

# **PROGRAMA CEMPRO: UNA PROPUESTA FORMATIVA PARA EL DESARROLLO DE LA COMPETENCIA EMOCIONAL EN LA FORMACIÓN INICIAL DEL PROFESORADO UNIVERSITARIO.**

Haridian Santana León <sup>1</sup>  
María Brígido Mero <sup>2</sup>

## **1. INTRODUCCIÓN**

La formación inicial del profesorado se desarrolla en un contexto de cambios sociales, tecnológicos y educativos que exigen redefinir el perfil docente. En este escenario, la competencia emocional adquiere un papel central, ya que la docencia es una actividad intensamente relacional en la que las emociones condicionan tanto el proceso de enseñanza-aprendizaje como el bienestar profesional. Diversos estudios han mostrado que la capacidad para reconocer, comprender y regular las propias emociones, así como para responder de manera adecuada a las emociones del alumnado, resulta clave para construir entornos educativos emocionalmente seguros y desarrollar una práctica docente eficaz (Bulás Montoro et al., 2020). Esta competencia influye, asimismo, en la satisfacción laboral, la prevención del estrés docente y la consolidación de la identidad profesional (García-Domingo, 2021; Hermida Bravo et al., 2025).

La etapa universitaria constituye un momento decisivo para adquirir y consolidar estas habilidades, dado que es en este periodo cuando el futuro profesorado construye sus marcos interpretativos sobre la docencia y se enfrenta a situaciones que requieren un manejo emocional complejo. Sin embargo, la literatura evidencia que la educación emocional continúa ocupando un lugar limitado en los grados de Educación, lo que repercute en la capacidad del alumnado para gestionar las demandas emocionales de la práctica docente. Estudios recientes ponen de manifiesto la escasa presencia sistemática de esta dimensión en los planes de estudio (Sánchez Calleja et al., 2019) y las dificultades del estudiantado para identificar y comprender sus propias emociones (García-Vila et al., 2022).

La insuficiente preparación emocional del profesorado en formación resulta especialmente preocupante si se considera que su futura labor implicará acompañar el desarrollo emocional del alumnado en etapas educativas decisivas. En este sentido, diferentes autores destacan que la

---

<sup>1</sup> Institución de autor 1. Universidad del Atlántico Medio.

<sup>2</sup> Institución de autor 2. Universidad a Distancia de Madrid.

competencia emocional no se desarrolla de manera espontánea ni es producto automático de la experiencia profesional; por el contrario, requiere procesos formativos intencionados que permitan adquirir estrategias de conciencia, comprensión y regulación emocional (García Domingo y Pérez Bonet, 2024). De ahí que diversos trabajos subrayen la importancia de incorporar propuestas sistemáticas de educación emocional en la formación inicial del profesorado como vía para promover prácticas docentes saludables, reflexivas y coherentes con las necesidades del contexto escolar.

A esta situación formativa se suma el creciente protagonismo de las tecnologías digitales en la educación superior. Las herramientas digitales median experiencias de aprendizaje que influyen en la dimensión emocional. Su uso puede potenciar la motivación, la creatividad y la participación del alumnado, pero también generar emociones negativas como ansiedad, frustración o sobrecarga cuando no se acompañan de una planificación adecuada (Blanco y Blanco, 2021; Vesga Galvis, 2022). En consecuencia, la competencia emocional y la competencia digital docente deben entenderse como dimensiones interrelacionadas que influyen tanto en el diseño de experiencias de aprendizaje como en el clima emocional del aula (Ávila Muñoz, 2019). Desde esta perspectiva, diversos autores subrayan la importancia de que las propuestas de educación emocional cuenten con una orientación pedagógica clara, evitando enfoques meramente instrumentales y garantizando su valor formativo, también cuando se desarrollan en contextos mediados por tecnologías digitales (Bisquerra y López-Cassà, 2021).

En este marco, la formación inicial del profesorado demanda programas que integren de manera coherente el desarrollo de la competencia emocional con el uso pedagógico de tecnologías digitales, proporcionando al alumnado universitario espacios estructurados para explorar sus emociones, comprender su influencia en la práctica docente y construir estrategias de regulación aplicables a situaciones reales. La ausencia de propuestas sistemáticas evidencia una brecha formativa que limita la preparación integral del futuro profesorado.

