

Impacto del bienestar emocional en la motivación, metacognición, autorregulación y éxito académico de los estudiantes en nivel de secundaria¹



Elquin Eduardo Mejía- Loaiza^{2*}

Corporación Universitaria Minuto de Dios, Colombia

Luciano Matías Castillo- Poveda³

Corporación Universitaria Minuto de Dios, Colombia

Daian Alexandra Díaz- Rodríguez⁴

Corporación Universitaria Minuto de Dios, Colombia

Jennifer Andrea Quiroga- Nivia⁵

Corporación Universitaria Minuto de Dios, Colombia

Mónica Astrid Perilla- León⁶

Corporación Universitaria Minuto de Dios, Colombia

*Autor de correspondencia: elkin.mejia@uniminuto.edu

Para citar este artículo / To reference this article / Para citar este artigo

Mejía-Loaiza, E., Castillo-Poveda, L., Díaz-Rodríguez, D., Quiroga, J. & Perilla-León, M. (2025). Impacto del bienestar emocional en la motivación, metacognición, autorregulación y éxito académico de los estudiantes en nivel de secundaria. *Revista Electrónica en Educación y Pedagogía*, 9(16), 199-228. doi: <https://doi.org/10.15658/rev.electron.educ.pedagog25.06091610>

Recibido: 3 de septiembre de 2024 | **Revisado:** 16 de noviembre de 2024 | **Aceptado:** 11 de diciembre de 2024

¹ Artículo producto de la investigación: "Impacto del bienestar emocional en la motivación, metacognición, autorregulación y éxito académico de los estudiantes en nivel de secundaria". Institución financiadora: Corporación Universitaria Minuto de Dios.

² Magíster en Comunicación Educativa, Universidad Tecnológica de Pereira. Docente, Corporación Universitaria Minuto de Dios. ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-7295-4151>. E-mail: elkin.mejia@uniminuto.edu. Bogotá, Colombia.

³ Magíster en Educación, Corporación Universitaria Minuto de Dios. Docente, Corporación Universitaria Minuto de Dios. ORCID: <https://orcid.org/0009-0008-9375-6056>. E-mail: luciano.castillo@uniminuto.edu.co. La Vega, Colombia.

⁴ Magíster en Educación, Corporación Universitaria Minuto de Dios. Docente, Corporación Universitaria Minuto de Dios. ORCID: <https://orcid.org/0009-0006-5532-504X> E-mail: daian.diaz@uniminuto.edu.co. Ibagué, Colombia.

⁵ Magíster en Educación, Corporación Universitaria Minuto de Dios. Docente, I.E San Bernardo. ORCID: <https://orcid.org/0009-0006-5051-6189>. E-mail: Jennifer.quiroga@uniminuto.edu.co. Bogotá, Colombia.

⁶ Magíster en Educación, Corporación Universitaria Minuto de Dios. Docente de inglés, Colegio la Salle. ORCID: <https://orcid.org/0009-0001-6901-510X>. E-mail: monica.perilla-l@uniminuto.edu.co. Villavicencio, Colombia.

Resumen: El bienestar emocional en el aula ha captado un crecimiento en el interés de los académicos e investigadores, al constituirse en un factor relevante para un aprendizaje en la base de la motivación y el empoderamiento del estudiante sobre su propio proceso académico. Este artículo presenta los resultados de una investigación cuyo objetivo se centró en analizar el impacto del bienestar emocional en la motivación, metacognición, autorregulación y éxito académico de los estudiantes en nivel de secundaria de seis instituciones educativas de distintas regiones colombianas. Se usó una metodología mixta, con un alcance exploratorio-descriptivo con enfoque hermenéutico-interpretativo; como instrumentos de recolección de datos se utilizaron entrevistas semiestructuradas y cuestionarios, los cuales fueron aplicados a estudiantes y docentes de dichas instituciones. Todos los resultados apuntan a que, cuando el estudiante presenta equilibrio y armonía en su ser emocional, tiene una perspectiva más clara de sus intereses en el aprendizaje activo, lo que hace que su motivación se potencialice y vea un panorama mucho más positivo para emprender como parte de su formación; en consecuencia, de esa motivación, puede darse un mayor interés por participar en la construcción de su propio aprendizaje, sintiéndose el protagonista central de su formación.

Palabras Clave: aprendizaje activo, cognición, motivación, rendimiento académico, salud mental (Tesauros).

The Impact of Emotional Well-Being on Motivation, Metacognitive Processes, Self-Regulation, and Academic Achievement in Secondary Education Students

Abstract: Emotional well-being in the classroom has gained increasing attention from scholars and researchers, as it has become a significant factor for learning by fostering motivation and empowering students to take ownership of their academic processes. This article presents the findings of a research study aimed at analyzing the impact of emotional well-being on motivation, metacognition, self-regulation, and academic success among secondary school students from six educational institutions located in different regions of Colombia. A mixed-methods approach was used, with an exploratory-descriptive scope and a hermeneutic-interpretive framework. Data collection instruments included semi-structured interviews and questionnaires administered to both students and teachers from the participating institutions. The findings indicate that when students experience emotional balance and inner harmony,



they develop a clearer perspective on their learning interests, which significantly enhances their motivation and allows them to perceive a more positive outlook toward their educational journey. As a result of this motivation, students show a greater willingness to engage in constructing their own learning, positioning themselves as central agents in their educational process.

Keywords: active learning, cognition, motivation, academic performance, mental health (Thesaurus).

O impacto do bem-estar emocional na motivação, metacognição, autorregulação e desempenho acadêmico de estudantes do ensino secundário

Resumo: O bem-estar emocional na sala de aula tem atraído um interesse crescente de acadêmicos e pesquisadores, por constituir um fator fundamental nos processos de aprendizagem baseados na motivação e no empoderamento dos estudantes sobre seu próprio desenvolvimento acadêmico. Este artigo apresenta os resultados de um estudo de investigação cujo objetivo foi analisar o impacto do bem-estar emocional na motivação, metacognição, autorregulação e sucesso acadêmico de estudantes do ensino secundário em seis instituições de ensino de diferentes regiões da Colômbia. Utilizou-se uma metodologia qualitativa, com um enfoque exploratório-descritivo, hermenêutico-interpretativo; como instrumentos de recolha de dados utilizaram-se entrevistas semi-estruturadas e questionários, que foram aplicados a alunos e professores destas instituições. Todos os resultados indicam que, quando o estudante apresenta equilíbrio e harmonia em seu bem-estar emocional, possui uma perspectiva mais clara de seus interesses na aprendizagem ativa, o que potencializa sua motivação e lhe permite visualizar um panorama muito mais positivo em sua trajetória educacional; como consequência dessa motivação, o estudante pode desenvolver maior interesse em participar da construção de sua própria aprendizagem, sentindo-se o protagonista central de sua formação.

Palavras-chave: aprendizagem ativa, cognição, motivação, desempenho acadêmico, saúde mental (Tesaurus).

Impacto del bienestar emocional en la motivación, metacognición, autorregulación y éxito académico de los estudiantes en nivel de secundaria



Introducción

En el contexto educativo actual, el bienestar emocional de los estudiantes de secundaria es fundamental en su motivación, metacognición, autorregulación y éxito académico. Se destaca el papel del bienestar emocional como base de un aprendizaje activo, resaltando la importancia de un ambiente propicio donde las emociones positivas favorecen una experiencia placentera para los estudiantes, algo fundamental para impactar significativamente la calidad educativa en el contexto colombiano. A continuación, se presenta un estudio llevado a cabo en seis instituciones educativas en diferentes departamentos de Colombia con estudiantes de básica secundaria de colegios oficiales y privados, tanto rurales como urbanos.

Inicialmente, el estudio revisó antecedentes de investigaciones fundamentadas en la importancia de integrar el desarrollo de competencias emocionales en el currículo escolar para favorecer el bienestar emocional y el rendimiento académico de los estudiantes. Autores como Gantiva y Camacho (2016) resaltan la necesidad de promover estrategias de resolución de conflictos, junto con actividades que fomenten la autoconciencia o cognición, como también la empatía en el ámbito educativo. Además, de evidenciar la relevancia del bienestar emocional, la autorregulación del aprendizaje y el control emocional para un óptimo rendimiento académico (Cedeño et al., 2022).

