

Capítulo 12

Proyecto integrador. Habilidades socioemocionales en jóvenes estudiantes de nivel medio superior en un contexto posconfinamiento por COVID-19

Dea Nicté López García

<https://doi.org/10.61728/AE20257446>



El 31 de diciembre del año 2019, el poblado de Wuhan, China, tímidamente comenzaba a acaparar algunos reflectores a nivel mundial. Se informaba sobre el registro de algunos casos de neumonía con etiología desconocida hasta ese momento. Unas semanas más tarde, el nuevo virus tenía nombre: 2019-nCoV, mejor conocido como COVID-19.

A partir de ese momento, la propagación del virus creció a pasos agigantados; en enero del 2020 ya había 9700 casos confirmados en China, además de 106 casos internacionales. Fue entonces cuando la Organización Mundial de la Salud (OMS) declaró la emergencia sanitaria mundial, demandando la atención de todos los países ante la evolución de este poco conocido virus (Organización Panamericana de la Salud, 2020).

Esta súbita e inesperada pandemia provocó estragos a niveles catastróficos en diferentes ámbitos sociales; el sector educativo fue uno de los más afectados. Apenas iniciando el año 2020 y de manera abrupta, se comenzó a dar un fenómeno sin precedentes: el cierre universal de instituciones educativas de manera presencial.

Si bien en México se habló en algún momento de suspender el ciclo escolar en curso hasta tener una mayor certeza con respecto a la evolución de la pandemia, esta opción fue rápidamente desechada, apostando en su lugar por la implementación de las Tecnologías de la Información y Comunicación (TIC) en un intento por dar continuidad a las demandas educativas de la población.

La emergencia sanitaria provocada por el COVID-19 funcionó como un catalizador al acelerar los procesos de digitalización educativa.

La Secretaría de Educación Pública dio a conocer el 24 de agosto del 2020 que el ciclo escolar 2020-2021 continuaría con clases a distancia dadas las condiciones de la pandemia. La estrategia nacional utilizada para el nivel básico fue el programa “Aprende en casa”, el mismo que consistió en un modelo de aprendizaje a distancia que brindaba el servicio de educación utilizando la televisión, el Internet, la radio y los Libros de Texto Gratuitos. (Aprende en Casa – Secretaría de Educación Pública, s. f.).

Sin embargo, rápidamente saltó a la luz la gran brecha tecnológica y social que se vive día a día en un país tan lleno de contrastes como lo es México. No todos los hogares contaban con las herramientas digitales

necesarias para “Aprender en casa” y mucho menos con las condiciones para encontrar dentro de sus hogares un espacio propicio que abone a los procesos de aprendizaje.

De acuerdo con Cruz, G. (2020), durante el confinamiento por pandemia la violencia intrafamiliar se incrementó, especialmente la ejercida a mujeres y niños. Es por esta situación que difícilmente en los hogares existan las condiciones para el estudio y el apoyo por parte de los padres en el proceso educativo de sus hijos (Cruz, G. 2020).

Con respecto al nivel medio superior, el panorama fue todavía menos alentador. Acorde con datos del Instituto Nacional de Estadística y Geografía (INEGI), para el ciclo escolar 2019-2020, la matrícula para el nivel de EMS alcanzaba los 5,144,673 estudiantes. Al finalizar el ciclo escolar fue precisamente en este nivel de educación en el que se identificó el porcentaje más alto de no conclusión, llegando al 3.6 % (INEGI, 2021).

Las y los estudiantes de bachillerato se enfrentaron a enormes dificultades al aceptar el desafío de continuar con su educación a distancia. De forma abrupta, su teléfono móvil fue su principal herramienta de clases y el Internet se convirtió en una necesidad. Las y los docentes tuvieron que replantearse la manera de llevar los procesos de enseñanza-aprendizaje incorporando nuevas dinámicas basadas en el *e-learning*.

