

INTELIGENCIA EMOCIONAL



La Inteligencia Emocional en el Desarrollo Social de los Adolescentes: revisión documental desde una perspectiva psicológica

**Estefany Dayana Nieto Bautista
María Fernanda Ordoñez Higuera**

**Corporación Universitaria Minutos de Dios
Rectoría Oriente / Centro Regional Bucaramanga
Especialización Familia Infancia y Adolescencia
Marzo de 2026**

INTELIGENCIA EMOCIONAL**La Inteligencia Emocional en el Desarrollo Social de los Adolescentes: revisión documental
desde una perspectiva psicológica**

**Estefany Dayana Nieto Bautista
María Fernanda Ordoñez Higuera**

**Asesor(es)
Laura Mercedes Torres Parada directora de Línea
Asesores Yeraldin Ríos Corredor directora Metodológica
Último Título Académico**

**Corporación Universitaria Minutos de Dios
Rectoría Oriente / Centro Regional Bucaramanga
Especialización Familia Infancia y Adolescencia
Marzo de 2026**

INTELIGENCIA EMOCIONAL**Tabla de Contenido**

	Pág.
INTRODUCCIÓN	8
1. REVISIÓN DE LITERATURA	11
2. OBJETIVOS	14
2.1. Objetivo General	14
2.2. Objetivos Específicos	14
3. JUSTIFICACIÓN	15
4. MARCOS REFERENCIALES	17
4.1. Internacionales	17
4.2. Nacionales	18
4.3. Locales	20
5. MARCO CONCEPTUAL	22
5.1. Inteligencia emocional	22
5.2. Regulación emocional	23
5.3. Agentes socializadores	23
5.4. Factores que afectan el desarrollo de la inteligencia emocional	24
6. METODOLOGÍA	26
6.1. Diseño de la investigación o innovación	26
6.2. Técnicas y fuentes de recolección de información	27
6.3. Muestra	28
6.4. Corpus documental	28
7. RESULTADOS	29

INTELIGENCIA EMOCIONAL

7.1 Exploración de los fundamentos teóricos y modelos de la inteligencia emocional y su relación con el desarrollo social en la adolescencia. 29

7.2 Matriz de hallazgos de las investigaciones que aportaron al análisis descriptivo de la inteligencia emocional en el desarrollo social de los adolescentes. 44

7.3 Reflexión crítica sobre los fundamentos teóricos y modelos de inteligencia emocional plasmados en esta revisión literaria 57

DISCUSIÓN 61

CONCLUSIONES 65

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS 68

Lista de Tablas

	Pág.
Tabla 1. Matriz de análisis teórico y conceptual	34
Tabla 2. Matriz de análisis crítico de categorías emergentes	37
Tabla 3. Matriz de hallazgos	51
Tabla 4. matriz metodológica de revisión documental	56

INTELIGENCIA EMOCIONAL

Resumen

La presente monografía tuvo como objetivo, analizar la inteligencia emocional en el desarrollo social de los adolescentes, su fundamento teórico fue el modelo de la inteligencia emocional de Goleman y los enfoques del desarrollo psicosocial en la adolescencia. Se desarrollo con un enfoque cualitativo de tipo descriptivo, por medio de revisión documental y análisis de estudios realizados, se identificó en la literatura, que el fortalecimiento de las habilidades de la inteligencia emocional como la empatía, autorregulación y las habilidades socioemocionales vs inteligencia emocional mejoran la interacción social y las relaciones interpersonales a partir de hallazgos estructurados en tres categorías: competencias de inteligencia emocional por autores como Fernández-González et al. (2020), Köller & Hübner (2022) y la OCDE (2021); regulación emocional y factores individuales por autores como Goleman (1996), Cuevas Niño (2020) y Vázquez-De la Hoz et al. (2021); y, finalmente, agentes socializadores y entornos educativos con autores como Goleman (1996), Rojas (2018), Barajas & Andrea (2021), Solís (2019) y Salinas Peralta (2016). En conclusión, la inteligencia emocional es importante para el desarrollo social en los adolescentes dado que brinda herramientas que favorecen sus relaciones interpersonales.

Palabras clave: adolescencia, inteligencia emocional, habilidades socioemocionales, adaptación social y desarrollo social.

INTELIGENCIA EMOCIONAL

Abstract

This monograph aimed to analyze emotional intelligence in the social development of adolescents. Its theoretical foundation was Goleman's model of emotional intelligence and approaches to psychosocial development in adolescence. Developed with a descriptive qualitative approach, through a review of existing literature and analysis of studies, it was identified that strengthening emotional intelligence skills such as empathy, self-regulation, and socio-emotional skills improves social interaction and interpersonal relationships. This finding was structured into three categories: emotional intelligence competencies, as described by authors such as Fernández-González et al. (2020), Köller & Hübner (2022), and the OECD (2021); emotional regulation and individual factors, as described by authors such as Goleman (1996), Cuevas Niño (2020), and Vázquez-De la Hoz et al. (2021); Finally, socializing agents and educational environments are considered, drawing on the work of authors such as Goleman (1996), Rojas (2018), Barajas & Andrea (2021), Solís (2019), and Salinas Peralta (2016). In conclusion, emotional intelligence is important for social development in adolescents because it provides tools that foster their interpersonal relationships.

Keywords: adolescence, emotional intelligence, socio-emotional skills, social adaptation, and social development.

INTELIGENCIA EMOCIONAL

Introducción

La adolescencia es una etapa importante en el desarrollo humano y se caracteriza por los cambios físicos, psicológicos y sociales que influyen en la construcción de la identidad y en la forma en que las personas se relacionan con los demás. Durante esta etapa los adolescentes necesitan del desarrollo de habilidades emocionales que les permitan comprender, expresar y regular sus emociones manera adecuada. Por consiguiente, la inteligencia emocional se ha convertido en un elemento fundamental para comprender como los jóvenes desarrollan sus relaciones sociales y adaptación en los diferentes entornos.

La inteligencia emocional hace referencia a la capacidad de comprender reconocer y gestionar las emociones ya que, permite identificar y responder de forma adecuada a las emociones de los demás. Varios autores destacan, que el fortalecimiento de las habilidades de la inteligencia emocional, como la empatía, la autorregulación emocional y las habilidades sociales, contribuyen en el desarrollo de las relaciones interpersonales y en la interacción social en la adolescencia.

No obstante, en varios contextos los adolescentes pueden llegar a presentar dificultades en el manejo de sus emociones, esto puede llegar afectar sus procesos de socialización, la resolución de conflictos y la construcción de vínculos positivos con otras personas. Un ejemplo de ello es lo que ocurre en la actualidad respecto a los riesgos que presentan los adolescentes al momento de buscar ayuda emocional en la inteligencia artificial. Prado Piña (2025), experta en psicología educativa confirma que, esta población ha sustituido la terapia tradicional por el acompañamiento que ofrece la IA, procediendo a situaciones que implican codependencia, diagnósticos equivocados o el aumento desmesurado de cuadros no tratados, debido a la falta de capacidad crítica que tienen en esta etapa de desarrollo, haciendo difícil el poder divisar los sesgos informativos y la falta de respaldo clínico que ofrecen este tipo de sistemas. Esta realidad, sumada a las afectaciones que

INTELIGENCIA EMOCIONAL

recaen en el desarrollo social de estos sujetos, perjudican la posibilidad de establecer relaciones interpersonales más favorables, limitando la necesidad de entender las emociones propias y diferentes. Todo esto, converge de manera directa en la comunicación asertiva y la resolución de problemas por no saber gestionar los procesos emocionales efectivamente, infiriendo de esta forma en una convivencia basada en conflictos en cualquier ámbito que se desenvuelvan.

Por tanto, situaciones como las que se exponen en este apartado muestran la importancia de comprender el papel que juega la inteligencia emocional en el desarrollo de los adolescentes para la correcta identificación de aportes en la literatura.

Por consiguiente, es necesario analizar, describir y comprender los diferentes enfoques teóricos y aportes investigativos, que han estudiado la relación entre la inteligencia emocional en los adolescentes. La revisión literaria permite identificar los planteamientos conceptuales principales y los diversos estudios han realizado sobre este tema.

A partir de lo anterior se plantea la necesidad de analizar la importancia de la inteligencia emocional en el desarrollo social de los adolescentes y determinar ¿Cuál es la importancia de la inteligencia emocional en los adolescentes dentro de la toma de decisiones y conductas de riesgo que afectan su desarrollo social?

Con base a esta pregunta, la presente monografía tiene como objetivo general analizar desde una perspectiva psicológica la importancia de la inteligencia emocional en el desarrollo de los adolescentes, por medio de la revisión bibliográfica existente sobre el tema. Además, busca identificar los principales aportes teóricos que explican la relación entre la inteligencia emocional y el desarrollo de las relaciones interpersonales durante la adolescencia.

Para el desarrollo de este trabajo se utilizó un enfoque cualitativo de tipo descriptivo, por medio de la revisión documental, incluye artículos académicos, libros y estudios relacionados con

INTELIGENCIA EMOCIONAL

la inteligencia emocional y el desarrollo social de los adolescentes. Esta revisión permite analizar, interpretar y sintetizar las diferentes perspectivas teóricas con la finalidad de comprender la importancia de la inteligencia emocional en esta etapa del desarrollo.

Por último, el documento se encuentra estructurado en varios apartados, e primer lugar se presenta la revisión literaria, donde se exponen los principios fundamentales teóricos relacionados con la inteligencia emocional en la adolescencia. Posteriormente, se describe la metodología utilizada para la revisión documental, seguida del análisis de los aportes encontrados en la literatura y, finalmente, se presentan las conclusiones derivadas del estudio.

INTELIGENCIA EMOCIONAL

1. Revisión de Literatura

Este trabajo pone su interés en el análisis pormenorizado de la inteligencia emocional y el desarrollo social de los adolescentes. En este sentido, dentro del marco investigativo de este trabajo se adjudican el Modelo Mixto de Goleman (1995) vs el Modelo de Habilidades de Mayer & Salovey (2000), los cuales pertenecen al campo de estudio de la inteligencia emocional. La inteligencia emocional de Goleman (1995), considera a esta capacidad como un conjunto de destrezas, habilidades, actitudes y competencias que determinan la conducta de un individuo, incluyendo sus reacciones o los estados mentales que este posea. En una segunda declaración, este autor amplía dicha definición para referirse a la inteligencia emocional como la capacidad que poseemos para reconocer los sentimientos propios y ajenos, para llevar una gestión emocional factible que atañe directamente en las relaciones con los demás.

Por otra parte, el Modelo de Habilidades que plantean Mayer & Salovey (2000) establece que la inteligencia emocional es la habilidad para procesar la información emocional de forma adecuada y eficaz, que hace referencia a la capacidad de percibir, asimilar, comprender y regular las emociones. Ambos autores conservan la idea central de que la IE hace parte de la dimensión cognitiva como se ha precedido con la inteligencia tradicional; no obstante, posee habilidades mentales determinadas a descubrir emociones y conectarlas con los pensamientos, siendo un método eficaz al momento de comprender concepciones diferentes y poder regular estos estados a niveles adaptables, como lo que se efectúa en pruebas de desempeño emocional. En esta misma línea, García et al. (2010), encuentra similitud en sus afirmaciones destacando que la inteligencia emocional abarca una serie de dimensiones personales y sociales, entre ellas la comprensión de las emociones, la empatía, la posibilidad de desarrollar relaciones interpersonales adecuadas. Por ello,

INTELIGENCIA EMOCIONAL

la adquisición de estas habilidades es clave en la adolescencia, ya que favorecen la adaptación social y la consolidación de los vínculos con los demás.

