



UNIVERSIDAD DEL AZUAY  
DEPARTAMENTO DE POSGRADOS  
MAESTRÍA EN EDUCACIÓN ESPECIAL

TEMA:

**ANÁLISIS DE LA RELACIÓN ENTRE INTELIGENCIA EMOCIONAL Y EL RENDIMIENTO ACADÉMICO EN ESTUDIANTES DE LOS OCTAVOS AÑOS DE LA UNIDAD EDUCATIVA HERNÁN CORDERO DEL CANTÓN CUENCA, PERIODO 2012-2013.**

Trabajo de graduación previo a la obtención del título de magister en educación especial.

DIRECTOR DE TESIS

Mst. Alberto Astudillo Pesantez

AUTORA:

Lic. Jessica Elizabeth Castro Piña

Cuenca – Ecuador

2013

## **DEDICATORIA**

Dedico esta tesis a Dios, a mis padres, esposo e hijo. A Dios porque ha estado conmigo a cada paso que doy, cuidándome y dándome fortaleza para continuar, a mis padres y hermano, porque siempre han velado por mi bienestar y educación, siendo mi apoyo en todo momento, depositando toda su confianza en cada reto que se me presentaba.

A mi esposo que ha estado a mi lado dándome cariño, confianza y apoyo incondicional para cumplir otra etapa de mi vida.

A mi hijo que es el motivo y la razón de mi vida, que me ha llevado a seguir superándome, quien en los momentos difíciles me dio su comprensión y cariño.

Jessica Castro P.

## **AGRADECIMIENTO**

Me complace de sobremanera a través de este trabajo exteriorizar mi sincero agradecimiento a la Universidad del Azuay, departamento de Posgrados y en ella a los distinguidos docentes quienes con su profesionalismo nos guiaban con sus conocimientos que nos servirán para ser útiles a la sociedad.

A mi Director el Master Alberto Astudillo Pesantez quien con su experiencia como docente ha sido la guía durante el proceso que ha llevado el realizar esta tesis, me ha brindado su tiempo necesario para que este proyecto llegue a su culminación.

A los directivos, profesores y psicólogos de la Unidad Educativa Hernán Cordero, quien me dio apertura y apoyo para poder realizar la investigación en dicha institución, ya que sin su respaldo no se habría llevado a cabo la culminación del estudio.

Lic. Jessica Castro P.

AUTORA

## ÍNDICE GENERAL DE CONTENIDOS

DEDICATORIA .....	ii
AGRADECIMIENTO .....	iii
ÍNDICE GENERAL DE CONTENIDOS.....	iv
RESUMEN.....	viii
INTRODUCCIÓN .....	1
CAPITULO I.....	3
LA INTELIGENCIA EMOCIONAL .....	3
1. MARCO TEORICO .....	3
1.1. HOWARD GARDNER.- 1983 .....	3
1.1.1. Inteligencia musical .....	4
1.1.2. Inteligencia cinética corporal .....	5
1.1.3. Inteligencia lógico-matemática .....	6
1.1.4. Inteligencia lingüística .....	7
1.1.5. Inteligencia espacial .....	7
1.1.6. Inteligencia interpersonal .....	8
1.1.7. Inteligencia intrapersonal .....	8
1.1.8. La inteligencia naturalista .....	9
1.2. JOHN MAYER Y PETER SALOVEY - 1990 .....	10
1.2.1. Habilidades de la Inteligencia Emocional.....	11
1.3. DANIEL GOLEMAN 1995 .....	13
1.3.1. Características de la Inteligencia Emocional, según Daniel Goleman.....	14
1.4. LAWRENCE SHAPIRO.....	16

CAPITULO II .....	19
IMPORTANCIA DE LA INTELIGENCIA EMOCIONAL .....	19
2. INTRODUCCIÓN .....	19
2.1. La inteligencia emocional y el rendimiento académico. ....	20
2.1.1. Proceso de enseñanza- aprendizaje. ....	21
2.1.2. Problemas más frecuentes del proceso de enseñanza-aprendizaje.....	23
2.2. La inteligencia emocional y la aparición de conductas disruptivas .....	24
2.2.1. Características de las Conductas Disruptivas.....	24
2.2.2. Comportamientos disruptivos en el aula. ....	25
2.2.3. Formas de prevenir, las conductas disruptivas.....	26
2.2.4. Revelaciones de investigaciones realizadas por autores como: Extremera y Fernández, Salovey, Berrocal, Mayer entre otros.....	26
2.3. La inteligencia emocional y las relaciones interpersonales.....	27
2.4. La inteligencia emocional y el bienestar psicológico.....	28
CAPITULO III .....	30
HERRAMIENTAS DE LA INVESTIGACIÓN.....	30
3.1. INTRODUCCIÓN.....	30
3.2. DESCRIPCION DE LOS INSTRUMENTOS DE MEDICIÓN.....	30
3.3. TEST DE SACKS PARA NIÑOS/AS DE JOSEPH M.....	30
3.3.1. Forma de aplicación y valoración .....	32
3.4. ESCALA RASGOS DE MATACONOCIMIENTOS SOBRE ESTADOS EMOCIONALES (TMMS-24).....	33
3.4.1. Forma de aplicación y valoración .....	34

CAPITULO IV .....	37
MUESTRA Y RESULTADOS.....	37
4. PROCESO INVESTIGATIVO.....	37
4.1. DISEÑO METODOLÓGICO .....	37
4.1.1. Unidades de estudio .....	37
4.1.2. Población y muestra .....	38
4.1.3. Selección de técnica de recolección de datos.....	38
4.1.4. Metodología .....	39
4.2. ANÁLISIS DE RESULTADOS .....	39
4.2.1. Presentación de variables .....	39
4.2.2. Resultados específicos del test tmms-24 de acuerdo a rendimiento académico. ....	41
4.2.3. Resultados específicos del test de Sack de acuerdo a rendimiento académico .....	44
CAPITULO V .....	53
PROPUESTA PARA TRABAJAR LAS EMOCIONES EN LOS ESTUDIANTES.....	53
PROPUESTA.....	53
5.1. Tema.....	53
5.2. Beneficiarios.....	54
5.3. Ubicación.....	54
5.4. Justificación.....	54
5.5. Objetivos .....	55
5.5.1 Objetivo general.....	55
5.5.2. Objetivos específicos .....	55
5.6. Descripción general de la propuesta.....	55
5.7. Cronograma .....	56

5.8. Conclusiones .....	64
5.9. Recomendaciones .....	65
5.10. BIBLIOGRAFÍA .....	66
ANEXOS .....	69
ANEXO 1: PROYECTO DE TESIS .....	69
ANEXO 2: TECNICA DE CONTROL DE EMOCIONES .....	81
ANEXO 3: TEST DE SACKS .....	82
ANEXO 4: ESCALA DE METACONOCIMIENTOS DE LAS EMOCIONES (TMMS-24) .....	88

## RESUMEN

El presente trabajo es un estudio sobre la Relación que existe entre el Rendimiento Académico y la Inteligencia Emocional de los estudiantes de los 8vos años de la Unidad Educativa “Hernán Cordero”, del Cantón Cuenca, en el periodo 2012-2013. Este trabajo se realizó con el propósito de determinar si las emociones influyen con el rendimiento académico de los mismos.

Para esto se ha utilizado el método descriptivo, analítico y cuantitativo; por lo que se usó dos herramientas para recoger la información pertinente y se revisó libros de autores que abordan el tema, entre ellos Daniel Goleman, Howard Gardner, Shapiro, Mayer y Salovey, y otras investigaciones relacionadas con el aprendizaje. Lo que he podido observar es que no es una muestra suficiente como para generalizar que los resultados hacia todos los estudiantes, pero se realizó una propuesta para abordar las emociones en el aula.

Palabras claves: Emociones, aprendizaje, habilidades emocionales, inteligencia intrapersonal, conducta social.



## ABSTRACT

The present work is a study on the Relationship between Academic Achievement and Emotional Intelligence of 8<sup>th</sup> year students in "Hernán Cordero" High School, in the Canton Cuenca, during the 2012-2013 period. This work was performed in order to determine if the emotions influence their academic performance.