El programa CEMPRO surge precisamente como respuesta a esta necesidad, con el propósito de ofrecer una propuesta formativa progresiva, integrada en la dinámica académica universitaria y orientada al desarrollo de la competencia emocional mediante actividades breves, contextualizadas y apoyadas en herramientas digitales accesibles. Su diseño se fundamenta en modelos teóricos sólidos sobre inteligencia emocional, atendiendo a dimensiones como la percepción, comprensión y regulación emocional, y se articula de manera que el alumnado pueda vincular los aprendizajes adquiridos con la futura práctica docente en las etapas de Educación Infantil y Primaria. Así, el programa contribuye a construir una formación docente más completa, en la que la competencia emocional y la competencia digital se integran como pilares esenciales para el bienestar profesional y la calidad educativa.

## **2. OBJETIVOS DEL PROGRAMA CEMPRO**

El programa CEMPRO se diseña con el propósito de favorecer el desarrollo de la competencia emocional del futuro profesorado universitario, integrando esta dimensión en la

formación inicial y vinculándola con el uso pedagógico de las tecnologías digitales. La propuesta parte de la consideración de que la competencia emocional constituye un elemento clave del perfil profesional docente y de que su desarrollo requiere espacios formativos intencionados y contextualizados en la etapa universitaria.

El objetivo general del programa es desarrollar en el futuro profesorado competencias emocionales y digitales integradas que le permitan reconocer, comprender y regular sus propias emociones, así como utilizar las tecnologías digitales de forma pedagógica y reflexiva en el contexto educativo.

De manera específica, el programa CEMPRO se orienta a:

- Favorecer la identificación, comprensión y expresión de las emociones propias en situaciones académicas y formativas del contexto universitario.
- Desarrollar estrategias de autorregulación emocional que permitan afrontar de forma ajustada las demandas del entorno universitario y de la futura práctica docente.
- Potenciar la empatía, la escucha activa y la comunicación asertiva en las interacciones educativas, tanto presenciales como mediadas por tecnologías digitales.
- Promover un uso crítico y reflexivo de las tecnologías digitales como herramientas de apoyo al aprendizaje y a la expresión emocional.
- Familiarizar al alumnado con recursos digitales que favorezcan la creatividad, la reflexión y la expresión emocional.

Estos objetivos orientan el diseño y la estructura del programa CEMPRO, así como la selección de las metodologías y actividades propuestas, garantizando la coherencia entre la fundamentación teórica y el enfoque formativo adoptado.

### **3. DISEÑO DEL PROGRAMA FORMATIVO**

El programa CEMPRO se concibe como una propuesta formativa orientada al desarrollo de la competencia emocional del futuro profesorado universitario, integrada de manera transversal en la formación inicial y vinculada al uso pedagógico de las tecnologías digitales. Su diseño responde a la necesidad de ofrecer una formación estructurada y progresiva que permita al alumnado universitario trabajar la dimensión emocional desde la experiencia personal y proyectarla hacia su futura práctica docente en las etapas de Educación Infantil y Primaria.

El programa CEMPRO se sustenta en una concepción de la competencia emocional entendida como la capacidad de reconocer, comprender y regular las propias emociones y de responder adecuadamente a las emociones ajenas en contextos educativos, un componente central de la identidad docente por su relación con el bienestar profesional y con la calidad de las interacciones pedagógicas (Bulás Montoro et al., 2020). La competencia emocional no es un rasgo innato, sino una capacidad que requiere procesos formativos específicos, especialmente necesarios en la formación inicial para prevenir situaciones de malestar profesional y afrontar las demandas relacionales de la docencia (García-Domingo, 2021).

Como principal marco teórico, el programa adopta el modelo de habilidades de la inteligencia emocional de Salovey y Mayer, que organiza la competencia emocional en torno a la percepción, facilitación, comprensión y regulación de las emociones (Mayer y Salovey, 1997). Esta estructura permite diseñar actividades progresivas y evaluables. Asimismo, incorpora aportaciones de los modelos mixtos, que integran la empatía, la motivación y las habilidades sociales, dimensiones relevantes para la práctica docente (Godoy Rojas y Sánchez Moreno, 2021).