Como resultado de esto, de manera casi inmediata se puso en evidencia que la gran mayoría de la comunidad educativa no estaba preparada para asumir este reto. Si bien ya durante algunas décadas se venía conviviendo con las TIC, la realidad evidenció que no existía una verdadera comprensión de estos medios y su dinámica.

En este mismo orden de ideas, Backhoff Escudero, psicólogo educativo, investigador y funcionario público en el campo de la evaluación educativa en México, señala en el artículo de su autoría: “Educación y covid-19: lecciones aprendidas”, lo siguiente:

El personal docente ha tenido que responder a demandas que impone la educación a distancia para las que no estaba preparado, como replanificar y adaptar los procesos educativos en línea, así como dar apoyo socioemocional a estudiantes y padres de familia. (Educación y covid-19: lecciones aprendidas, 2021)

Por si esto fuera poco, añade que este gran esfuerzo de la comunidad educativa se realizó sin contar con los recursos tecnológicos suficientes y con metodologías virtuales desconocidas para muchos de sus integrantes. (Backhoff, 2021)

A la hora de la verdad, los estragos de la pandemia en el ámbito educativo tuvieron un gran alcance, quedando de manifiesto la urgencia de atender el aspecto socioemocional de la población. Cuando los lazos que nos conectan a los otros se debilitan y quedan reducidos a un dispositivo móvil, nos arriesgamos a inquietantes afectaciones socioemocionales.

Con respecto a lo anterior, en el XVI Congreso Nacional de Investigación Educativa, María del Pilar Rodríguez Martínez, del Instituto Tecnológico y de Estudios Superiores de Occidente (ITESO), participó con la temática “Retos de la evaluación, liderazgo y emociones en centros escolares de Jalisco; una mirada desde la disrupción educativa por COVID-19”, reconociendo que el cuidado de los factores socioemocionales en estudiantes representó una de las aristas de mayor relevancia durante la pandemia. Aseguró que la situación de aislamiento provocó que saltara a la vista la importancia de la dimensión emocional y social para los alumnos y, de esta manera, quedó clara la urgencia de contar con personal docente capacitado en el manejo de aspectos socioemocionales (Flores, S. M., Ruelas, H. M. S., y Martínez, M. D. P. R. 2021).

Aun cuando se implementaron diferentes estrategias producto de la encomiable voluntad de muchos docentes por mantener una relación pedagógica con sus alumnos, fue inevitable la ruptura del vínculo socioemocional, elemento indispensable en el proceso de enseñanza-aprendizaje.

Etimológicamente, la palabra “emoción” proviene del latín *emovere*, que significa movimiento. Estar emocionado implica salir de nuestro estado habitual, por lo que podemos asegurar que constituye un elemento fundamental para la supervivencia, evolución y bienestar integral del ser humano. La emoción no se reduce solo a algo primitivo, instintivo o rudimentario, sino a algo que podemos utilizar con plena consciencia en diferentes ámbitos, como el educativo.

Señalaba Paulo Freire en su libro “Pedagogía de la autonomía”: “Siendo una práctica estrictamente humana, jamás pude entender la educación como una experiencia fría, sin alma, en la cual los sentimientos y las

emociones, los deseos, los sueños, debieran ser reprimidos por una especie de dictadura racionalista” (Freire, P. 1998).

Esta frase nos permite comprender la relevancia de las emociones en los diferentes procesos cognitivos. Lo que mejor se aprende y perdura es aquello que lleva una colorida carga emocional.

El hombre es un ser biopsicosocial, es decir, depende de su entorno para desarrollarse de manera integral. Desde el momento mismo del nacimiento, nos encontramos inmersos en relaciones interpersonales, las mismas que irán cobrando una mayor complejidad conforme al proceso de madurez.

