

01

LA INTELIGENCIA EMOCIONAL **FRENTE A LOS DESAFÍOS TECNOLÓGICOS DE LA REALIDAD** **CONTEMPORÁNEA**



LA INTELIGENCIA EMOCIONAL

FRENTE A LOS DESAFÍOS TECNOLÓGICOS DE LA REALIDAD CONTEMPORÁNEA

EMOTIONAL INTELLIGENCE IN THE FACE OF THE TECHNOLOGICAL CHALLENGES OF CONTEMPORARY SOCIETY

Edgar Adrian Reyes-Cerda¹

E-mail: edgar.inicia@gmail.com

ORCID: <https://orcid.org/0009-0000-0480-9307>

¹ Secretaría de Educación Pública. México.

Cita sugerida (APA, séptima edición)

Reyes-Cerda, E. A. (2026). La inteligencia emocional frente a los desafíos tecnológicos de la realidad contemporánea.. *Revista Mexicana de Investigación e Intervención Educativa*, 5(4), 6-19.

Fecha de presentación: 23/06/2026

Fecha de aceptación: 29/08/2026

Fecha de publicación: 01/10/2026

RESUMEN

El presente artículo analiza la relación entre el desarrollo de la inteligencia emocional y los desafíos que plantea el uso creciente de la tecnología en el ámbito educativo. A partir de una revisión del sistema educativo mexicano se examina la evolución de la educación socioemocional y se sostiene que, aunque los planes de estudio actuales reconocen su importancia, aún presentan limitaciones para atender de manera específica el impacto emocional de las redes sociales, los dispositivos móviles y la inteligencia artificial en el estudiantado. Con base en el modelo de inteligencia emocional de Salovey y Mayer, se propone fortalecer la educación socioemocional mediante la incorporación progresiva de contenidos y actividades orientados a desarrollar habilidades para reconocer, comprender, regular y utilizar las emociones frente a los entornos digitales. Asimismo, se destaca la necesidad de capacitar al profesorado y de fortalecer la colaboración entre escuela y familia para favorecer un uso ético, crítico y equilibrado de la tecnología. Se concluye que el reto educativo no consiste en restringir el acceso a las herramientas digitales, sino en formar estudiantes capaces de aprovechar sus beneficios sin comprometer su bienestar emocional, sus relaciones interpersonales ni el desarrollo de su pensamiento crítico.

Palabras clave:

Inteligencia emocional, educación socioemocional, tecnología educativa, inteligencia artificial, educación básica.

ABSTRACT

This article analyzes the relationship between the development of emotional intelligence and the challenges posed by the growing use of technology in education. Based on a review of the Mexican educational system, it examines the evolution of social-emotional learning and argues that, although current curricula recognize its importance, they still have limitations when it comes to specifically addressing the emotional impact of social media, mobile devices, and artificial intelligence on students. Based on Salovey and Mayer's model of emotional intelligence, the article proposes strengthening social-emotional learning through the gradual incorporation of content and activities designed to develop skills for recognizing, understanding, regulating, and utilizing emotions in digital environments. It also highlights the need to train teachers and strengthen collaboration between schools and families to promote an ethical, critical, and balanced use of technology. The study concludes that the educational challenge does not lie in restricting access to digital tools, but rather in educating students to take advantage of their benefits without compromising their emotional well-being, interpersonal relationships, or the development of their critical thinking skills.

Keywords:

Emotional intelligence, socio-emotional education, educational technology, artificial intelligence, basic education.

INTRODUCCIÓN

Con la revolución que supuso la instauración de las primeras computadoras en centros escolares, alrededor de los años 90 en México, la tendencia en ese momento era brindar a los centros escolares las herramientas tecnológicas necesarias para que el estudiante tuviera la posibilidad de acceder al mundo digital, y de esta manera expandir sus posibilidades de aprendizaje. Casi al tiempo, se comenzó a discutir la mejor manera de utilizar estas herramientas y de los posibles peligros que en ese momento se avizoraban. El debate se centraba en cómo mejorar el acceso y en cómo enseñar su uso de manera adecuada; sin embargo, aún antes de que estos problemas fueran resueltos por completo, nacieron nuevos desafíos. Con la expansión de los celulares con acceso a Internet y el nacimiento de las redes sociales, los centros escolares se vieron en la necesidad de enfrentar una situación para la que no estaban debidamente preparados. Desde ese momento y hasta ahora se debate si estos instrumentos pueden ser usados en beneficio de la educación y del desarrollo integral de un estudiante, o si, por el contrario, son más bien un obstáculo, fuente de distracción y afectación emocional, razón por la cual se deben tomar medidas como su limitación en centros escolares, o incluso su prohibición.

Una de las consideraciones más precisas para el tema de la tecnología en la educación se localiza dentro del marco del modelo educativo denominado Aprendizajes Clave para la Educación Integral. La Secretaría de Educación Pública (2017) propone, desde un punto de vista ético y social, que la escuela tiene por compromiso el preparar al estudiante para que sea capaz de utilizar, con la debida responsabilidad, la casi inagotable información existente en el mundo actual, lo cual supone un desafío mayor; por ende, se debe echar mano de las variadas herramientas digitales al alcance para favorecer el desarrollo de habilidades para su correcto manejo y así utilizarlas en beneficio de la resolución de problemas que se le presentan a la sociedad.

En el modelo educativo actual denominado Nueva Escuela Mexicana, dentro de su Plan de Estudio para la Educación Preescolar, Primaria y Secundaria 2022, la Secretaría de Educación Pública (2022) suscribe respecto a este tema que se busca formar estudiantes responsables, con la pericia adecuada para hacer uso de los recursos, tanto como los medios que ofrece la cultura digital, con el fin de que estos logren, siempre con sentido ético, adquirir, seleccionar y organizar información, además de poder realizar un correcto análisis y evaluación de la misma.

Por su naturaleza humanista, la Nueva Escuela Mexicana aborda los temas tecnológicos desde un enfoque más humano, con la intención de asimilar las herramientas tecnológicas como parte de los elementos en el diseño de mecanismos de intervención para afrontar los desafíos

que padecen sus comunidades. De este modo, en su campo formativo denominado “Saberes y pensamiento científico”, plantea un acercamiento a la ciencia y la tecnología, considerando en todo momento que las distintas actividades humanas están en una vinculación constante con estas; tal unión se encuentra determinada por aspectos como la cultura y las necesidades sociales que el contexto determina; es por esta misma razón que se encuentran en continuo cambio.

Ante estos planteamientos, conviene preguntar: ¿se está formando un estudiantado capaz de utilizar los recursos tecnológicos no solo para su comunicación, sino para su desarrollo personal y académico?

Todo parece indicar que la respuesta a esta pregunta es negativa; esto no se debe a una falta de compromiso o esfuerzo, esto se debe al constante mejoramiento que poseen las herramientas y sistemas tecnológicos, pero sobre todo a la falta de entendimiento del problema mismo y su adecuado abordaje. En el afán de enseñar al educando el manejo de las herramientas tecnológicas, se dejó de considerar la influencia que estas ejercen sobre la dimensión emocional de la vida del estudiante, dado que al momento de entrar al mundo digital, los alumnos conviven con todo tipo de información, ciencia, cultura y cualquier otro tema que se puede localizar casi al instante, pero estos intereses se encuentran justo en el mismo lugar que los sitios de entretenimiento, fuentes de desinformación y redes sociales en las que es posible convivir de forma no consciente con personas con intenciones peligrosas.

Hoy más que nunca se hace necesario reflexionar sobre el tratamiento que el sistema educativo le está dando al tema emocional; esto es gracias a que en los últimos años un evento trastocó la realidad estudiantil, junto con todos los otros ámbitos de la vida. La pandemia del COVID-19 generó una presión sin precedente y un desafío social para el que las organizaciones humanas estaban lejos de estar preparadas. Casi sin previo aviso, el mundo se vio obligado a cambiar su estilo de vida de forma gradual; tal cuestión no dejó exentos a los aspectos emocionales. La ansiedad originada por el encierro y el aislamiento creció al tiempo que el uso de aparatos y medios digitales se disparaba; todo esto creó consecuencias que en este momento se empiezan a observar y que aún no se alcanzan a entender por completo, motivo por el que al momento son estudiadas con vigor. Aportando a este tema, Ochoa & Barragán (2022) concluyen que, si bien muchos jóvenes le dieron un buen uso a las redes sociales durante la pandemia, no cambia el hecho de que se presentaron consecuencias, pues estas se convirtieron en el principal medio para continuar sus estudios durante el confinamiento, lo que vino acompañado del aumento desmedido en su uso, llegando incluso a niveles de adicción.