A descriptive, analytical and quantitative method was applied; and in order to collect relevant information two tools were used. We reviewed books that address this issue from authors such as Daniel Goleman, Howard Gardner, Shapiro, Mayer and Salovey. Research related to learning was also revised.

As a conclusion, I can say that the sample obtained is not sufficient enough to generalize in all the students the results achieved. However, a proposal to address the emotions in the classroom was done

**Key words:** Emotions, Learning, Emotional Skills, Intrapersonal Intelligence, Social Behavior.



Translated by:  
Lic. Lourdes Crespo

## INTRODUCCIÓN

El siguiente trabajo de tesis está enfocado en el tema de la Inteligencia Emocional, relacionado con el rendimiento académico de los estudiantes de los octavos años de Educación básica de la unidad Educativa “Hernán Cordero” del Cantón Cuenca. Creo que es un tema de trascendental importancia, ya que juega un papel importante en nuestras vidas, social, familiar, académico, laboral. Se han realizado varias investigaciones sobre la inteligencia cognitiva, somos seres pensantes, pero también seres que sienten. Es por eso que inteligencia emocional, es un tema que ha generado interés, y más aún cuando queremos determinar qué papel juega en el contexto educativo, la forma que influye las emociones en el éxito académico de los estudiantes.

Descubrir cuán importante es la inteligencia emocional, o si basta con que una persona posea un coeficiente intelectual elevado para ser exitoso en cualquier ámbito que este se desenvuelva. Goleman en su libro de Inteligencia Emocional decía que el hecho de que haya sido el mejor y haya destacado en lo académico no quiere decir que tendrá éxito, que lo que lo definiría al final sería la parte emocional y es por eso que hay que darle su verdadera importancia. Una experiencia propia, me llevo a esta inquietud, si un estudiante con conflictos emocionales puede ser bueno, excelente en el ámbito académico, puede este tener un desenvolvimiento satisfactorio.

Para el desarrollo de este trabajo mi objetivo general fue indagar si existía una relación entre el rendimiento académico y la inteligencia emocional, cuál es su influencia. Mediante el desarrollo de los objetivos específicos planteados, los cuales fueron los que orientaron a descubrir teorías que fueron de guía. En este trabajo daré a conocer un marco conceptual que respalde la importancia de trabajar las emociones en los estudiantes.

En el primer capítulo se conceptualiza a las emociones desde distintos puntos de vista, de varios autores como son: Howard Gardner, John Mayer y Peter Salovey, Daniel Goleman y Shapiro, aportes muy importantes de ellos nos guiaron para realizar la respectiva investigación en el campo descriptivo del marco teórico, todos los autores mencionados son personas que han realizado estudios tras varios años y que ahora nos aportan con sus descubrimientos, los cuales me sirven de base para realizar el respectivo informe al final.

En el segundo capítulo, encontraremos la relación existente entre el aprendizaje de la emociones y su influencia en ciertas áreas, entre ellas encontramos, la influencia de la inteligencia emocional y el aprendizaje, problemas que se encuentran más frecuentemente en el proceso de enseñanza-aprendizaje, la inteligencia emocional y la aparición de conductas disruptivas, la inteligencia emocional y las relaciones interpersonales, la inteligencia emocional y el bienestar psicológico.

Seguidamente encontramos el capítulo tres, donde se expone un breve resumen de los instrumentos utilizados para recabar información que se necesitaban para realizar la investigación y cuantificar los datos obtenidos, aquí encontramos descrito el test de frases incompletas de Sack y la Escala rasgos de metaconocimientos sobre estados emocionales, utilizado en otros estudios por Mayer y Salovey, forma de aplicar, corrección y su baremo.

A continuación tenemos la Metodología, donde se encuentran los resultados obtenidos luego de una operacionalización, utilizando un enfoque mixto de la investigación cualitativo y cuantitativo, mediante el uso de gráficos y la descripción de los mismos. Podemos ver los datos que se han obtenido luego de aplicar las herramientas; los resultados se encuentran en forma individual y luego se los agrupa para relacionarlos y obtener mejor información. Estos datos obtenidos, se organizaron estadísticamente, analizándolos cuali-cuantitativamente e interpretados con criterios generales, teniendo en cuenta el marco conceptual estructurado con anterioridad. En base a ello, se plantea una propuesta de intervención, que puede ser aplicada por el personal de la Institución, cuyo contenido se caracteriza por el abordaje de aspectos de la inteligencia emocional, usando estrategias específicas, donde son los propios alumnos que van creando su propio aprendizaje. Finalizamos realizando algunas conclusiones y sugerencias. En pocas palabras, los resultados que se obtuvieron de la investigación y cuáles serían las recomendaciones para trabajar la inteligencia emocional de los estudiantes, trabajando primero las nuestras emociones y con esa experiencia poder ser una mejor guía para los estudiantes.

## **CAPITULO I**

### **LA INTELIGENCIA EMOCIONAL**

#### **1. MARCO TEORICO**

La investigación de la inteligencia emocional, es un tema que se ha tratado desde tiempos atrás. Autores que han expuesto el tema de forma global, como Howard Gardner, con la teoría de las inteligencias múltiples, donde aborda la inteligencia intrapersonal y la inteligencia interpersonal, hace referencia a la parte emocional. Otros autores han tratado de enfocarse exclusivamente en inteligencia emocional, entre los que encontramos a John Mayer y Peter Salovey, quienes introdujeron el término de inteligencia emocional, pero que fue llevado a conocimiento oficial por el Psicólogo Daniel Goleman, cuando publicó el libro “Inteligencia Emocional”, el que tuvo mucha acogida por sus lectores. Le dieron su debida importancia, porque significó la base en estas investigaciones. Shapiro L. autor del libro “Inteligencia emocional en los niños”, nos enseña, cómo los padres podemos ayudar a nuestros hijos, en la educación de la inteligencia emocional.

Todos los autores antes mencionados han realizado investigaciones sobre el tema, aunque no son los únicos, pero para realizar la investigación propuesta tomo a los autores que menciono anteriormente.

#### **1.1.HOWARD GARDNER.- 1983**

Howard Gardner es un Psicólogo y profesor de la Universidad Harvard, a quien se le conoce en el campo de la educación, por su teoría de las inteligencias múltiples. Según la teoría de Howard Gardner (inteligencias múltiples) manifiesta, la existencia de ocho inteligencias, que más adelante explico, cada una libre e independiente de las demás inteligencias, pero que se combinan una con otra, según la necesidad de la persona.

Para Gardner cada persona tenemos un perfil único y diferente de los demás. Nos habla de las diferentes inteligencias que poseemos como seres humanos y cómo debemos combinarlas, es decir, las personas poseemos algún tipo de inteligencia más desarrollada que otra, que puede operar por sí sola, pero también en ocasiones se necesita que estas operen, trabajen y se pongan de acuerdo para realizar acciones conjuntas. Para aprovechar

las fortalezas y reforzar nuestros puntos débiles, considerando como puntos débiles a aquellas habilidades o conocimientos que no aun no lo realizamos con la precisión requerida y de esta manera, reforzar aquellas inteligencias y tener herramientas para hacerle frente al mundo cambiante al que estamos expuestos, tanto en el área laboral, académico y personal.

Los seres humanos vivimos en un mundo cambiante, un mundo que cada vez requiere de personas con un mayor desempeño de sus competencias, por lo que es necesario de una transformación continua en: lo cognitivo, afectivo, motriz, social, biológico y psicológico. De esta manera, podremos desarrollar capacidades, que nos permitan desenvolvernos en los ámbitos laboral, social, afectivo, académico. Todas las inteligencias, son importantes y necesarias, lo que pasa es que unos tienen más desarrollada y otros no. De allí, que unas personas sobresaldrán en el campo del arte, en el mundo del comercio, medicina, en fin. Esto no quiere decir que no necesiten de las otras inteligencias, las necesitan, pero la más desarrollada puede estar localizada, en la inteligencia lógico- matemática, lingüística, musical o cualquier otra, pero estas se asocian, unas con otras. Por ejemplo, un ingeniero que necesita de una inteligencia lógico-matemático, también necesitará de la inteligencia interpersonal, porque necesita exponer sus proyectos y dar a conocer a personas, con quienes siempre está en permanente relación, y todos los trabajos que se hacen, están en relación al ser humano.