Gaeta-González et al. (2022) en su estudio sobre emociones, afrontamiento y autorregulación del aprendizaje en universitarios durante la pandemia por COVID-19, resaltan la influencia de las características sociodemográficas en la autorregulación del aprendizaje. Este enfoque puede ser extrapolado al contexto de estudiantes de secundaria para comprender mejor cómo las emociones afectan el proceso de aprendizaje y la autorregulación. De igual manera, Tortosa et al. (2020) destacan la importancia de la autorregulación emocional en el rendimiento académico de los estudiantes. Su enfoque en la gestión de las emociones, correlacionando su impacto en el proceso de aprendizaje, puede proporcionar un descubrimiento valioso sobre cómo promover el bienestar emocional en el entorno educativo.

Por su parte, Alarcón (2020) analizó la relación entre el bienestar emocional y el rendimiento académico, subrayando la importancia de considerar las emociones como un factor determinante en el éxito escolar. Sus hallazgos pueden contribuir a la comprensión de cómo las emociones influyen en la motivación, la cognición y



la autorregulación de los estudiantes de secundaria. El autor aporta perspectivas significativas sobre la importancia del bienestar emocional en el contexto educativo, al asociarse con su influencia en el rendimiento académico de los estudiantes, enriqueciendo el marco teórico de la investigación al proporcionar fundamentos sólidos para abordar la relación entre emociones, motivación y rendimiento académico en estudiantes de secundaria. En la misma línea, se destacan estudios como el de Fuentes et al. (2023), enfocado en analizar cómo la disposición física del entorno escolar influye, de manera directa e indirecta, en el control emocional y en los procesos de aprendizaje. De igual forma, Penagos (2023) profundizó en la incidencia de diversos factores escolares en el desarrollo de las habilidades científicas de los estudiantes de colegios oficiales de Zipaquirá. Entre los principales factores identificados se encuentran la falta de motivación de los estudiantes, la carencia de recursos y la insuficiencia de materiales didácticos.

Una vez realizado un paneo sobre la actualidad del tema, se abordaron los fundamentos teóricos que sustentan este estudio. En la primera categoría teórica, correspondiente al bienestar emocional, se revisaron los planteamientos de Cedeño (2023), quien sostiene que el bienestar emocional en el aprendizaje es fundamental para el desarrollo integral de los estudiantes, ya que implica la capacidad de gestionar las emociones de manera efectiva, favoreciendo así un ambiente propicio para el proceso educativo. Este enfoque resalta la importancia de promover emociones positivas en el entorno educativo para favorecer el compromiso con las actividades académicas. Lo expuesto es reforzado por Tortosa et al. (2020), al afirmar que el bienestar emocional de los estudiantes está estrechamente relacionado con su motivación para abordar tareas académicas, su capacidad para autorregularse, junto con el desarrollo de la cognición. Los autores destacan la importancia de crear un ambiente óptimo para el estudio, donde las emociones positivas fomenten el compromiso con las actividades educativas.

Frente a la segunda categoría teórica, autores como Escamilla et al. (2020) sostienen que la motivación intrínseca, basada en la satisfacción de las necesidades psicológicas básicas de autonomía, competencia y relación, es fundamental para el compromiso en el rendimiento académico. Esta perspectiva destaca la importancia de fomentar la motivación autodeterminada para impulsar el aprendizaje significativo. Articulada a esta concepción, para Cádiz et al. (2021), la motivación se define como el conjunto de procesos psicológicos que dirigen y sostienen la conducta hacia la



consecución de objetivos académicos. En dicha definición, se destaca que la motivación es esencial para comprender cómo y por qué los estudiantes se comprometen con sus tareas educativas al perseverar en su aprendizaje.

Por esta razón, se puede enfatizar que la motivación puede ser tanto intrínseca, impulsada por el interés y la satisfacción personal, como extrínseca, influenciada por factores externos como recompensas, reconocimientos y expectativas sociales. Esta distinción de la motivación es fundamental para comprender las diferentes fuentes de impulso que guían el comportamiento de los estudiantes en el contexto educativo.

Por su parte, Botero et al. (2017) advierten que el conocimiento metacognitivo se refiere al conocimiento conjugado con el control que una persona tiene sobre sus propios procesos de cognición. Según estos autores, la metacognición permite a los estudiantes regular su aprendizaje, monitorear su comprensión y planificar estrategias efectivas para abordar las tareas académicas. Lo cual conlleva, esencialmente, al desarrollo de habilidades de pensamiento crítico como la autorregulación del aprendizaje.

En ese mismo sentido, Locke y Latham (2006) han contribuido significativamente al campo de la psicología organizacional y de la motivación. Su teoría de la fijación de metas (*goal-setting theory*) destaca la importancia de establecer metas específicas, desafiantes para mejorar tanto el rendimiento, como la motivación. En el contexto de la metacognición, su enfoque resalta que los estudiantes que establecen metas claras, distribuyendo eficientemente su tiempo de estudio, tienden a lograr mejores resultados académicos. Cely-González et al. (2021) señalan entre sus hallazgos la relevancia de la planificación, la fijación de metas a partir de los intereses personales, combinado con ambientes confortables, estimulando habilidades metacognitivas cruciales para el éxito académico. De manera similar, Efklides (2011) sostiene que la metacognición, que implica el control, permite la regulación de los procesos cognoscitivos al jugar un papel fundamental en el rendimiento académico. Su enfoque resalta la necesidad de lograr que los estudiantes sean capaces de evaluar y ajustar sus estrategias de aprendizaje de manera efectiva, lo que contribuye a un aprendizaje autónomo, pero eficaz.

En relación con la tercera categoría teórica, cabe destacar la autorregulación del aprendizaje como un componente fundamental para mejorar el bienestar emocional. Esta, en articulación con los procesos motivacionales y metacognitivos, favorece el rendimiento académico entendido como un aprendizaje activo. En tal sentido, Alarcón

(2020) enfatiza la importancia de la autorregulación emocional en el entorno escolar, señalando que esta habilidad es crucial para el éxito académico de los estudiantes. La capacidad de regular las emociones permite a los estudiantes enfrentar los desafíos académicos de manera más efectiva. Zimmerman (2001) destaca la autorregulación del aprendizaje, que implica la capacidad de establecer metas, planificar acciones, monitorear el progreso y regular el esfuerzo para alcanzar los objetivos académicos. Este enfoque subraya la importancia de que los estudiantes controlen sus procesos de aprendizaje de manera activa y consciente.

El modelo de motivación de Zimmerman y Kitsantas (2014), se centra en la autorregulación del aprendizaje y describe cómo los estudiantes pueden dirigir de manera activa su proceso a través de estrategias autorreguladoras. Esto quiere decir, que puedan ser capaces de planificar, ejecutar y auto reflexionar sobre su proceso de aprendizaje de manera autónoma. Al integrar la autorregulación del aprendizaje en el modelo motivacional, los mencionados autores proporcionan un marco teórico sólido para comprender cómo los estudiantes pueden regular activamente su comportamiento y cognición para alcanzar sus objetivos académicos. De igual manera, Efklides (2011) se reconoce por sus investigaciones en el campo de la cognición y la autorregulación del aprendizaje. Su trabajo se centra en la relación conocimiento-regulación de los propios procesos cognitivos, destacando la necesidad de la reflexión crítica como clave para una autorregulación encaminada hacia el éxito académico.

Como última categoría se encuentra el éxito académico. De acuerdo con los aportes de Bandura (1999), se relaciona con la creencia en la propia eficacia, es decir, la confianza en las propias habilidades para alcanzar metas académicas. Esta autoeficacia influye en la motivación y la perseverancia, optimizando el rendimiento académico de los estudiantes; por el contrario, si es baja, puede restringir la participación activa del aprendizaje (Hernández- Rodríguez et al., 2023). Por lo cual, el rendimiento académico no solo se basa en el logro de calificaciones, sino también en el desarrollo de habilidades para enfrentar desafíos al alcanzar metas educativas.

Aunado a lo anterior, se resalta a Maquilón-Sánchez y Hernández-Pina (2011), quienes han investigado sobre la importancia de las estrategias de estudio y la autorregulación del aprendizaje en el éxito académico. Sus aportes teóricos resaltan la relevancia de la planificación de estrategias de estudio favorables para el éxito



académico, así como la necesidad de desarrollar habilidades metacognitivas y hábitos de estudio efectivos para alcanzar el éxito académico. Su trabajo subraya la pertinencia de la reflexión crítica y la autorregulación del aprendizaje al establecer metas como elementos clave para potenciar el rendimiento estudiantil.

