Nunes Serpa, A. C. (2022). *A influência da inteligência emocional e da resiliência no desempenho escolar dos estudantes universitários*. Dissertação de Mestrado. Universidade de Lisboa. Instituto Superior de Economia e Gestão.

Paz Delgado, C., & Estrada, L. (2022). Condiciones pedagógicas y desafíos para el desarrollo de competencias investigativas. *Revista electrónica de investigación educativa*, 24, e09.

Rodríguez-Barboza, J. R., Sánchez-Aguirre, F. de M., Andrade-Díaz, E. M., Vásquez-Pajuelo, L., Goigochea-Parks, D. I., & Alcaide-Aranda, L. I. del C. (2023). Bienestar Psicológico y Tecnoestrés: Desafíos en la Salud y desempeño laboral en Docentes de Inglés. *Salud, Ciencia Y Tecnología*, 3, 618.

Ryan, R. M., y Deci, E.L. (2017). *Self-Determination Theory. Basic Psychological Needs in Motivation, Development, and Wellness*. New York: Guilford Press.

Rutter, M. (1985) Resilience in the face of adversity. *British Journal of Psychiatry*. 147, 598-611.

Saldarriaga Ccoricasa, O., Ledesma Cuadros, M. J., Malpartida Gutiérrez, J. N., & Diaz Dumont, J. R. (2022). Resiliencia docente en las escuelas públicas de Lima Metropolitana – Perú. *Revista de Ciencias Sociales*, XXVIII(1), 261-274.

Sánchez-Bolívar, L., Escalante-González, S., Martínez-Martínez, A., & Zurita-Ortega, F. (2023). Inteligencia emocional en el perfil formativo y psicosocial de los estudiantes universitarios: una revisión sistemática. *Educatio Siglo XXI*, 41(2), 147-164.

Sánchez Vera, M. M. (2023). Los desafíos de la Tecnología Educativa. *RiiTE Revista Interuniversitaria de Investigación en Tecnología Educativa*, (14), 1-5.

Segovia-Quesada, S., Fuster-Guillen, D., y Ocaña-Fernández, Y. (2020). Resiliencia del docente en situaciones de enseñanza y aprendizaje en escuelas rurales de Perú. *Revista Electrónica Educare*, 24(2), 1-26.

Soulen, R. R., y Wine, L. D. (2018). Building resilience in new and beginning teachers: Contributions of school librarians. *School Libraries Worldwide*, 24(2), 80-91.

Trigueros, R., Padilla, A.M., Aguilar-Parra, J.M., Rocamora, P., Morales-Gázquez, M.J. and López-Liria, R. (2020). The Influence of Emotional Intelligence on Resilience, Test Anxiety, Academic Stress and the Mediterranean Diet. A Study with University Students. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(6).

UNESCO. (2018). Apoyar a los docentes y al personal educativo en tiempos de crisis.

UNESCO. (2022). La transformación de la educación comienza con los docentes. UNESCO Biblioteca Digital.

Valverde-Janer, M.; Ortega, M.; Melguizo, E; González-Valero, G. (2023). Resiliencia, inteligencia emocional y personalidad en el ámbito educativo: una revisión narrativa de literatura. *Trances*, 15(1): 54-80.

Vargas, W. C., y García, M. (2021). Resiliencia, comprensión psicosocial para los pospenados del Instituto Nacional Penitenciario y Carcelario en Colombia. *Revista de Ciencias Sociales (Ve)*, XXVII(E-3), 151-167.

Vega Angeles, P. G. V. (2022). Desafíos en el acompañamiento a la competencia profesional del docente en tiempos de pandemia. *Religación: Revista de Ciencias Sociales y Humanidades*, 7(31), 16.

Vilca-Pareja, V., Luque Ruiz de Somocurcio, A., Delgado-Morales, R., & Medina Zeballos, L. (2022). Emotional Intelligence, Resilience, and Self-Esteem as Predictors of Satisfaction with Life in University Students. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(24), 16548.

Wang, Y. (2021). Building teachers' resilience: Practical applications for teacher education of China. *Frontiers in Psychology*, 12.

Werner, E. E. (1989). High-risk children in young adulthood: a longitudinal study from Birth to 32 years. *American Journal of Orthopsychiatry*, 59(1), 72-81.