Podemos clasificar estas experiencias en tres tipos: las primeras serán las interacciones sociales, las cuales podemos entender como todas aquellas oportunidades en las que el infante tendrá la posibilidad de interactuar de forma verbal para establecer una conversación con base en un interés propio o respondiendo a otra persona. Las segundas serán las relaciones sociales, enfocadas mayormente a la convivencia, es decir, relaciones afectivas donde existe un vínculo específico. Finalmente, encontraremos las experiencias en grupo, que implicarán habilidades más complejas como negociación, acuerdos, respeto, etc. (Alvarado Cáceres, Á. K., y López Guadalupe, Z. D. 2020).

Se espera que el desarrollo de estos tres tipos de experiencias se presente en las personas de forma natural; sin embargo, debido al ritmo de vida actual, el avance de las tecnologías de la comunicación y el confinamiento derivado de la emergencia sanitaria mundial, nos encontramos ante un panorama poco alentador al respecto.

En la actualidad, se presenta un reconocimiento generalizado a la necesidad de trabajar paralelamente a todas aquellas habilidades académicas, las habilidades que permitan al estudiante desarrollarse y ajustarse de manera sana al ambiente que le rodea. Este hecho se sustenta sólidamente en estudios que demuestran la clara relación entre la adecuada competencia social en la infancia y la adaptación social en la vida adulta.

De acuerdo con Fernández-Berrocal y Pacheco (2002), la inteligencia psicométrica no es un parámetro que nos permita determinar el éxito del individuo en su futuro profesional; inclusive, señala que niños que mostraron alto desempeño académico no necesariamente fueron reconocidos

socialmente en su vida adulta ni mostraron mayor bienestar psicológico. Atribuye un mayor peso a la creación de una red social y de contactos que favorezca y abone al desarrollo integral de la persona, desde cuestiones en el ámbito laboral hasta el equilibrio y bienestar, ligado a conceptos como felicidad y autorrealización.

A partir de la década de los 60, las miradas comienzan a enfocarse en el concepto de las habilidades socioemocionales, las mismas que pueden ser definidas como aquellas capacidades o destrezas sociales específicas que requiere el ser humano para completar satisfactoriamente una tarea interpersonal (Cordero, C. E., Cobos, M. C., Pibaque, L. B., & Hermoza, R. C. 2021).

Sin embargo, cuando el concepto realmente toma fuerza es a partir de que, en el año de 1983, Howard Gardner (2016) publica su innovadora y arriesgada “Teoría de las Inteligencias Múltiples”. Para el autor, la inteligencia no es solo una y no se reduce al ámbito académico, sino que engloba una combinación de 8 tipos de ellas:

- **Lógico-matemática:** Durante muchos años, esta única capacidad se utilizó como referente para determinar la inteligencia de una persona. Se vincula a la habilidad para resolver problemas matemáticos utilizando el razonamiento lógico. Ingenieros, economistas o científicos son algunos ejemplos de quienes destacan en este tipo de inteligencia.
- **Espacial:** habilidad para observar el mundo y los diferentes elementos que lo conforman desde perspectivas distintas. Quienes la poseen son capaces de dibujar imágenes mentales que les facilitan el orden de estas. En esta inteligencia es común encontrar a ajedrecistas, pintores o arquitectos.
- **Corporal-kinestésica:** Habilidad para el manejo de herramientas e inclusive del propio cuerpo para expresar o resolver cualquier situación. Bailarines, deportistas o artesanos son ejemplos de quienes destacan en esta inteligencia.
- **Musical:** Tal como su nombre lo indica, hace referencia a la habilidad para crear e interpretar la música. Diversas investigaciones señalan la complejidad de este arte en cuanto a funciones cerebrales. Evidentemente, aquellas personas que sean capaces de tocar un instrumento musical para interpretar o componer alguna pieza serán ejemplos claros de quienes poseen esta inteligencia.