El siguiente artículo tiene por objetivo exponer la forma en la que la tecnología afecta al sistema educativo y la

formación emocional del estudiante, además de reflexionar sobre el porqué es necesario actuar frente a las consecuencias del uso inadecuado de la misma, mediante el desarrollo de la inteligencia emocional en el estudiantado, adaptando la estructura que ya ofrece la Educación Socioemocional.

METODOLOGÍA

El estudio se desarrolló mediante un enfoque cualitativo, con un diseño documental de carácter descriptivo, analítico y reflexivo. La investigación se orientó al análisis de la relación entre la inteligencia emocional, la educación socioemocional y los desafíos derivados de la incorporación creciente de las tecnologías digitales en el contexto educativo, con especial atención a la educación básica y al sistema educativo mexicano. Este enfoque permitió examinar la evolución del tratamiento de la dimensión socioemocional en el currículo y contrastarla con las nuevas demandas generadas por el uso de dispositivos móviles, redes sociales e inteligencia artificial.

La revisión documental comprendió literatura científica relacionada con inteligencia emocional, educación socioemocional, uso problemático de Internet, redes sociales, tecnologías educativas e inteligencia artificial, así como documentos normativos y curriculares de la Secretaría de Educación Pública de México. Para el análisis teórico de la inteligencia emocional se consideraron diferentes perspectivas conceptuales, otorgando especial atención al modelo de Salovey y Mayer y a sus cuatro habilidades fundamentales: percepción y expresión emocional, facilitación emocional del pensamiento, comprensión y análisis de las emociones y regulación emocional.

El análisis de la información se organizó en torno a cuatro ejes: los fundamentos conceptuales de la inteligencia emocional, el impacto de las tecnologías digitales en el desarrollo emocional del estudiantado, la presencia de la educación socioemocional en el sistema educativo mexicano y las limitaciones del currículo para responder a los desafíos tecnológicos contemporáneos. A partir de la integración e interpretación crítica de estos contenidos se elaboró una propuesta orientada a fortalecer progresivamente la educación socioemocional mediante situaciones vinculadas con el uso cotidiano de la tecnología, considerando además la participación del profesorado y de las familias.

Dada la naturaleza documental y reflexiva del estudio, no se realizó intervención con participantes ni se aplicaron instrumentos para la obtención de datos primarios. Los resultados corresponden al análisis e integración crítica de las fuentes examinadas y sirven de fundamento para la propuesta educativa desarrollada en el artículo.

DESARROLLO

Para entender el concepto de inteligencia emocional (IE) se deben analizar las posiciones de algunos de sus

autores más destacados. Daniel Goleman es, probablemente, el autor que mayor difusión ha dado a este concepto fuera del ámbito académico. De acuerdo con Fernández-Berrocal & Cabello (2021), su modelo integra competencias como el autoconocimiento, la autorregulación, la motivación, la empatía y las habilidades sociales, ampliando el concepto de inteligencia emocional hacia otras competencias personales y sociales.

Fernández-Berrocal & Cabello (2021) opinan que los argumentos de Goleman dejan ver que su paradigma está más allá del concepto de IE, dado que se extiende a otras cualidades más globales y personales, las cuales se llegan a confundir con lo que en la psicología se conceptualiza como “los rasgos de personalidad”.

Otro autor relevante es Reuven Bar-On; de acuerdo con Coronado-Maldonado et al. (2023), los cinco pilares de su postulado son las habilidades intrapersonales, las habilidades interpersonales, la adaptabilidad, la gestión del estrés y el estado de ánimo general. La propuesta de este autor se puede caracterizar como “IE y social”, esto a razón de que este modelo logra identificar rasgos y habilidades que son necesarias para la adaptación ante los retos sociales tanto como emocionales que la vida presenta. Aquí se incluyen características personales como la capacidad de ser consciente, la capacidad de comprensión, además de la capacidad de expresión y de relacionarse con otros. También se encuentran el control de impulsos, la capacidad de adaptación al cambio y la capacidad de resolución de problemas personales y/o sociales.

Con todo lo valioso que resultan estos aportes, es el modelo de Salovey y Mayer el que ofrece un sustento teórico más sólido; son ellos quienes en primera instancia acuñaron el término inteligencia emocional, y hasta el día de hoy su modelo continúa siendo uno de los más utilizados en las investigaciones científicas sobre el tema. Para estos autores, la inteligencia emocional constituye una verdadera inteligencia, sustentada en la capacidad para utilizar las emociones de manera adaptativa, de tal forma que contribuyan a la resolución de problemas y al ajuste de la persona a las demandas del entorno (Fernández-Berrocal & Cabello, 2021).

Esta concepción adquiere especial relevancia en el ámbito educativo, donde el desarrollo de las capacidades emocionales puede promoverse mediante experiencias pedagógicas intencionadas desde edades tempranas. En estudiantes de educación primaria, el aprendizaje por simulación ofrece posibilidades para favorecer el desarrollo de la inteligencia emocional mediante situaciones educativas en las que pueden ponerse en práctica capacidades relacionadas con el reconocimiento y manejo de las emociones (Lugo-Martínez, 2025). Desde una etapa aún más temprana, se ha señalado la importancia de fortalecer la inteligencia emocional en niños de tres años mediante acciones pedagógicas sustentadas en

la mediación docente y orientadas al desarrollo de procesos de autorregulación emocional (Procel-Guamán & Domínguez-Urdanivia, 2026). Estos aportes permiten comprender que la inteligencia emocional no constituye únicamente un constructo teórico para explicar la adaptación del individuo, sino también una capacidad susceptible de fortalecerse mediante experiencias educativas planificadas y pertinentes a las características de cada etapa del desarrollo.

Fernández-Berrocal & Extremera (2005) explican que el modelo de IE desarrollado por Mayer y Salovey, con una perspectiva que reconoce la relación entre emoción y pensamiento, se estructura en cuatro habilidades fundamentales. La primera corresponde a la percepción, evaluación y expresión emocional, entendida como la capacidad de identificar y expresar adecuadamente las emociones propias y reconocer las de otras personas. La segunda hace referencia a la facilitación emocional del pensamiento, por medio de la cual las emociones intervienen en los procesos cognitivos, facilitando la toma de decisiones y la resolución de problemas. La tercera está relacionada con la comprensión y análisis de las emociones, que permite la interpretación de su significado y establecer conexiones entre los estados emocionales y los procesos de pensamiento. La cuarta y última corresponde a la regulación emocional; implica la capacidad de manejar conscientemente las emociones propias y ajenas, favoreciendo respuestas más adaptativas y flexibles ante las diferentes experiencias emocionales.

El impacto de la tecnología en el desarrollo emocional del estudiantado

Entendiendo que es la IE y su papel en la vida de cada individuo, es preciso señalar la manera en que la tecnología impacta la vida del alumnado. Lo más simple de comprender es la distracción; en la actualidad, buena parte de la población mexicana cuenta con un teléfono celular, la llave de entrada a la vida digital global. Desde ahí se puede acceder a todo el conocimiento humano, pero también a innumerables fuentes de distracción como las redes sociales, que en muchas ocasiones no aportan algo significativo al aprendizaje y que solo sirven para alimentar el ocio.

Por su parte, López Iglesias et al. (2023) argumentan que aspectos como la concentración, así como la retención de información, pueden verse dañados, dada la tendencia de los individuos a distraerse por las redes sociales al momento de estar estudiando, por la gran cantidad de contenido basura que los medios les proveen con inmediatez.