Con lo mencionado, uno de estos recursos sobresalientes es la inteligencia emocional, entendida como la habilidad para reconocer, comprender, expresar y regular las emociones, e identificar y actuar adecuadamente ante las emociones de los demás. Varios estudios indican que un desarrollo adecuado de la inteligencia emocional está asociado a la obtención de mayor bienestar psicológico, mejores relaciones interpersonales y una adecuada integración social (Condor- Vela & Shuguli-Zambrano, 2024).

En este contexto, la adolescencia constituye una etapa de transformación cognitiva, emocional y social. Por ello, el desarrollo de la autorregulación emocional, entendida como la capacidad de identificar, gestionar y comprender las emociones propias de manera adaptativa dado que es fundamental para el bienestar, la resiliencia, el rendimiento académico y la convivencia escolar. Diversos estudios señalan que la autorregulación emocional actúa como un factor protector ante las conductas de riesgo, ya que contribuye a una mejor adaptación y al establecimiento de relaciones interpersonales saludables.

Según Salinas Peralta (2016), “el acompañamiento de los padres e instituciones es vital para facilitar el desarrollo de autorregulación emocional y para la prevención de problemas sociales, salud mental y deserción estudiantil” (p. 64).

En consecuencia, el desarrollo emocional constituye un componente central del desarrollo integral de los adolescentes. No obstante, su abordaje en los contextos educativos, familiares y sociales aun resulta limitado, lo que evidencia la necesidad de analizar estudios de estos procesos. En este sentido, el presente estudio tiene como objetivo analizar, desde una perspectiva psicológica

INTELIGENCIA EMOCIONAL

la importancia de la inteligencia emocional en el desarrollo de los adolescentes, considerando sus implicaciones en el ámbito afectivo, conductual y social.

2. Objetivos

2.1.Objetivo General

Describir desde una perspectiva psicológica la importancia de la inteligencia emocional en el desarrollo social de los adolescentes, considerando sus implicaciones en el ámbito afectivo, conductual y social.

2.2.Objetivos Específicos

Explorar los fundamentos teóricos y modelos de la inteligencia emocional y su relación con el desarrollo social en la adolescencia.

Organizar por medio de una matriz de hallazgos las investigaciones que aportaron al análisis descriptivo de la inteligencia emocional en el desarrollo social de los adolescentes.

Desarrollar una reflexión crítica sobre los fundamentos teóricos y modelos de inteligencia emocional plasmados en esta revisión literaria

3. Justificación

La elaboración de una revisión literaria que aborde el campo de la inteligencia emocional en adolescentes y su influencia directa en el desarrollo social implica la necesidad de abarcar integralmente las producciones teóricas y procesos psicosociales que determinan esta etapa dentro del marco fundamental en la vida. La adolescencia es una etapa compleja en la que se refuerzan habilidades, destrezas y capacidades emocionales y sociales que inciden continuamente en las relaciones interpersonales, la interacción contextual y la construcción de una identidad definida.

Por ello, a nivel psicológico, autores como Goleman (1995) y Salovey (2000) han definido modelos dentro de su trayectoria donde la inteligencia emocional cumple un rol específico en el bienestar personal, fortaleciendo a su vez la importancia de reconocerse a sí mismo y a otros, resolver conflictos asertivamente y tomar decisiones para un fin común. Es así como, poder analizar y describir sistemáticamente la realidad efectiva de este tema, permite examinar patrones de conducta, identificar enfoques teóricos y referir resultados empíricos que brindan claridad al momento de entender la IE como un conjunto de competencias emocionales que influyen en el desarrollo social de los adolescentes.

De igual forma, al momento de desarrollar una revisión literaria se logra detectar vacíos investigativos dentro del tema de estudio, comparar los modelos teóricos encontrados y estimar la efectividad de acciones encaminadas al reforzamiento de habilidades emocionales en adolescentes. Siendo un proceso relevante en escenarios socioeducativos donde es importante promover la IE a la hora de buscar soluciones en problemas de convivencia familiar, mitigar conductas de riesgo y fortalecer habilidades adaptativas.

Por ende, este trabajo no solo brinda un aporte sistemático a nivel académico, sino que también facilita el conocimiento de bases científicas que han ayudado por años en la intervención y formulación de políticas educativas y psicosociales, en el desarrollo de métodos innovadores sobre orientación en adolescentes y en la consolidación de equipos de trabajo investigativos que continúan en la misión de explorar este tipo de fenómenos en la actualidad.

4. Marcos Referenciales

A continuación, se mostrarán investigaciones sobre la inteligencia emocional en el ámbito nacional, internacional y local.

Seguidamente se presentan los antecedentes nacionales.

4.1. Internacionales

En el año 2020 Fernández-González, Calvete, Orue y Echezarraga, en España, realizaron un estudio con 912 estudiantes de secundaria, donde se exploró la relación entre inteligencia emocional, habilidades sociales y acoso escolar, esta investigación tuvo como objetivo determinar cómo la capacidad de los adolescentes para reconocer y manejar sus emociones influye en la calidad de sus relaciones interpersonales y en la incidencia de conductas de acoso entre compañeros., los resultados demostraron una relación positiva entre la inteligencia emocional y las habilidades sociales, señalando que los adolescentes con mayor inteligencia emocional, mostraban comportamientos más empáticos y colaborativos, también se observó una relación negativa entre la inteligencia emocional y la participación en acoso escolar, lo cual indica que la educación emocional es un elemento importante para prevenir conflictos y promover un entorno escolar saludable (Fernández-González et al., 2020).

En el año 2022, Köller y Hübner se realizó un estudio en los Países de Alemania, Austria y Suiza en el cual se estudiaron los cambios en las habilidades socioemocionales, resiliencia y problemas de comportamiento en adolescentes durante la pandemia de COVID-19, esta investigación buscó entender cómo los eventos estresantes y las restricciones sociales afecta la inteligencia emocional y la capacidad de adaptación de los jóvenes. Los resultados indicaron que las habilidades socioemocionales disminuyeron de forma significativa durante

la pandemia, lo que se relacionó con un aumento de problemas de comportamiento y una menor resiliencia emocional, por consiguiente, se determinó que fortalecer las competencias emocionales y socioemocionales en entornos educativos es esencial para garantizar un desarrollo integral y prevenir impactos negativos en el bienestar psicológico de los adolescentes (Köller & Hübner, 2022).

En el año 2021, la Organización para la Cooperación y el Desarrollo Económicos (OCDE) realizó un informe sobre habilidades sociales y emocionales en adolescentes en América Latina, el estudio mostro que los jóvenes presentan deficiencias en habilidades académicas y socioemocionales, como la capacidad de autorregulación, trabajo en equipo y resolución de problemas, estas carencias afectan no solo su desempeño académico, dado que también su adaptación social y bienestar general. El informe señala la necesidad de integrar programas de educación socioemocional en los colegios para fomentar el desarrollo integral y la preparación de los adolescentes frente a las dificultades personales y sociales (OCDE, 2021).

4.2.Nacionales

En año 2019, Bonilla realizó un estudio comparativo en el departamento de Boyacá en donde se analizó el coeficiente emocional de niños y adolescentes de 8 a 10 años y de 11 a 16 años. El objetivo principal de este estudio era identificar las diferencias en las habilidades de inteligencia emocional según la etapa de desarrollo, los resultados del estudio indicaron que los adolescentes presentaban niveles más bajos de inteligencia emocional en comparación con los niños más pequeños, en las áreas como la autorregulación, la empatía y el manejo de emociones negativas, el resultado indican que durante la adolescencia, los jóvenes pueden enfrentar dificultades en la gestión emocional lo cual impactan su desarrollo

social y académico, por consiguiente esta investigación destaca la importancia de implementar estrategias educativas y programas de apoyo para fortalecer la inteligencia emocional en esta etapa de desarrollo (Bonilla, 2019).

En el año 2020, Cuevas Niño en la ciudad de Bucaramanga, realizó un estudio para examinar la relación entre la inteligencia emocional percibida y el desempeño académico en adolescentes escolarizados este estudio incluyó cuestionarios estandarizados para evaluar la percepción de los adolescentes sobre sus habilidades emocionales, así como registros académicos para determinar su rendimiento escolar, los resultados indicaron que niveles más altos de inteligencia emocional percibida estaban asociados con un mejor rendimiento académico, especialmente en áreas que requieren trabajo en equipo, resolución de conflictos y comunicación efectiva, este estudio resalta que el fortalecimiento de la inteligencia emocional, impacta la esfera emocional de los adolescentes, y también su desempeño académico y capacidad para interactuar de forma adecuadamente en contextos escolares y familiares (Cuevas Niño, 2020).

En el año 2021, Vázquez De la Hoz, Galván, Guerrero, Simancas y Tribales, realizaron una investigación en la ciudad Montería, la cual se centró en la asociación entre la inteligencia emocional y el consumo de sustancias psicoactivas en adolescentes becados, la investigación se basó en identificar si los adolescentes con mayor desarrollo de competencias emocionales sería menos probable de involucrarse en conductas de riesgo, los resultados indicaron que una mayor inteligencia emocional está asociada con una menor probabilidad de consumo de sustancias psicoactivas, por consiguiente se determinó que el fortalecimiento de habilidades como la autorregulación, la empatía y la conciencia emocional podría

funcionar como un factor protector frente a conductas de riesgo, contribuyendo a un desarrollo social más saludable en los adolescentes (Vázquez-De la Hoz et al., 2021).

4.3.Locales

En el año 2018, Rojas realizó un estudio titulado *Relación entre inteligencia emocional y rendimiento académico en estudiantes de educación media de una Institución Educativa de Bucaramanga* investigó a 224 colaboradores, en donde el 60,3% corresponde a los hombres y el 39,7% a las mujeres utilizando la escala TMMS-24 (IE) para medir la atención emocional, la claridad de sentimientos y reparación emocional. Los resultados evidenciaron que tanto los hombres como las mujeres presentan niveles adecuados en las 3 dimensiones a partir del análisis descriptivo. (Rojas, 2018).

Posteriormente, Barajas y Andrea (2021) desarrollaron el estudio titulado *Fortalecer la inteligencia emocional para favorecer la adaptación escolar de los estudiantes de sexto grado de una institución educativa pública del municipio de Bucaramanga*. En esta investigación también se utilizó el instrumento de TMMS-24 el cual evalúa las dimensiones de atención emocional, claridad y percepción emocionales. Dentro de los resultados evidenciados en la atención emocional se observa una diferencia de género siendo las mujeres con un 62,7% mayor que los hombres con un 58,3% en tener una adecuada atención de las emociones. Así mismo se evidencia que en la claridad emocional el 33,5% de hombres como mujeres deben que mejorar, finalmente en la reparación emocional se evidencia una diferencia de género a favor de las mujeres con un 54.2%, mientras que los hombres obtuvieron un 44,4% dentro de la adecuada reparación emocional. (Barajas & Andrea, 2021).

Por otra parte, Solís (2019) realizó la investigación titulada, *Arteterapia como estrategia para el desarrollo de la inteligencia emocional, en jóvenes con alto riesgo de*

consumo de spa vinculados al programa de responsabilidad penal de corpadases de la ciudad De Bucaramanga Santander. En este estudio se implementó el instrumento de inteligencia emocional TMMS24, el cual evalúa 3 dimensiones la atención a los sentimientos, la claridad y regulación emocionales. “Dentro de los resultados obtenidos se evidencian que el programa de responsabilidad penal ha formado efectos reveladores dentro de las variables de atención y claridad lo cual permite evidenciar que los adolescentes identifican apropiadamente sus emociones y sentimientos, a diferencia de la reparación emocional la cual no se evidencia algún cambio significativo, dando a entender que los adolescentes no presentan control sobre sus emociones en determinadas circunstancias (Solís, 2019).