- **Lingüística:** Se refiere al dominio del lenguaje y a la capacidad comunicativa, no solo oralmente, sino también a la expresión escrita o gesticular. Esta inteligencia es naturalmente propia en escritores, conferencistas, actores, etc.
- **Naturalista:** Fue la última inteligencia agregada a la teoría de Gardner; sin embargo, se considera esencial para la supervivencia del ser humano. Se enfoca en la capacidad de vincularse con los elementos y recursos naturales del entorno y la utilización creativa de los mismos para el uso del ser humano.
- **Interpersonal:** Facultad que nos permite entender y regular las propias emociones, dando como resultado procesos más complejos de introspección y autoanálisis.
- **Intrapersonal:** Habilidad para reconocer en los otros emociones o sentimientos sin que estos sean expresados de manera abierta. Del mismo modo, supone un alto nivel de empatía..

El análisis principalmente de las dos últimas es el que guía investigaciones y estudios que en la actualidad nos permiten comprender la enorme importancia de las habilidades socioemocionales.

En el año de 1990, Salovey y Mayer dan a conocer el “Modelo Teórico de I.E.”, el mismo que se enfoca en mostrar que la inteligencia emocional es una habilidad y, por consecuencia, se puede aprender y desarrollar. El modelo afirma que las habilidades socioemocionales resultan de una comprensión holística sobre el concepto de inteligencia y que las emociones desempeñan un papel fundamental en el pensamiento, la comunicación y el comportamiento humano (Mayer, Caruso y Salovey, 2016).

La fundamentación de la teoría se encuentra en el uso adaptativo tanto de las emociones como de los procesos psicológicos, iniciando con los más básicos y escalando para lograr alcanzar los de mayor complejidad. El modelo enfatiza dos áreas de interés: la experiencia y la estrategia; dentro de la primera podemos encontrar la capacidad de percibir, responder y manipular información de tipo emocional sin que se precise entender la misma. En el segundo se entienden y manejan las emociones, pero se carece de una completa experimentación de los sentimientos.

Figura 1: Modelo de habilidades de Mayer y Salovey (1997)



Las 4 ramas en las que Mayer y Salovey organizan la IE son: percepción, facilitación, comprensión y regulación; las mismas que guardan entre sí una relación jerárquica. A continuación, detallaremos cada una de ellas:

- Percepción, valoración y expresión de las emociones. Situada como la rama más baja de la figura 1, en este nivel, el ser humano logra identificar las emociones propias y las de otras personas, cuenta con precisión en la expresión de estas y posee la capacidad de discriminar entre expresiones sinceras y no sinceras. En este sentido, entre más desarrollada se tenga la capacidad para percibir e identificar emociones propias, también lo será al momento de comprender y empatizar con los estados emocionales de las personas con las que se interactúa. Como cualquier habilidad cognitiva, la percepción y expresión de emociones mejoran con la práctica.
- Facilitación emocional de las actividades cognitivas. Esta dimensión describe el uso de las emociones como una parte de los procesos cognitivos. Asegura que estas últimas son, en gran medida, las encargadas de dirigir nuestra atención hacia los diferentes estímulos que recibimos en el día a día y, posteriormente, determinarán nuestra respuesta a los

diferentes problemas a los que tendremos que hacer frente a lo largo de nuestra vida. Dentro de este bloque, podemos encontrar la habilidad de redireccionar y priorizar nuestros procesos cognitivos basados en los sentimientos, el uso de las emociones en la toma de decisiones y en la resolución de problemas de manera creativa.

- Comprensión de las emociones. Este bloque hace referencia a cómo se procesa a nivel cognitivo la emoción y la manera en la que impacta la utilización de esta información a los procesos de comprensión y de razonamiento. Siguiendo bajo esta misma línea, estamos hablando del “etiquetado” correcto de las emociones, es decir, la comprensión de la relación que guarda una emoción con otra, identificar las causas y consecuencias de las mismas, la interpretación de sentimientos complejos (emociones mezcladas y estados contradictorios) y, finalmente, el entendimiento de las transiciones emocionales. Las personas aprenderán de manera gradual que existen circunstancias complejas y contradictorias con respecto a los sentimientos; por ejemplo, amar y odiar al mismo tiempo a una persona bajo diferentes circunstancias. De igual manera, se irá teniendo mayor entrenamiento en cuanto a la combinación de las emociones; por ejemplo, cuando te enfrentas a una situación desagradable de manera inesperada, puedes experimentar miedo, angustia, temor, sorpresa.