Un dato para tomar en cuenta es el hecho de que casi todo ser humano en edad de formación académica posee una tendencia natural a la distracción. Atraer la atención de un estudiante que no encuentra interesante una materia en particular puede ser sumamente complicado,

en especial si en este caso el docente tiene que competir por su atención contra un teléfono celular, herramienta que hoy más que nunca le ofrece, por medio de infinidad de material digital, gratificación inmediata y apegada a sus intereses a través de medios como TikTok, sin que esto signifique mayor enriquecimiento que el simple entretenimiento ocasionando que su concentración se enfoque en localizar más de estos contenidos. Si bien en la mayoría de los casos no podemos hablar de una obsesión, es claro que el estudiante mismo debe luchar con la tentación misma, razón por la cual se dificultará su proceso de aprendizaje.

Siguiendo este camino podemos encontrar otro aspecto negativo, esto es la sustitución del contacto humano. La sociedad actual es testigo de esto. En su primera etapa, esto se limitó al centro de cómputo o al domicilio; el ordenador dio acceso, entre otras cosas, a las primeras redes sociales. MySpace, Metroflog, Facebook se convirtieron en una ventana al mundo; la distancia ya no era una limitación. Por positivo que esto resulte, también trajo un mayor sedentarismo; en muchos casos la actividad física fue sustituida por la imperiosa necesidad de conectarse al mundo. Todo se agravó con la telefonía móvil; la conexión a internet estaría en todo momento y lugar, generando un distanciamiento, ahora emocional, con quien estaba a nuestro lado.

Esta transformación ocurrió de manera casi imperceptible. En un principio, el acceso a internet era una actividad que requería un momento y un lugar determinados, por lo que la convivencia cotidiana apenas se veía alterada; sin embargo, conforme los dispositivos móviles fueron evolucionando y las redes sociales se integraron a prácticamente todos los aspectos de la vida diaria, la necesidad de permanecer conectado dejó de ser una acción de ocasión para convertirse en un hábito permanente. La posibilidad de establecer comunicación inmediata con cualquier persona, consultar información en cuestión de segundos o compartir experiencias de forma instantánea comenzó poco a poco a desplazar espacios tradicionalmente destinados a la convivencia directa.

No resulta raro ser testigo reuniones familiares, encuentros entre amigos o incluso momentos compartidos dentro del aula en los que buena parte de la atención se encuentra dirigida hacia la pantalla de un teléfono celular. Paradójicamente, mientras las posibilidades de comunicación aumentaron como nunca en la historia, también comenzó a disminuir la calidad del contacto interpersonal. Estar físicamente acompañado dejó de ser garantía de un verdadero intercambio, dado que una parte importante de la atención puede encontrarse dirigida hacia personas o situaciones completamente ajenas al entorno inmediato.

Este cambio no solo transforma el modo en que las personas se comunican, sino también la forma en que construyen sus relaciones de afecto. Gran parte de la

comunicación humana depende de elementos que difícilmente pueden reproducirse mediante una pantalla, como el contacto visual, la expresión corporal, el tono de voz, los silencios o las respuestas espontáneas que surgen durante una conversación presencial. Cuando estos elementos comienzan a ser sustituidos de manera constante por mensajes escritos, reacciones o publicaciones en redes sociales, la experiencia de la interacción humana inevitablemente se transforma, favoreciendo relaciones que, aunque numerosas, pueden resultar más superficiales y menos significativas desde el punto de vista emocional.

Todo esto adquiere una relevancia especial en el caso del alumnado. La etapa escolar representa uno de los momentos más importantes para el desarrollo de habilidades sociales y emocionales, pues es durante estos años cuando se fortalecen capacidades como la empatía, la cooperación, la resolución de conflictos y la construcción de vínculos afectivos estables. Si una parte importante de estas experiencias comienza a trasladarse al entorno digital, existe el riesgo de que el desarrollo de dichas habilidades se vea limitado, particularmente cuando la interacción mediante dispositivos electrónicos termina sustituyendo, y no complementando, la convivencia personal que resulta indispensable para el crecimiento integral del individuo.

Alonso-Vilar et al. (2023) señalan que el uso problemático de Internet genera consecuencias en distintos ámbitos del desarrollo adolescente. En lo que respecta al plano personal, puede dificultar las actividades cotidianas y el bienestar; en el ámbito familiar, se relaciona con un menor compromiso parental, dificultades en la comunicación y un incremento de los conflictos; mientras que, en el plano conductual, se asocia con problemas de conducta y una mayor resistencia y desafío ante el establecimiento de normas y límites familiares.

Pastor et al. (2022) señalan que el uso problemático del smartphone y de Internet durante la adolescencia puede generar consecuencias negativas en el desarrollo personal y social, en especial cuando el uso de estos dispositivos hace que se dejen de lado otras actividades y formas de socialización. En este sentido, un empleo en exceso de la tecnología puede dañar la capacidad de autorregulación y limitar espacios de comunicación presencial necesarios para la creación y el fortalecimiento de las relaciones interpersonales.

Este argumento resulta especialmente valioso, pues permite comprender que el uso inadecuado de la tecnología puede afectar un aspecto fundamental de la vida humana, como lo es la construcción de relaciones interpersonales. La capacidad de reconocer e interpretar los estados emocionales de quienes nos rodean representa una habilidad esencial para establecer vínculos afectivos y desarrollar una convivencia adecuada, por lo que la disminución de espacios de interacción presencial puede limitar el fortalecimiento de dichas capacidades. Las personas que

presentan dificultades para desarrollar estas habilidades pueden enfrentar mayores obstáculos al momento de establecer lazos sociales y afectivos. En un contexto como el aula escolar, esta situación puede manifestarse en problemas para relacionarse con los compañeros de grupo o con el propio profesorado, generando sentimientos de ansiedad, aislamiento u otras experiencias emocionales negativas que pueden repercutir en el desarrollo académico y, de manera más amplia, en la calidad de vida.

Tal vez el mayor “problema” que el mundo educativo enfrenta desde el nacimiento de la escuela pública y su noble lucha por educar llegó hace apenas unos años y su influencia ya impacta con fuerza a la sociedad en general: la Inteligencia Artificial, que según Argüelles Toache (2023) es la capacidad que han desarrollado los sistemas informáticos de imitar las funciones cognitivas humanas, valiéndose de algoritmos que aprenden de los datos disponibles, y por consecuencia consiguen realizar actos como identificar, utilizar, interpretar y aprender, todo esto con el fin de realizar tareas, tomar decisiones y resolver problemas complejos.

Desde sus primeros pasos, la IA se definió como una herramienta capaz de potenciar casi cualquier aspecto, desde la medicina al ramo de la construcción y, por supuesto, la educación; en esta última, en formas como la disponibilidad continua, algo que ningún docente es capaz de igualar, la opción de avanzar al ritmo que cada estudiante desee (realidad que se une a la larga cantidad de opciones de programas de estudio en línea) y, por supuesto, la personalización de la educación misma (dado que la IA es capaz de elaborar planes de estudio a la medida de quien lo solicita), todo esto es sumamente positivo, pero en casi todos los casos esa promesa está acompañada del temor de sustituir a la misma función humana, el desapego social que todo esto significaría y, desde luego, la sustitución del pensamiento propio por la comodidad del encuentro de soluciones instantáneas. La misma herramienta que puede llevar las capacidades humanas a un nuevo nivel, irónicamente, puede crear una poderosa dependencia, en especial si los pilares éticos, morales y académicos no están bien cimentados, algo natural en cualquier alumno por su inmadurez.

Rojas Marín et al. (2024) concluyen que el esfuerzo mental necesario para el desarrollo de las habilidades crítico-analíticas puede estarse dejando de lado en pos de la automatización de los procesos cognitivos. Algo excepcionalmente preocupante a razón de que un gran porcentaje de la comunidad estudiantil siente que su capacidad para pensar críticamente es negativamente golpeada por el uso de IA.