El programa también se apoya en la relación entre competencia emocional y tecnologías digitales. El uso de herramientas digitales influye en las vivencias emocionales del alumnado universitario, pudiendo generar motivación o, por el contrario, ansiedad y frustración si no existe una adecuada orientación pedagógica (Vesga Galvis, 2022). La competencia emocional y la competencia digital docente se conciben, por tanto, como dimensiones complementarias: el perfil emocional del profesorado condiciona cómo se integran las tecnologías en el aula y el clima emocional resultante (Ávila Muñoz, 2019). Desde esta perspectiva, un enfoque reflexivo y pedagógicamente fundamentado de las actividades propuestas, orientado a favorecer la expresión y la reflexión emocional, evitando enfoques instrumentales (Bisquerra y López-Cassà, 2021).

### **3.1. Estructura y organización del programa**

El programa CEMPRO consta de 18 sesiones breves de unos 20 minutos distribuidas a lo largo de un semestre, lo que facilita su integración en una asignatura universitaria sin modificar su planificación. La secuencia formativa se organiza en torno a las dimensiones básicas de la competencia emocional —percepción, comprensión, regulación e integración—, permitiendo un avance progresivo desde el reconocimiento emocional hasta su aplicación en situaciones vinculadas a la futura práctica docente. Esta estructura facilita la transferencia de los aprendizajes a la futura práctica docente.

Las actividades parten de experiencias cercanas al alumnado y combinan reflexión individual, trabajo en pequeños grupos y análisis de situaciones educativas para promover un aprendizaje significativo basado en la experiencia emocional.

### **3.2. Metodología y uso de tecnologías digitales**

El programa adopta una metodología activa y experiencial, centrada en la exploración y comprensión emocional. Las dinámicas se articulan a partir de la experiencia personal, promoviendo la reflexión individual y colectiva y favoreciendo el desarrollo de habilidades como la empatía, la escucha y la comunicación asertiva.

El trabajo colaborativo constituye un eje metodológico esencial, entendido como un espacio para construir significados compartidos y desarrollar competencias interpersonales clave para la futura labor docente. Las tecnologías digitales se incorporan como herramientas de mediación pedagógica que apoyan la expresión emocional, la representación visual y la construcción colaborativa del aprendizaje. Se emplean recursos digitales accesibles —formularios,

plataformas colaborativas y aplicaciones visuales— orientados a estimular la creatividad, la reflexión y la participación del alumnado en un clima de seguridad emocional. En todo momento, la tecnología se utiliza como un medio para fortalecer el aprendizaje emocional, evitando enfoques instrumentales y promoviendo un uso crítico y transferible a la práctica docente.

#### 4. DESCRIPCIÓN DEL PROGRAMA

El programa CEMPRO se integra en la formación inicial del profesorado como una propuesta formativa complementaria paralela a una asignatura de los grados de Educación Infantil y Educación Primaria. Su incorporación en la dinámica académica habitual permite trabajar la competencia emocional de forma sistemática, sin desvincularla de los contenidos curriculares ni del contexto universitario.

El desarrollo del programa se organiza a través de sesiones breves distribuidas a lo largo de un semestre académico. Esta temporalización favorece un trabajo progresivo de la dimensión emocional y permite al alumnado establecer conexiones entre las actividades propuestas, su experiencia personal y su futura práctica docente.

Con el fin de facilitar la comprensión global de la propuesta, en la Tabla 1 se presenta una síntesis de la estructura general del programa CEMPRO, organizada por bloques, número de sesiones, dimensiones emocionales trabajadas y tipos de actividades desarrolladas.