Regulación de las emociones. Finalmente, en esta última y más alta rama del modelo de habilidades de la IE de Mayer y Salovey, encontraremos la capacidad de reconocer, reflexionar y regular los diferentes estados emocionales. Es importante mencionar que este apartado no intenta describir un estado de bienestar y felicidad permanente, sino el manejo inteligente de toda la gama de emociones que el ser humano puede experimentar; es decir, se apuesta por tener la apertura tanto a sentimientos placenteros como desagradables, con dirección y manejo de estos. Para Salovey, Woolery y Mayer, el logro de la autorregulación emocional implica cinco etapas importantes; la primera de ellas consiste en que la persona se considere capaz de regular su emoción, la segunda hace referencia al manejo preciso de los estados emocionales, la tercera precisa la identificación y diferenciación de aquellas emociones que requieren

ser reguladas, la cuarta consiste en la implementación de estrategias que alivien aquellas emociones “negativas” y que logren mantener las emociones “positivas”; finalmente, la quinta nos habla de la evaluación de diferentes estrategias que nos permitan regular los propios estados emocionales, por ejemplo, leer, escuchar música o meditar. (Mayer, Caruso y Salovey, 2016).

En el año de 1995, el psicólogo estadounidense Daniel Goleman marca un hito, en cuanto a inteligencia emocional se refiere, con la publicación de su primer libro “Emotional Intelligence” (IE). Según Goleman, para lograr tener IE se precisa:

- Conocer las propias emociones. Tener conciencia de lo que estoy experimentando.
- Manejar las emociones. Expresar mis emociones de forma apropiada en diferentes contextos.
- Automotivación. Emoción y motivación guardan un fuerte vínculo, ya que son la clave para lograr cualquier tipo de metas.
- Reconocimiento de las emociones de los demás. Sincronizar con las realidades, problemas y sentimientos de los demás es fundamental para establecer relaciones positivas en términos de convivencia. La empatía es la base del altruismo.
- Establecer relaciones. Las habilidades sociales se vuelven determinantes para lograr consolidar relaciones con el otro, ya sea en el ámbito familiar, social o laboral. (Goleman, 2018).

Cuando se intenta abordar la IE a partir de la teoría de Goleman, se debe tener claro que para este, la inteligencia académica poco tiene que ver con la vida emocional. Dentro de su libro propone un “viaje” con algunas paradas; inicia con aspectos relacionados con la arquitectura emocional de nuestro cerebro para después pasar a la comprensión de nuestras emociones ante los retos de establecer relaciones positivas, prevención de adicciones e inclusive el éxito escolar.

Para el año de 1997, Reuven Bar-On, dando seguimiento a los trabajos de Goleman y Mayer y Salovey, realiza una aportación importante con su modelo Inteligencia Emocional y Social, definiendo a esta última

como un conjunto de habilidades personales, emocionales, sociales y de destrezas que deberemos utilizar a nuestro favor para alcanzar el éxito con respecto a las exigencias medioambientales.

Bar-On considera a la inteligencia emocional como una pieza fundamental dentro de la psicología positiva y un elemento clave que contribuye directamente a la felicidad del ser humano. Afirma que esta cuenta con una mayor capacidad de ser modificada, en relación con la Inteligencia Cognitiva; en este sentido, se puede concluir que cualquier experiencia significativa y de aprendizaje tendrá un impacto mayor en nuestro Cociente Emocional (CE) que en el Cociente Intelectual (CI). (Bar-On, 1997)