5. Marco Conceptual

En este apartado se presentan los términos más relevantes, teniendo como tema principal la inteligencia emocional (IE) según el modelo de Daniel Goleman (1996), en el desarrollo de los adolescentes y su relación con el desarrollo social, la regulación emocional, socialización y agentes socializadores.

5.1. Inteligencia emocional

La inteligencia emocional es un conjunto de competencias socioemocionales que permiten reconocer, comprender y gestionar las emociones propias y ajenas, dado que facilitan la interacción efectiva con el entorno social (Goleman, 1996). Según Goleman, la inteligencia emocional se organiza en cinco competencias fundamentales:

Autoconciencia: reconocimiento y comprensión de las propias emociones.

Autorregulación: control de impulsos y manejo adaptativo de emociones.

Motivación: capacidad de mantener esfuerzos y actitudes dirigidas hacia objetivos personales.

Empatía: habilidad para percibir y comprender las emociones de los demás.

Habilidades sociales: capacidad para establecer relaciones saludables y resolver conflictos de manera efectiva.

Por consiguiente, estas competencias forman la base del desarrollo emocional de los adolescentes y proporcionan herramientas para la adaptación a contextos sociales complejos. Una muestra de ello es como se redefine el concepto de la IE al momento de asociar la importancia que tiene la regulación emocional en todo este proceso, permitiendo no solo

gestionar las emociones de manera efectiva sino reconocer de que forma se puede acceder a un manejo adecuado cuando estas se presentan cotidianamente.

5.2.Regulación emocional

La regulación emocional es considerada una parte central de la inteligencia emocional dado que, se refiere a la habilidad de manejar emociones propias y responder adecuadamente a las emociones ajenas, lo que permite a los adolescentes enfrentar situaciones sociales y personales de manera adaptativa (Goleman, 1996). Este autor plantea que el papel que cumple la regulación emocional dentro de la IE es poder manejar apropiadamente las emociones propias, bajo competencias cognitivas, sociales y emocionales que eviten reprimir u obstaculizar el proceso de expresión y dominio de estos estados de reacción natural en el ser humano.

Para ello es requerido llevar a cabo acciones que faciliten el control y regulación de las emociones como son el control de impulsos negativos (actos agresivos, ansiedad, ira, etc.), adaptarse a contextos socioemocionales diferentes y sobrellevar un equilibrio positivo que impida caer en situaciones de presión constante. Por ende, es indispensable comprender, reconocer y expresar adecuadamente las emociones en el momento debido, y, para eso, existen actores o agentes socializadores que ejercen la función de ayudar a reforzar estas conductas para un beneficio emocional a largo plazo.

5.3.Agentes socializadores

En el marco del modelo de Goleman, ciertos agentes sociales influyen en la adquisición y fortalecimiento de la inteligencia emocional en adolescentes:

Familia: modela estrategias de gestión emocional y provee apoyo afectivo.

Escuela: facilita el aprendizaje y práctica de competencias emocionales mediante programas educativos y dinámicas grupales.

Pares: constituyen espacios donde se ejercitan habilidades sociales, empatía y resolución de conflictos (Goleman, 1996).

Estos agentes contribuyen directamente en los contextos donde este tipo de poblaciones buscan aprender a sentir, reconocer, expresar y moderar esas emociones que se apropian de su estado de ánimo, las cuales en muchas ocasiones se ven alteradas por factores que afectan el desarrollo de la inteligencia emocional, impidiendo identificar a tiempo las mismas, modelar las expresiones en los escenarios adecuados, guiar este proceso hacia la imposición de límites y reforzar las conductas para un beneficio en general.

5.4. Factores que afectan el desarrollo de la inteligencia emocional

De acuerdo con Goleman (1996), el desarrollo de la inteligencia emocional puede verse influido por:

- **Factores individuales:** autoconciencia, control de impulsos y autoestima.
- **Factores familiares:** estilos de crianza, comunicación afectiva y apoyo emocional.
- **Factores sociales:** experiencias con pares, interacción en grupos y aprendizaje en la escuela.

Todos estos factores influyen directamente en el desarrollo social y psicológico de los adolescentes, y, por eso, los agentes socializadores no solo instruyen al individuo sobre qué sentir, sino sobre cómo manejarlo en los tiempos y contextos necesarios.

Es así como, se favorece la calidad de vida de un adolescente, desarrollando habilidades que permiten un mejor desenvolvimiento la sociedad como son la autorregulación, las habilidades sociales, el respeto y la empatía.

6. Metodología

6.1. Diseño de la investigación o innovación

El presente estudio se desarrolla desde un enfoque cualitativo, con un diseño descriptivo de tipo documental, cuyo propósito analizar, describir y comprender la importancia de la inteligencia emocional en el desarrollo social de los adolescentes. Según Hernández-Sampieri y Mendoza (2010), este tipo de investigación permite explorar fenómenos humanos a partir de la revisión crítica de fuentes documentales, facilitando la comprensión de conceptos, interpretaciones y significados relacionados con el tema de estudio.

Por tanto, esta investigación se basó en un diseño de carácter no experimental, debido a que “no existe manipulación de las variables de estudio y a través de la aplicación del instrumento en la muestra” (Ramos-Galarza, 2021). Es así como este diseño se emplea desde una revisión sistemática cualitativa-descriptiva, orientada a analizar la documentación científica e investigativa de la inteligencia emocional en los adolescentes y su influencia en el desarrollo social, determinando criterios precisos de búsqueda, inclusión y exclusión, con el fin de demostrar transparencia y respuestas al proceso.

Criterios de inclusión y exclusión

Inclusión: artículos y estudios empíricos sobre IE y adolescentes, repositorios académicos y publicaciones en español.

Exclusión: editoriales no académicas, revistas no científicas, páginas web, estudios en otros idiomas.

Instrumentos y herramientas

Instrumentos: matriz de hallazgos.

Herramientas: bases de datos institucionales y académicas (Repositorio UNIMINUTO, SciELO, Redalyc, entre otros.). A manera de búsqueda, se utilizaron operadores booleanos desarrollando la siguiente ecuación:

("inteligencia emocional" OR "emotional intelligence")

AND

(adolescentes OR adolescencia OR "youth" OR "teenagers")

AND

("desarrollo social" OR "habilidades sociales" OR "social development" OR "social skills")

De esta forma, el diseño metodológico se articula en función de la revisión y análisis de la fuente documental a partir del análisis de contenido de tipo temático, que se utiliza para obtener e incluso organizar los principales planteamientos teóricos de la inteligencia emocional y las implicaciones en diferentes dominios: afectivo, conductual y social, en relación a los adolescentes.

6.2. Técnicas y fuentes de recolección de información

La información se obtuvo por medio de una revisión bibliográfica exhaustiva en bases de datos, artículos, investigaciones, videos y libros, relacionados con la psicología, el desarrollo emocional y social de los adolescentes y fundamentos teóricos sobre la inteligencia emocional.

Fuentes primarias: artículos científicos, estudios empíricos, investigaciones sobre IE y adolescentes, estudios de análisis psicológico, social y educativo.

Fuentes secundarias: revisión documental (artículos y tesis), información bibliográfica, libros, etc.

6.3.Muestra

La muestra corresponde a documentos académicos homogéneos, en tanto comparten un mismo perfil: todos abordan de manera directa la inteligencia emocional y el desarrollo social en adolescentes. Este criterio permite identificar de forma precisa situaciones, procesos y hallazgos comunes (Hernández-Sampieri & Mendoza, 2010).

6.4.Corpus documental

Los documentos incluidos en este corpus comprenden artículos científicos y bibliográficos, así como otros documentos de carácter académico, relacionados con la inteligencia emocional y el desarrollo social de la adolescencia. Dichos documentos se seleccionaron mediante búsquedas en bases de datos académicas, así como mediante la literatura especializada que aborda el objeto de estudio según diferentes enfoques teóricos psicológicos. El objeto de interés del estudio está constituido por los adolescentes como sujetos en un proceso de desarrollo personal y social; no obstante, la unidad de análisis de la investigación corresponde a los documentos revisados sobre los cuales se analizan los principales aportes teóricos que ofrece la inteligencia emocional y su influencia en los ámbitos afectivo, conductual y social.

7. Resultados

7.1 Exploración de los fundamentos teóricos y modelos de la inteligencia emocional y su relación con el desarrollo social en la adolescencia.

La inteligencia emocional (IE) se ha vuelto un tema muy importante dentro de la psicología y las ciencias sociales, ya que influye bastante en la forma en que las personas se adaptan a diferentes situaciones, manejan sus emociones y se relacionan con los demás. En la etapa de la adolescencia esto cobra todavía más importancia, porque es un periodo donde ocurren muchos cambios físicos, mentales, emocionales y sociales que afectan la manera en que los jóvenes construyen su personalidad y se desenvuelven en su entorno.

Desde el punto de vista psicológico, la inteligencia emocional no consiste solamente en controlar las emociones. Más bien, se refiere a varias habilidades que ayudan a reconocer, entender y expresar de manera adecuada tanto las emociones propias como las de otras personas. Gracias a esto, distintos autores han creado teorías para explicar cómo estas capacidades emocionales influyen en el desarrollo social de los adolescentes y en su adaptación en espacios como la familia, la escuela y la comunidad.

Uno de los autores más reconocidos en este tema es Daniel Goleman, quien propuso el Modelo Mixto en los años 1995 y 1996. Según este enfoque, la inteligencia emocional está formada por cinco competencias principales: la autoconciencia, el autocontrol, la motivación, la empatía y las habilidades sociales. Además, este modelo señala que el éxito personal y social no depende únicamente del coeficiente intelectual, sino también de la capacidad de reconocer emociones, gestionarlas adecuadamente y relacionarse efectivamente con otras personas.

Dentro de este modelo, la autoconciencia emocional ayuda a que los adolescentes puedan reconocer lo que sienten y entender cómo esas emociones influyen en su forma de pensar y actuar. Esta habilidad es muy importante durante la adolescencia, porque en esta etapa suelen aparecer emociones intensas como la inseguridad, el estrés, la frustración o la presión de otras personas. Cuando un joven logra identificar lo que está sintiendo, tiene más capacidad para tomar buenas decisiones y evitar actuar de manera impulsiva.

De igual forma, la autorregulación emocional es una capacidad clave para el desarrollo social, ya que permite controlar reacciones, manejar problemas y responder de mejor manera ante diferentes situaciones. Según Daniel Goleman, los adolescentes que saben manejar sus emociones suelen tolerar mejor las dificultades, resolver conflictos de forma más adecuada y tienen menos posibilidades de involucrarse en conductas negativas como la violencia, el consumo de sustancias o el aislamiento social.

Además, la empatía es considerada una de las bases más importantes en las relaciones sociales durante la adolescencia. Esta habilidad permite entender cómo se sienten los demás y comprender sus necesidades y puntos de vista, lo cual ayuda a construir relaciones más sanas y basadas en el respeto. Estudios como los realizados por Fernández-González y colaboradores en 2020 muestran que los adolescentes con mayor inteligencia emocional suelen comportarse de manera más colaborativa, comprensiva y solidaria con otras personas.

En complemento al modelo de Goleman, Mayer y Salovey (2000) desarrollaron el Modelo de Habilidades de la Inteligencia Emocional, el cual considera la IE como una capacidad cognitiva relacionada con el procesamiento de la información emocional. Este modelo propone cuatro habilidades principales:

1. Percepción emocional.
2. Facilitación emocional del pensamiento.
3. Comprensión emocional.
4. Regulación emocional.

Desde esta perspectiva, la inteligencia emocional implica la capacidad de interpretar emociones y utilizarlas como herramientas para orientar pensamientos y conductas. Durante la adolescencia, estas habilidades adquieren gran relevancia debido a que el sujeto enfrenta procesos constantes de adaptación social, búsqueda de aceptación y construcción de identidad.