Es justo decir que, como muchos artículos que se lanzan al mercado, la popularidad de la IA puede deberse a una etapa de “moda” y posteriormente podría experimentar un descenso en su uso. Así pues, en el ámbito educativo ya existen herramientas capaces de detectar si un trabajo

escolar ha sido elaborado valiéndose de ellas, aunado a que los profesores, con la experiencia adquirida a lo largo de los años, comienzan a notar cuándo un trabajo no es elaborado de forma honesta. Estas cuestiones, en teoría, deberían desincentivar su uso por parte del alumnado, al menos de una forma evidente o poco honorable. Con todo, es necesario reflexionar y comprender algo: en lo que respecta a buena parte de las herramientas digitales, se ha comprobado que, una vez que han entrado en la cotidianidad de las personas, suelen resistir este impulso de “moda”, para instalarse como un aspecto más de la vida, cambiando ocasionalmente el nombre de la herramienta, pero no la esencia de la misma, como ocurrió con MySpace, que desapareció ante el auge de Facebook, aun cuando ambas compartían en gran medida la misma naturaleza.

Algo parecido puede suceder con la inteligencia artificial. Es posible que en los próximos años algunas de las plataformas que actualmente dominan el mercado desaparezcan, sean sustituidas por otras o evolucionen hasta adoptar formas completamente distintas. Sin embargo, ello no implica que el fenómeno desaparezca. Lo verdaderamente importante no es la permanencia de una aplicación determinada, sino la consolidación de una nueva forma de relacionarse con la tecnología. Una vez que las personas descubren que determinados procesos pueden realizarse con mayor rapidez, comodidad o eficiencia mediante herramientas digitales, difícilmente renuncian por completo a ellas. Lo que suele cambiar es el medio por el cual se satisfacen esas necesidades, pero no la costumbre de recurrir a soluciones tecnológicas para resolverlas.

En el ámbito educativo, esta situación adquiere una relevancia especial. Aunque el perfeccionamiento de los mecanismos de detección y la experiencia del profesorado pueden disminuir el uso indebido de la inteligencia artificial para la elaboración de trabajos escolares, ello no significa que el alumnado dejará de convivir con este tipo de herramientas. Por el contrario, resulta razonable pensar que estas continuarán perfeccionándose e integrándose de manera cada vez más natural a las actividades cotidianas. En consecuencia, el verdadero desafío para la educación no consiste únicamente en detectar su utilización inapropiada, sino en formar estudiantes capaces de emplearlas con criterio, responsabilidad y sentido ético, comprendiendo tanto sus beneficios como las limitaciones y riesgos que implica depender excesivamente de ellas.

En este punto se puede inferir que las herramientas digitales, aunque distintas en su forma, funcionamiento y objetivo, generan consecuencias semejantes cuando su uso excede un tiempo saludable y sustituye al contacto humano. Entre ellas se encuentra la dificultad para desarrollar las habilidades emocionales necesarias para relacionarse con otras personas, el debilitamiento de la comunicación cara a cara y el progresivo deterioro del

raciocinio entendido como un elemento esencial para la resolución de problemas. Cuando la búsqueda inmediata de respuestas sustituye de manera constante al esfuerzo intelectual, existe el riesgo de que procesos como la reflexión, el análisis y la toma de decisiones pierdan parte de su importancia dentro de la formación del individuo.

Más allá de las diferencias que puedan existir entre una red social, un videojuego, un teléfono inteligente o una herramienta de inteligencia artificial, todas ellas comparten una característica común: ofrecen respuestas inmediatas, reducen tiempos de espera y satisfacen con rapidez determinadas necesidades del usuario. Precisamente esa capacidad constituye una de sus mayores fortalezas, pero también uno de sus principales riesgos cuando no existe una adecuada regulación emocional. En ausencia de las habilidades necesarias para controlar impulsos, tolerar la frustración o posponer la gratificación inmediata, el estudiante puede desarrollar una dependencia creciente hacia estos medios, desplazando actividades cotidianas pero fundamentales, como la convivencia con otras personas, el ejercicio del pensamiento crítico o la resolución autónoma de problemas. Es justamente en este punto donde la IE adquiere un papel determinante, al proporcionar las herramientas necesarias para que la persona sea capaz de mantener una relación equilibrada con la tecnología, aprovechando sus beneficios sin permitir que esta condicione su comportamiento, su desarrollo académico o su bienestar emocional. Ante esta situación, es necesario conocer qué es lo que se está haciendo al respecto.

La educación socioemocional en el sistema educativo mexicano

El tema de la IE en el contexto escolar es un tema ampliamente discutido e investigado en la actualidad. Salas Román et al. (2022) subrayan la importancia de que las instituciones educativas promuevan la educación emocional desde edades tempranas, esto a razón de que el desarrollo de competencias emocionales promueve una adecuada gestión de las emociones y contribuye al desarrollo del alumnado. En este sentido, aunque los docentes tradicionalmente han considerado las particularidades emocionales de sus estudiantes para el diseño y aplicación de diversas actividades escolares, lo concerniente a lo emocional no había ocupado un lugar prioritario dentro de los planes de estudio, cuyo énfasis se orientaba principalmente al desarrollo cognitivo e intelectual.

Las causas de la histórica falta de atención a los aspectos emocionales dentro del sistema educativo son diversas; entre ellas se encuentran aspectos culturales marcadamente presentes en la sociedad mexicana, si se analizan los modelos de comportamiento fomentados tradicionalmente y que de hecho condicionan el trabajo escolar, especialmente si se entiende a la educación como el medio para satisfacer las expectativas y los deseos que un pueblo tiene, impulsando aquello que considera como

correcto y apropiado para sí mismo. De este modo, si una sociedad que toma como correcto la represión de las emociones, al tiempo que paradójicamente debe convivir con el cambio de paradigma que simboliza la exigencia de considerar los aspectos emocionales como fuente esencial para un crecimiento óptimo, no analiza de forma adecuada su propia estructura y las necesidades de sus alumnos, tenderá de forma no voluntaria a dejar el problema de lado, dado que en primer lugar no le es posible discernir que hay un problema.

Durante mucho tiempo se consideró que expresar determinadas emociones era un signo de debilidad o de falta de carácter, mientras que el autocontrol se entendía únicamente como la capacidad de ocultarlas o ignorarlas. Esta manera de comprender el desarrollo humano terminó por trasladarse también al ámbito educativo, donde el éxito escolar fue asociado principalmente con el rendimiento académico, la disciplina y el cumplimiento de normas, dejando en un segundo plano la comprensión de los procesos emocionales que experimenta el alumnado. En este contexto no resulta extraño que las dificultades emocionales fueran interpretadas como problemas de conducta, falta de interés o escasa motivación, antes que como manifestaciones de necesidades que requerían atención especializada.

En su plan de estudios, la Secretaría de Educación Pública (2011) establecía que las actitudes y procesos de construcción de la identidad personal, junto con las competencias emocionales tanto como sociales, así como la comprensión y regulación de las emociones junto con la capacidad para poder establecer relaciones interpersonales, se trabajaban dentro del campo formativo que llevaba por nombre “Desarrollo personal y social en preescolar”. Si se realiza un análisis de esto, la vocación por parte del sistema de trabajar el lado emocional es clara; empero, la intención estaba más centrada en el desarrollo de habilidades sociales que en un verdadero crecimiento emocional; se buscaba que, por medio de la autorregulación, el individuo encontrara la autonomía y lograra una convivencia armónica con su entorno.

Para los niveles primaria y secundaria no se realizaron grandes cambios; de nueva cuenta, la Secretaría de Educación Pública (2011) precisa que la responsabilidad que significa el proceso de construcción de la identidad personal, además de las competencias emocionales y sociales que iniciaron en preescolar, es potestad de la asignatura denominada Formación Cívica Ética. Su deber era dotar al alumnado de un marco de referencia basado en los derechos humanos y la cultura política democrática, con la finalidad de que estos asumieran posturas y compromisos éticos vinculados a su desarrollo personal y social.

Esta situación dio un giro en el plan escolar denominado Aprendizajes clave para la educación integral; en este, la Secretaría de Educación Pública (2017) determina que

es deber de la escuela atender el crecimiento de la dimensión sociocognitiva del alumnado y promover el aspecto emocional. El currículo debe apuntar al desarrollo de la razón y la emoción, reconociendo al sujeto como un ser integral; por consiguiente, se debe dejar de lado la división existente entre lo intelectual y lo emocional. Es en ese momento donde el sistema educativo comprende que no es posible separar lo intelectual de lo emocional, lo que se postula como un punto clave en la formación académica, señalando de igual forma la importancia de la parte social en la ecuación.