En un afán de ampliar y mejorar la evaluación psicológica, en 1980 Bar-On desarrolla una prueba psicométrica con cuatro escalas de validez y una puntuación total denominada Cociente Emocional. El CE se conforma de cinco escalas, las que a su vez se componen de 15 subescalas, las mismas que se desarrollan mediante el planteamiento de premisas que utilizan una escala tipo Likert de 4 puntos en la que las opciones de respuesta abarcan desde “nunca me pasa” a “siempre me pasa”. A continuación, se detallan:

- Intrapersonal
 - Conciencia emocional de sí mismo. Reconocer los propios sentimientos.
 - Asertividad. Expresión de ideas o emociones para defender los derechos propios sin afectar los del otro.
 - Consideración. Respeto y aceptación de uno mismo.
 - Actualización de sí mismo. Desarrollo de capacidades en pro de alcanzar una vida plena.
 - Independencia. Autorregulación emocional.
- Interpersonal
 - Empatía. Habilidad para entender y apreciar los sentimientos del otro.
 - Relaciones interpersonales. Habilidad para desarrollar relaciones positivas y satisfactorias.
 - Responsabilidad social. Capacidad de cooperar, contribuir y construir dentro de un grupo social.
- Orientación cognoscitiva
 - Resolver problemas. Habilidad para encontrar y generar soluciones potencialmente efectivas a las adversidades.

- Prueba de realidad. Valor que se le da a la correspondencia que existe entre lo que experimento y la relación con otro hecho.
- Flexibilidad. Adaptabilidad de emociones y comportamientos en función de las situaciones que se presentan, por ejemplo, una alteración en la rutina diaria.
- Manejo del estrés
 - Tolerancia al estrés. Resistencia y adaptabilidad a situaciones que provoquen altos niveles de ansiedad sin sucumbir a ellas.
 - Control del impulso. Evitar acciones impulsivas y sin un previo análisis emocional.
- Afecto
 - Felicidad. Satisfacción con la propia vida y capacidad para disfrutar con el medio que nos rodea.
- Optimismo. Habilidad relacionada con mantener una actitud positiva en momentos adversos (Figuerola, 2012).

Conclusiones

Percibir y conectar con emociones propias y ajenas, comprenderlas y regularlas, nos ayuda a resolver situaciones complejas y tener una vida más armónica y saludable. Al ser un conjunto de habilidades concretas, se pueden medir y mejorar con la práctica.

El interés de los autores anteriormente mencionados y muchos otros que siguen abonando al desarrollo de estas se fundamenta en que son muchas las personas capaces de resolver un problema matemático o explicar el significado de alguna palabra; sin embargo, no son capaces de reaccionar asertivamente ante una situación de estrés.

No se busca primar la inteligencia emocional por encima de lo cognitivo, sino reconocer que la suma de estas, sin lugar a duda, permite armonizar y potenciar todas nuestras capacidades y nos acerca a un bienestar integral que se traduce en una vida plena.

En un mundo tan cambiante como el nuestro, cada día surgen nuevas demandas que requieren innovadoras propuestas metodológicas, contenidos y roles de los principales actores educativos.

Si bien las nuevas tecnologías llegaron para aportar nuevas y variadas experiencias de aprendizaje, se vuelve fundamental implementarlas

con plena conciencia de los retos que implica incentivar y capacitar a la población docente para integrar las TIC dentro de los procesos de enseñanza-aprendizaje, formar estudiantes con las suficientes habilidades socioemocionales para que se logre la autogestión y responsabilidad de sus propios procesos, establecer una alianza entre la accesibilidad y la comprensión de nuevas plataformas, todo esto partiendo de un abordaje integral que abone al bienestar de la comunidad educativa.