Con el pasar del tiempo, se han realizado algunas clasificaciones de las inteligencias múltiples, pero tomaré la clasificación de Howard Gardner; entre ellas: inteligencia musical, inteligencia cinética corporal o kinestésica, inteligencia lógico-matemática, inteligencia lingüística, inteligencia espacial, inteligencia intrapersonal, la inteligencia interpersonal y la inteligencia naturalista.

#### **1.1.1. Inteligencia musical**

Cuando nos referimos a la inteligencia musical, hablamos de aquella habilidad de pensar, crear, reconocer y producir tonos y melodías, como también, creación y reconocimiento de sonidos. Las personas que poseen esta inteligencia, deben usar y manejar

adecuadamente los instrumentos musicales, así como también del canto, medio por el cual se expresa sentimientos, pensamientos y emociones.

En esta inteligencia los procesos mentales que entran en juego son: la capacidad para percibir, discriminar, transformar y expresar las formas musicales, incluyendo la sensibilidad del tono, ritmo y timbre. Este tipo de inteligencia la encontramos normalmente en los músicos, cantantes, compositores, bailarines, poetas y personas que entonan instrumentos musicales. De aquí entre los personajes destacados, que han desarrollado este tipo de inteligencia encontramos a Beethoven; quien fue un compositor, director de orquesta y pianista alemán, Vivaldi; compositor y músico Italiano, Montserrat; cantante de ópera y muchos más. Estas personas combinan la inteligencia cinético-corporal, ya que llevan la dirección de un grupo, cantando, tocando instrumentos, creando o bailando; a nivel emocional, reaccionan al modo; es decir respetando escalas y reglas compositivas de melodías usadas en la música y el tiempo, la velocidad con que debe ejecutarse una pieza musical; a nivel intelectual, les gusta discutir y analizarla la forma de estructura; y a nivel estético evalúan y exploran el contenido y el significado de la música.

### 1.1.2. **Inteligencia cinética corporal**

El control del movimiento corporal se localiza en la corteza motora y cada hemisferio domina o controla los movimientos correspondientes al hemisferio opuesto. Esta habilidad consiste en la capacidad de controlar el cuerpo para realizar movimientos, manipular objetos, construir cosas o expresar sentimientos. Aquí entran en función el sistema nervioso y muscular que permiten la movilidad y la coordinación de los miembros, el movimiento y la locomoción. La coordinación de los movimientos de todo el cuerpo es importante, por lo que las instituciones educativas las desarrollan desde edades tempranas, de esta manera las personas puedan realizar ciertas actividades que necesitan de movimientos finos como gruesos, también influye de forma decisiva sobre la velocidad y la calidad de los procesos de aprendizajes de destrezas y técnicas específicas, que más tarde se necesitara en el mundo escolar. Es por ello que la coordinación es una cualidad neuromuscular, íntimamente ligada con el aprendizaje.

Esta inteligencia se encuentra comúnmente en los deportistas, atletas, bailarines, cirujanos, entre otros, por su gran habilidad para controlar movimientos finos y gruesos de su cuerpo, debido a que manipulan objetos como bisturís, pinceles, reglas e instrumentos de trabajo en general que implican movimientos con precisión. En las habilidades manuales, esta inteligencia les permite desarrollar destrezas para usar todo el cuerpo en la expresión de ideas, sentimientos incluyendo un conjunto de capacidades de coordinación física, equilibrio, flexibilidad, velocidad y la percepción de medidas y volúmenes.

Esta inteligencia también es aplicada en las instituciones educativas como: educación física, artes manuales y plásticas, música, tecnología, etc. Es utilizada en cada una de las asignaturas mediante movimientos finos o grueso, ya que nuestro cuerpo está en constante movimiento, para cada una de las tareas que se nos asigne, ya sea mediante movimientos voluntarios o involuntarios; coordinados; flexibles, que el cuerpo realiza y a medida que lo necesite. Entre algunas personas que se destacan en este tipo de inteligencia encontramos a Charlie Chaplin, fue un actor cómico, símbolo del humorismo y el cine mudo, usando pantomima, Michael Jordán; jugador de baloncesto en los Estados Unidos.

### **1.1.3. Inteligencia lógico-matemática**

La inteligencia lógico-matemática consiste en la capacidad para usar los números de manera efectiva, y es capaz de razonar adecuadamente empleando el pensamiento lógico, que permite resolver problemas de razonamiento. Esta inteligencia permite entender la relación causa-efecto, razonamiento inductivo-deductivo, para la solución de problemas críticos. En esta inteligencia se destacan los físicos, químicos, científicos, ingenieros, contadores y analistas de sistemas, y otros. Se refiere a la capacidad para comprender conceptos abstractos, razonamiento y comprensión de relaciones, procesos para la resolución de problemas, que a menudo es excepcionalmente rápido. También, este tipo de inteligencia nos permite pensar críticamente, ejecutar cálculos complejos, razonar científicamente y relacionar aspectos educativos. Por ejemplo armar rompecabezas, resolver laberintos, crucigramas e interpretar gráficos.

#### 1.1.4. **Inteligencia lingüística**

En el cerebro de los seres humanos, existe un área llamada, área de Broca la cual es la responsable de la producción del lenguaje, también trabaja en conexión con el área de Wernicke, y el papel fundamental es la decodificación auditiva de la función lingüística, si estas partes no estuvieran funcionando bien, este tipo de inteligencia no sería posible por los diferentes trastornos que podría implicar, perjudicarían el habla y su comprensión. La inteligencia lingüística se le atribuye como la destreza única de la especie humana, para pensar en palabras y usar el lenguaje para expresar, entender y transmitir ideas por medio del uso del lenguaje, puede ser verbal o escrito. Es una habilidad para usar de manera efectiva las palabras, tanto al escribirlas como para comunicarlas, dar a conocer las ideas. En esta inteligencia también se incluye la habilidad de narrar, observar, comparar, relatar, sacar conclusiones, resumir, utilizando diversos materiales del medio con los que no solo se puede trabajar, sino también potenciarla en los estudiantes. Las personas con predominio de este tipo de inteligencia tienen habilidad para expresarse, demuestran capacidad e interés por leer y escribir. Es común ver este tipo de inteligencia en personas poetas, oradores, escritores, abogados entre otros. Entre las personas que se destacan por poseer la inteligencia lingüística encontramos a Pablo Neruda; mejor poeta del siglo XX, a mi parecer, Gabriel García Márquez; escritor, recibió un premio nobel en literatura, varios más.

#### 1.1.5. **Inteligencia espacial**

Se denomina así a la habilidad de pensar en tres dimensiones, percibir y visualizar el mundo en imágenes mentales. Las personas que tienen la inteligencia espacial pueden transformar temas, sensaciones, sentimientos y otras identidades abstractas, en imágenes. También son capaces de crear diseños, pinturas, dibujos construir diagramas e inventar variedad de objetos. Esta inteligencia incluye la sensibilidad al color, la orientación, la línea, la forma, el espacio y las relaciones que existen entre estos elementos. Incluye la capacidad de visualizar, de representar de manera gráfica ideas visuales o espaciales. Esta inteligencia incluye un buen sentido de la orientación, capacidad para interpretar gráficas, mapas, habilidades que son usados hoy en día en varias de las profesiones y en la vida cotidiana.



Es una inteligencia propia de arquitectos, diseñadores, pilotos de aviación, navegantes, fotógrafos, escultores, topógrafos, entre algunos personajes que se han destacado encontramos a Cristóbal Colón; navegante, cartógrafo, descubridor de América, Pablo Picasso; famoso pintor y escultor español Leonardo Da Vinci; pintor.

#### **1.1.6. Inteligencia interpersonal**

La inteligencia interpersonal consiste en entender a los demás, sus motivaciones, manera de pensar, sentimientos, esta es importante, porque con ella elegimos amigos, parejas, y también depende nuestro éxito en el trabajo y en el estudio. Debido a que desarrollamos empatía, somos sensibles a los signos corporales, que representan emociones, aprendemos a ser asertivos en el momento de responder. En este tipo de inteligencia se tiene la capacidad para sentir distinciones entre los demás, como: estados de ánimo, temperamentos, motivaciones e intenciones. Con este tipo de inteligencia nos permitimos leer intenciones y deseos de los demás, aunque se encuentren ocultos. Incluye la capacidad para establecer, mantener relaciones sociales y para asumir diversos roles dentro de grupos, ya sea como un miembro más o como líder.