En este plan se introdujo la educación socioemocional como parte del programa de estudio. Sobre este concepto, la Secretaría de Educación Pública (2017) precisa que es un proceso de aprendizaje, por el cual los niños y los adolescentes logran comprender y manejar sus emociones, construir una identidad personal, mostrar atención y cuidado hacia otros, generar relaciones positivas, tomar decisiones responsables, aprender el manejo de situaciones desafiantes, de forma constructiva y ética, mediante el trabajo e integración en su vida de conceptos, valores, actitudes y habilidades necesarias para esto.

La Nueva Escuela Mexicana, por su parte, coloca a la educación socioemocional como uno de los ejes articuladores del campo formativo denominado De lo humano y lo comunitario. En referencia a esto, la Secretaría de Educación Pública (2022) expresa que la educación socioemocional es un proceso que favorece que niños, niñas y adolescentes generen habilidades con las cuales puedan comprender y regular sus emociones; construir una identidad personal, expresar empatía y cuidado hacia otros, crear y cultivar relaciones positivas, tomar decisiones responsables y aprender el manejo de situaciones de la vida cotidiana de forma ética y constructiva.

Ambas formas de entender la educación socioemocional son parecidas y positivas, pero optan por la generalización, esperando que el impacto generado por el uso tecnológico en personas en formación sea atendido y asimilado en el aterrizaje curricular que los docentes realicen en sus planeaciones escolares, en lugar de reconocer la situación como un verdadero desafío al progreso humano y postular como eje fundamental a la IE para que el estudiante sea capaz de generar respuestas emocionales adecuadas a los distintos riesgos que la tecnología presenta, y de ese modo establecer una base adecuada para su manejo ético y sensato, reconociendo que el mundo se encuentra en un punto de desarrollo y acceso tecnológico que no necesariamente favorece a los estados emocionales y que, por consiguiente, afecta al desarrollo académico conveniente.

Centrándose en el papel de la educación socioemocional dentro del marco de la Nueva Escuela Mexicana, se puede decir que cumple con un ideal sumamente necesario, ya que pretende desarrollar las habilidades emocionales necesarias para lograr el progreso del estudiantado, en

ámbitos que van desde los estados internos, sociales y hasta el académico.

Limitaciones del currículo frente a los desafíos tecnológicos

Al revisar los libros de texto de educación básica desde el primer grado de primaria hasta el tercer grado secundaria, se pueden localizar distintos ejercicios que buscan fortalecer los aspectos emocionales, al analizarlos resulta evidente la intención de construir una verdadera IE, no obstante, es en estos mismos libros de texto donde se deja ver una seria omisión, en cada uno de los grados de estudio se advierte una escasa presencia de ejercicios orientados a la reflexión acerca del uso de herramientas tecnológicas y el impacto que estos tienen o pueden tener sobre el mundo emocional, la excepción a esto se localiza dentro de la materia denominada “Tutoría y educación socioemocional”, que corresponde al primer grado de secundaria, ahí se localiza el tema en “Interacción social en el uso de las tecnologías”, este tiene premisas básicas sumamente valiosas, pero que al tratarse de un contenido dentro de una multitud de la vida académica es claro que puede resultar insuficiente, esto se debe a múltiples factores, entre ellos se encuentra una falla simple, pero importante, la ausencia de vinculación de los distintos ejercicios para con el tema tecnológico, como ya se ha reflexionado la tecnología en sus distintas caras forma parte de la vida hoy más que nunca, al ser algo tan común se supondría que al menos parte de los contenidos estarían basados no solo en la manera de usarla, sino en la forma en que moldea nuestras emociones, en cómo impacta en nuestras relaciones para con otros e incluso el modo en que nos volvemos dependientes al grado de no concebir un mundo en el que estos medios no existan.

Lo anterior resulta sobre todo cierto para el estudiantado de educación básica de la actualidad, quienes podrían considerarse la primera generación que ha convivido con dispositivos móviles desde los primeros años de vida, una generación que por momentos supera a sus padres en el tiempo y manejo de estos y que por su edad es más susceptible a presentar una dependencia ante ello. Desde luego que se puede argumentar que cada avance o desarrollo de la humanidad pasa por este mismo proceso: una novedad que sorprende a la generación adulta, que es adoptada por la juventud y que es asimilada con cotidianidad por las infancias; no obstante, también se está ante uno de los primeros desarrollos tecnológicos con el potencial de desplazar parcialmente determinadas formas de interacción afectiva presencial, algo que podría parecer una exageración, pero que de poco comienza a verse en distintas partes del mundo.

Si se parte del principio de que la educación debe preparar al individuo para desenvolverse dentro de la realidad que le corresponde vivir, resulta difícil justificar que un fenómeno tan presente en la cotidianidad del alumnado ocupe un espacio tan reducido dentro de la reflexión

escolar. El uso de dispositivos electrónicos, redes sociales e inteligencia artificial ya no constituye una actividad extraordinaria o limitada a determinados momentos del día; por el contrario, acompaña al estudiante prácticamente durante toda su jornada, condicionando la manera en que aprende, se comunica, se entretiene, construye relaciones personales e incluso la forma en que interpreta su propia realidad. En consecuencia, limitar el análisis de estos fenómenos a un contenido específico o a una actividad aislada parece insuficiente frente a la magnitud de su influencia.

De igual forma, llama la atención que un tema con tal capacidad para influir en el desarrollo emocional no se encuentre articulado de manera progresiva entre los distintos grados escolares. Conforme el alumnado avanza en su formación, también cambian las herramientas tecnológicas a las que tiene acceso, la frecuencia con la que las utiliza y los riesgos a los que se enfrenta. Las preocupaciones propias de un estudiante de educación primaria difícilmente serán las mismas que experimenta un adolescente de secundaria, razón por la cual el tratamiento de estos contenidos debería evolucionar junto con el propio desarrollo cognitivo, emocional y social del estudiante. Mantener un tratamiento general del tema implica desperdiciar la posibilidad de construir de manera gradual las habilidades emocionales necesarias para responder a problemas que también evolucionan con el paso del tiempo.

No se trata de convertir a la tecnología en el eje central de la educación socioemocional ni de dejar de lado otros contenidos importantes, sino de reconocer que el contexto en el que hoy se desarrollan niños y adolescentes ha cambiado profundamente. Si buena parte de sus experiencias emocionales, de sus relaciones interpersonales, de sus procesos de comparación social, de sus formas de entretenimiento e incluso de sus hábitos de estudio se encuentran mediados por herramientas digitales, resulta lógico que estas también constituyan un referente constante dentro de las actividades destinadas al desarrollo de la IE. Ignorar esta realidad significa continuar formando estudiantes para afrontar un mundo que ha experimentado profundas transformaciones, mientras que atenderla brinda la oportunidad de construir una educación verdaderamente acorde con las necesidades de la sociedad contemporánea.

Las preocupaciones sobre el uso de la tecnología por parte del estudiantado son motivo de análisis por parte de instituciones e investigadores de todo el mundo. En su Informe GEM, la UNESCO (2023) explica que el uso de la tecnología conlleva el manejo de dispositivos y la exposición frente a pantallas durante largos periodos de tiempo. La vulnerabilidad de la educación ante los excesos en ambos aspectos es altamente considerable, lo que incrementa los riesgos para la salud y el bienestar general; los gobiernos solo ahora comienzan a generar planteamientos sobre cómo enfrentar estos riesgos.

Propuesta para fortalecer la educación socioemocional

De este modo, se vuelve necesario estructurar los contenidos educativos para atender las consecuencias emocionales negativas que genera el uso de la tecnología en el estudiantado mediante el desarrollo de la IE. Si bien el problema es serio, una vez que se ha tomado conciencia de su existencia y de sus efectos, es posible intervenir sin que ello requiera o signifique un cambio dramático en las planeaciones didácticas de los docentes. La intención debe ser fortalecer los contenidos ya existentes mediante una orientación más específica hacia los desafíos emocionales que plantea la realidad tecnológica contemporánea.