Asimismo, Brackett et al. (2012) han investigado el impacto de la inteligencia emocional en el rendimiento académico. Sus aportes teóricos destacan la relevancia de este constructo en el contexto educativo. Este componente ha sido ampliamente desarrollado por Goleman (1995), quien resalta cómo las habilidades emocionales pueden influir en la motivación, la autorregulación y el éxito académico de los estudiantes. Su trabajo enfatiza la necesidad de desarrollar la inteligencia emocional como un factor clave para mejorar el rendimiento académico.

Por su parte, Panadero (2017) aborda la evaluación formativa y su relación con el éxito académico. Los aportes teóricos se centran en la importancia de proporcionar retroalimentación efectiva a los estudiantes para mejorar su aprendizaje y rendimiento académico. Su trabajo destaca cómo la retroalimentación formativa puede favorecer la autorregulación del aprendizaje y contribuir al éxito académico de los estudiantes.

Desde otra perspectiva, Kaplan y Maehr (2015) han investigado sobre la relevancia de los entornos de aprendizaje en la promoción del éxito académico. Sus aportes teóricos resaltan la necesidad de gestionar ambientes educativos adecuados que fomenten la autorregulación de los estudiantes. Su trabajo destaca cómo los entornos de aprendizaje que ofrecen apoyo, recursos y oportunidades para la participación, pueden facilitar la autorregulación hacia el compromiso con el aprendizaje, contribuyendo al éxito académico.

Para comprender la trascendencia del bienestar emocional en el aprendizaje y su imbricación en la cultura, se valoran los postulados del simbolismo de Cassirer (1993), quien establece la relación de la naturaleza humana con la cultura. Estos postulados ayudan en la comprensión del contexto social y cultural de la educación, en cuanto los estudiantes están inmersos en un entorno rico en símbolos que influyen en su identidad y bienestar emocional. Por lo tanto, la capacidad de expresar sus sentimientos a la par que sus pensamientos son esenciales para el desarrollo emocional, mejorando la capacidad de expresión simbólica, lo que repercute en su estabilidad emocional, salud mental y capacidad de interacción participativa. Así, cuando se potencia la capacidad simbólica se está favoreciendo la autoestima, la seguridad y las variables que se postulan en este estudio.



Estas posturas teóricas resaltan la importancia de considerar el bienestar emocional, la motivación, la metacognición, la autorregulación y el éxito académico como elementos interrelacionados que influyen en el proceso de aprendizaje o inciden en el rendimiento escolar de los estudiantes. Enfatizan cómo los aportes teóricos reflejan la pertinencia de aspectos como las estrategias de estudio, la inteligencia emocional, la evaluación formativa, los entornos de aprendizaje y las estrategias de enseñanza para promover el éxito académico estudiantil. En conclusión, estos enfoques teóricos subrayan la relevancia de factores tanto internos como externos, al influir en el rendimiento académico, en paralelo con la autorregulación del aprendizaje, parte inherente del quehacer metacognitivo.

Este estudio analizó la relación entre estas variables en el contexto de seis instituciones educativas en Colombia. La pregunta problema que guio la investigación fue: ¿Cómo influye el bienestar emocional en la motivación, metacognición, autorregulación y éxito académico de los estudiantes de secundaria? Para lo cual, se planteó una serie de objetivos específicos que se orientaron a dar respuesta a este interrogante, a saber: identificar factores que influyen en el bienestar emocional de los estudiantes; establecer acciones pedagógicas basadas en emociones positivas; conocer la relación entre bienestar emocional y desarrollo de capacidades académicas; por último, encontrar elementos de impacto en el éxito académico.

Actualmente, la sociedad atraviesa una situación compleja en términos de salud mental y emocional, debido al ritmo acelerado de vida, los altos niveles de ansiedad y estrés, así como las dificultades en las relaciones familiares y sociales. Esta realidad plantea grandes retos para la educación, que debe procurar que las personas que ingresan a las aulas se integren en ambientes de aprendizaje orientados a procesos formativos armónicos, promoviendo el equilibrio a través del cuidado de sus emociones.

En este sentido, para Mora-Benavides et al. (2024), los contextos de crecimiento mejoran el rendimiento académico y las habilidades para la vida; aun así, es fundamental estimular la autonomía toda vez que no es una habilidad innata en el estudiante. Por ello, las instituciones educativas y el profesorado deben trabajar juntos para que los estudiantes reconozcan las emociones personales y las de otras personas de su entorno, para que puedan afrontarlas con una actitud positiva. Cuando los estudiantes desarrollan emociones positivas, aprenden en un ambiente de bienestar, tranquilidad, satisfacción y alegría. Esto resulta fundamental para motivarlos y empoderarlos en

Impacto del bienestar emocional en la motivación, metacognición, autorregulación y éxito académico de los estudiantes en nivel de secundaria



su propio proceso de aprendizaje, permitiéndoles asumir el control del mismo con conciencia metacognitiva y capacidad de autorregulación, aspectos que determinan su éxito académico (Panadero y Alonso-Tapia, 2014).

Es claro que un estudiante afectado emocionalmente difícilmente encontrará esa motivación que le dé la fuerza e impulso para tomar el control de su proceso académico, y no tendrá ese nivel de conciencia metacognitiva para comprender sus formas de aprender a aprender. En definitiva, no será un estudiante que se destaque en sus resultados académicos.

En todos los contextos educativos, el bienestar emocional de los estudiantes es esencial; sin embargo, en el nivel de educación secundaria lo es aún más, ya que se trata de niños y adolescentes en etapas de desarrollo en las que las afectaciones emocionales son especialmente marcadas, en gran parte debido a dificultades en sus entornos familiares, sociales y culturales más cercanos. Es así como, en la educación secundaria, el trabajo de los docentes ha exigido ir más allá de la enseñanza de las áreas del conocimiento, retándolos a generar estrategias y a implementar acciones que favorezcan el aprendizaje en entornos armónicos. En Colombia, por ejemplo, tras la pandemia derivada del COVID-19 y el retorno a las clases presenciales, los estudiantes evidenciaron afectaciones significativas en su salud mental y emocional.

Asimismo, los estudiantes de educación secundaria se enfrentan a situaciones que afectan profundamente su bienestar emocional, como la frustración por el incumplimiento de metas y otras condiciones propias del entorno escolar, entre ellas el acoso escolar. A esto se suma la exposición constante a redes sociales, las cuales pueden impactar negativamente su autoestima e incluso su sentido de vida. Además, sus emociones se ven influenciadas por complejidades del entorno familiar y social, caracterizadas por problemáticas como la violencia intrafamiliar, la falta de comunicación asertiva, la soledad, las relaciones conflictivas, el aislamiento social, la drogadicción y, en algunos casos, el conflicto armado en sus territorios.

Por consiguiente, esta realidad exige una revisión profunda y la implementación de acciones contundentes que permitan garantizar entornos educativos que promuevan el aprendizaje basado en el bienestar emocional. Desde esta perspectiva, las emociones positivas —como la alegría expresada a través de la risa o las sensaciones placenteras— pueden estimular comportamientos favorables en los estudiantes (Carbelo y Jáuregui, 2006).



Metodología

El estudio presenta un diseño descriptivo con enfoque mixto, que permitió analizar el bienestar emocional y la motivación a partir de las categorías de metacognición, autorregulación y éxito académico en el contexto educativo de seis instituciones colombianas. Esta aproximación holística articula el análisis estadístico de frecuencias con la interpretación de significados emergentes derivados de los discursos de los participantes (Creswell y Plano Clark, 2017).

Por otro lado, en cuanto al componente cualitativo se hizo uso del enfoque hermenéutico-interpretativo, fundamentado en las entrevistas semiestructuradas aplicadas a docentes de las instituciones participantes. Este enfoque permitió comprender la percepción particular de los profesores sobre la relación entre bienestar emocional, motivación, metacognición, autorregulación frente al éxito académico, exaltando las experiencias de sus prácticas pedagógicas (Martínez, 2004; Gadamer, 1990). De acuerdo con Dilthey (2002, como se citó en Bernal, 2010), la hermenéutica permite interpretar el análisis de los discursos docentes, no desde una búsqueda de hipótesis comprobables, sino desde la construcción colectiva de su quehacer habitual en torno a las prácticas y vivencias cotidianas. Por lo tanto, un contexto educativo se convierte en un lugar donde se pueden hacer interpretaciones y reconstrucciones sociales. Desde esta perspectiva, la metodología cualitativa permitió comprender en profundidad los factores de incidencia para el éxito académico de los estudiantes de nivel secundaria.