Las personas con inteligencia interpersonal son personas muy sociales, empáticas, extrovertidas, demuestran un real interés por los otros, existe una facilidad para hacer amigos y trabajar en grupo. Este tipo de inteligencia encontramos presente en líderes religiosos o políticos profesores, terapeutas, sacerdotes. Entre las personas famosas que se han destacado con este tipo de inteligencia esta la Madre Teresa de Calcuta; madre católica, ayudaba a pobres, enfermos, Gandhi; luchador por los derechos, político.

#### **1.1.7. Inteligencia intrapersonal**

La inteligencia intrapersonal consiste en la habilidad para entenderse y conocerse a sí mismo, es un ser consciente de sus miedos, motivaciones, sentimientos. La persona esta consiente de cuáles son sus debilidades y habilidades mejor desarrolladas para alcanzar las metas propuestas en su vida, nos ayuda a reflexionar y a controlar nuestros pensamientos y sentimientos. Hace referencia a la capacidad para construir una percepción de sí mismo y de dirigir su propia vida, utilizando estrategias de reconocimiento, regulación de sus emociones, conjuntamente con algunas herramientas

personales como son: la autoestima, auto comprensión, disciplina. Mediante el uso de la autorregulación se llega al control de sus emociones, ya sea positivas o negativas, en el caso de las emociones negativas como: estrés, ansiedad, depresión o alguna otra emoción negativa recurren a la regulación de cualquier factor que les esté causando malestar en un respectivo momento. Los que poseen esta inteligencia generalmente son: teólogos, psicólogos filósofos. Intelectualmente se manifiestan como una capacidad de reconocer sus propios estados de ánimo y sus sentimientos, manejan las emociones, intereses y capacidades propias.

Entre las personas que se destacan con este tipo de inteligencia tenemos a Freud; médico neurólogo, padre del psicoanálisis, Eleanor Roosevelt; fue escritora, defensora de los derechos humanos.

#### **1.1.8. La inteligencia naturalista**

La inteligencia naturalista según Gardner consiste en el entendimiento del mundo natural, las plantas, los animales y la observación científica, en general, de toda la naturaleza. Con esta inteligencia se desarrolla la habilidad para reconocer y clasificar individuos, especies y relaciones ecológicas. Consiste en la interacción de todas las especies vivientes y distinguir patrones de vida y fuerzas naturales. Este tipo de inteligencia podemos encontrarla en los biólogos, botánicos, zoólogos, ecologistas y la gente de campo, entre otros, amantes de la vida natural, son los que más han desarrollado este tipo de inteligencia. Entre las personas que han desarrollado la inteligencia naturalista podemos encontrar a Charles Darwin; naturalista inglés, teoría de la evolución, Mendel; naturalista y reconocido por su trabajo en genética.

Con esta teoría Gardner nos da a entender que las personas no solo poseemos una clase de inteligencia, si no varias. Estas inteligencias están en cada persona, pero para desarrollarse necesitan medios como práctica, entrenamiento. Lo diferente es que cada persona tiene desarrollada de modo y a un nivel particular, o sea una predomina más, pero se complementan con las otras, tampoco con esto se pretende negar la parte genética, y para explicar la manera en que se complementan las inteligencias múltiples. Tomare ejemplo del atleta, aunque tenga genes de deportista, si no entrena, difícilmente llegara a

la cima e incluso necesitara de otra inteligencia, en el caso de Picasso; su inteligencia más desarrollada es la inteligencia espacial pero también trabaja esta conjuntamente con la cinética-corporal.

## **1.2.JOHN MAYER Y PETER SALOVEY - 1990**

Los psicólogos John Mayer, de la universidad de New Hampshire y Peter Salovey, de la universidad de Harvard, han realizado investigaciones en el campo de la inteligencia emocional, siendo ellos, en 1990 los primeros en introducir el término de inteligencia emocional, aunque este término tuvo mayor realce cuando, Daniel Goleman, publico su libro “Inteligencia Emocional”, libro que fue leído por varios de sus seguidores.

Mayer y Salovey (1997) conceptualizan a la Inteligencia emocional como “*La habilidad para percibir, valorar y expresar emociones con exactitud, la habilidad para acceder y/o generar sentimientos que faciliten el pensamiento; la habilidad para comprender emociones y el conocimiento emocional y la habilidad para regular las emociones promoviendo un crecimiento emocional e intelectual*”. (p. 429). Es decir, que para Mayer y Salovey, no basta que el ser humano posea coeficiente intelectual para dirigir su vida, es también necesario de la inteligencia emocional, el cual se concreta en un amplio número de habilidades y rasgos de personalidad, entre los cuales mencionan : empatía, expresión y comprensión de los sentimientos, control de nuestro genio, independencia, capacidad de adaptación, simpatía, capacidad de resolver los problemas, habilidades sociales, persistencia, cordialidad, amabilidad y respeto.

Se podría decir que las características antes mencionadas, son parte de la personalidad de los seres humanos, pero esta puede definirse como un conjunto de habilidades superiores de las personas, que integran característica de la inteligencia emocional, donde la inteligencia y las emociones se organizan conjuntamente y trabajan de manera armoniosa. Necesitamos de la orientación de un conocimiento para que nos guie y dirija hacia un objetivo, pero también necesitamos de los rasgos socio-emocionales que forman parte de la personalidad del sujeto. Podemos decir que en el modelo de Peter S y John M resaltan la importancia de que los estudiantes fomenten su inteligencia emocional, debido a que se enfrentan diariamente a situaciones diversas donde tienen que recurrir al uso de

habilidades emocionales para adaptarse de forma adecuada no solo en el área educativa, sino también social.

### 1.2.1. **Habilidades de la Inteligencia Emocional**

Para que se dé esto nos describen cuatro habilidades emocionales que debemos poner en práctica durante la enseñanza-aprendizaje. Las cuatro habilidades emocionales de las que nos hablan son:

1. La percepción emocional.- Esta es una capacidad de reconocer nuestros sentimientos y también de saber reconocer en otras personas. Es el primer paso y no es una tarea fácil, debido a que realizamos muchas tareas o actividades, con tal de no reconocer lo que estamos sintiendo emocionalmente. Es decir, que somos conscientes de las emociones que están aflorando y sus correspondientes estados fisiológicos y cognitivos que cada uno conlleva.
2. La facilitación o asimilación emocional.- Se refiere a los eventos emocionales que ayudan al procesamiento intelectual, es decir, a cómo actúan sobre nuestros pensamientos y nuestra forma de procesar la información. Las emociones van a determinar y mejorar el pensamiento. Esta se centra en la manera que las emociones afectan al sistema cognitivo y cómo los estados afectivos nos ayudan en la toma de decisiones.
3. La comprensión emocional.- Nos ayuda a separar el amplio y complejo repertorio de señales emocionales, etiquetar las emociones y reconocer en que categoría se agrupan los sentimientos. Además implica una actividad tanto anticipatoria como retrospectiva para conocer las causas generadoras del estado anímico y las futuras consecuencias de nuestras acciones. También es conocer cómo se combinan los estados de emocionales, dando lugar a las emociones secundarias.
4. La regulación emocional.- Es una capacidad para estar dispuesto a los sentimientos, tanto positivos como negativos y reflexionar sobre ellos, para aprovechar la información que acompaña y la que es más útil. Incluye la habilidad para regular las emociones propias y ajenas regulando las emociones negativas e intensificando las positivas.

Éstas son las cuatro habilidades que según Mayer y Salovey, se tienen que poner en práctica (percepción emocional, facilitación emocional, comprensión emocional y regulación emocional) para manejar las distintas emociones que nos pueden asaltar en nuestro diario vivir, en las distintas etapas que nos encontremos. También Mayer dice que, las personas optamos por diferentes estilos para responder y hacerle frente a sus emociones.

### **Conscientes de sí mismo**

Piensa, siente y obra con conocimiento sobre sus estados emocionales, en el momento que los tiene. Son personas independientes y están seguras de sí mismas, tienen una buena salud psicológica y una actitud positiva ante la vida; cuando están de mal humor no reflexionan, no se obsesionan, son personas capaces de superarlo pronto.