El modelo de Mayer y Salovey permite comprender que las emociones no son únicamente respuestas afectivas espontáneas, sino también elementos que influyen en la toma de decisiones, la solución de problemas y la construcción de relaciones sociales. Por ello, los adolescentes que desarrollan competencias emocionales adecuadas suelen presentar mayores habilidades comunicativas, mejor adaptación escolar y una convivencia social más favorable.

De igual manera, diversos estudios contemporáneos han señalado que la inteligencia emocional actúa como un factor protector frente a múltiples problemáticas sociales y psicológicas presentes en la adolescencia. Vázquez-De la Hoz et al. (2021) identificaron que los adolescentes con mayores niveles de inteligencia emocional presentan menor probabilidad de involucrarse en conductas de riesgo relacionadas con el consumo de sustancias psicoactivas. Del mismo modo, Cuevas Niño (2020) encontró que una adecuada

percepción emocional favorece el rendimiento académico y las relaciones interpersonales dentro del entorno escolar.

En términos del desarrollo social, la inteligencia emocional facilita procesos fundamentales como:

- La adaptación a diferentes contextos sociales.
- El fortalecimiento de habilidades comunicativas.
- La resolución pacífica de conflictos.
- La construcción de vínculos afectivos saludables.
- El desarrollo de la autoestima y seguridad personal.
- La integración social y grupal.
- La prevención de conductas agresivas o antisociales.

No obstante, la literatura también evidencia que el desarrollo de la inteligencia emocional está condicionado por múltiples factores contextuales y sociales. Entre ellos sobresalen los agentes socializadores como la familia, la escuela y el grupo de pares.

La familia constituye el primer espacio de aprendizaje emocional del adolescente. La manera en que los padres educan a sus hijos, la comunicación dentro del hogar y el apoyo emocional que brindan tienen una gran influencia en la forma en que los adolescentes aprenden a reconocer y controlar sus emociones. Salinas Peralta (2016) señala que el

acompañamiento familiar ayuda a fortalecer el autocontrol emocional y también reduce problemas relacionados con la conducta y la salud mental.

Por otro lado, la escuela también tiene un papel muy importante en el desarrollo de habilidades emocionales y sociales. Esto se logra a través de programas y actividades que enseñan a manejar emociones, mejorar la convivencia y fortalecer las relaciones con otras personas. Investigaciones realizadas por Barajas y Andrea (2021), así como por Solís (2019), muestran que este tipo de estrategias ayudan a los adolescentes a desarrollar más empatía, mejorar su atención emocional y adaptarse mejor a su entorno social.

De igual manera, las amistades y los grupos de compañeros tienen mucha influencia durante la adolescencia, ya que en esta etapa los jóvenes forman gran parte de su identidad a través de las relaciones sociales. Sentirse aceptado por un grupo y compartir con otras personas puede influir positiva o negativamente en el desarrollo emocional, dependiendo del ambiente y las dinámicas que existan dentro de esos grupos.

Además, situaciones recientes como la pandemia de COVID-19 dejaron en evidencia las dificultades emocionales que muchos adolescentes enfrentaron. Estudios de Köller y Hübner (2022) encontraron que el aislamiento, la incertidumbre y la falta de contacto presencial afectaron las habilidades sociales y la capacidad emocional de muchos jóvenes, aumentando problemas emocionales y de comportamiento.

En consecuencia, la revisión teórica permite identificar un consenso importante en la literatura: la inteligencia emocional constituye un componente esencial para el desarrollo social saludable durante la adolescencia. Sin embargo, también se observa dispersión

conceptual respecto a la manera específica en que las competencias emocionales interactúan con factores familiares, educativos y culturales, lo que evidencia la necesidad de continuar fortaleciendo investigaciones interdisciplinarias sobre esta temática.

Finalmente, desde el campo de la familia, infancia y adolescencia, comprender los fundamentos teóricos de la inteligencia emocional permite reconocer la necesidad de implementar estrategias preventivas, educativas y psicosociales orientadas al fortalecimiento de habilidades emocionales en adolescentes. Esto implica promover espacios de acompañamiento familiar, programas de educación socioemocional y acciones institucionales que contribuyan al bienestar psicológico, la convivencia y la construcción de relaciones interpersonales saludables.

Tabla 1. *Matriz de análisis teórico y conceptual*

Modelo/Autor	Principales postulados	Relación con adolescencia	Influencia en el desarrollo social	Aportes al campo psicológico
Daniel Goleman (1995-1996)	La IE está compuesta por autoconciencia, autorregulación, motivación, empatía y habilidades sociales.	Favorece la comprensión y manejo de emociones durante los cambios propios de la adolescencia.	Mejora relaciones interpersonales, resolución de conflictos y adaptación social.	Propone la IE como competencia esencial para bienestar y convivencia social.

Modelo/Autor	Principales postulados	Relación con adolescencia	Influencia en el desarrollo social	Aportes al campo psicológico
John Mayer y Peter Salovey (2000)	La IE es una habilidad y cognitiva relacionada con percibir, responder y regular adecuadamente emociones.	Permite interpretar emociones y tomar decisiones saludables en situaciones sociales.	Favorece y comunicación efectiva y toma de decisiones saludables.	Vincula emoción y cognición dentro del desarrollo humano.
Fernández-González et al. (2020)	Relación positiva entre IE y habilidades sociales.	Adolescentes emocionalmente competentes muestran mayor empatía.	Reduce conductas de acoso escolar y mejora convivencia.	Evidencia empírica sobre la función protectora de la IE.
Köller & Hübner (2022)	La pandemia afectó & competencias socioemocionales.	Disminución de resiliencia y estabilidad emocional.	Incremento de problemas conductuales y dificultades sociales.	Demuestra influencia y del contexto en el desarrollo emocional.
OCDE (2021)	Déficits socioemocionales afectan bienestar integral.	Adolescentes presentan dificultades en autorregulación y trabajo en equipo.	Impacta adaptación social y convivencia escolar.	Resalta importancia de programas socioemocionales.

Modelo/Autor	Principales postulados	Relación con adolescencia	Influencia en el desarrollo social	Aportes al campo psicológico
Cuevas (2020)	Mayor IE percibida Favorece habilidades Mejora interacción Relaciona IE con mejora desempeño comunicativas y escolar y relaciones adaptación académica académico y social. control emocional. familiares. y social.			
Vázquez-De la Hoz et al. (2021)	La IE funciona como factor protector.	Reduce conductas impulsivas y riesgo.	Favorece toma de decisiones saludables.	Relaciona regulación emocional y prevención social.
Salinas Peralta (2016)	El acompañamiento familiar fortalece autorregulación emocional.	La familia orienta el aprendizaje emocional adolescente.	Facilita vínculos afectivos estabilidad emocional.	Destaca papel de agentes socializadores.

Tabla 2. *Matriz de análisis crítico de categorías emergentes*

Categoría	Hallazgos predominantes	Patrones identificados	Contradicciones o vacíos
Competencias emocionales	Empatía, habilidades sociales y autorregulación favorecen adaptación social.	La mayoría de los estudios relacionan alta IE con mejor convivencia y bienestar.	Persisten diferencias conceptuales entre modelos teóricos de IE.
Regulación emocional	La regulación emocional actúa como factor protector.	Se asocia con menor presencia de conductas de riesgo.	No todos los estudios explican influencia del contexto sociocultural.
Agentes socializadores	Familia y escuela son mediadores clave del desarrollo emocional.	Los programas socioeducativos fortalecen competencias emocionales.	Limitaciones institucionales dificultan sostenibilidad de programas.
Contexto contemporáneo	Factores externos afectan habilidades socioemocionales.	La pandemia evidenció vulnerabilidad emocional en adolescentes.	Escasez de estudios longitudinales posteriores al COVID-19.
Desarrollo social	La IE favorece relaciones saludables y adaptación social.	Existe consenso sobre su importancia en convivencia escolar y familiar.	Falta profundizar en diferencias culturales y contextuales.

La matriz de análisis se construyó con el propósito de organizar, interpretar y comparar los principales aportes teóricos e investigativos encontrados en la revisión

documental sobre inteligencia emocional y desarrollo social en la adolescencia. Su función no es únicamente resumir autores, sino mostrar cómo cada teoría, estudio o hallazgo contribuye a comprender la relación entre las competencias emocionales y el desarrollo social de los adolescentes.

La primera matriz, denominada “Matriz de análisis teórico y conceptual”, permite identificar los fundamentos principales de cada modelo o investigación revisada. Cada columna cumple una función específica:

- Modelo/Autor: presenta el autor o estudio investigado que aporta información relevante sobre inteligencia emocional.
- Principales postulados: resume la idea central de cada teoría o investigación.
- Relación con adolescencia: explica cómo esas competencias emocionales se manifiestan durante esta etapa del desarrollo.
- Influencia en el desarrollo social: describe el impacto que tiene la inteligencia emocional en las relaciones interpersonales, la convivencia y la adaptación social.
- Aportes al campo psicológico: muestra la importancia de cada teoría o investigación para comprender el comportamiento adolescente desde la psicología.

Por ejemplo, en el caso de Goleman (1996), la matriz evidencia que la inteligencia emocional se compone de habilidades como la empatía, la autorregulación y las habilidades sociales. Estas competencias ayudan a los adolescentes a comprender sus emociones,

controlar impulsos y relacionarse de manera más adecuada con los demás. Desde el campo psicológico, esto aporta una visión integral del bienestar emocional y social.

Asimismo, la matriz muestra que Mayer y Salovey (2000) entienden la inteligencia emocional como una habilidad cognitiva relacionada con el procesamiento emocional. Esto significa que las emociones no solo se sienten, sino que también se interpretan y regulan racionalmente. Este modelo es importante porque relaciona directamente emoción y pensamiento en los procesos de adaptación social.

De igual manera, los estudios empíricos incluidos en la matriz permiten evidenciar cómo estas teorías se reflejan en situaciones reales. Por ejemplo:

- Fernández-González et al. (2020) demostraron que los adolescentes con mayor inteligencia emocional presentan conductas más empáticas y menos comportamientos agresivos.
- Köller y Hübner (2022) evidenciaron que situaciones externas como la pandemia afectaron las habilidades socioemocionales y la resiliencia emocional.
- Vázquez-De la Hoz et al. (2021) encontraron que la inteligencia emocional funciona como un factor protector frente a conductas de riesgo como el consumo de sustancias psicoactivas.

Por otra parte, la segunda matriz, llamada “Matriz de análisis crítico de categorías emergentes”, tiene una función más interpretativa y analítica. Esta organiza los hallazgos generales de toda la literatura revisada en categorías temáticas. En este caso, las categorías principales fueron:

1. Competencias emocionales.
2. Regulación emocional.
3. Agentes socializadores.
4. Contexto social contemporáneo.
5. Desarrollo social.

Cada columna de esta matriz permite profundizar en la interpretación de los resultados:

- **Categoría:** tema central analizado.
- **Hallazgos predominantes:** principales resultados encontrados en la literatura.
- **Patrones identificados:** aspectos que se repiten constantemente en los estudios revisados.
- **Contradicciones o vacíos:** elementos que aún no están suficientemente claros o presentan limitaciones investigativas.

Por ejemplo, en el tema de las competencias emocionales, muchas investigaciones coinciden en que habilidades como la empatía y el autocontrol ayudan a mejorar las relaciones entre las personas y favorecen una mejor convivencia en el ambiente escolar. Aun así, la matriz también deja ver un aspecto importante: todavía no existe un acuerdo total entre los autores sobre la definición exacta de lo que realmente significa la inteligencia emocional.

En la categoría de agentes socializadores, se observa que la familia y la escuela son los espacios más importantes para el desarrollo de las habilidades emocionales en los adolescentes. Sin embargo, también se encontró una dificultad que se repite en muchas investigaciones: varios programas enfocados en el aprendizaje socioemocional no continúan funcionando por la falta de apoyo y recursos dentro de las instituciones.