La población total constó de 2900 estudiantes, y de esta población, se seleccionó una muestra no probabilística intencional de 150 estudiantes (25 por institución educativa), bajo unos criterios específicos determinados por los investigadores como son la representatividad en términos de género, diversidad en los niveles de básica secundaria y media, y contexto rural y urbano. Asimismo, se determinó otros criterios de inclusión como el acceso en términos tecnológicos a la población estudiantil, y la relación con la implementación de estrategias de aula enfocadas al bienestar emocional, la autorregulación, la metacognición y la motivación por el aprendizaje. Además de la población estudiantil, se estableció una muestra intencional de 30 docentes (5 por institución), bajo criterios de elección como la disponibilidad y disposición para contribuir con la investigación, el acceso a recursos tecnológicos para la interacción con los investigadores, y la cercanía con los procesos de aula en términos de bienestar emocional, autorregulación, motivación y metacognición.

Impacto del bienestar emocional en la motivación, metacognición, autorregulación y éxito académico de los estudiantes en nivel de secundaria



Según Hernández et al. (2014), los estudios de corte exploratorio-descriptivo buscan especificar las propiedades y características clave de cualquier fenómeno para su análisis, incluyendo la descripción de las tendencias dentro de un grupo o población. Al respecto, fue pertinente la creación de una serie de categorías de investigación que permitieran una lectura de las características del fenómeno de estudio. De esta manera, se pudieron conocer los imaginarios y realidades de la población abordada a través de las categorías relacionadas con los factores que influyen en el bienestar emocional, la motivación, la metacognición y la autorregulación del aprendizaje. Se buscó describir y analizar la relación entre el bienestar emocional, articulado con los aspectos tanto académicos como volitivos mencionados. Tal como destacan Hernández-Sampieri y Mendoza (2018) al referirse a la importancia del método cualitativo en la investigación, este se caracteriza por su énfasis en la comprensión profunda y la interpretación de los fenómenos, permitiendo captar la diversidad de experiencias humanas.

En el componente cuantitativo descriptivo, se emplearon cuestionarios estructurados basados en las categorías de interés, los cuales fueron previamente validados mediante juicio de expertos —tres especialistas en educación, pedagogía y psicología educativa—. Estos instrumentos se aplicaron a una muestra aleatoria de estudiantes, hombres y mujeres, de nivel secundaria pertenecientes a las seis instituciones seleccionadas (Polit y Beck, 2012). Las respuestas se analizaron por medio de estadísticas descriptivas básicas, fundamentalmente, cotejando frecuencias y porcentajes para ser condensadas en forma de tablas de recurrencia. El abordaje cuantitativo permitió a los investigadores identificar las relaciones de mayor amplitud asociada a la percepción de la muestra estudiada en torno a sus imaginarios sobre su proceso de aprendizaje (Hernández-Sampieri y Mendoza, 2018).

El proceso de organización, análisis y discusión de la información se desarrolló en el marco de la metodología cualitativa. Para las entrevistas semiestructuradas aplicadas a los docentes, se utilizó la codificación abierta y la categorización axial (Strauss y Corbin, 2002). La sistematización se realizó mediante una matriz de análisis categorial diseñada específicamente para cada instrumento, así como una matriz unificada. Esta última integró las cuatro categorías de investigación, permitiendo que el registro de la información (a través de la codificación abierta) se realizara directamente en las subcategorías correspondientes dentro de cada categoría.



Este procedimiento también permitió examinar previamente la calidad y pertinencia de las respuestas obtenidas tanto en los cuestionarios aplicados a los estudiantes de secundaria como en las entrevistas a los docentes de las seis instituciones educativas. El objetivo fue asegurar que toda la información se clasificara con total coherencia respecto a las categorías y subcategorías definidas en el estudio.

Para identificar hallazgos emergentes se usaron técnicas y procedimientos metodológicos como: codificación por color de celda para identificar patrones comunes; identificación de recurrencias, coincidencias y tendencias; reducción de datos mediante procesos porcentuales; rotulación y jerarquización de hallazgos emergentes; exposición de hallazgos a través de tablas propias de la estadística descriptiva; descripción y triangulación teórica en el análisis de resultados finales. Se resalta que la metodología, al ser rigurosa e incluir procedimientos de control de calidad, revisión de datos, selección de la muestra y una sistematización cuidadosa de la información, permitió la replicabilidad del estudio. Por esto, la metodología utilizada en la investigación fue sólida en cuanto a enfoque, tipo de investigación, diseño, técnicas de recolección de datos y consideraciones éticas. Se mantuvo una atención rigurosa a la ética, incluyendo el consentimiento informado de los participantes y la creación de un ambiente de confianza para promover respuestas honestas. En cuanto a los criterios de inclusión y exclusión, esta investigación no presentó.

Resultados

A continuación, se analizan y describen los principales hallazgos en el marco de cada una de las categorías de investigación: factores que influyen en el bienestar emocional en el aprendizaje; acciones pedagógicas que se fundamentan en las emociones positivas, y que favorecen la motivación, metacognición y autorregulación del aprendizaje; bienestar emocional y desarrollo de capacidades motivacionales, metacognitivas y autorregulatorias; e impacto del bienestar emocional, la motivación, metacognición y autorregulación, en el éxito académico.

Impacto del bienestar emocional en la motivación, metacognición, autorregulación y éxito académico de los estudiantes en nivel de secundaria



Factores que influyen en el bienestar emocional en el aprendizaje

Tabla 1
Exposición de factores que influyen en el bienestar emocional en el aprendizaje

Factores pedagógicos	
Hallazgos	Recurrencia
Relaciones e interacción en el aula de clase.	36.52%
Uso de pedagogías activas que fomentan la participación estudiantil.	17.12%
Estrategias de enseñanza significativas por parte del docente.	16.83%
Ambientes de aprendizaje armónicos.	14.27%
Carisma del docente.	13.73%
Estrategias de evaluación que se adaptan a los cambios en la forma de aprender.	1.52%
Total	100%
Factores sociales	
Hallazgos	Recurrencia
Ambiente y estabilidad emocional familiar.	62,24%
Expectativas y motivación familiar.	18,15%
Condiciones propicias para el estudio.	7.78%
Diversión y entretenimiento positivo.	6.74%
Conflictos familiares.	5.09%
Total	100%
Factores Culturales	
Hallazgos	Recurrencia
Apoyo y colaboración.	14.91%
Ambiente emocional positivo.	14.04%
Empatía y comprensión mutua.	11.45%
Respeto y empatía.	10.80%
Trabajo en equipo y comunicación.	9.49%
Resolución constructiva de conflictos.	9.49%
Manejo del estrés.	9.07%
Ambiente tranquilo y de concentración.	8.64%
Motivación intrínseca.	6.48%
La solidaridad.	5.61%
Total	100%

Factores Contextuales	
Hallazgos	Recurrencia
Apoyo familiar.	20.20%
Motivación personal y metas.	16.50%
Reconocimiento y éxito.	14.14%
Futuro y estabilidad.	10.10%
Intereses y actividades extracurriculares.	8.42%
Referentes y modelos para seguir.	7.41%
Estabilidad y tranquilidad socioemocional.	6.06%
Seguridad emocional.	6.73%
Relevancia y aplicación práctica.	5.39%
Impacto social.	5.05%
Total	100%

Nota. Esta tabla muestra la exposición de factores que influyen en el bienestar emocional en el aprendizaje.

En relación con los factores que influyen en el bienestar emocional de los estudiantes en el nivel de secundaria, se identificó que, dentro de los factores pedagógicos, los resultados destacan la importancia de la innovación y la creatividad por parte de los docentes para generar ambientes de aprendizaje armónicos, en los cuales los estudiantes puedan aprender con tranquilidad y agrado. La armonía en estos entornos resulta fundamental, ya que facilita la concentración y el enfoque en el aprendizaje, sustentado en una vivencia emocional positiva. Esta armonía no solo depende del acondicionamiento del espacio físico o virtual, sino también de la prevalencia del respeto, la inclusión, el reconocimiento y la empatía.

Dentro de los factores pedagógicos, se destaca también el uso de pedagogías activas que permiten involucrar a los estudiantes en el análisis de situaciones propias de su contexto real. Esto favorece que se sientan reconocidos y comprendan la importancia del aprendizaje como herramienta para la transformación de realidades. Dichas pedagogías integran un componente reflexivo que conecta con sus emociones, permitiendo que estas se expresen con libertad y naturalidad en relación con el tema o actividad desarrollada.