### **Sumergido**

Este tipo de personas que quedan estancadas, sintiéndose incapaces de librarse de ellas, como si los estados de ánimo los dominaran; personas en consecuencia hacen poco para tratar de liberarse de ellas, se sienten que no pueden controlar su vida emocional y se sienten incómodas y descontroladas.

### **Aceptador**

personas claras en cuanto a lo que sienten, una característica de ellas es que, suelen aceptar sus estados de ánimos o humores y no tratan de cambiarlo, o tienen pocos motivos para cambiarlo; esta característica se encuentra en personas depresivas que se resignan a su desesperación. Cualquiera que sea la forma que adoptemos para regular nuestras emociones, todas las personas debemos de tratar de buscar la mejor manera de hacerle frente y mejorar nuestra calidad de vida y sentirnos bien con nosotros mismo y con los demás.

### 1.3.DANIEL GOLEMAN 1995

Daniel Goleman, es un Psicólogo estadounidense, escribió el libro “Inteligencia Emocional” por el cual adquirió fama mundial, en 1995 y posteriormente escribió “Inteligencia Social” como segunda parte del libro antes mencionado.

Daniel Goleman nos habla sobre las dos mentes que tenemos los seres humanos, la mente pensante y la mente emocional, y nuestras vidas se encuentran regidas por las dos. Por ejemplo: una persona que está afectado por alguna situación del pasado, y afirma que ya no le afecta, sin embargo se le ve llorar, cuando lo recuerda. Entonces nos damos cuenta, que una es la mente que piensa; cuando admitimos que ya no nos afecta, sin embargo dejamos ver lágrimas en nuestros ojos cuando contamos la experiencia, entrando en función la mente emocional, la mente que siente.

Según Goleman la inteligencia emocional nos ayuda a mejorar y cultivar las habilidades para corregir nuestra actitud ante la vida, y lo mejor es que podemos hacerlo en cualquier instante. Este autor hace referencia a que la inteligencia emocional no es algo fijo, si no que va mejorando en cada instante, según las experiencias emocionales que vaya adquiriendo con el paso del tiempo. A esto le añade que el coeficiente intelectual predice del 10% al 20% del éxito, y el 80% a las acciones que los padres hagan o nos enseñen para fortalecer la inteligencia emocional, a lo largo de nuestra niñez.

La inteligencia emocional es definida como la *“Capacidad de comprender emociones y conducirlas, de tal manera que podamos utilizarlas para guiar nuestra conducta y nuestro y nuestro proceso de pensamiento, para producir mejores resultados”* (Goleman, 1995, p. 24).

Para explicar cómo funciona el cerebro emocional, Goleman nos indica que vamos a encontrar al sistema límbico, estructurado por una cadena de anillos, a este cerebro emocional, se le agrego una habilidad, la de sobrevivir y la habilidad para aprender. La amígdala que tiene una forma de almendra, almacena la parte emocional. Cuando realizamos actos sin pensar en las consecuencias, Goleman nos dice que somos víctimas de un asalto de la amígdala, es decir, tenemos estallidos emocionales nerviosos, donde el

centro del cerebro límbico, declara en emergencia y prepara al resto del cerebro para su urgente orden, esto se produce en un instante, desencadenando reacciones antes de que la neocorteza, el cerebro pensante pueda decidir o darse cuenta de lo que está ocurriendo. Luego que se ha dado el asalto por amígdala, como lo llama Goleman, ha pasado que las personas se quedan con una sensación de no saber que ocurrió, o se preguntaran por que hice o dije tal cosa. Las señales que Goleman nos indica, para darnos cuenta que hemos sufrido un secuestro por la amígdala son: hay una reacción repentina y rápida, una emoción muy fuerte y cuando todo se calma uno se percata de que hizo algo inapropiado, sin una reflexión anterior.

Para alcanzar los objetivos propuestos, Goleman (1996) dice que, no solo basta con un coeficiente intelectual elevado, también de inteligencia emocional; y es por eso, que se centra en cinco características, como *“La capacidad de motivarnos a nosotros mismos, de perseverar en el empeño a pesar de las posibles frustraciones, de controlar los impulsos, de diferir las gratificaciones, de regular nuestros propios estados de ánimo, de evitar que la angustia interfiera con nuestras facultades racionales y la capacidad de empatizar y confiar en los demás nuestros”*, ( p. 75) partes muy importantes para nuestra vida, profesional, personal y académica.

### **1.3.1. Características de la Inteligencia Emocional, según Daniel Goleman.**

Las características de la inteligencia emocional, que las personas debemos poseer son:

Autoconciencia.- Es la habilidad que tenemos las personas para escuchar nuestros propios sentimientos y pensamientos. Muchas de las veces no somos reflexivos en cuanto a los sentimientos o a las emociones que están aflorando, sobre todo la razón del porque aparece esa emoción, amor, odio, angustia, depresión y otras. Debemos conocernos a nosotros mismos, nuestras fortalezas, debilidades, impulsos y necesidades, ser conscientes de lo que sentimos, de momento a momento y saber evocar las emociones o sentimientos con su nombre.

Autocontrol.- Es la capacidad de manejar y regular nuestras propias emociones, tomar conciencia de que las emociones nos mueven a actuar, a ejecutar comportamientos, estos

deben de ser reflexionados; combinando las emociones, lo cognitivo y el comportamiento. Aquí entra en funcionamiento la amígdala y el lóbulo pre-frontal, ya que nos permite controlar nuestros sentimientos y adecuarlos al momento. Goleman en su libro “La inteligencia Emocional” nos hablaba del experimento del malvavisco, un dulce esponjoso y agradable para los niños; aquí observo que los niños que no se lo comieron en el tiempo establecido, tuvieron la capacidad de tranquilizarse, mientras que los otros se irritaban con facilidad.

La motivación.- *“La motivación da fuerzas a una persona para emprender una tarea y perseverar en ella, para superar las dificultades, sin desanimarse”* (Jiménez, 2007, p. 26). Son impulsos constantes que nos llevan a mejorar nuestro desempeño, nos mueven hacia nuestras metas en la vida, personal, profesional, social y en la educación. Estos impulsos son los que nos mueven para animar o animarnos, para encontrar una causa o razón para realizar determinados proyectos. Aquí el optimismo, es parte importante, él sabe que cuando algo no sale bien no debe desalentarse, más bien tomarlo como un suceso particular, algo que puede cambiar y que no toda la culpa es suya. Será capaz de ordenar sus ideas y emociones para cumplir el objetivo esencial.

Empatía.- Es otra de las características que posee la inteligencia emocional. Implica saber, reconocer y entender lo que el otro siente, ponerse en los zapatos del otro sin que esta persona nos diga con palabras lo que le sucede, más bien se ve en los gestos, tono de voz, movimientos. Nos permite a las personas desarrollar el arte de saber escuchar, estar en el lugar preciso para responder adecuadamente a sus reacciones y emociones. Observar cómo se siente el otro y la manera que podemos responder de manera asertiva. También nos ayuda a descubrir carencia, pueden ser estas, afectiva, materiales, económicas, de salud, etc. En este caso Goleman expone el ejemplo del niño que llora, otro niño hará igual en empatía con el otro niño.

Sociabilidad.- Es el arte de relacionarnos, de respetar, comprender y adaptarse a las emociones de los demás. Se posee una habilidad para la comunicación, para fomentar la interacción, crear amistades, despertar simpatía. Apunta a tener comportamientos apropiados y responsable en la solución de problemas familiares, personales,



profesionales y sociales, y eso nos ayuda a enfrentar aspectos personales y sociales, mediante la convivencia, por lo que podemos hacer sentir mejor o peor a las personas, pues las emociones se pueden transmitir a otros, pasar entre nosotros y contagiarlas.

Conuerdo cuando Daniel Goleman dice que la tensión no se encuentra tanto en las cosas que suceden en su vida, más bien a como reaccionamos frente a ellas. Para lo cual nos da tres ventanas de oportunidad para disipar estas emociones y volver a un estado inicial.

- Hacer algo para mejorar las cosas, cambiando la manera en que uno lo ve.
- Cambiar la forma en la que percibe lo que está sucediendo.
- Manejar la forma en el que nuestro cuerpo reacciona.