**Tabla 1**

*Estructura general del programa CEMPRO*

Bloque	Sesiones	Dimensión emocional	Objetivo principal	Tipo de actividades	Uso de tecnologías digitales
1	1-4	Conciencia emocional	Identificar y reconocer emociones propias y ajenas en el contexto universitario	Autorreflexión, registro emocional y puesta en común	Formularios digitales y murales colaborativos
2	5-9	Comprensión emocional	Analizar la relación entre emociones, pensamiento y conducta en situaciones académicas y educativas	Análisis de casos, debates guiados y actividades reflexivas	Herramientas colaborativas y recursos visuales
3	10-14	Regulación emocional	Desarrollar estrategias de autorregulación emocional aplicables al ámbito académico y docente	Prácticas guiadas, simulaciones y trabajo cooperativo	Aplicaciones de apoyo visual y entornos compartidos

4	15-18	Integración y transferencia	Integrar la competencia emocional y su aplicación a la futura práctica docente	Diseño de propuestas, reflexión final y transferencia didáctica	Herramientas de creación digital y presentación
---	-------	-----------------------------	--	---	---

*Nota.* La tabla presenta una síntesis orientativa de la estructura del programa CEMPRO. La duración, distribución y actividades de las sesiones pueden adaptarse en función del contexto formativo y de las características del grupo.

La organización del programa en bloques permite una progresión coherente en el desarrollo de la competencia emocional, desde la toma de conciencia de las emociones hasta su comprensión, regulación e integración en la futura práctica docente. Esta secuencia facilita que el alumnado universitario construya una comprensión gradual de sus propias emociones y de su papel como futuro docente en el acompañamiento emocional del alumnado.

Las actividades propuestas parten de situaciones cercanas a la experiencia del alumnado universitario, relacionadas con su vida académica y sus primeras aproximaciones a la práctica educativa. A través de dinámicas de reflexión individual y trabajo en pequeños grupos, el programa promueve un aprendizaje significativo basado en la experiencia emocional y en la reflexión compartida.

El uso de tecnologías digitales se incorpora de manera transversal como apoyo a la expresión emocional y a la construcción colaborativa del aprendizaje. Las herramientas empleadas permiten recoger percepciones, representar emociones y favorecer la participación del alumnado en un clima de confianza y seguridad emocional, siempre con una finalidad pedagógica vinculada al desarrollo de la competencia emocional y a la familiarización con recursos transferibles a la práctica docente.

El rol del profesorado se orienta a la facilitación y el acompañamiento del proceso formativo, promoviendo espacios de diálogo, reflexión y escucha, y favoreciendo un clima emocionalmente seguro que permita al alumnado expresarse sin temor al juicio o a la evaluación.

En conjunto, la descripción del programa CEMPRO pone de manifiesto su carácter estructurado y fácilmente integrable en la formación inicial del profesorado universitario, reforzando su potencial de transferencia a otros contextos formativos interesados en el desarrollo de la competencia emocional del futuro profesorado.

## 5. EVALUACIÓN DEL PROGRAMA

La evaluación del programa CEMPRO se concibe como un proceso sistemático orientado a valorar la adecuación de la propuesta al contexto de la formación inicial del profesorado y la coherencia entre los objetivos planteados, el diseño del programa y las actividades previstas. La evaluación se plantea como un elemento integrado en el diseño del programa, con una finalidad formativa y de seguimiento.

El planteamiento evaluativo contempla distintos momentos de recogida de información. En una fase inicial, previa al desarrollo del programa, se prevé la aplicación del Trait Meta-Mood Scale en su versión abreviada de 24 ítems (TMMS-24) como instrumento de evaluación pretest, con el fin de conocer la percepción del alumnado sobre su propia competencia emocional. Este cuestionario evalúa la atención, la claridad y la regulación emocional percibidas y ha sido ampliamente utilizado en el ámbito educativo para el análisis de la competencia emocional en población universitaria (Fernández-Berrocal y Ruiz Aranda, 2008). El TMMS-24 permite evaluar la percepción emocional del alumnado antes y después del programa, ofreciendo información útil para analizar posibles cambios asociados a la participación en la propuesta formativa.

Durante el programa se aplican estrategias de evaluación formativa mediante reflexión individual y seguimiento de la participación del alumnado en las dinámicas propuestas, con el objetivo de valorar el proceso y la adecuación de las actividades al contexto formativo.

Al finalizar la propuesta formativa, se contempla la administración del TMMS-24 como postest, con el fin de disponer de un referente que permita analizar posibles cambios asociados a la participación en el programa. De manera complementaria, se prevé la utilización de un cuestionario de valoración de la experiencia formativa, centrado en la percepción del alumnado sobre la utilidad y la aplicabilidad del programa en relación con su futura práctica docente.