Los resultados también evidencian otros factores relevantes, como la interacción y la construcción de relaciones positivas en el aula, elementos clave para generar un clima de confianza y bienestar tanto entre docentes y estudiantes como entre pares. Estas relaciones fortalecen la comunicación efectiva y el desarrollo socioafectivo,

Impacto del bienestar emocional en la motivación, metacognición, autorregulación y éxito académico de los estudiantes en nivel de secundaria



aspectos fundamentales para el trabajo en equipo y la resolución de conflictos desde un enfoque analítico, crítico y reflexivo. Asimismo, se resalta el carisma del docente como un elemento determinante en la creación de una atmósfera de aprendizaje armónica. El docente tiene la valiosa oportunidad de transmitir entusiasmo y pasión por el conocimiento, impactando significativamente en la motivación y el bienestar emocional de los estudiantes.

Ahora bien, en cuanto a los factores sociales, se enfatizan el ambiente y la estabilidad emocional familiar, como aspectos claves para el desarrollo académico y personal. Esto permite comprender que la estabilidad emocional de sus seres cercanos es clave para que el estudiante desarrolle mayores niveles de confianza y seguridad en sí mismo, así como de autoestima. En ese ambiente familiar positivo en el que también hay expectativas y propósitos, cabe también el papel motivador de los seres queridos, que permite alentar, motivar y apoyar las metas y sueños del estudiante. De ahí que, en lo social, la familia como primer entorno cumple una función esencial; por ello, se debe propender por un espacio libre de conflictos, y por una atmósfera en la que se destaque la tranquilidad, la alegría, la diversión, la relajación y el bienestar emocional y mental de sus integrantes.

Finalmente, en relación con los factores culturales y contextuales, se resalta la importancia de una red de apoyo en el entorno sociocultural del estudiante, para que se sienta reconocido, acompañado y protegido en su comunidad, y le permita un contexto sano en el que se tejan acuerdos culturales positivos. Se destaca también una comunicación efectiva en ese contexto sociocultural, en el que se generen dinámicas de una comunicación fundamentada en el respeto, la empatía, la sinergia colectiva, la solidaridad, la resiliencia, la justicia, la equidad y el trabajo colaborativo para el logro de metas comunes. Todos estos aspectos son determinantes para una motivación y sentido de un aprendizaje con propósito de crecimiento personal y desarrollo social.

Complementando los hallazgos, se exalta la influencia positiva de las emociones en el desarrollo de habilidades motivacionales y autorregulatorias en los estudiantes. En resumen, el bienestar emocional, en particular las emociones positivas, juega un papel crucial en el desarrollo de las capacidades motivacionales, metacognitivas y autorregulatorias de los estudiantes, lo que a su vez puede impactar significativamente su rendimiento académico y su actitud hacia el aprendizaje. Para García (2012), en la enseñanza-aprendizaje tradicional se privilegia lo cognitivo por encima de lo emocional;



algo sobre lo que hay que reflexionar de fondo, pues sin armonía en lo emocional, es difícil que fluyan procesos motivacionales, metacognitivos y autorregulatorios. Por tanto, se ve afectado el desarrollo de un aprendizaje efectivo.

Acciones pedagógicas que se fundamentan en las emociones positivas, y que favorecen la motivación, metacognición y autorregulación del aprendizaje

Tabla 2

Acciones pedagógicas que se fundamentan en las emociones positivas, y que favorecen la motivación, metacognición y autorregulación del aprendizaje

Acciones pedagógicas que se fundamentan en las emociones positivas, para el desarrollo de la motivación	
Hallazgos	Recurrencia
La gamificación como estrategia de aula para el control de las emociones para el aprendizaje en el aula.	6,66%
Actividades colaborativas como estrategia de aula para el desarrollo emocional en los procesos cognitivos.	26,66%
Las TIC como estrategia de aula para la concientización de los diferentes instrumentos de aprendizaje y su óptimo uso, generando emociones saludables.	6,66%
Estrategias de enseñanza - aprendizaje óptimas en la integralidad emocional y cognitiva en el aula.	33,36%
Actividades interactivas que generen sentimientos motivacionales para el dominio cognitivo y su desarrollo en el aula.	26,66%
Total	100%
Acciones pedagógicas que se fundamentan en las emociones positivas, para el desarrollo de la capacidad metacognitiva	
Hallazgos	Recurrencia
Trabajo colaborativo como intercambio de saberes en el proceso formativo.	23,82%
Estrategias didácticas como método de acercamiento al aprendizaje.	28,56%
Actividades que fomenten la alegría para una óptima obtención del conocimiento.	28,56%
Juegos didácticos como estrategia de aula para el desarrollo cognitivo.	19,06%
Total	100%

Impacto del bienestar emocional en la motivación, metacognición, autorregulación y éxito académico de los estudiantes en nivel de secundaria



Acciones pedagógicas que se fundamentan en las emociones positivas, para el desarrollo de la capacidad de autorregulación

Hallazgos	Recurrencia
Actividades físicas al aire libre intencionadas a un tema.	25%
Ambientes de aprendizaje motivacionales.	25%
La gamificación.	12.52%
Trabajos grupales.	25%
Proyectos de aula.	12.52%
Total	100%

En relación con las acciones pedagógicas fundamentadas en emociones positivas —y que favorecen la motivación, la metacognición y la autorregulación del aprendizaje en estudiantes de nivel secundario— los resultados evidenciaron que ciertas estrategias adquirieron un papel protagónico. Entre ellas, se destaca la integración de las TIC en el aula, especialmente aquellas que permiten la gamificación digital. Estas herramientas aprovechan el potencial lúdico del juego y el atractivo de las tecnologías digitales, en sintonía con la naturaleza digital que caracteriza a los estudiantes de secundaria, lo cual resulta clave para activar su interés y deseo de aprender.

Igualmente, se resalta el desarrollo de actividades colaborativas como estrategia pedagógica para fortalecer el vínculo entre lo emocional y lo cognitivo. Estas dinámicas promueven la participación activa de los estudiantes en procesos de construcción colectiva, lo que no solo potencia su bienestar emocional, sino que también los motiva a aprender con el apoyo de sus pares.

Además, se destacan acciones pedagógicas orientadas a promover un aprendizaje basado en la activación de las emociones frente a situaciones del mundo real. Estas incluyen el uso de testimonios positivos, ejemplos de vida y reflexiones sobre problemáticas complejas que requieren interiorización y concientización.

Entre otras estrategias relevantes, se resalta el aprendizaje situado en contextos reales, donde los estudiantes pueden interactuar de manera directa con las realidades de su entorno social y cultural. Dicha cercanía favorece la familiarización con las realidades y fortalece el compromiso con su transformación. En estos escenarios, las emociones se activan frente a un panorama tangible, lo que puede ser decisivo para que los estudiantes de secundaria encuentren un mayor sentido a su proyecto de vida. Esto, a su vez, los motiva y empodera para asumir el control, la orientación y el monitoreo constante de su propio proceso de aprendizaje.



Finalmente, se subraya el valor de los proyectos de aula centrados en problemáticas reales, ya que permiten a los estudiantes sentirse partícipes en la búsqueda de soluciones a situaciones que los afectan directa o indirectamente. En este tipo de experiencias, encuentran un propósito de vida vinculado a lo social, lo que refuerza su motivación y bienestar emocional.

Bienestar emocional y desarrollo de capacidades motivacionales, metacognitivas y autorregulatorias

Tabla 3

Bienestar emocional y desarrollo de capacidades motivacionales, metacognitivas y autorregulatorias

Bienestar emocional y desarrollo de capacidades motivacionales	
Hallazgos	Recurrencia
Emociones positivas como la felicidad, la alegría, la confianza, la esperanza y la tranquilidad, fundamentales para la activación de la motivación en los estudiantes.	59%
El amor y la gratitud en el espacio de aula, y su importancia en el desarrollo de la motivación intrínseca en el estudiante.	17%
La seguridad y reconocimiento de las propias habilidades un elemento esencial para la motivación en el aprendizaje.	16%
La empatía, aspecto clave para la estabilidad emocional y la motivación por el aprendizaje.	8%
Total	100%
Bienestar emocional y desarrollo de capacidades metacognitivas	
Hallazgos	Recurrencia
La tranquilidad en el aula, algo fundamental para la paz y armonía del estudiante, lo que repercute de manera importante en la concentración y el reconocimiento con claridad de sus formas de aprender a aprender.	40%
La alegría en el estudiante y su importancia en la promoción de su bienestar emocional y mental, lo que contribuye a su rendimiento académico, y al favorecimiento de un ambiente escolar positivo y enriquecedor.	22%
La seguridad, aspecto fundamental para el desarrollo académico del estudiante, su autoeficacia y su capacidad para enfrentar los desafíos intelectuales con confianza y determinación.	21%
La confianza en sí mismo, y el favorecimiento de la disposición al compromiso con el proceso de aprender de manera activa y reflexiva.	17%
Total	100%