#### **1.4.LAWRENCE SHAPIRO**

Lawrence Shapiro es un profesor en el Departamento de Filosofía de la Universidad de Wisconsin, en Estados Unidos. Su línea de investigación es la filosofía de la mente y de la psicología. En su libro “La Inteligencia Emocional de los Niños”, hace referencia a la creciente importancia que ha ido adquiriendo la inteligencia emocional para la comprensión del comportamiento de las personas. Aunque no podemos medir con facilidad, a la inteligencia emocional, si podríamos reconocer ciertos rasgos sociales y de personalidad en los niños, como la confianza en sí mismo, amabilidad, respeto por lo demás, entre otras. La importancia que ha ido adquiriendo la inteligencia emocional, comienza desde que se perciben las consecuencias que tendría esta, en la crianza y educación de los niños y niñas, pero no solamente queda allí, sino que, también tendrá impacto en el lugar de trabajo y en las relaciones que se crean a nivel familiar y social.

Enseñarles a nuestros hijos desde muy pequeños capacidades sociales; comportarse en grupo, trabajar en armonía, convivir con los pares y el entorno en general y emocionales como: afrontar las emociones y conductas, ser conscientes de ellas y verbalizarlas, identificando la emoción, determinando el origen y regulando las mismas, puede ayudar en el futuro para que sean capaces de manejar las diferentes emociones en los diferentes tiempos y contextos que se le presente ya que *“las emociones no son ideas abstractas que los psicólogos nos ayudan a nombrar, sino que son muy reales. Adquieren la forma de*

*elementos bioquímicos específicos producidos por el cerebro y ante los cuales el cuerpo reacciona”*. (Shapiro, 1997, p. 15).

Esta capacidad está relacionada con la cantidad y calidad de conexiones de neuronas, que son las que nos ayudan para una mejor comprensión de las emociones y su funcionamiento en condiciones ambientales y personales. Si estas conexiones están bien, entonces la educación estaría aventajada, porque supondría que los niños/as se sienten bien emocionalmente.

Para que los niños y niñas desarrollen las capacidades emocionales, Shapiro nos da a conocer varias herramientas, entre ellas tenemos: definir un problema como un enemigo y declararle la guerra; crear maneras de combatirlo, hablarse a sí mismo; que consiste en que diga algo tantas veces que empiece a creérselas, la creación de imágenes para distraer la mente, entre otras, y de esta manera mejorar las capacidades emocionales, ya que como seres humanos tenemos la destreza de inventar y controlar las emociones simplemente a través del pensamiento. Pero también tenemos que ser conscientes que existen situaciones, donde el cerebro emocional reacciona más pronto que el cerebro racional.

Los niños/as necesitan desarrollar diferentes capacidades para sobrevivir, entonces es donde se debe enseñar a los niños y niñas a usar el intelecto, sus capacidades emocionales y sociales, a fin de que puedan enfrentarse a una sociedad cada vez con más presión, compleja, competitiva, exigente y menos afectiva; el contexto, en que se desenvuelve el niño/niña estará lleno de tensiones personales, familiares, y del mundo circundante que afectan a las relaciones interpersonales y hacen que cada día sea más difícil la convivencia humana. Para Shapiro las cualidades emocionales son muy importantes, por lo cual once, las cuales deben ser enseñadas desde la infancia, por padres, maestros o quienes estén a cargo la educación de los niños/as.

Entre las cualidades mencionadas por Shapiro encontramos las siguientes: *“La empatía, expresión y comprensión de sentimientos, el autocontrol, independencia, capacidad de adaptación, simpatía, capacidad de resolver problemas en forma interpersonal, persistencia, cordialidad, amabilidad y respeto”* (Shapiro, 1997, p. 24). También alude que en la actualidad muy pocos son los niños que tienen la posibilidad de percibir la

relación causa-efecto, entre el trabajo duro y el éxito, porque tienen todo dado, ya sea en la escuela o en los hogares. Sumando a un mundo competitivo, haciendo énfasis en el éxito, especialmente en la adolescencia que son muchos los que desarrollan un paralizante temor al fracaso.

Es por eso que nos recalca la importancia de la educación de las emociones donde los niños, adolescente y adultos desarrollen una actitud optimista y de confianza frente a la realidad, que tengan la capacidad de superar frustraciones y mantener esfuerzos ante el fracaso. De separar, enfrentar dificultades y resolver problemas, incrementando la confianza en sus propias capacidades. Que les permita afrontar el estrés y formar hábitos de estudio, así como la automotivación y persistencia que permitan alcanzar la autodisciplina. Como seres humanos, estamos expuestos a diferentes situaciones de la vida diaria, donde emociones positivas, negativas, intensas, o que no pueden aflorar nuestro cerebro emocional y este reaccionar de manera que permita la aparición de emociones, que cada persona pueda ir regulando según sea la necesidad, con esto no solo le incluimos a las emociones, también a la interacción de todo el cuerpo.

Es entonces tanto para Gardner, Salovey, Mayer, Goleman y Shapiro; de trascendental importancia que se eduque la inteligencia emocional de las personas, empezando desde edades tempranas, como se menciona anteriormente, donde estudiantes, padres, maestros y sociedad podamos ir obteniendo beneficios, y tengamos una sociedad más tranquila y con personas capaces de manejar sus propias emociones y ser empáticas con las de los demás.

## CAPITULO II

### IMPORTANCIA DE LA INTELIGENCIA EMOCIONAL

#### 2. INTRODUCCIÓN

En este capítulo se trata de exponer la importancia que tiene la inteligencia emocional, en distintos áreas, como: el área académica, en la parte psicológica, la importancia en la formación de conductas disruptivas y las relaciones con los demás; las cuales son importantes, no se incluye la importancia en el trabajo, ya que se está realizando una investigación en el ámbito educativo, con estudiantes y no con profesionales.

Las razones del porque es importante educar nuestra inteligencia emocional la iremos viendo, si bien no en todos los ámbitos pero si en los que más se encuentra presente, según investigaciones realizadas. La inteligencia emocional, como bien vimos en la descripción de los autores antes mencionados, es muy importante, debido a que el coeficiente intelectual predice un diez al 20 por ciento del éxito que una persona tenga en la vida, mientras que la inteligencia emocional, el grado de desarrollo de las habilidades emocionales, la forma como afrontemos el estrés, las ansiedad, el manejo de las relaciones con los demás, con nosotros mismos, en el trabajo y en el aprendizaje, forma la otra parte para el éxito. Pero tampoco podemos decir que son mentes aisladas, las dos trabajan conjuntamente.

*“Las personas con habilidades emocionales bien desarrolladas tienen más probabilidades de sentirse satisfechas y ser más eficaces en su vida, de dominar los hábitos mentales que favorecen a su propia productividad, se concentraran más en sus estudios y trabajos y pensarán más con claridad”* (Martínez J, 2003, p. 42).

En una charla Goleman decía que los niños/as que lidian con problemas emocionales, no tienen la capacidad de concentración y atención que se necesitan para aprender, cuanto más angustiado este, con el pasar del tiempo prestara menos atención a lo que le estén enseñando los maestros. En una publicación de la revista electrónica de investigación psicoeducativa, señalan que, las carencias de las habilidades de inteligencia emocional afectan no solamente a los estudiantes dentro del contexto escolar, sino también fuera del

mismo como: en el rendimiento académico, en las relaciones interpersonales, bienestar psicológico y la aparición de conductas disruptivas

### **2.1.La inteligencia emocional y el rendimiento académico.**

La relación existente entre la inteligencia emocional y el rendimiento académico, ha sido investigada en varios campos. Entre ellos están: estudiantes universitarios, donde no encontraron mucha correlación, pero comprendieron que esto se debía a que se tomaron a estudiantes de diversos años; a los que tenían jornadas de estudio, de tiempo completo y de medio tiempo. Entonces, realizaron estudios con otras muestras, en la que comprendían estudiantes que se encontraban en periodo de transición, entre la secundaria y la universidad, y de tiempo completo. Los resultados se evidenciaron, en la pobre capacidad predictiva de la inteligencia emocional total, sobre la ejecución académica, pero algunas sub-escalas de la herramienta aplicada, como el manejo del estrés y adaptabilidad, si predijeron significativamente el éxito académico, aunque fueron predictores sutiles. Así se demostró que estas habilidades predijeron las notas académicas en el primer año de universidad, más que cuando se tomaban notas obtenidas a lo largo de la secundaria.