Bastaría con incorporar, desde la educación primaria, una serie de ejercicios orientados hacia el crecimiento emocional, ejemplificados mediante situaciones relacionadas con el uso de la tecnología. Estos ejercicios podrían distribuirse entre las distintas asignaturas y dosificarse a lo largo de todos los grados escolares, respetando el nivel de desarrollo cognitivo y emocional del alumnado. De este modo, conforme el estudiante avanza en su formación académica, también lo haría en la adquisición de herramientas que le permitan comprender la influencia que la tecnología ejerce sobre sus emociones y sobre la forma en que se relaciona consigo mismo y con los demás. En secundaria, por su parte, el tema podría fortalecerse mediante la educación socioemocional, aumentando el número de contenidos, la profundidad de estos y, sobre todo, el tiempo destinado a su tratamiento a lo largo de los tres grados. Así, la educación emocional dejaría de abordarse únicamente desde una perspectiva general para incorporar el análisis de situaciones concretas derivadas del uso cotidiano de redes sociales, teléfonos inteligentes, videojuegos e inteligencia artificial.

Esta propuesta puede parecer sencilla en un primer momento; sin embargo, antes debe superar una serie de factores que van desde el ya mencionado reconocimiento y aceptación de que existe un problema, hasta la comprensión y adecuada aplicación del sustento teórico que explica la IE y, por consiguiente, la forma correcta de abordarlo. Es indispensable comprender que la incorporación de contenidos relacionados con la tecnología no debe simplificarse en advertir sobre sus riesgos o beneficios, sino que requiere una estructura pedagógica capaz de desarrollar habilidades emocionales que permitan al alumnado responder de forma consciente y responsable ante las distintas situaciones que enfrenta en los entornos digitales.

El trabajo de Salovey y Mayer debe constituir la base para el desarrollo de un tratamiento adecuado de esta problemática. Por tal motivo, cualquier contenido, planeación o ejercicio que se diseñe debe derivarse de los principios establecidos por estos autores y encontrarse sustentado dentro de su marco teórico. Esto permitiría que las actividades propuestas dejaran de ser ejercicios aislados o

dependientes del criterio individual de cada docente para convertirse en una estrategia educativa sistemática, con objetivos claramente definidos y orientada al desarrollo progresivo de las habilidades emocionales que el alumnado requiere para enfrentar los desafíos de la sociedad actual.

Un desglose sencillo de las cuatro habilidades de la IE propuestas por Salovey y Mayer, orientado al impacto emocional que la tecnología genera en el alumnado, podría partir de una adaptación de la manera en que estos conceptos pueden aplicarse a este contexto. El propósito no consiste en modificar el modelo original, sino en utilizar sus fundamentos para interpretar una realidad distinta a aquella en la que fue formulado, respondiendo a las necesidades de una generación que convive diariamente con dispositivos electrónicos, redes sociales y herramientas digitales que influyen de manera constante en su desarrollo personal y académico.

La primera habilidad, denominada percepción y expresión de las emociones, implica el reconocimiento de las emociones propias y de las personas que nos rodean. Constituye el punto de partida de todo el proceso de formación emocional, ya que resulta imposible comprender o regular una emoción si antes no se ha identificado correctamente. Ubicado dentro del contexto de este trabajo, el desarrollo de esta capacidad favorecería que el alumnado identificara los estados emocionales que experimenta al utilizar distintas herramientas tecnológicas e incluso antes de hacerlo, cuando surge el impulso o la necesidad de recurrir a ellas. Reconocer emociones como la ansiedad, la frustración, el entusiasmo o la necesidad de aprobación representa el primer paso para comprender la influencia que la tecnología ejerce sobre el bienestar personal. Del mismo modo, permitiría reconocer cuándo determinadas plataformas digitales comienzan a modificar el estado de ánimo o a convertirse en una fuente constante de preocupación, dependencia o comparación con otras personas.

Por su parte, la facilitación emocional del pensamiento puede promover un mayor grado de razonamiento en la toma de decisiones del estudiante. Esta habilidad parte de la idea de que las emociones, lejos de representar un obstáculo para el pensamiento, pueden orientar y favorecer procesos como la creatividad, la atención y la resolución adecuada de problemas. Su desarrollo permitiría comprender que la tecnología debe ser utilizada como una herramienta al servicio del aprendizaje y no como un elemento que obstaculice el logro de las metas académicas. Asimismo, favorecería que el alumnado reflexionara sobre la forma en que determinadas emociones influyen en el uso que hace de la tecnología, comprendiendo que el aburrimiento, la curiosidad o la necesidad de entretenimiento pueden orientar tanto decisiones beneficiosas como conductas poco favorables para su formación.

La tercera habilidad, comprensión y análisis de las emociones, es probablemente una de las más relevantes para las emociones en relación con la tecnología, pues consiste en comprender las emociones e identificar las causas que las originan. Cuando esta habilidad se desarrolla adecuadamente, el estudiante no solo es capaz de reconocer lo que siente, sino también de identificar aquello que provoca dichas emociones. Esto le permitiría reconocer qué determinados dispositivos electrónicos, las redes sociales o incluso la inteligencia artificial pueden convertirse en el origen de emociones capaces de interferir con su bienestar y con su desempeño académico. Asimismo, favorecería la comprensión del grado en que el uso constante del teléfono celular, las redes sociales u otras plataformas digitales puede llegar a condicionar su estado de ánimo. Comprender esta relación supone un paso fundamental para romper con la idea de que las emociones aparecen de manera espontánea, permitiendo que el estudiante analice críticamente los estímulos tecnológicos que influyen en su comportamiento cotidiano.

La última habilidad del modelo de IE, y también la más compleja, es la regulación emocional. Esta consiste en gestionar las emociones de forma consciente para favorecer la resolución de problemas, fortalecer las relaciones interpersonales y promover el bienestar general. Lejos de pretender suprimir las emociones, esta habilidad busca aceptarlas, comprenderlas y encauzarlas para elegir la respuesta más adecuada ante las distintas situaciones que se presentan en la vida cotidiana. En el contexto tecnológico, la regulación emocional puede convertirse en el principal mecanismo de protección frente a los múltiples estímulos del entorno digital. Un estudiante que desarrolla esta capacidad se encuentra en mejores condiciones para resistir impulsos tan comunes como revisar constantemente el teléfono celular durante la clase, disminuir la dependencia de la gratificación inmediata que ofrecen las redes sociales y priorizar objetivos de mayor valor para su desarrollo académico y personal. Además, esta habilidad le permitiría utilizar las herramientas tecnológicas de forma consciente y equilibrada, evitando que estas condicionen sus decisiones, sus relaciones personales o su bienestar emocional. En última instancia, regular las emociones supone desarrollar la capacidad de que sea la persona quien controle el uso de la tecnología y no que la tecnología termine por condicionar la conducta y los estados emocionales de la persona.

Con esta reconfiguración, es posible lograr cambios significativos, pero deben ser implementados de forma controlada, ya sea a través de la solicitud a los docentes de implementar estos cambios de manera gradual o mediante la puesta en práctica de programas piloto, con el objetivo de elaborar las orientaciones de forma adecuada y con un sustento debidamente sujeto a evaluación.

El papel del docente y la familia

Con la propuesta que se plantea como alternativa, también resulta necesario considerar a uno de los actores más importantes de todo el proceso educativo: el docente. Su papel en el desarrollo del estudiantado es de suma importancia. Como ya se explicó, no fue sino hasta tiempos relativamente recientes cuando esta responsabilidad comenzó a plantearse de manera explícita en los planes y programas educativos; aun así, la vocación del magisterio por procurar el bienestar de sus alumnos ha llevado, desde hace un largo tiempo, a que numerosos docentes recurran a mecanismos de acompañamiento y apoyo emocional, aun cuando estos no respondieran a una estrategia institucional ni fueran aplicados de manera plenamente consciente o intencional.