Impacto del bienestar emocional en la motivación, metacognición, autorregulación y éxito académico de los estudiantes en nivel de secundaria

Bienestar emocional y desarrollo de capacidades autorregulatorias	
Hallazgos	Recurrencia
La felicidad en el estudiante es determinante para activar su interés y deseo de aprender y para sentirse importante en la conducción de su propio proceso de aprendizaje.	45%
La armonía y tranquilidad en la vida del estudiante es clave para que actúe con responsabilidad y autonomía frente a su propio proceso de aprendizaje.	41%
El amor y el apoyo de la familia y los profesores como factores que contribuyen al fortalecimiento de la responsabilidad en la autonomía en el aprendizaje.	14%
Total	100%

En cuanto a los aspectos de mayor relación entre el bienestar emocional del estudiante y el desarrollo de capacidades motivacionales, metacognitivas y autorregulatorias, desde esa relación entre el bienestar emocional y desarrollo de capacidades motivacionales, los resultados mostraron que, las emociones positivas como la felicidad, la alegría, la confianza, la esperanza y la tranquilidad, son fundamentales para la activación de la motivación en los estudiantes. Igualmente, el amor y la gratitud en el espacio de aula, son importantes para el desarrollo de la motivación intrínseca en el estudiante. Se encontró que, la seguridad y el reconocimiento de las propias habilidades, así como la empatía, son aspectos claves para la estabilidad emocional y la motivación por el aprendizaje. En tal sentido, Alonso-Tapia (1997) refiere que la manera como se influya en el estudiante orientará la forma como el aprendizaje incidirá en ellos y propiciara el interés, curiosidad e interacción dinámica del escenario académico.

Desde esa relación entre el bienestar emocional y el desarrollo de capacidades metacognitivas, se destaca que la tranquilidad en el aula es algo fundamental para la paz y armonía del estudiante, lo que repercute de manera importante en la concentración y el reconocimiento con claridad de sus formas de aprender a aprender (González, 2009). También, se evidenció que la alegría en el estudiante es muy importante en la promoción de su bienestar emocional y mental, lo que contribuye a su rendimiento académico y al favorecimiento de un ambiente escolar positivo y enriquecedor. En esa relación, además, se destacó que la seguridad en sí mismo es un aspecto esencial para el desarrollo académico del estudiante, para potenciar su autoeficacia y su capacidad para enfrentar los desafíos intelectuales con confianza y determinación. Igualmente,



sucede con la confianza en sí mismo, ya que esta favorece la disposición al compromiso con el proceso de aprender de manera activa y reflexiva.

Finalmente, a partir de la relación entre el bienestar emocional y el desarrollo de capacidades autorregulatorias, se establece que la felicidad del estudiante es un factor determinante para activar su interés y deseo de aprender, así como para que se sienta protagonista en la conducción de su propio proceso de aprendizaje. Del mismo modo, la armonía y la tranquilidad en su vida personal resultan claves para que actúe con responsabilidad y autonomía. Asimismo, el amor y el apoyo por parte de la familia y los docentes se reconocen como factores decisivos que contribuyen al fortalecimiento de su sentido de responsabilidad y a la consolidación de su autonomía en el aprendizaje.

Impacto del bienestar emocional, la motivación, metacognición y autorregulación en el éxito académico

Tabla 4

Impacto del bienestar emocional, la motivación, metacognición y autorregulación en el éxito académico

Bienestar emocional, motivación y éxito académico	
Hallazgos	Recurrencia
La motivación en el aprendizaje impulsa el éxito académico al estimular el compromiso y el esfuerzo constante.	30%
La participación en la construcción del aprendizaje promueve un entorno educativo colaborativo y enriquecedor.	24%
El apoyo familiar es crucial para el bienestar emocional y el rendimiento académico de los estudiantes.	22%
Integrar actividades que fomenten la curiosidad en el aula mantiene la motivación y estimula el pensamiento crítico.	12%
La constancia en la búsqueda de logros refleja una habilidad de autorregulación importante para el éxito a largo plazo.	12%
Total	100%
Metacognición y éxito académico	
Hallazgos	Recurrencia
Mayor proceso de reflexión, actitud crítica como parte de las habilidades metacognitivas para el éxito académico.	41 %
Establecer metas y tiempos de estudio para el éxito académico, como hábitos de estudio del estudiante para el éxito académico.	18 %
Planificación de estrategias de estudio que favorecen el éxito académico.	15 %
Procesos de acompañamiento constantes en la construcción del conocimiento.	15 %
Diversidad de las maneras de aprender y estudiar, desde la autonomía.	12 %
Total	100%

Impacto del bienestar emocional en la motivación, metacognición, autorregulación y éxito académico de los estudiantes en nivel de secundaria

Autorregulación y éxito académico	
Hallazgos	Recurrencia
Manejo de emociones como parte de la autorregulación para el éxito académico.	34 %
Reflexión y actitud crítica, capacidad de autorregulación para el éxito académico.	27 %
Establecer metas y tiempos de estudio, contribuye a la autorregulación y al éxito académico.	18 %
La diversidad de las maneras de aprender y estudiar refleja un mayor grado de autonomía en el proceso de aprendizaje.	11 %
La gestión de ambientes de aprendizaje adecuados fortalece el éxito académico.	9 %
Total	100%

En cuanto a los principales elementos que impactan el bienestar emocional, la motivación, la metacognición y la autorregulación en el éxito académico de los estudiantes de nivel de secundaria, los hallazgos y análisis realizados en este estudio permiten identificar que dicho éxito está influenciado por un conjunto de factores interrelacionados. Estos incluyen el bienestar emocional, la motivación intrínseca, el pensamiento metacognitivo y la capacidad de autorregulación. A continuación, se presentan los elementos clave identificados y su impacto en el rendimiento académico de los estudiantes.

Como elemento inicial, la gestión adecuada de las emociones es esencial para el éxito académico, pues los estudiantes pueden identificar, integrar y regular las emociones frente los retos de manera eficiente. Cabe resaltar que las emociones pueden estropear la atención en los estudiantes cuando estas no son positivas. De acuerdo con Elizondo et al. (2018), el control emocional en el aprendizaje es esencial para el éxito académico, ya que las emociones influyen significativamente en la capacidad de los estudiantes para concentrarse, procesar información y persistir en tareas desafiantes, por lo que favorece la habilidad de los estudiantes para gestionarlas de manera efectiva, reduciendo el impacto de emociones negativas, como la ansiedad y el estrés, y potenciando las positivas que facilitan el aprendizaje.

Por otra parte, un elemento de éxito académico es la motivación, la cual estimula el compromiso y el esfuerzo constante, es decir, los estudiantes más dispuestos serán quienes tengan mayor motivación. Otro elemento es la actitud crítica, que permite reflexionar sobre el conocimiento y la manera en la que se aprende, así como hallar las estrategias cognitivas de aprendizaje más apropiadas de manera individual, teniendo estas claras y planificando tiempos de estudio efectivos.



Desde ese impacto que vincula el bienestar emocional, la motivación y el éxito académico, los resultados muestran que la motivación se genera en un ambiente emocional armónico y positivo, y esta permite activar procesos de empoderamiento que estimulan e impulsan el aprendizaje. Se destacó que, cuando hay sentido de inclusión haciendo partícipes a los estudiantes en la construcción de su propio aprendizaje, se generan emociones positivas que alientan el interés y deseo de aprender, lo cual es fundamental para que se generen procesos de interacción, participación y construcción con otros de manera más enriquecedora. En esos impactos también se enfatiza el apoyo familiar como un determinante de la estabilidad y bienestar emocional.

Ahora bien, en cuanto al impacto que se genera desde la relación de metacognición y éxito académico, se recalca la importancia de trabajar en el desarrollo de un mejor proceso de reflexión y actitud crítica sobre el propio aprendizaje, que permita involucrar de forma más contundente al estudiante en la implementación de estrategias de reconocimiento y mejoramiento de las formas en las que aprende. Emergen otros impactos como la necesidad de que el estudiante aprenda a establecer con autonomía metas y tiempos de estudio de forma planificada y organizada, y que desarrolle capacidad de consciencia metacognitiva para que pueda comprender la estructura cognitiva que lo lleva a alcanzar de manera eficaz su aprendizaje.