Cuando se compararon los diferentes niveles de rendimiento, entre estudiantes con altas y bajas puntuaciones, el rendimiento académico apareció vinculado con varias dimensiones de la inteligencia emocional, como las habilidades intrapersonales, adaptabilidad, manejo del estrés. De esta manera, se identificó a estudiantes que iban a tener éxito académico al finalizar el año.

Por otro lado, **Barchard**, (2003) evaluó a estudiantes universitarios, controlando habilidades cognitivas y habilidades de personalidad. Los resultados apoyaron la idea de que los niveles de la inteligencia emocional, predecían las notas obtenidas al final del año. De esta manera, la inteligencia emocional se suma a las habilidades cognitivas como potencial predictor, no solo del equilibrio psicológico del alumnado, sino también de su logro académico. El estudio expuso la relación entre rendimiento escolar e inteligencia emocional, porque mostró que la inteligencia emocional intrapersonal, influye sobre la salud mental de los estudiantes y este sobre el equilibrio psicológico. (p. 9)

Entonces, con esto puedo afirmar, que la inteligencia emocional, está relacionada y afecta el rendimiento académico. Porque, si el estudiante tiene dificultades para manejar situaciones emocionales, como estrés, malhumor, ansiedad, que genera el desarrollo de actividades académicas, su rendimiento se verá afectado negativamente, pues ocasionará un desorden emocional. Y todos sabemos que cuando estamos un estado como este, difícilmente se hacen las cosas bien. Aunque no se ha demostrado que la inteligencia emocional sea un predictor decisivo, en el logro académico, se puede decir que algunos componentes de la inteligencia emocional están relacionados con su éxito final. A mayor salud mental, habrá una mayor concentración y menos perturbaciones para el desarrollo del estudio.

Entonces, la relación existente que hay entre inteligencia emocional y rendimiento académico, hace necesario mencionar, el proceso de enseñanza- aprendizaje, pues en ese contexto es donde se examina el rendimiento académico, que no es más que la consecuencia del sistema de educación formal.

#### **2.1.1. Proceso de enseñanza- aprendizaje.**

El término proceso, indica que hay una consecución, progresión, de cambios, durante toda nuestra vida. Entonces, en este contexto, no podemos hablar de enseñanza solamente, sino también de aprendizaje. Entre enseñanza y aprendizaje, hay una relación simbiótica, no se pueden separar. Si hay alguien que enseña, hay alguien que aprende. Incluso, el acto mismo de enseñar, implica aprender. Ojalá que todos viéramos a todos los trabajos, como un acto de aprendizaje, que además nos pagan. Es decir, nos pagan para aprender.

Aprendizaje, a manera de definición, *“es un cambio duradero en los mecanismo de la conducta que involucra estímulos y/o respuestas específicos y que es el resultado de la experiencia previa con esos estímulos y respuestas o con otros similares”*. (Domjan, 2010, p.17).

Por otra parte Jiménez (2009) en su tesis sobre *Cómo influyen las interrelaciones de la familia nuclear, al proceso académico del niño*” dice define al aprendizaje, de la siguiente manera, *“es todo cambio relativamente constante. Y, Enseñanza es un proceso que pretende promover y acompañar en ese cambio. Las teorías cognitivas plantean que hoy,*

*la enseñanza ya no consiste en transmitir conceptos, cuerpos de contenidos, si no en “ayudar a pensar”.* (p.50). es decir que para que se dé un aprendizaje se necesita de elementos como son: el estudiante, un mediador y el contenido para llegar a un resultado.

De allí, que muchas personas, pensamos que la enseñanza- aprendizaje se limita, a administrar los contenidos que ayudan desarrollar el intelecto y todas sus facultades; no está mal, es bueno y muy necesario, el inconveniente, a título personal, radica, en haber priorizado únicamente el desarrollo intelectual, dejando de lado, la inteligencia emocional. En la actualidad, buscamos personas realizadas, felices, y emocionalmente equilibradas.

Pero el proceso de enseñanza- aprendizaje, tiene unas limitaciones, según María Eugenia Maldonado, entre las que destacan:

- Características físicas del organismo. Significa que dependiendo del desarrollo del cerebro, los aprendizajes se asentarán de una manera u otra.
- Preparación biológica del organismo. Implica conocer los estados evolutivos de la persona.
- Periodos críticos. Esto significa que, hay estados de mayor sensibilidad, y es en ese momento donde los aprendizajes se asientan con mayor rapidez y facilidad.
- Carácter no hereditario de conductas aprendidas. Una persona que aprendió, posee muchos conocimientos y cuando muere, mueren también sus conocimientos.

Estas limitantes, son a nivel biológico, que es necesario tomarlas en cuenta para que el desarrollo académico se dé, según los parámetros establecidos por la reforma curricular. Pero, a pesar de esto, o por encima de esto, una persona aunque biológicamente no esté preparada para trabajar contenidos intelectuales, puede perfectamente educar su inteligencia emocional. Es decir, no existe persona alguna, limitada para educarse afectivamente. El problema es que hemos olvidado atender esto. ¿Por qué no educamos la inteligencia emocional? Porque se ha descuidado esta parte afectiva, donde en nuestro medio conocemos, que extraordinarios estudiantes, hablando en calificaciones, de un rato a otro, se suicidan. Es importante el desarrollo intelectual, pero también lo es la inteligencia emocional, que no es más que ayudar, con medios para que cada persona, en este caso, cada estudiante, desde los primeros años de básica, empiecen a tomar

conciencia, de lo que vive afectivamente. Que pasa en cada estudiante. Solo de esta manera tendremos garantizado el bienestar estudiantil y el bienestar personal.

Si un niño, emocionalmente está equilibrado, estará bien también en las notas escolares, en su rendimiento académico.

### 2.1.2. **Problemas más frecuentes del proceso de enseñanza-aprendizaje.**

En los espacios e instituciones educativas, de las que he sido parte, hay algunos patrones, que la mayoría de maestro sigue, para medir el rendimiento, entre ellos:

- *Medir cuanto sabe el estudiante, a partir de calificaciones.* Afortunadamente hoy, la forma de calificación ha cambiado. El 80% de las notas, son de los trabajos, que se hacen a diario (deberes, tareas en clase, grupales, individuales) y el 20% es la de los exámenes del fin de cada trimestre. Esto, es positivo, porque se está priorizando el esfuerzo de cada estudiante, en cada momento de clase. Pero hay algunos, que todavía se atreven a hacer inferencias a partir de las calificaciones. Cuando un estudiante, por una situación emocional, pudo sacar una mala nota, no significa que sea mal estudiante, simplemente estuvo afectado, situación que el maestro o el sistema de educación, no toma en cuenta.
- *Otro de los problemas es, medir el rendimiento en función de los demás.* Olvidamos que cada estudiante, es distinto. Aprende de una manera. Tiene su ritmo de aprendizaje. Esto significa que la fijación de los conocimientos, en cada estudiante, es diferente. Y, las comparaciones destruyen la relación emocional que se crea entorno a la educación. Esto genera una competencia destructiva entre iguales, en lugar de reconocer la capacidad de cada uno.
- *Y por último, querer que los procesos que se imparten en el aula, se hagan, como al maestro le gustaría y no como el estudiante lo puede hacer.* Dicho de otra manera, el irrespeto a las innovaciones y creaciones del estudiante. Cada estudiante, si encuentra una forma distinta de hacer, desarrollar o resolver lo que el maestro imparte, está perfecto. Es más, cada estudiante tiene la obligación de hacer innovaciones en cada proceso. Y los maestros, respetarlos, orientarlos y conducirlos.



## **2.2.La inteligencia emocional y la aparición de conductas disruptivas**

Recibe el nombre de conducta disruptiva, debido a que su presencia, implica la interrupción, en el desarrollo evolutivo del niño, imposibilitándolo para crear y mantener relaciones sociales saludables, tanto con adultos como con sus pares.

A manera de definición, es la interrupción del proceso evolutivo normal, que obstaculiza el desarrollo del niño.