De este modo, el diseño evaluativo del programa CEMPRO refuerza su coherencia interna y su adecuación al contexto de la formación inicial del profesorado universitario.

## 6. REFERENCIAS

- Ávila Muñoz, A. M. (2019). *Perfil docente, bienestar y competencias emocionales para la mejora, calidad e innovación de la escuela*. *Boletín Redipe*, 8(5), 131–144. <https://doi.org/10.36260/rbr.v8i5.741>
- Bisquerra, R., & López-Cassà, E. (2021). La evaluación en la educación emocional: Instrumentos y recursos. *Aula Abierta*, 50(4), 757–766. <https://doi.org/10.17811/rifie.50.4.2021.757-766>
- Blanco, A., & Blanco, M. (2021). Bienestar emocional y aprendizaje significativo a través de las TIC en tiempos de pandemia. (2021). *CIENCIA UNEMI*, 14(36), 21-33. <https://doi.org/10.29076/issn.2528-7737vol14iss36.2021pp21-33p>
- Bulás Montoro, M., Ramírez Camacho, A. , & Corona Galindo, M. (2020). *Relevancia de las competencias emocionales en el proceso de enseñanza-aprendizaje a nivel de posgrado*. *Revista de Estudios y Experiencias en Educación*, 19(39), 57–73. <https://doi.org/10.21703/rexe.20201939bulas4>
- Fernández-Berrocal, P., & Ruiz-Aranda, D. (2008). *La inteligencia emocional en la educación*. *Revista Electrónica de Investigación Psicoeducativa*, 6(2), 421–436. <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=293121924009>

- García-Domingo, B. (2021). *Competencia emocional en maestros de educación infantil y primaria: Fuentes de variabilidad y sugerencias de mejora*. *Revista Electrónica Interuniversitaria de Formación del Profesorado*, 24(2), 1–15. <https://doi.org/10.6018/reifop.450111>
- García-Domingo, B., & Pérez-Bonet, G. (2024). *Evolución temporal y diferencias en la competencia emocional de maestros en formación y en ejercicio*. *Revista Electrónica Interuniversitaria de Formación del Profesorado*, 27(1), 135–149. <https://doi.org/10.6018/reifop.580951>
- García-Vila E., Sepúlveda-Ruiz M. P. y Mayorga-Fernández M. J. (2021). Las competencias emocionales del alumnado de los Grados de Maestro/a en Educación Infantil y Primaria: una dimensión esencial en la formación inicial docente. *Revista Complutense de Educación*, 33(1), 119-130. <https://doi.org/10.5209/rced.73819>
- Godoy-Rojas, I., & Sánchez-Moreno, M. (2021). *Estudio sobre la inteligencia emocional en educación primaria*. *Revista Fuentes*, 23(2), 254–267. <https://doi.org/10.12795/revistafuentes.2021.12108>
- Hermida Bravo, K. R., Luna Luna, M. A., & Vizcaíno Zúñiga, P. I. (2025). Impacto de la tecnología en el desarrollo y bienestar emocional. (2024). *Revista InveCom ISSN En línea*: 2739-0063, 5(3), 1-7. <https://doi.org/10.5281/zenodo.14218923>
- Mayer, J. D., & Salovey, P. (1997). What is emotional intelligence? In P. Salovey & D. J. Sluyter (Eds.), *Emotional development and emotional intelligence: Educational implications* (pp. 3–34). Basic Books
- Sánchez-Calleja, L., Benítez-Gavira, R., Quesada-Serra, V., & García-García, M. (2019). Competencias emocionales en la formación inicial del profesorado: El aprendizaje-servicio como estrategia para su desarrollo. *Bordón. Revista de Pedagogía*, 71(3), 119–130. <https://doi.org/10.13042/Bordon.2019.68385>
- Vesga Galvis, A. M. (2022). *Lineamientos teóricos basados en la inteligencia emocional para la formación en competencias TIC de los docentes de educación primaria en Colombia* (Tesis doctoral). Universidad Pedagógica Experimental Libertador. <https://espacio.digital.upel.edu.ve/index.php/TD/article/view/246>