En lo que respecta al impacto de la autorregulación en el éxito académico, se acentúa la importancia del desarrollo de habilidades de autorregulación de las emociones, ya que, cuando el estudiante logra autorregularse emocionalmente, puede concentrarse mejor en las actividades académicas, mantener la calma frente a situaciones desafiantes y tomar decisiones más efectivas. Además, puede, en consecuencia, desarrollar habilidades como la resiliencia, la empatía y la autoestima, lo que contribuye a un mejor desempeño académico y a un bienestar emocional más efectivo. Todo esto, hace que el estudiante se motive e involucre de manera activa en la conducción de su propio proceso de aprendizaje, encaminándose en una ruta clara para el logro de sus objetivos de aprendizaje.

Discusión

Las emociones pueden incidir en el bienestar mental y físico de los estudiantes, lo que resulta determinante para su interés y disposición al aprendizaje. Todos los resultados apuntan a que, cuando el estudiante presenta equilibrio y armonía en su ser

Impacto del bienestar emocional en la motivación, metacognición, autorregulación y éxito académico de los estudiantes en nivel de secundaria



emocional, tiene una perspectiva más clara de sus intereses en el aprendizaje, lo que hace que su motivación se active en él y vea un panorama más positivo para emprender un proceso formativo. Por esa motivación, puede interesarse más en la construcción de su propio aprendizaje, sintiéndose importante y protagonista central de ese gran propósito formativo. Un estudiante que se encuentra en equilibrio emocional y está motivado adquiere la fuerza necesaria para proyectarse hacia el cumplimiento de sus metas académicas. Esta estabilidad le permite actuar con cuidado y de manera estratégica, manteniendo bajo control y seguimiento cada uno de los procesos que conforman su ruta de aprendizaje, lo cual lo encamina hacia el éxito académico.

Se establece que el bienestar emocional facilita la metacognición y la autorregulación, es decir, las capacidades que el estudiante desarrolla para actuar, ejecutar, controlar y reflexionar conscientemente sobre su propio proceso de aprendizaje, identificar sus fortalezas y debilidades, y ajustar sus estrategias de aprendizaje en consecuencia para lograr un aprendizaje exitoso. Un estudiante estable emocionalmente es más sensible y dispuesto a involucrarse activamente en el reconocimiento de su andamiaje cognitivo, lo que le permite comprender las formas en las que aprende, y así poder asumir el control de su propio proceso de aprendizaje.

Por el contrario, emociones que relacionan la tristeza, el estrés, la preocupación, la ansiedad o la depresión, entre otras, pueden afectar negativamente la capacidad del estudiante para pensar con claridad, tomar decisiones informadas y evaluar su propio proceso de aprendizaje. Es así que, ello resulta esencial para que el estudiante se conduzca al éxito académico desde un estado emocional sano, que es activador de su motivación, metacognición y autorregulación. Esta idea la refuerzan Botero et al. (2017), quienes advierten que, el conocimiento metacognitivo implica la comprensión de cómo se aprende, qué estrategias son efectivas y en qué contextos pueden aplicarse, mientras que la regulación metacognitiva se relaciona con la planificación, monitoreo y evaluación del propio aprendizaje.

Conclusiones

Los resultados evidencian que el bienestar emocional en el proceso de aprendizaje puede ser un factor determinante para la motivación del estudiante. En este sentido, tanto docentes como líderes educativos, en articulación con las familias, deben asumir como prioridad la promoción de la armonía, la tranquilidad y el equilibrio emocional del estudiante. Difícilmente un estudiante con problemas de estabilidad emocional



logrará sostener un proceso de aprendizaje significativo basado en la motivación, ya que la emocionalidad y la motivación se encuentran estrechamente interrelacionadas. Por el contrario, la implementación de estrategias pedagógicas orientadas a fomentar la armonía emocional puede potenciar procesos motivacionales clave, que contribuyan al empoderamiento activo del estudiante en su trayectoria académica.

Una primera interpretación del estudio se centra en el bienestar emocional como un factor crucial en el proceso de aprendizaje de los estudiantes de nivel secundaria, ya que influye directamente en su motivación, capacidad de autorregulación y éxito académico. Anclado a esto se considera que las emociones positivas favorecen un ambiente propicio para el aprendizaje, promoviendo la participación activa, el compromiso y la perseverancia en las tareas escolares. Una segunda interpretación permite identificar cómo opera la relación entre el bienestar emocional y la motivación de los estudiantes, destacando que un mayor bienestar emocional se asocia con niveles más altos de motivación intrínseca. También se observa tendencia en la influencia del bienestar emocional en la metacognición estudiantil, señalando que aquellos con buen estado emocional tienden a tener más conciencia de sus procesos cognitivos.

De esta manera, el bienestar emocional en el estudiante es determinante para una mayor concentración y aprendizaje consciente sobre cómo se aprende. El bienestar emocional contribuye a la autoestima, la confianza en sí mismo y en la resiliencia ante los desafíos o fracasos del aprendizaje. Todo esto favorece la cognición del estudiante, su capacidad de pensar en sí mismo para comprender y regular sus emociones, de establecer metas académicas y de evaluar su progreso al reflexionar constructivamente sobre su rendimiento académico. Un estudiante con un buen estado emocional tiene mejores condiciones para desarrollar habilidades metacognitivas, lo que le permitirá ser un aprendiz más autónomo, crítico, autorregulado y eficiente en su proceso educativo. Por lo tanto, es importante que las instituciones educativas fomenten el bienestar emocional de sus estudiantes como parte integral de su formación académica.

El estudio, a su vez, logró identificar aspectos novedosos y relevantes que subrayan su importancia en el ámbito educativo. Se destaca entre los puntos clave, cómo la investigación aporta una perspectiva innovadora al explorar la relación entre el bienestar emocional y diversas variables académicas en estudiantes de nivel secundaria, ofreciendo nuevos insights sobre cómo las emociones influyen en el proceso de aprendizaje. La discusión radica en la pertinencia del bienestar emocional

Impacto del bienestar emocional en la motivación, metacognición, autorregulación y éxito académico de los estudiantes en nivel de secundaria



como factor determinante en el rendimiento académico, desafiando paradigmas tradicionales que enfatizan en aspectos cognitivos del aprendizaje. El estudio abre nuevas perspectivas teóricas al establecer la interrelación entre el bienestar emocional, la motivación, la metacognición y la autorregulación en el contexto educativo, lo que puede enriquecer teorías existentes sobre el aprendizaje.

Las conclusiones de este estudio ofrecen aplicaciones prácticas significativas para el diseño de intervenciones educativas orientadas a promover el bienestar emocional de los estudiantes, fortaleciendo así su motivación, autocontrol y éxito académico. La investigación resulta altamente pertinente dentro de la línea de estudio sobre el bienestar emocional y su impacto en el rendimiento académico, al contribuir al avance del conocimiento en este campo. Se distingue por su novedad científica, la relevancia de sus hallazgos, las nuevas perspectivas teóricas que plantea, así como por las propuestas prácticas derivadas de sus resultados. Además, el trabajo se articula de manera coherente con la línea de investigación sobre autorregulación del aprendizaje y bienestar emocional en el ámbito educativo, específicamente en la sublínea de bienestar emocional, regulación y metacognición de la Maestría en Educación de la Universidad Minuto de Dios. Dichos elementos consolidan la importancia y el impacto de esta investigación en el campo de la psicología educativa.