Referencias

- Alvarado Cáceres, Á. K., & López Guadalupe, Z. D. (2020). *La autoestima y el desarrollo psicosocial de los estudiantes de 8vo año de educación básica de la Unidad Educativa Cap. Pedro Óscar Salas Bajaan* en el período lectivo 2019-2020 (Bachelor's thesis, Guayaquil: ULVR, 2020.). Recuperado el marzo del 2022
- Aprende en Casa – Secretaría de Educación Pública. (s. f.). Recuperado 7 de octubre de 2022, de <https://aprendeencasa.sep.gob.mx/>
- Cordero, C. E., Cobos, M. C., Pibaque, L. B., & Hermoza, R. C. (2021). *Las habilidades sociales desde las experiencias y representaciones de la enseñanza en la modalidad virtual*. Recuperado el marzo del 2022 de <http://192.99.145.142:8080/xmlui/handle/123456789/1060>
- Cruz, G. (2020). El hogar y la escuela: lógicas en tensión ante la COVID-19. En IISUE, *Educación y pandemia. Una visión académica* (pp. 39-46). Universidad Nacional Autónoma de México.
- INEGI. (2020). *Clasificaciones del Censo de Población y Vivienda 2020*. Instituto Nacional de Geografía y Estadística de México INEGI. Recuperado el septiembre de 2022 de <https://www.inegi.org.mx/programas/ccpv/2020/>
- Educación y covid-19: lecciones aprendidas*. (2021, 6 febrero). Recuperado 7 de octubre de 2022, de <https://educacion.nexos.com.mx/educacion-y-covid-19-lecciones-aprendidas/>
- Fernández-Berrocal, P., & Pacheco, N. E. (2002). La inteligencia emocional como una habilidad esencial en la escuela. *Revista Iberoamericana de educación*, 29(1), 1-6. Recuperado el marzo 2022 de <https://rieoei.org/RIE/article/view/2869>

- Flores, S. M., Ruelas, H. M. S., & Martínez, M. D. P. R. (2021). *Retos de la evaluación, liderazgo y emociones en centros escolares de Jalisco; una mirada desde la disrupción educativa por COVID 19*. Recuperado el septiembre de 2022 de <https://www.comie.org.mx/congreso/memoriaelectronica/v16/doc/1977.pdf>
- Freyre, P. (1998). Pedagogía de la autonomía. *Educación*, 5(1), 67-74. <file:///C:/Users/veloz/Downloads/adminunife,+13.+pedagogia+-de+la+autonomia.pdf>
- Gardner, H. (2016, 10 mayo). *Inteligencias múltiples*. Paidós.
- Goleman, D. (2018, 18 abril). *La inteligencia emocional: Por qué es más importante que el cociente intelectual (1ra edición)*. Penguin Random House Grupo Editorial.
- Organización Panamericana de la Salud. (2020, 17 marzo). *Actualización Epidemiológica: Nuevo coronavirus (2019-nCoV) (5 febrero 2020)*. Recuperado 7 de octubre de 2022, de <https://covid19-evidence.paho.org/handle/20.500.12663/419>
- Palencia, M. C. (2021). *Impacto COVID-19 en la educación en México: similitudes y diferencias en la literatura y los resultados obtenidos en la encuesta (ECOVIED-ED) 2020*. Repositorio de la Red Internacional de Investigador. Recuperado el abril de 2022, de <https://riico.net/index.php/riico/article/view/2006>
- Lugo, M. T., & Ithurburu, V. (2019). Políticas digitales en América Latina: tecnologías para fortalecer la educación de calidad. *Revista Iberoamericana de Educación*. Recuperado el marzo del 2022 de <https://redined.educacion.gob.es/xmlui/handle/11162/185464>
- Mayer, J. D., Salovey, P., Caruso, D. R., & Sitarenios, G. (2001). *Emotional intelligence as a standard intelligence*. Recuperado el abril 2022 de <https://psycnet.apa.org/buy/2001-10055-002>
- Vásquez, M. L. (2004). (De)formación en línea: acerca de las desventajas de la educación virtual. *Comunicar*(22), pp. 171-176. Recuperado el marzo de 2022 de <https://www.redalyc.org/pdf/158/15802226.pdf>