Por otro lado, esta matriz permitió demostrar que la revisión documental no solo consistió en reunir información de diferentes estudios, sino también en analizar de manera crítica los aportes encontrados. Gracias a esto, fue posible identificar puntos en común, algunas limitaciones y temas que todavía necesitan más investigación. Todo esto aporta mayor valor académico a la monografía, ya que refleja capacidad de análisis, interpretación y reflexión sobre el tema estudiado.

Además, la matriz de hallazgos utilizada en esta investigación funcionó como una herramienta metodológica que ayudó a organizar y comprender la información obtenida de distintos estudios relacionados con la inteligencia emocional y el desarrollo social en adolescentes. Su elaboración estuvo relacionada con el segundo objetivo específico del trabajo, el cual buscaba ordenar las investigaciones que sirvieron de apoyo para el análisis descriptivo de la inteligencia emocional en el desarrollo social de los jóvenes.

En ese sentido, la matriz no solo se enfocó en resumir investigaciones anteriores, sino que también ayudó a reconocer patrones teóricos, metodológicos y conceptuales presentes en diferentes estudios científicos. Esto permitió entender de manera más completa cómo la inteligencia emocional influye en las relaciones sociales, emocionales y conductuales de los adolescentes.

En este sentido, la matriz no se limita únicamente a resumir estudios previos, sino que facilita la identificación de patrones teóricos, metodológicos y conceptuales presentes en la literatura científica, permitiendo comprender de manera integral cómo la inteligencia emocional influye en las dinámicas sociales, afectivas y conductuales de los adolescentes.

La estructura de la matriz fue diseñada a partir de varias categorías de análisis: autor y año, país de origen, objetivo de la investigación, tipo de estudio y muestra, instrumentos utilizados, principales hallazgos, relación con el desarrollo social adolescente, categoría de análisis y aportes al análisis descriptivo. Cada uno de estos elementos permitió clasificar de forma organizada la información obtenida y establecer relaciones entre los distintos enfoques investigativos.

Inicialmente, la matriz evidencia que la mayoría de investigaciones revisadas coinciden en reconocer la inteligencia emocional como un factor determinante en el desarrollo integral de los adolescentes. Los estudios analizados señalan que competencias como la empatía, la autorregulación emocional, la autoconciencia y las habilidades sociales favorecen significativamente la adaptación social, la convivencia y la construcción de relaciones interpersonales saludables.

Uno de los hallazgos predominantes identificados en la matriz corresponde al papel de la regulación emocional dentro del desarrollo social adolescente. Investigaciones como las de Goleman (1996), Mayer y Salovey (2000), Cuevas Niño (2020) y Vázquez-De la Hoz et al. (2021) destacan que los adolescentes que logran comprender y controlar adecuadamente sus emociones presentan mayores niveles de bienestar psicológico, mejores habilidades comunicativas y menor incidencia de conductas de riesgo. Esto demuestra que la inteligencia

emocional funciona como un mecanismo protector frente a situaciones asociadas al consumo de sustancias psicoactivas, agresividad, impulsividad o dificultades de adaptación social.

De igual forma, la matriz permitió identificar que el contexto social y educativo influye considerablemente en el fortalecimiento o debilitamiento de las competencias emocionales. Investigaciones realizadas por Fernández-González y colaboradores (2020), además de los estudios de Köller y Hübner (2022), junto con el informe de la OCDE (2021), muestran que factores externos como el ambiente escolar, las relaciones con otras personas y situaciones sociales complejas como la pandemia de COVID-19 influyen de manera importante en las habilidades socioemocionales de los adolescentes.

En relación con esto, los resultados obtenidos muestran que las dificultades para relacionarse con otras personas, el aislamiento y la falta de espacios de convivencia afectan de manera negativa la resiliencia emocional y la adaptación social de los adolescentes. Por esta razón, muchos estudios coinciden en que es necesario fortalecer los programas de educación socioemocional dentro de las instituciones educativas, ya que estos pueden funcionar como una estrategia de apoyo y prevención.

Otro aspecto importante que se identificó a través de la matriz fue la influencia de los agentes socializadores en el desarrollo de la inteligencia emocional. Investigaciones de Salinas Peralta (2016), Barajas y Andrea (2021), además de Solís (2019), resaltan que la familia, la escuela y los amigos son espacios fundamentales para el aprendizaje emocional. En estos entornos, los adolescentes pueden desarrollar habilidades relacionadas con la expresión de emociones, la resolución de conflictos, la empatía y la convivencia con otras personas.

Por lo tanto, la matriz permite entender que la inteligencia emocional no debe verse únicamente como una capacidad individual, sino como un proceso más amplio en el que influyen diferentes factores psicológicos, familiares, educativos y sociales. Esto significa que el desarrollo emocional de los adolescentes depende tanto de sus características personales como del ambiente y las experiencias que forman parte de su crecimiento.

Asimismo, el análisis de la matriz permitió identificar algunas limitaciones y vacíos dentro de la literatura revisada. Aunque existe consenso respecto a la importancia de la inteligencia emocional en la adolescencia, se observa dispersión conceptual entre autores sobre la definición exacta de inteligencia emocional y las formas de medirla. Algunos estudios abordan la inteligencia emocional desde enfoques cognitivos, mientras otros la entienden como un conjunto de competencias sociales y emocionales, lo cual genera diferencias metodológicas en los resultados obtenidos.

De igual forma, se encontró que muchas investigaciones están enfocadas principalmente en el contexto escolar, mientras que otras realidades familiares y sociales que también influyen en el desarrollo emocional de los adolescentes han sido menos estudiadas. Además, aunque varios estudios reconocen la influencia de los cambios sociales actuales, todavía existen pocas investigaciones que analicen más a fondo el impacto de factores como el uso excesivo de redes sociales, la inteligencia artificial y las transformaciones digitales en las habilidades emocionales de los jóvenes.

Por último, la matriz de hallazgos permitió tener una visión más completa y crítica sobre la relación entre la inteligencia emocional y el desarrollo social durante la adolescencia. Los resultados muestran que las competencias emocionales son fundamentales para el

bienestar psicológico, la buena convivencia y la adaptación social. Asimismo, se evidenció la importancia de seguir impulsando investigaciones y programas de intervención que ayuden a fortalecer el desarrollo socioemocional desde una perspectiva más integral en temas relacionados con la familia, la infancia y la adolescencia.

7.2 Matriz de hallazgos de las investigaciones que aportaron al análisis descriptivo de la inteligencia emocional en el desarrollo social de los adolescentes.

La matriz de hallazgos elaborada dentro de esta investigación constituye una herramienta metodológica de organización, clasificación y análisis de la información recopilada durante la revisión documental. Su finalidad principal fue sistematizar las investigaciones más relevantes relacionadas con la inteligencia emocional y el desarrollo social en adolescentes, permitiendo identificar tendencias, coincidencias, aportes teóricos y vacíos investigativos presentes en la literatura científica.

En términos metodológicos, esta matriz permitió transformar la información dispersa encontrada en diferentes artículos, tesis, investigaciones y documentos académicos en un esquema estructurado que facilitó el análisis descriptivo del fenómeno estudiado. Es decir, no solo se utilizó para resumir investigaciones, sino también para interpretar críticamente cómo los diferentes autores comprenden la inteligencia emocional y cuál es su relación con el desarrollo social adolescente.

La construcción de la matriz se organizó mediante varias categorías de análisis que permitieron comparar las investigaciones revisadas desde distintos aspectos. Entre estas categorías se encuentran:

- Autor y año.
- País de procedencia.

- Objetivo de la investigación.
- Tipo de estudio y muestra.
- Instrumentos utilizados.
- Principales hallazgos.
- Relación con el desarrollo social adolescente.
- Categoría de análisis.
- Aportes al análisis descriptivo.

Cada uno de estos elementos cumple una función específica dentro del proceso investigativo y contribuye a comprender de manera más amplia la temática estudiada.

Organización de los estudios revisados

La primera función de la matriz fue organizar cronológicamente y temáticamente las investigaciones seleccionadas. Esto permitió identificar cuáles autores han trabajado con mayor profundidad el tema de inteligencia emocional en adolescentes y desde qué perspectivas lo han abordado.

Por ejemplo, autores como Goleman (1996) y Mayer y Salovey (2000) aparecen como referentes teóricos fundamentales porque sus modelos constituyen la base conceptual sobre la cual se desarrollan muchas investigaciones posteriores. Mientras Goleman plantea la inteligencia emocional como un conjunto de competencias personales y sociales, Mayer y Salovey la entienden como una habilidad cognitiva relacionada con la percepción y regulación emocional.

A partir de estas teorías, los estudios posteriores analizados en la matriz buscan explicar cómo dichas competencias emocionales se reflejan en situaciones concretas del desarrollo adolescente, especialmente en contextos escolares, familiares y sociales.

Identificación de patrones y tendencias investigativas

Uno de los principales aportes de la matriz fue permitir la identificación de patrones comunes dentro de las investigaciones revisadas. La mayoría de estudios coinciden en que los adolescentes con mayores niveles de inteligencia emocional presentan:

- Mejor adaptación social.
- Relaciones interpersonales más saludables.
- Mayor empatía.
- Mejor capacidad de resolución de conflictos.
- Menores niveles de agresividad.
- Mejor rendimiento académico.
- Menor probabilidad de conductas de riesgo.

Esto evidencia que la inteligencia emocional no solo influye en el bienestar individual del adolescente, sino también en la calidad de sus relaciones sociales y en su capacidad de convivencia dentro de diferentes contextos.

Por ejemplo, investigaciones como las de Fernández-González et al. (2020) demostraron que los adolescentes emocionalmente competentes participan menos en conductas asociadas al acoso escolar y desarrollan relaciones más cooperativas y empáticas. De igual manera, estudios como los de Vázquez-De la Hoz et al. (2021) mostraron que la inteligencia emocional actúa como un factor protector frente al consumo de sustancias psicoactivas y otras conductas de riesgo.

Estos hallazgos permitieron reconocer que las habilidades emocionales representan herramientas fundamentales para el desarrollo social saludable durante la adolescencia.

Relación entre inteligencia emocional y desarrollo social

La matriz también permitió evidenciar que existe una relación directa entre las competencias emocionales y el desarrollo social adolescente. En la mayoría de investigaciones revisadas, las habilidades emocionales aparecen asociadas a procesos como:

- Construcción de identidad.
- Integración grupal.
- Adaptación escolar.
- Comunicación interpersonal.
- Manejo de conflictos.
- Desarrollo de autoestima.
- Participación social.

Esto significa que los adolescentes no desarrollan sus habilidades sociales únicamente a partir de conocimientos académicos o normas de convivencia, sino también mediante la capacidad de reconocer y regular emociones propias y ajenas.

En consecuencia, la inteligencia emocional se comprende como un elemento que facilita la convivencia y fortalece la interacción social dentro de espacios familiares, escolares y comunitarios.

Papel de los agentes socializadores

Otro aspecto importante identificado en la matriz corresponde al papel de los agentes socializadores en el desarrollo emocional adolescente. Los estudios revisados muestran que la familia, la escuela y el grupo de pares son escenarios fundamentales donde se construyen las habilidades emocionales.

Por ejemplo:

- La familia influye mediante estilos de crianza, comunicación afectiva y acompañamiento emocional.
- La escuela fortalece competencias socioemocionales a través de programas educativos y dinámicas de convivencia.
- Los pares contribuyen en la construcción de identidad y habilidades relacionales.

La matriz permitió observar que cuando estos espacios ofrecen apoyo emocional y ambientes protectores, los adolescentes desarrollan mayores niveles de regulación emocional, empatía y adaptación social.