Referencias

- Alarcón, M. C. (2020). *Autorregulación Emocional en la Cotidianidad de la Vida Escolar: Observación Sistemática en Aulas con Estudiantes Chilenos de 10 a 12 años* [Tesis doctoral, Universidad de Barcelona]. Repositorio Institucional. <https://www.tdx.cat/handle/10803/674675#page=1>
- Alonso Tapia, J. (1997). *Motivar para el aprendizaje. Teorías y estrategias*. EDEBE.
- Bandura, A. (1999). Ejercicio de la eficacia personal y colectiva en sociedades cambiantes. In: A. Bandura (Ed.), *Autoeficacia: Cómo afrontamos los cambios de la sociedad actual* (pp. 19-54). Desclée de Brower.
- Bernal, C. A. (2010). *Metodología de la investigación: para administración, economía, humanidades y ciencias sociales* (3a ed.). Pearson Educación.
- Botero, A., Alarcón, I., Palomino, M. y Jiménez, M. (2017). Pensamiento crítico, metacognición y aspectos motivacionales: una educación de calidad. *Poiésis*, 1(33), 85-103. <https://doi.org/10.21501/16920945.2499>



- Brackett, M. A., Rivers, S. E., Reyes, M. R. & Salovey, P. (2012). Enhancing academic performance and social and emotional competence with the RULER feeling words curriculum. *Learning and Individual Differences*, 22(2), 218–224. <https://doi.org/10.1016/j.lindif.2011.02.010>
- Cádiz, P., Barrio, L., León, D., Hernández, Á., Milla, M. y Sotomayor, M. (2021). Motivación contextual desde la autodeterminación en las clases de Educación Física. *Revista Retos*, 41, 88-94. <https://doi.org/10.47197/retos.v0i41.80998>
- Carbelo, B. y Jáuregui, E. (2006). Emociones positivas: humor positivo. *Papeles del Psicólogo*, 27(1), 18-30. <https://www.papelesdelpsicologo.es/pdf/1281.pdf>
- Cassirer, E. (1993). *Antropología Filosófica: Introducción a una filosofía de la cultura*. Fondo de Cultura Económica.
- Cedeño, J., Miranda, K. y Saltos, C. (2022) Educación emocional para aprendizajes significativos *Revista Científica Multidisciplinaria Arbitrada YACHASUN*, 6 (10), 33-39. <https://editorialibkn.com/index.php/Yachasun/article/view/217>
- Cedeño, W. L. (2023). *Diseño, implementación y evaluación de un programa de intervención de educación emocional dirigido al profesorado de enseñanza no universitaria* [Tesis de doctorado, Universidad de Valladolid]. Repositorio Institucional. <https://uvadoc.uva.es/handle/10324/59771>
- Cely-González, D., Mejía-Loaiza, E. y Conejo-Carrasco, F. (2021). Estrategias de autorregulación del aprendizaje en estudiantes de música del Colegio República Dominicana de Bogotá. *Revista Electrónica en Educación y Pedagogía*, 5(9), 28-42. <https://doi.org/10.15658/rev.electron.educ.pedagog21.11050903>
- Creswell, J. W., & Plano Clark, V. L. (2017). *Designing and conducting mixed methods research* (3rd ed.). SAGE Publications.
- Dilthey, W. (2002). *El mundo histórico*. Editorial Fondo de Cultura Económica.
- Efklikes, A. (2011). Interactions of Metacognition with Motivation and Affect in Self-regulated Learning: The MASRL Model. *Educational Psychologist*, 46(1), 6-25. <https://doi.org/10.1080/00461520.2011.538645>
- Elizondo, A., Rodríguez, J., y Rodríguez, I. (2018). La importancia de la emoción en el aprendizaje: Propuestas para mejorar la motivación de los estudiantes. *Cuaderno de Pedagogía Universitaria*, 15(29), 3 - 11. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6855114>



- Escamilla, P., Alguacil, M. y Huertas, M. (2020). Variables predictoras de la motivación deportiva en estudiantes de secundaria federados y no federados. *Revista Retos*, 38, 58-65. <https://recyt.fecyt.es/index.php/retos/article/view/73551/47065>
- Fuentes, G., Saavedra, E., Rojas, J., y Riquelme, E. (2023). Incidencia de los espacios escolares sobre la regulación emocional y el aprendizaje en contextos de diversidad social y cultural. *Revista de estudios y experiencias en educación*, 22(49), 142-159. <https://doi.org/10.21703/rexe.v22i49.1694>
- Gadamer, H. G. (1990). *Verdad y método*. Editorial Sígueme.
- Gaeta-González, M. L., Rodríguez-Guardado, M., Gaeta-González, L., Malpica-Maury, O. M., y Camacho-Ponce, K. G. (2022). Emociones, afrontamiento y autorregulación del aprendizaje en universitarios: influencia de características sociodemográficas durante la pandemia por COVID-19. *Psicumex*, 13(1), 1–32. <https://psicumex.unison.mx/index.php/psicumex/article/view/492>
- Gantiva, C. y Camacho, K. (2016). Características de la respuesta emocional generada por las palabras: Un estudio experimental desde la emoción y motivación. *Psychologia. Avances de la disciplina*, 10 (2), 55- 62. <https://revistas.usb.edu.co/index.php/Psychologia/article/view/2550/2412>
- García, J. (2012) La educación emocional, su importancia en el proceso de aprendizaje. *Educación*, 36 (1), 1-24. <https://www.redalyc.org/pdf/440/44023984007.pdf>
- Goleman, D. (1995). *Inteligencia Emocional. Por qué es más importante que el cociente intelectual*: Ediciones B, S.A.
- González, F. E. (2009). Metacognición y aprendizaje estratégico. *Revista Integra Educativa*, 2 (2), 127-136.
- Hernández, R., Fernández, C. y Baptista, M. (2014). *Metodología de la Investigación*. México: McGraw Hill.
- Hernández- Rodríguez, M., Moreno- Beltrán, R., Cagua-Rodríguez, L., Mahecha-Escobar, J. y Mejía-Loaiza, E. (2023). La autoeficacia como fase esencial en el desarrollo de los procesos de planificación y desarrollo cognitivo. *Revista Electrónica en Educación y Pedagogía*, 6(11), 209-224. <https://doi.org/10.15658/rev.electron.educ.pedagog22.11061115>



- Hernández-Sampieri, R. y Mendoza, C. (2018). *Metodología de la investigación. Las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta*. Editorial Mc Graw Hill.
- Kaplan, A., & Maehr, M. L. (2015). The Contributions and Prospects of Goal Orientation Theory. *Educational Psychology Review*, 27(4), 365–384. <https://doi.org/10.1007/s10648-015-9309-6>
- Locke, E. A., & Latham, G. P. (2006). New Directions in Goal-Setting Theory. *Current Directions in Psychological Science*, 5, 265-268. <https://doi.org/10.1111/j.1467-8721.2006.00449.x>
- Maquilón Sánchez, J. J., & Hernández Pina, F. (2010). Identificación de las características del aprendizaje de los estudiantes de Educación Primaria con el cuestionario CEAPS. *Anales de Psicología*, 27(1), 126–134. <https://revistas.um.es/analesps/article/view/113551>
- Martínez, M. (2004). *La investigación cualitativa etnográfica en educación*. Trillas.
- Mora-Benavides, E., Mur-Bihuchy, Y. y Fernández Guayana T. (2024). Formar en la autorregulación del aprendizaje para una vida social sana. *Revista Electrónica En Educación Y Pedagogía*, 8(14), 190-200. <https://doi.org/10.15658/rev.electron.educ.pedagog24.02081411>
- Panadero, E. (2017). A Review of Self-regulated Learning: Six Models and Four Directions for Research. *Frontiers in Psychology*, 8, 422. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2017.00422>
- Panadero, E., y Alonso-Tapia, J. (2014). ¿Cómo autorregulan nuestros alumnos? Revisión del modelo cíclico de Zimmerman sobre autorregulación del aprendizaje. *Anales de Psicología*, 30(2), 450-462. <https://doi.org/10.6018/analesps.30.2.167221>
- Penagos, O. (2023). *Determinación de los factores escolares que puedan incidir en los niveles de desempeño de las competencias científicas en los colegios públicos del municipio de Zipaquirá*. [Tesis doctoral, Universidad de Valencia]. Repositorio Institucional. <https://producciocientifica.uv.es/documentos/6531007a17325e4eea34428c>
- Polit, D. F., & Beck, C. T. (2012). *Nursing research: Generating and assessing evidence for nursing practice* (9th ed.). Wolters Kluwer Health.
- Strauss, A., y Corbin, J. (2002). *Bases de la investigación cualitativa: técnicas y procedimientos para desarrollar la teoría fundamentada*. Universidad de Antioquia.



- Tortosa, B. M., Pérez-Fuentes, M. del C., Molero, M. del M., Soriano, J. G., Oropesa, N. F., Simón, M. del M., Sisto, M., & Gázquez, J. J. (2020). Engagement académico e Inteligencia Emocional en adolescentes. *European Journal of Child Development, Education and Psychopathology*, 8(1), 111–122. <https://doi.org/10.30552/ejpad.v8i1.136>
- Zimmerman, B.J.(2001). Theories of self-regulated learning and academic achievement: An overview and analysis. En B. J. Zimmerman y D. H. Schunk (Eds), *Self-regulated Learning and Academic Achievement: Theoretical Perspectives* (pp. 1-37). Lawrence Erlbaum.
- Zimmerman, B. J. & Kitsantas, A. (2014). Comparing Students' Self-discipline and Self-regulation Measures and Their Prediction of Academic Achievement. *Contemporary Educational Psychology*, 39(2), 145–155. <https://doi.org/10.1016/j.cedpsych.2014.03.004>