Sin embargo, también es necesario reconocer que esta situación no constituye una regla general. En términos generales muchos docentes, particularmente los de mayor trayectoria profesional, no suelen considerar el tema emocional como un componente central de su práctica educativa. Esto resulta comprensible si se toma en cuenta que su formación inicial y buena parte de su experiencia profesional se desarrollaron en un contexto institucional, social y cultural donde el énfasis estaba puesto casi exclusivamente en el desarrollo intelectual, el rendimiento académico y la motivación entendida como un mecanismo para favorecer el aprendizaje. En ese modelo educativo, las dificultades emocionales de los estudiantes solían interpretarse principalmente como problemas de disciplina, conducta o falta de interés.

Por otra parte, los docentes de generaciones recientes poseen una mayor grado de conciencia sobre la importancia de las emociones en el proceso educativo, ya que se han formado en un entorno donde las políticas educativas y la investigación pedagógica reconocen el valor de la educación socioemocional como parte de la formación integral del alumnado. No obstante, ello no significa que cuenten siempre con las herramientas suficientes para incorporarla de manera efectiva a su práctica cotidiana.

Ordóñez Rodríguez (2022), postula que los docentes aceptan con mucha honestidad que, en el desarrollo de su labor profesional, se presentan situaciones que sobrepasan lo escolar, independientemente de si la manera en que interactúan con el alumnado es de tipo virtual o presencial. Esto permite concluir que es requerida una preparación como profesionales, no solamente en aspectos disciplinares, sino en otras competencias, priorizando las del área socioemocional. En ambos casos es indispensable una capacitación integral que permita, por un lado, que los docentes con mayor experiencia comprendan la importancia de integrar el desarrollo emocional en sus actividades diarias y, por otro lado, los docentes más jóvenes tienen que fortalecer sus estrategias pedagógicas para alcanzar un equilibrio adecuado entre la formación

emocional y el desarrollo intelectual, evitando que una dimensión desplace a la otra.

Esta capacitación debe incorporar de manera decidida el análisis del uso de la tecnología y de su impacto en el bienestar emocional del estudiantado. Es probable que algunos docentes con una trayectoria más larga y un contacto limitado con las herramientas digitales encuentren mayores dificultades para comprender la estrecha relación que existe entre los entornos tecnológicos y las experiencias emocionales de sus alumnos. En consecuencia, la formación continua debe proporcionarles los conocimientos necesarios para interpretar estas nuevas dinámicas y responder a ellas desde un ángulo pedagógico.

Del mismo modo, los docentes más jóvenes requieren una preparación específica que les permita comprender que el uso de las tecnologías digitales y de las redes sociales puede influir de manera significativa en los estados emocionales, tanto de los estudiantes como de ellos mismos. En muchos casos, pertenecen a generaciones que crecieron en un contexto tecnológico similar al que hoy viven sus alumnos, por lo que pueden compartir experiencias, hábitos e incluso riesgos asociados al uso intensivo de estos medios. Esta cercanía constituye una ventaja para entender la realidad de los estudiantes, pero también hace necesaria una formación que favorezca una reflexión crítica sobre la manera en que la tecnología influye en el bienestar emocional y en las relaciones humanas dentro y fuera del aula.

El plan de acción descrito en este trabajo no puede dejar de lado ni subestimar la importancia de la labor que desempeñan los padres de familia dentro de este esfuerzo. Si el propósito es formar estudiantes capaces de afrontar de manera adecuada los desafíos emocionales que plantea la realidad tecnológica contemporánea, resulta indispensable reconocer que la escuela, por sí sola, difícilmente podrá alcanzar dicho objetivo. La participación de la familia constituye un elemento fundamental para consolidar los aprendizajes que el alumnado desarrolla dentro del entorno escolar.

Las instituciones educativas deben trabajar en estrecha alianza con los padres de familia. Por ello, también es responsabilidad del sistema educativo ofrecerles la orientación, las herramientas y los espacios de formación necesarios para que puedan comprender los retos que enfrentan sus hijos y, a partir de ello, acompañarlos de manera adecuada. De esta forma, los padres estarán en mejores condiciones para orientar a sus hijos y respaldar el esfuerzo docente encaminado al desarrollo de la IE. Hernández Agudelo & Posada Calderón (2022) sostienen que la formación integral del alumnado es dependiente de la relación que existe entre institución educativa y familia; esta relación está sustentada en la colaboración, el diálogo y el acompañamiento.

Este trabajo conjunto permitirá formar estudiantes capaces de establecer una relación consciente, crítica y responsable con las diferentes herramientas tecnológicas, así como de comprender y gestionar el impacto emocional que estas pueden generar, y que a su vez posean las habilidades necesarias para evitar convertirse en personas manipuladas, condicionadas o excesivamente dependientes de las dinámicas que este entorno puede imponer.

Lo anterior cobra aún mayor relevancia al comprender que, en numerosas ocasiones, los propios padres de familia enfrentan dinámicas familiares complejas y dificultades en la relación con sus hijos que, aunque distintas, guardan ciertas similitudes con las que experimentan los docentes dentro del aula. La educación emocional no representa un desafío exclusivo de la escuela, sino una tarea compartida que también interpela a las familias, las cuales, en muchas ocasiones, deben enfrentar las mismas problemáticas derivadas del uso excesivo de dispositivos electrónicos, redes sociales o plataformas digitales.

Es importante recordar que los padres son los primeros orientadores en la vida de sus hijos y quienes inician el proceso educativo desde los primeros años de vida. En el seno familiar se desarrollan los primeros hábitos, valores, formas de convivencia y estrategias para afrontar las emociones. Sin embargo, también resulta evidente que el sistema educativo difícilmente puede cumplir con su misión sin el respaldo de las familias. Del mismo modo, el acompañamiento que la escuela puede brindar representa una valiosa oportunidad para fortalecer las dinámicas familiares y ofrecer herramientas que muchas veces los padres no tuvieron oportunidad de desarrollar durante su propia formación.

Las características de las familias representan un universo tan amplio y diverso como el del propio alumnado. Por ello, en el acercamiento entre la escuela y los padres de familia debe asumirse que existirán distintos niveles de disposición para colaborar con las instituciones educativas. Habrá padres abiertos al diálogo, interesados en aprender y comprometidos con el trabajo conjunto; pero también existirán otros que, por desconocimiento, falta de tiempo o incluso por enfrentar dificultades similares a las de sus propios hijos en el manejo de la tecnología, mostrarán mayores resistencias o limitaciones para involucrarse.

Precisamente por esa diversidad, la escuela debe asumir un papel de acompañamiento antes que de imposición. Más que convertirse en una autoridad que juzga los estilos de crianza, debe constituirse como un aliado de las familias, capaz de orientar, escuchar y ofrecer alternativas que fortalezcan su labor educativa. Cuando existe una relación de confianza y colaboración entre docentes y padres de familia, las posibilidades de promover un adecuado desarrollo de la IE aumentan considerablemente, favoreciendo la formación de personas capaces

de desenvolverse con equilibrio, pensamiento crítico y responsabilidad dentro de una sociedad cada vez más influenciada por la tecnología.

CONCLUSIONES

El sistema educativo mexicano ha avanzado de manera significativa en el reconocimiento de la dimensión emocional como componente indispensable de la formación integral. Sin embargo, los desafíos derivados del uso intensivo de tecnologías digitales evidencian que ya no basta con reconocer la importancia de la educación socioemocional, sino que resulta necesario estructurar contenidos y estrategias capaces de responder a las condiciones concretas en las que se desarrolla actualmente el estudiantado. La expansión de los dispositivos móviles, las redes sociales y, más recientemente, la inteligencia artificial ha transformado las formas de aprender, comunicarse y relacionarse, al mismo tiempo que ha incrementado la exposición a estímulos capaces de influir en la autorregulación, las relaciones interpersonales y el bienestar emocional.

En este contexto, la Nueva Escuela Mexicana incorpora elementos vinculados con la formación socioemocional y el uso responsable de la tecnología, pero todavía resulta necesario fortalecer la articulación entre ambas dimensiones. El desarrollo de la inteligencia emocional puede constituir una vía pertinente para que los estudiantes aprendan a identificar, comprender y regular las emociones asociadas con sus experiencias digitales. Este proceso debe comenzar desde los primeros años de educación básica y avanzar progresivamente hasta la secundaria, mediante actividades relacionadas con situaciones reales como el uso excesivo de dispositivos, la búsqueda de gratificación inmediata, la comparación social en redes digitales, la dependencia tecnológica y la utilización de herramientas de inteligencia artificial.