Sin embargo, también se identificó que factores como violencia intrafamiliar, ausencia afectiva, desigualdad social y limitaciones institucionales pueden afectar negativamente el desarrollo emocional y social de los adolescentes.

Influencia del contexto social contemporáneo

Un aspecto importante que se encontró en la matriz es cómo los cambios sociales recientes han afectado las habilidades emocionales de los adolescentes. Investigaciones realizadas después de la pandemia de COVID-19 muestran que muchos jóvenes tuvieron dificultades en su bienestar emocional y en su forma de relacionarse.

Por ejemplo, estudios de Köller y Hübner (2022) señalan que el aislamiento, la falta de contacto con otras personas y la incertidumbre generaron problemas en habilidades como la regulación emocional, la resiliencia y la interacción social.

Esto ayudó a entender que la inteligencia emocional no es algo fijo o que siempre se mantiene igual, sino que puede cambiar dependiendo de las situaciones y del contexto social, cultural y emocional en el que se encuentre cada persona.

Vacíos y limitaciones identificadas

Además de identificar aportes, la matriz permitió reconocer vacíos y limitaciones dentro de la literatura revisada.

Entre los principales aspectos encontrados se destacan:

- Diferencias conceptuales entre autores sobre la definición de inteligencia emocional.
- Diversidad de instrumentos de medición emocional.
- Predominio de investigaciones centradas en contextos escolares.
- Escasez de estudios longitudinales.
- Poca profundización sobre factores tecnológicos y digitales en el desarrollo emocional actual.

Esto evidencia la necesidad de continuar fortaleciendo investigaciones interdisciplinarias que permitan comprender la inteligencia emocional desde perspectivas más amplias e integrales.

Importancia de la matriz dentro de la investigación

Finalmente, la matriz de hallazgos tuvo un papel fundamental dentro del proceso investigativo porque permitió:

1. Organizar sistemáticamente la información revisada.
2. Comparar diferentes teorías y resultados investigativos.
3. Identificar tendencias y patrones comunes.
4. Reconocer vacíos investigativos.

5. Construir una reflexión crítica sobre la inteligencia emocional.
6. Relacionar los hallazgos con el desarrollo social adolescente.
7. Fundamentar teóricamente la discusión y conclusiones del estudio.

Por tanto, la matriz no debe entenderse únicamente como un cuadro descriptivo, sino como una herramienta analítica que permitió interpretar críticamente cómo la inteligencia emocional influye en el desarrollo social de los adolescentes y cuáles son los principales desafíos teóricos y contextuales presentes en este campo de estudio.

Tabla 3. *Matriz de hallazgos*

Autor y año	País	Objetivo de la investigación	Tipo de estudio y muestra	Instrumentos utilizados	Principales hallazgos	Relación con el desarrollo social adolescente	Categoría de análisis	Aportes al análisis descriptivo
Goleman (1996)	Estados Unidos	Explicar el modelo de inteligencia emocional y sus competencias fundamentales.	Estudio teórico.	Modelo de inteligencia emocional.	Define cinco competencias: autoconciencia, autorregulación, motivación, empatía y habilidades sociales.	La empatía y las habilidades sociales favorecen relaciones interpersonales sanas y adaptación social.	Competencias y regulación emocional.	Fundamenta conceptualmente la relación entre emociones y convivencia social.
Mayer & Salovey (2000)	Estados Unidos	Analizar la inteligencia emocional como una habilidad cognitiva.	Modelo teórico.	Modelo de habilidades emocionales.	La IE implica percibir, comprender y regular emociones.	Favorece la toma de decisiones y la resolución de conflictos en adolescentes.	Regulación emocional.	Relaciona procesos emocionales con habilidades cognitivas y sociales.
García-Fernández & Giménez (2010)	España	Integrar los principales modelos de inteligencia emocional.	Revisión teórica.	Análisis documental.	La IE integra dimensiones personales y sociales como empatía y comprensión.	Facilita la adaptación social y el fortalecimiento de vínculos afectivos.	Competencias emocionales.	Unifica enfoques teóricos sobre inteligencia emocional.

Autor y año	País	Objetivo de la investigación	Tipo de estudio y muestra	Instrumentos utilizados	Principales hallazgos	Relación con el desarrollo social adolescente	Categoría de análisis	Aportes al análisis descriptivo
Fernández-González et al. (2020)	España	Analizar la relación entre inteligencia emocional, habilidades sociales y acoso escolar.	Estudio cuantitativo con 912 estudiantes de secundaria.	Cuestionarios de inteligencia emocional y habilidades sociales.	Los adolescentes con mayor IE muestran conductas más empáticas y colaborativas. Menor participación en acoso escolar.	La IE mejora la convivencia escolar y fortalece relaciones interpersonales.	Competencias emocionales y habilidades sociales.	Evidencia empírica sobre la influencia de la IE en contextos escolares.
Köller & Hübner (2022)	Alemania, Austria y Suiza	Examinar cambios socioemocionales durante la pandemia COVID-19.	Investigación cuantitativa con adolescentes.	Evaluaciones socioemocionales y de resiliencia.	Disminución de habilidades socioemocionales y aumentaron problemas conductuales durante el confinamiento.	El aislamiento afectó procesos de socialización y resiliencia emocional.	Regulación emocional y contexto social.	Evidencia la influencia del contexto social sobre el bienestar emocional.
OCDE (2021)	América Latina	Analizar habilidades sociales y emocionales en adolescentes.	Informe internacional.	Encuestas regionales sobre habilidades socioemocionales.	Existen deficiencias en autorregulación, trabajo en equipo y resolución de conflictos.	Las dificultades socioemocionales afectan adaptación social y desempeño académico.	Competencias emocionales.	Resalta necesidad de educación socioemocional en adolescentes.
Bonilla (2019)	Colombia – Boyacá	Comparar coeficiente emocional entre niños y adolescentes.	Estudio comparativo con participantes entre 8 y 16 años.	Pruebas de coeficiente emocional.	Los adolescentes presentaron menores niveles de empatía y autorregulación.	Las dificultades emocionales afectan relaciones sociales y adaptación escolar.	Regulación emocional.	Evidencia cambios emocionales complejos durante la adolescencia.
Cuevas Niño (2020)	Colombia – Bucaramanga	Analizar relación entre inteligencia emocional percibida y	Estudio cuantitativo con adolescentes escolarizados.	Cuestionarios emocionales y registros académicos.	Mayor IE se asocia con mejor rendimiento académico y mejor	La regulación emocional fortalece convivencia y habilidades	Regulación emocional y adaptación escolar.	Relaciona inteligencia emocional y desempeño escolar/social.

Autor y año	País	Objetivo de la investigación	Tipo de estudio y muestra	Instrumentos utilizados	Principales hallazgos	Relación con el desarrollo social adolescente	Categoría de análisis	Aportes al análisis descriptivo
Vázquez-De la Hoz et al. (2021)	Colombia – Montería	desempeño académico. Examinar asociación entre IE y consumo de sustancias psicoactivas.	Investigación cuantitativa con adolescentes becados.	Evaluación de inteligencia emocional.	interacción social. Mayor inteligencia emocional disminuye probabilidad de conductas de riesgo.	comunicativas. La IE funciona como factor protector en el desarrollo social adolescente.	Regulación emocional y conductas de riesgo.	Relaciona bienestar emocional con prevención psicosocial.
Rojas (2018)	Colombia – Bucaramanga	Relacionar inteligencia emocional y rendimiento académico.	Estudio descriptivo con 224 estudiantes.	Escala TMMS-24.	Los estudiantes presentaron adecuados niveles de atención, claridad y reparación emocional.	La claridad emocional favorece interacción social y adaptación escolar.	Regulación emocional.	Evidencia importancia de la percepción emocional en adolescentes.
Barajas & Andrea (2021)	Colombia – Bucaramanga	Fortalecer inteligencia emocional para favorecer adaptación escolar.	Investigación educativa con estudiantes de sexto grado.	TMMS-24.	Se evidencian diferencias de género en atención y reparación emocional.	Las habilidades emocionales favorecen adaptación escolar y convivencia.	Competencias emocionales y entorno escolar.	Resalta importancia de programas socioemocionales escolares.
Solís (2019)	Colombia – Bucaramanga	Implementar arteterapia para fortalecer inteligencia emocional en jóvenes con riesgo de consumo SPA.	Investigación aplicada con adolescentes vinculados a programa penal.	TMMS-24 y arteterapia.	Mejóro atención y claridad emocional; persistieron dificultades en reparación emocional.	El fortalecimiento emocional mejora integración y manejo conductual.	Regulación emocional y conductas de riesgo.	Evidencia necesidad de intervenciones psicosociales sostenidas.
Salinas Peralta (2016)	México	Analizar autorregulación emocional en adolescentes.	Revisión teórica.	Revisión documental.	El acompañamiento familiar fortalece autorregulación y bienestar emocional.	La familia actúa como principal agente socializador emocional.	Agentes socializadores.	Resalta papel de padres e instituciones educativas.
Condor-Vela &	Perú	Analizar importancia de la	Revisión de literatura.	Análisis documental.	La IE favorece bienestar	Mejora convivencia, adaptación y	Competencias	Relaciona inteligencia emocional

Autor y año	País	Objetivo de la investigación	Tipo de estudio y muestra	Instrumentos utilizados	Principales hallazgos	Relación con el desarrollo social adolescente	Categoría de análisis	Aportes al análisis descriptivo
Shuguli - Zambrano (2024)		inteligencia emocional en el ambiente escolar.			psicológico y habilidades sociales.	participación escolar.	emocional es.	con desarrollo integral.
Sanz (2023)	España	Examinar capacidad predictiva de la inteligencia emocional sobre apoyo social percibido.	Investigación cuantitativa con adolescentes.	Escalas de apoyo social e inteligencia emocional.	Los adolescentes con mayor IE perciben mayor apoyo social.	Fortalece vínculos afectivos y relaciones interpersonales.	Desarrollo social y habilidades sociales.	Relaciona inteligencia emocional con percepción de integración social.
Valadez Sierra et al. (2010)	México	Analizar inteligencia emocional en adolescentes talentosos.	Investigación descriptiva.	Instrumentos emocionales y cognitivos.	La IE influye en autoestima, adaptación y relaciones sociales.	Favorece desarrollo integral y estabilidad emocional.	Competencias emocionales.	Amplía comprensión de IE en poblaciones específicas.

A continuación, se presenta una matriz que tuvo como finalidad organizar de manera sistemática las principales investigaciones y referentes teóricos utilizados en la revisión documental sobre inteligencia emocional y desarrollo social en adolescentes. Su importancia radica en que permite visualizar de forma clara cuáles fueron los autores consultados, qué tipo de documentos se analizaron, bajo qué criterios temporales se seleccionaron las fuentes y cómo se realizó el proceso de depuración académica de la información.

En primer lugar, la columna de autores o referentes reúne los investigadores y organismos más relevantes que sustentan el trabajo, entre ellos Goleman, Mayer y Salovey, Fernández-González, Köller y Hübner, la OCDE, entre otros. Estos autores fueron seleccionados porque sus aportes teóricos y empíricos permiten comprender la inteligencia emocional desde diferentes perspectivas psicológicas, educativas y sociales.

La segunda columna, correspondiente al número de documentos analizados, evidencia que la investigación se apoyó tanto en estudios teóricos como en investigaciones empíricas. Esto demuestra que la revisión documental no se limitó únicamente a conceptos generales, sino que también incluyó estudios aplicados y evidencias científicas relacionadas con adolescentes y desarrollo social.

En cuanto a los criterios temporales, la matriz muestra que la mayoría de las fuentes se encuentran entre los años 1995 y 2025. Esto permitió combinar autores clásicos, como Goleman y Mayer & Salovey, quienes establecieron las bases conceptuales de la inteligencia emocional, con investigaciones recientes que analizan problemáticas actuales como la pandemia, las conductas de riesgo y las habilidades socioemocionales en contextos contemporáneos.

Respecto al proceso de selección de fuentes, se observa que los documentos fueron elegidos por su pertinencia temática, es decir, porque abordaban directamente la relación entre inteligencia emocional, adolescencia y desarrollo social. Además, se priorizaron artículos científicos, investigaciones empíricas, revisiones teóricas e informes académicos provenientes de bases de datos reconocidas como SciELO, Redalyc y el repositorio institucional de UNIMINUTO.

Por otra parte, el proceso de depuración de fuentes consistió en excluir documentos que no cumplieran con criterios académicos y metodológicos. Se eliminaron páginas web no científicas, editoriales sin respaldo investigativo, textos en otros idiomas y documentos que no estuvieran enfocados específicamente en adolescentes o inteligencia emocional. Esto

garantizó mayor confiabilidad y rigor científico en la información utilizada dentro de la monografía.

De manera general, la matriz refleja que la investigación siguió un procedimiento metodológico organizado y coherente, permitiendo identificar patrones comunes, aportes teóricos y vacíos investigativos dentro de la literatura revisada. Además, evidencia que la inteligencia emocional es abordada como un factor clave para el bienestar psicológico, la adaptación social y la convivencia saludable durante la adolescencia.

Tabla 4. *matriz metodológica de revisión documental*

Autor(es) / Referentes	Número de documentos analizados	Criterios temporales	Proceso de selección de fuentes	Proceso de depuración de fuentes
Goleman (1995, 1996)	2 documentos teóricos principales	Publicaciones clásicas y vigentes sobre inteligencia emocional	Selección de textos fundacionales sobre inteligencia emocional y adolescencia	Exclusión de documentos sin rigor académico o no relacionados con adolescentes
Mayer & Salovey (2000)	1 documento teórico central	Estudios relevantes posteriores al desarrollo del concepto de IE	Inclusión por relevancia conceptual y aporte cognitivo a la inteligencia emocional	Se descartaron fuentes sin relación con regulación emocional adolescente
García-Fernández & Giménez (2010)	1 revisión teórica	Publicaciones entre 2010-2025	Selección por integración de modelos teóricos de IE	Eliminación de textos repetidos o sin enfoque psicológico
Fernández-González et al. (2020)	1 estudio empírico	Investigaciones recientes (últimos 5 años)	Inclusión por abordar inteligencia emocional y convivencia escolar	Exclusión de estudios sin muestra adolescente
Köller & Hübner (2022)	1 estudio cuantitativo	Periodo posterior a pandemia COVID-19	Selección por pertinencia frente al contexto socioemocional actual	Se omitieron investigaciones no relacionadas con resiliencia o habilidades socioemocionales
OCDE (2021)	1 informe internacional	Informes contemporáneos sobre habilidades socioemocionales	Inclusión por relevancia institucional y enfoque en adolescentes	Se descartaron informes sin respaldo científico
Bonilla (2019)	1 investigación nacional	Estudios nacionales entre 2018-2025	Selección por análisis comparativo del coeficiente emocional	Exclusión de trabajos fuera del contexto adolescente

Autor(es) / Referentes	Número de documentos analizados	Criterios temporales	Proceso de selección de fuentes	Proceso de depuración de fuentes
Cuevas Niño (2020)	1 estudio empírico	Investigaciones recientes en Colombia	Inclusión por relación entre IE y desempeño académico	Depuración de fuentes sin medición estandarizada
Vázquez-De la Hoz et al. (2021)	1 investigación aplicada	Estudios contemporáneos sobre conductas de riesgo	Selección por relación entre IE y prevención social	Eliminación de artículos sin evidencia empírica
Rojas (2018)	1 estudio local	Investigaciones locales relevantes	Inclusión por uso del instrumento TMMS-24	Se excluyeron documentos descriptivos sin análisis emocional
Barajas & Andrea (2021)	1 estudio aplicado	Periodo reciente de intervención escolar	Selección por enfoque en adaptación escolar	Exclusión de estudios sin población adolescente
Solís (2019)	1 investigación local	Estudios sobre intervención socioemocional	Inclusión por analizar arteterapia e inteligencia emocional	Depuración de documentos no científicos
Salinas Peralta (2016)	1 estudio teórico-aplicado	Referentes relevantes sobre acompañamiento familiar	Selección por relación entre familia y regulación emocional	Exclusión de textos sin relación con agentes socializadores

7.3 Reflexión crítica sobre los fundamentos teóricos y modelos de inteligencia emocional plasmados en esta revisión literaria

El análisis de la literatura revisada permite comprender que la inteligencia emocional constituye un constructo complejo, multidimensional y dinámico que ha evolucionado significativamente dentro de las ciencias psicológicas y sociales. A partir de los diferentes modelos teóricos abordados en esta investigación, especialmente los planteamientos de Goleman (1996) y Mayer y Salovey (2000), se evidencia que la inteligencia emocional no puede reducirse únicamente a la capacidad de controlar emociones, sino que implica un proceso amplio de comprensión, interpretación y regulación emocional que influye directamente en el desarrollo social, conductual y afectivo de los adolescentes.

En la revisión de los textos académicos se encontró que la inteligencia emocional es vista en muchos estudios como algo que ayuda bastante a los adolescentes a manejar mejor

sus emociones y su vida diaria. Habilidades como la empatía, el autocontrol y saber relacionarse con otros hacen que los jóvenes puedan adaptarse mejor a la familia, la escuela y la sociedad. Esto muestra que las emociones no son solo reacciones personales, sino que también influyen mucho en la forma en que nos relacionamos con los demás.

Desde el modelo de Daniel Goleman, la inteligencia emocional se entiende como varias habilidades que ayudan a reconocer y manejar las emociones de forma adecuada. Este enfoque es importante en la adolescencia porque es una etapa donde hay muchos cambios, inseguridades y necesidad de encajar socialmente. Por eso, habilidades como conocerse a uno mismo, controlar impulsos, motivarse, ser empático y saber relacionarse ayudan a entender mejor lo que viven los adolescentes.

Sin embargo, aunque este modelo es muy usado en educación y psicología, algunos autores señalan que mezcla demasiadas cosas, como la personalidad y las habilidades sociales, lo que hace difícil separar qué es exactamente inteligencia emocional y qué no lo es. Esto ha generado diferentes opiniones sobre cómo debe definirse.

Por otro lado, el modelo de John D. Mayer y Peter Salovey propone una idea más centrada en la mente y el procesamiento de emociones. Ellos explican la inteligencia emocional como la capacidad de entender y manejar lo que sentimos, usando las emociones como información para actuar. Este enfoque es más claro en lo teórico, pero deja un poco de lado el entorno social y familiar.

En la revisión también se ve que no se puede separar la inteligencia emocional del contexto donde vive el adolescente. La familia, la escuela y la cultura influyen mucho en

cómo se desarrollan estas habilidades. Estudios como los de Salinas Peralta, Fernández-González y otros muestran que estos espacios son claves para aprender a expresar y manejar emociones.

Por eso, no se puede decir que la inteligencia emocional depende solo de la persona, ya que también influyen las condiciones sociales y familiares. Pensar lo contrario sería ignorar que no todos los adolescentes tienen las mismas oportunidades ni el mismo apoyo.

La mayoría de investigaciones también coinciden en que tener mayor inteligencia emocional se relaciona con mejor convivencia, menos conflictos y mejor adaptación en la escuela. Incluso se ha visto que ayuda a evitar conductas de riesgo como la violencia o el consumo de sustancias. Sin embargo, no se debe pensar que esto soluciona todo, ya que los problemas en la adolescencia también dependen de factores económicos, familiares y sociales más amplios.

Otro punto importante es que no todos los estudios entienden la inteligencia emocional de la misma manera. Algunos la miden como habilidades, otros como conductas o aspectos más generales, lo que hace difícil comparar resultados entre investigaciones.

También se ha visto que temas actuales como la pandemia de COVID-19, el uso de redes sociales y la tecnología han cambiado la forma en que los adolescentes se relacionan y expresan sus emociones. Sin embargo, todavía hay pocos estudios que analicen bien estos cambios.

En conclusión, la inteligencia emocional es un tema muy importante para entender la adolescencia, pero aún está en desarrollo como concepto. Aunque aporta mucho para

comprender el comportamiento y las relaciones sociales, todavía hay diferencias en su definición y limitaciones en su estudio.

Finalmente, es necesario seguir fortaleciendo la educación emocional desde la familia y la escuela, no solo para evitar problemas, sino también para ayudar a los adolescentes a manejar mejor sus emociones y su vida social de una forma más sana y equilibrada.

Discusión

A partir del análisis documental realizado y de la matriz de hallazgos que se elaboró en esta investigación, se puede ver que la inteligencia emocional es un aspecto muy importante en el desarrollo de los adolescentes. Esto se nota especialmente en cómo se relacionan con otras personas, cómo se adaptan a diferentes situaciones y cómo manejan sus emociones en la familia, la escuela y la sociedad en general. Los estudios revisados muestran que la inteligencia emocional no es algo fijo ni aislado, sino un proceso que va cambiando y que depende de muchos factores como lo psicológico, lo social, lo cultural y el entorno en el que vive cada adolescente.

En este sentido, teorías como las de Daniel Goleman y John D. Mayer junto con Peter Salovey ayudan a entender que la inteligencia emocional incluye habilidades como reconocer las emociones, controlarlas, motivarse, ser empático y relacionarse bien con los demás. Estas habilidades son clave para tener buenas relaciones y un mejor bienestar emocional. Sin embargo, aunque muchos autores coinciden en su importancia, todavía hay diferencias en cómo se define y cómo se mide este concepto.

Uno de los resultados más repetidos en la literatura es que existe una relación positiva entre la inteligencia emocional y el desarrollo social en la adolescencia. Estudios como los de Fernández-González y otros autores muestran que los adolescentes con mayor inteligencia emocional suelen ser más empáticos, colaborativos y tienen mejores relaciones con sus compañeros. Esto indica que no solo influye en lo personal, sino también en cómo se relacionan con los demás y en su capacidad de adaptarse a distintos contextos.

Aun así, no todos los adolescentes desarrollan estas habilidades de la misma manera. Esto depende mucho del entorno en el que viven, como la familia, la situación económica, la forma de crianza y el ambiente escolar. Por eso, no se puede ver la inteligencia emocional como algo solo individual, ya que también está muy influenciada por factores externos que pueden facilitar o dificultar su desarrollo.

En este punto, la familia aparece como uno de los espacios más importantes para aprender a manejar las emociones. Desde pequeños, los adolescentes aprenden en casa cómo expresar lo que sienten, cómo resolver conflictos y cómo relacionarse con los demás. Autores como Salinas Peralta destacan que el apoyo familiar y una buena comunicación ayudan mucho a mejorar el control emocional y la estabilidad en esta etapa.

Sin embargo, también es cierto que muchas familias enfrentan problemas como dificultades económicas, violencia o falta de tiempo, lo que puede afectar la forma en que acompañan emocionalmente a los adolescentes. Esto demuestra que el desarrollo emocional no depende solo de la persona, sino también de las condiciones en las que vive.

Por otro lado, la escuela también cumple un papel muy importante. Allí no solo se aprende contenido académico, sino también habilidades emocionales y sociales. Programas de educación emocional ayudan a los estudiantes a mejorar la convivencia, la empatía y la resolución de conflictos. Pero a pesar de esto, muchas veces la educación se enfoca más en las notas que en el bienestar emocional, y además faltan recursos o continuidad en estos programas.