La intervención temprana adquiere un carácter preventivo. El propósito no debe ser esperar a que la relación del estudiante con la tecnología se convierta en un problema evidente, sino proporcionarle previamente los recursos emocionales necesarios para relacionarse con ella de forma consciente, equilibrada y responsable. Desde esta perspectiva, la escuela tiene la posibilidad de contribuir a que el alumnado mantenga el control sobre sus decisiones y sus emociones frente a los estímulos tecnológicos, evitando que estos condicionen progresivamente su bienestar, sus relaciones sociales o su autonomía académica.

Esta propuesta no implica restringir o rechazar el desarrollo tecnológico. Las tecnologías digitales también generan importantes oportunidades educativas. Las comunidades virtuales pueden favorecer el intercambio de recursos, el aprendizaje colaborativo y la construcción de redes de formación (Recio Mayorga et al., 2021), mientras que la inteligencia artificial generativa puede apoyar la elaboración de recursos y determinados procesos educativos,

permitiendo que el profesorado concentre mayores esfuerzos en tareas pedagógicas complejas y en la atención a las necesidades del alumnado (Pinto-Llorente et al., 2025). Por ello, el desafío educativo consiste en encontrar un equilibrio entre el aprovechamiento de estas posibilidades y la prevención de los riesgos derivados de su utilización inadecuada.

La educación socioemocional debe evolucionar junto con las transformaciones tecnológicas de la sociedad. Fortalecer la inteligencia emocional desde edades tempranas, capacitar al profesorado, involucrar a las familias e incorporar progresivamente situaciones vinculadas con los entornos digitales en los contenidos educativos constituyen acciones fundamentales para formar estudiantes capaces de utilizar la tecnología con autonomía, pensamiento crítico y responsabilidad. El propósito no debe ser separar al alumnado de la tecnología, sino prepararlo emocionalmente para convivir con ella sin que su desarrollo personal, académico y social quede subordinado a las dinámicas del entorno digital.

REFERENCIAS

- Alonso-Vilar, C., Díaz-Hurtado, R., Navarro-Lázaro, E., Magallón-Neri, E., & Romero-Triñanes, E. (2023). Prácticas parentales y uso problemático de Internet en una muestra clínica de adolescentes. *Health and Addictions/Salud y Drogas*, 23(2), 177–191. <https://doi.org/10.21134/haaj.v23i2.744>
- Arguelles Toache, E. (2023). Ventajas y desventajas del uso de la Inteligencia Artificial en el ciclo de las políticas públicas: análisis de casos internacionales. *Acta Universitaria*, 33, 1-26. <https://doi.org/10.15174/au.2023.3891>
- Coronado-Maldonado, I., Díaz-Muñoz, R., & González-Sodis, J. L. (2023). Emotional intelligence: A study of the TEIQue-SF applied to potential leaders in the university environment. *Revista de Estudios Andaluces*, (45), 8–22. <https://doi.org/10.12795/rea.2023.i45.01>
- Fernández-Berrocal, P., & Cabello, R. (2021). La inteligencia emocional como fundamento de la educación emocional. *Revista Internacional de Educación Emocional y Bienestar*, 1(1), 31–46. <https://doi.org/10.48102/rieeb.2021.1.1.5>
- Fernández-Berrocal, P., & Extremera, N. (2005). La inteligencia emocional y la educación de las emociones desde el modelo de Mayer y Salovey. *Revista Interuniversitaria de Formación del Profesorado*, 19(3), 63–93. <https://doi.org/10.48102/rieeb.2021.1.1.5>
- Hernández Agudelo, J. M., & Posada Calderón, S. (2022). Vínculos construidos. Relación entre familia y escuela: Una propuesta reflexiva desde la educación y la psicología. *Poiésis*, (43), 124–144. <https://doi.org/10.21501/16920945.4389>

- López Iglesias, M., Tapia-Frade, A., & Ruiz Velasco, C. M. (2023). Patologías y dependencias que provocan las redes sociales en los jóvenes nativos digitales. *Revista de Comunicación y Salud*, 13, 1–22. <https://doi.org/10.35669/rcys.2023.13.e301>
- Lugo-Martínez, A. (2025). Desarrollo de la inteligencia emocional mediante aprendizaje por simulación en estudiantes de primaria. *Sophia Research Review*, 2(1), 30–36. <https://doi.org/10.64092/z1mdyt65>
- México. Secretaría de Educación Pública. (2022). *Plan de estudio para la educación preescolar, primaria y secundaria*. SEP. <https://educacionbasica.sep.gob.mx/plan-de-estudio-para-la-educacion-preescolar-primaria-y-secundaria/>
- México. . Secretaría de Educación Pública. (2017). *Aprendizajes clave para la educación integral: Plan y programas de estudio para la educación básica*. SEP. https://www.ipmp.gob.mx/web/acervo_digital/documentos/Libros%20Digitales%20Coleccion%20AC/Aprendizajes%20Clave%20para%20la%20Educacion%20Integral.pdf
- México. Secretaría de Educación Pública. (2011). *Plan de estudios 2011. Educación básica*. SEP. <https://www.gob.mx/sep/documentos/plan-de-estudios-educacion-basica-en-mexico-2011>
- Ochoa Quispe, F. Z., & Barragán Condori, M. (2022). El uso en exceso de las redes sociales en medio de la pandemia. *ACADEMO*, 9(1), 85–92. <https://doi.org/10.30545/academo.2022.ene-jun.8>
- Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura. (2023). *Informe de seguimiento de la educación en el mundo 2023: Tecnología en la educación: ¿Una herramienta en los términos de quién?* UNESCO. <https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000388894>
- Pastor, Y., García-Jiménez, A., & López-de-Ayala, M.-C. (2022). Regulatory strategies for smartphone use and problematic internet use in adolescence. *Anales De Psicología Annals of Psychology*, 38(2), 269–277. <https://doi.org/10.6018/analesps.461771>
- Pinto-Llorente, A. M., Izquierdo-Álvarez, V., & Dolcet-Negre, M. M. (2026). Autopercepción y utilidad de la inteligencia artificial generativa en docentes en formación. *RIED-Revista Iberoamericana de Educación a Distancia*, 29(1), 111–132. <https://doi.org/10.5944/ried.45480>
- Procel-Guamán, E. P., & Domínguez-Urdanivia, Y. (2026). El desarrollo de la inteligencia emocional en niños de tres años. *Sophia Research Review*, 3(3), 117–123. <https://doi.org/10.64092/whc9rd08>
- Recio Mayorga, J., Gutiérrez-Esteban, P., & Suárez-Guerrero, C. (2021). Recursos educativos abiertos en comunidades virtuales docentes. *Apertura*, 13(1), 101–117. <https://doi.org/10.32870/Ap.v13n1.1921>
- Rojas Marín, F. de los Á., Espinoza Padilla, J. G., & Mendoza Pacheco, M. F. (2024). Inteligencia artificial: Dependencia y la afección del pensamiento crítico. *Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar*, 8(4), 12590–12608. https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v8i4.13462
- Salas Román, N., Alcaide Risoto, M., & Hué García, C. (2022). Mejora de las competencias socioemocionales en alumnos de educación infantil a través de la educación emocional. *Revista Española de Pedagogía*, 80(283), 517–532. <https://doi.org/10.22550/REP80-3-2022-05>

Conflictos de interés:

Los autores declaran no tener conflictos de interés.

Contribución de los autores:

Edgar Adrian Reyes-Cerda: Concepción y diseño del estudio, adquisición de datos, análisis e interpretación, redacción del manuscrito, revisión crítica del contenido, análisis estadístico, supervisión general del estudio.

Declaración ética:

El estudio aborda temas relacionados con estudiantes/ personas vulnerables, pero se realizó únicamente mediante revisión documental, análisis de información secundaria o bases de datos públicas. No implicó la participación directa de seres humanos ni el manejo de información personal identificable.