Un aspecto importante que se evidenció con más fuerza después de la pandemia de COVID-19 es que las habilidades emocionales pueden verse afectadas por situaciones de crisis. Investigaciones como las de Köller y Hübner muestran que el aislamiento y la falta de interacción social afectaron la capacidad de muchos adolescentes para manejar sus emociones y relacionarse.

Esto llevó a entender que la inteligencia emocional no es algo que se mantiene igual todo el tiempo, sino que puede cambiar según las experiencias y el contexto. Por eso, es importante fortalecer estas habilidades de manera constante.

Además, varios estudios señalan que la inteligencia emocional puede ayudar a prevenir conductas de riesgo, como el consumo de sustancias, la agresividad o los conflictos sociales. Sin embargo, también es importante entender que no todo depende de la inteligencia emocional, ya que estos problemas también están relacionados con situaciones familiares, sociales y económicas más complejas.

Otro punto importante es que todavía no hay una sola definición clara de inteligencia emocional, ya que algunos autores se enfocan más en lo cognitivo y otros incluyen aspectos sociales y motivacionales. Esto hace que sea difícil compararla y medirla de forma igual en todos los estudios.

También se ha visto que la mayoría de investigaciones se centran en el contexto escolar, dejando de lado otros aspectos como las redes sociales, el uso de la tecnología o la inteligencia artificial, que hoy en día influyen mucho en la forma en que los adolescentes se comunican y manejan sus emociones.

En la actualidad, muchos jóvenes incluso buscan apoyo emocional a través de plataformas digitales, lo que tiene ventajas, pero también riesgos como el aislamiento o la dependencia tecnológica.

Por todo esto, el desarrollo de la inteligencia emocional en la adolescencia necesita una mirada más amplia, que no solo se enfoque en el individuo, sino también en su entorno familiar, escolar y social.

En conclusión, la inteligencia emocional es un proceso complejo que influye mucho en la vida de los adolescentes, ya que ayuda a mejorar sus relaciones, su adaptación y su bienestar. Pero también depende de muchos factores externos, por lo que es necesario trabajarla desde diferentes espacios como la familia, la escuela y las políticas sociales, para realmente generar un impacto positivo.

Conclusiones

La revisión de la literatura científica permitió identificar que la inteligencia emocional es un elemento clave en el desarrollo integral de los adolescentes, ya que facilita la comprensión, el manejo y la regulación de las emociones. Esto tiene un impacto positivo tanto en el bienestar emocional como en la capacidad de adaptación a diferentes contextos y situaciones sociales.

En cuanto a las competencias de la inteligencia emocional en la adolescencia, se evidencian varias habilidades importantes que contribuyen al desarrollo personal y social de manera adecuada. Los hallazgos encontrados pudieron demostrar que existen niveles importantes de IE relacionados con conductas positivas, dentro de las cuales se encuentra la empatía, la cooperación y la gestión emocional siendo una parte esencial a la hora de lograr una mayor adaptación del adolescente ante cualquier contexto o cambio que trascienda de hechos imprevistos como fue el confinamiento por el Covid-19.

En materia de la regulación emocional, se determinó que existía una variedad de factores individuales que influían en el desarrollo de la IE en la etapa de la adolescencia, indicando que dentro de ellos se encontraba la habilidad de poder reconocer y manejar las emociones intrínsecas de manera adecuada, gestionando los procesos propios e identificando los ajenos, siendo esto un componente favorable a la hora de trabajar en el autocontrol, la autorregulación en momentos de estrés o presión social y la adaptación del contexto dinámico el que se encuentren, con el fin de brindar bases sólidas a las experiencias y escenarios donde el individuo pueda crecer y desarrollar una mejor calidad de vida.

Respecto a los agentes socializadores y como influyen los entornos educativos en el desarrollo de la IE de los adolescentes, se logra reconocer el rol determinante de estos actores y contextos en el desenvolvimiento de esta etapa vital, encontrando como la familia, la institución educativa y el grupo de pares intervienen tanto en el reforzamiento de competencias emocionales como en la aplicación de modelos de interacción que permiten regular o gestionar adecuadamente las emociones que presenten. Además, los hallazgos destacaron la importancia que tienen los programas educativos encaminados al fortalecimiento de capacidades socioemocionales, los cuales son un medio efectivo para atender, entender y proporcionar herramientas factibles en el campo del desarrollo social y emocional; aun cuando se requiere mayor apoyo desde los organismos responsables que otorgan recursos para la sostenibilidad y cumplimiento de los mismos.

De esta forma, se permite indagar como los distintos trabajos investigados recalcan que el desarrollo de las habilidades emocionales como por ejemplo de la empatía o de la autorregulación y la gestión de las emociones han contribuido al establecimiento de relaciones interpersonales sanas y a la mejora de la convivencia en entornos familiares, educativos y sociales. Convirtiendo a la IE como un mecanismo que permite interceder ante las conductas de riesgo, contribuyendo a la mejora de la toma de decisiones, la resiliencia y la adaptación social durante la adolescencia.

Con respecto a esto, se hace necesario tener presente la importancia de este tipo de estudios en el campo de la familia, la niñez y la adolescencia, donde desde la academia se promuevan estrategias destinadas a la mejora del desarrollo de las competencias emocionales, no solo interviniendo sino investigando más a fondo sobre procesos afines a

este tema con la finalidad de favorecer las habilidades sociales y el bienestar psicológico de la población adolescente.

Referencias Bibliográficas

Barajas, M. A. R., & Andrea, M. (2021). Fortalecer la inteligencia emocional para favorecer la adaptación escolar de los estudiantes de sexto grado de una institución educativa pública del municipio de Bucaramanga (Doctoral dissertation, Tesis de maestría, Universidad Cooperativa de Colombia]. Repositorio Institucional de la UCC. <https://repository.ucc.edu.co/handle/20.500.12494/35940>).

Rojas, J. J. (2018). Relación entre inteligencia emocional y rendimiento académico en estudiantes de educación media de una Institución Educativa de Bucaramanga. Recuperado de: <http://hdl.handle.net/20.500.11912/5444>.

Solís, MA (2019). Arteterapia como estrategia para el desarrollo de la inteligencia Emocional, en jóvenes con alto riesgo de consumo de SPA vinculados al programa de Responsabilidad penal de Corpoadases de la ciudad de Bucaramanga Santander. Recuperado de: <http://hdl.handle.net/20.500.11912/8555>.

Bonilla, R. E. B. (2019). Coeficiente emocional en niños y adolescentes de Boyacá. Revista Latinoamericana de Psicología, 51(3), 133-141. Recuperado de <https://www.redalyc.org/journal/4772/477266187003/html/>

Condor-Vela, & Shuguli-Zambrano. (2024). Desarrollo Integral de los Estudiantes: Importancia de la Inteligencia Emocional en el Ambiente Escolar. Recuperado de. https://www.researchgate.net/publication/382238741_Desarrollo_Integral_de_los_Estudia ntes_Importancia_de_la_Inteligencia_Emocional_en_el_Ambiente_Escolar

Creswell, J. W. (2014). Diseño de investigación: Enfoques cualitativo, cuantitativo y mixto (4.^a ed.). Recuperado de: <https://doi.org/10.4135/9781849208963>

Cuevas Niño, N. I. (2020). Inteligencia emocional en adultos jóvenes que viven en Bucaramanga. Universidad Cooperativa de Colombia. Recuperado de <https://repository.ucc.edu.co/bitstreams/7cfab41a-ccd8-42c1-b0d6-47070b0fe2c2/download>

Fernández-González, L., Calvete, E., Orue, I., & Echezarraga, A. (2020). Relación entre inteligencia emocional, habilidades sociales y acoso escolar en adolescentes. *Revista Internacional de Investigación en Salud Ambiental*, 17(12), 4208. Recuperado de <https://www.mdpi.com/1660-4601/17/12/4208>

Flores, L. F. (2024). La inteligencia emocional, una estrategia didáctica, para desarrollar autorregulación en preescolar 3, del Cendi Iztapalapa. Recuperado de: <https://rixplora.upn.mx/jspui/handle/RIUPN/184296>

García-Fernández, M., & Giménez Mas, S. I. (2010). La inteligencia emocional y sus principales modelos: Propuesta de un modelo integrador. *Espiral. Cuadernos del profesorado*, 3(6), 43–52. Recuperado de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=3736408>

Goleman, D. (1996). Inteligencia emocional. Editorial Kairós. Recuperado de: [https://1.dirzon.com/Doc/Reader?target=telegram%3A%20INTELIGENCIA%20EMOCIONAL%20-%20DANIEL%20GOLEMAN%20\(1\).pdf](https://1.dirzon.com/Doc/Reader?target=telegram%3A%20INTELIGENCIA%20EMOCIONAL%20-%20DANIEL%20GOLEMAN%20(1).pdf)

Hernández-Sampieri, R., & Mendoza, C. P. (2018). Metodología de la investigación: Las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta (1.ª ed.). McGraw-Hill Educación.

Köller, O., & Hübner, T. (2022). Habilidades socioemocionales, resiliencia y problemas de comportamiento en adolescentes durante la pandemia de COVID-19. *Frontiers in Psychology*, 13, 937625. Recuperado de <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC9376252/>

Mentes Abiertas Psicología. (2025). Educación emocional en niños y adolescentes: importancia. <https://www.mentesabiertaspsicologia.com/blog-psicologia/educacion-emocional-en-ninos-y-adolescentes-importancia>

OCDE. (2021). Encuesta sobre habilidades sociales y emocionales (SSES). Recuperado de: <https://www.oecd.org/content/dam/oecd/en/about/programmes/edu/survey-on-social-and-emotional-skills/Technical%20Report%20SSES.pdf>

Prado Piña, A. (2025). El 'psicólogo' ChatGPT: buscar ayuda emocional en la inteligencia artificial supone riesgos para los adolescentes. El Diario – España. https://www.eldiario.es/sociedad/psicologo-chatgpt-buscar-ayuda-emocional-inteligencia-artificial-supone-riesgos-adolescentes_1_12564226.html

Quintana Asimbaya , J. E. ., Salamea Nieto , R. M. ., & Llanos-Rosales , B. R. . (2025). Mindfulness y regulación emocional en adolescentes: revisión integrativa. Revista Ecuatoriana De Psicología, 8(22), 84–98. <https://doi.org/10.33996/repso.v8i22.1>

Salinas Peralta, G. A. (2016). Autorregulación emocional en adolescentes. Educación, (22), 64–66. <https://doi.org/10.33539/educacion.2016.n22.1158>

Santa Cruz Vera, C. R. (2025). Estrategia de acción tutorial basada en la teoría de la inteligencia emocional de Daniel Goleman para las relaciones interpersonales de estudiantes del 4° de educación secundaria IE “Enrique López Albújar”, caserío El Roble, distrito Pulán, Santa Cruz-Cajamarca.

Sanz, G. (2023). Capacidad predictiva de la inteligencia emocional sobre el apoyo social percibido de adolescentes. Redalyc. Recuperado de: <https://www.redalyc.org/journal/1342/134265182003/html>

Valadez Sierra, M. de los D., Pérez Sánchez, L., & Beltrán Llera, J. (2010). La inteligencia emocional de los adolescentes talentosos. *Faísca: Revista de Altas Capacidades*, 15(17), 115–128. <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/3545922.pdf>

Van Manen, M. (2003). *Investigación educativa y experiencia vivida: Ciencia humana para una pedagogía de la acción*. Idea Books. (Obra original publicada en 1990).

Vázquez-De la Hoz, F. J., Galván, G. D., Guerrero Martelo, M. F., Simancas Fernández, M. R., & Tribales Huertas, W. A. (2021). Inteligencia emocional percibida y consumo de sustancias psicoactivas en adolescentes becados de Montería, Colombia. *Vertex*, 32(153), 45-52. Recuperado de <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/34783786/>