Entonces podemos decir que la disrupción dificulta el aprendizaje y las relaciones interpersonales. Suelen ser producidas principalmente por niños/as que quieren llamar la atención de sus compañeros/as o del adulto; y que tienen problemas derivados de carencia de normas y afecto.

Estas personas tienden a ser muy impulsivas y muchas de ellas son tácticas para probar al adulto y tener protagonismo entre los demás niños/as.

Los conflictos aparecen, como consecuencia del poco desarrollo de la inteligencia emocional, se manifiestan en el aula, en la escuela. Cuando no se ajusta a los procesos académicos que pueden desarrollar en cada etapa.

Es necesario, aclarar, lo que es conflicto. Psicológicamente se define como, la parte inevitable del proceso de crecimiento, de cualquier grupo social y del ser humano. Frente a esta realidad, importa mucho tener los suficientes medios para canalizar, orientar y dirigir este estado emocional. De allí la importancia, de enfocar todas estas afecciones desde la inteligencia emocional.

### **2.2.1. Características de las Conductas Disruptivas.**

Los niños, o personas con conductas disruptivas tienden a evidenciarse en:

- Mala educación. Entendido como la ausencia de modales de comportamiento en ambientes sociales, escolares, familiares.

- Insolencia. Ausencia de estima y consideración a los demás y a sí mismo.
- Falta de cooperación. La resistencia a ciertas órdenes, y trabajo en equipo.
- Desobediencia. Irrespeto a los normas.
- Provocación. Hay la tendencia a desencadenar actitudes agresivas en los demás, a través del fastidio constante.
- Agresividad. Como el único mecanismo de defensa, en ciertos casos. En otros puede darse la sumisión.
- Se puede notar en estrategias verbales y no verbales.
- Dificulta el aprendizaje y las relaciones interpersonales.
- Causa gran estrés en el profesor. Es lo que conocemos como un molesto permanente.
- Suele ser producida principalmente por alumnos que quieren llamar la atención
- Son impulsivos.

### 2.2.2. Comportamientos disruptivos en el aula.

Cuando se quiere analizar la disrupción en un aula determinada o la provocada por un alumno concreto, todas las personas que están tratando este tema, tienen que ponerse de acuerdo, en que comportamientos considera disruptivos. Pero generalmente, suelen aparecer comportamientos como:

- Hacer ruidos corporales (risas, toses, eructos, silbidos, gritos, ecos).
- Hacer ruidos con objetos (golpear la mesa, tirar cosas, tamborilear con el lápiz, hacer sonar alarmas).
- Levantarse constantemente del sitio.
- Deambular por la clase.
- Interrumpir constantemente el ritmo de clase con preguntas.
- Salir y entrar de clase sin permiso.
- Preferir insultos contra compañeros.

- Decir palabrotas, frases groseros
- Burlarse de los compañeros
- Quitar cosas, amenazar a compañeros y al profesor
- Agredir a compañeros
- Estropear (pintar, escribir, romper) los materiales de compañeros
- Negarse a hacer lo que dice el profesor.
- Desafiar al profesor.

### 2.2.3. **Formas de prevenir, las conductas disruptivas.**

Por parte del profesor corresponde:

- Preparar bien la clase. Tiene hacer de los contenidos, aprendizajes significativos para los estudiantes, esto implica que se debe expresar desde la vivencia de los estudiantes.
- En cuanto a la metodología. Ser variable. Propicia el trabajo en equipo y de cooperación, donde tengan la oportunidad de apoyarse afectivamente.
- Saludar calurosamente y llamarlos siempre por su nombre.
- Ocupar un lugar central, desde donde pueda supervisar y acompañara todos.
- Valorar cada aporte de los estudiantes.
- Dar las normas y reglas claras, desde el primer momento, sobre el funcionamiento del aula.

### 2.2.4. **Revelaciones de investigaciones realizadas por autores como: Extremera y Fernández, Salovey, Berrocal, Mayer entre otros.**

Algunas investigaciones de los autores antes mencionados han revelado algunas asociaciones entre, desarrollados niveles de inteligencia emocional y un menor número de acciones impulsivas, un temperamento menos agresivo y una menor justificación a la agresión. Mientras que, los alumnos que reportaban un menor nivel de desarrollo de la inteligencia emocional, reportaban mayor nivel de impulsividad, y sus relaciones interpersonales y sociales no les favorecían, lo que aporta en el desarrollo de

comportamientos antisociales. Aparentemente, cuando se ha dividido a los estudiantes con menos justificativos para la agresión, de los que se justificaban se han hallado que el primer grupo reportaba mayor habilidad para distinguir sus emociones, igualmente una capacidad de regular las emociones negativas, y prolongarlas. Se les reconoce más salud mental, menores niveles de impulsividad y menor disposición en alejarse de los pensamientos negativos. Otros autores como Liao, (2003) informa en sus investigaciones que, alumnos de secundaria con un menor desarrollo de la inteligencia emocional, muestran mayores niveles de conductas agresivas y comportamientos delincuentes.

Cuando realizaron las investigaciones también detectaron que: cuando hay un mayor desarrollo en la inteligencia emocional, había una mayor resistencia a fumar y a ingerir bebidas alcohólicas, sobre todo detectaban con facilidad la presión de los pares, manejando de mejor manera las discrepancias entre los compañeros, que los incitaban a fumar cigarrillo, alcohol.

Vale hacer una distinción, las mujeres y los hombres, emocionalmente, somos diferentes con un patrón específico. Este patrón es la sensibilidad. Las mujeres tienen mayor capacidad de reconocer y tomar conciencia de su afectividad, y lo que vive, es decir, mayor desarrollo emocional. Mientras que los hombres tienen mayores complicaciones. Pero esto no significa que sean menos, simplemente que la formación ha limitado el desarrollo emocional en los hombres. Esto significa, que la los hombres están más propensos al alcohol, drogas, mal humor sin control, estrés.

En conclusión, me atrevo a decir que, los sujetos que tienen un buen manejo, comprensión y regulación de sus propias emociones, no van a necesitar de ningún factor externo, para mejorar los estados de ánimo negativos o situaciones estresantes por los que podrían estar pasando en cualquier etapa de sus vidas.

### **2.3.La inteligencia emocional y las relaciones interpersonales.**

Las personas convivimos con otras personas, ya sea, en la escuela, colegio, familia, trabajo y amigos, por lo que debemos de mantener las mejores relaciones posibles con ellos. Es por ello que una alta inteligencia emocional nos ayuda a manejar primeramente nuestras propias emociones y a dar información adecuada sobre nuestro estado psicológico, su vez

ser capaz de entender los estados emocionales de los demás. Mediante esto podemos decir que, la inteligencia emocional juega un papel importante en el establecimiento, mantenimiento y calidad de las relaciones que tengamos con otras personas, ya que somos seres sociales por naturaleza. Tener habilidades en percepción y comprensión de las emociones ajenas puede ser de ayuda mutua, tienden a ser recíprocas; recibirá consideración y buen trato.

En los estudios realizados en Estados Unidos por Lopes, Salovey y Straus, (2003), encontraron a estudiantes que sacaron altos puntajes en inteligencia emocional, mostraban mayor satisfacción en las relaciones con sus amigos, compañeros e interacciones, percibiendo un mayor apoyo parental e informaron menores conflictos con sus amigos. Además, los amigos de las personas evaluadas también reportaban que sus relaciones se caracterizaban por un apoyo emocional e interacciones positivas.

También en estos estudios encontraron que, las mujeres puntuaban más alto que los hombres, tenían mayor habilidad para establecer y mantener relaciones interpersonales, recibían apoyo social y mejores comportamientos adaptativos, es decir, se ajustaban mejor a las situaciones cotidianas de la cada etapa en la que estaban incursionando, e inclusive controlar y mejorar sus emociones negativas como la ansiedad, estrés, depresión, etc. Entonces, poseer habilidades emocionales, nos ayuda en la relación con los amigos, familiares y comunidad en general, ya que existe una mayor empatía hacia el resto de personas y no solo para sí mismo.

#### **2.4.La inteligencia emocional y el bienestar psicológico.**

Las investigaciones que se han realizado en este campo, lo han hecho para percibir el ajuste psicológico, indagar sobre el nivel de salud mental, de los alumnos con alta inteligencia emocional de los que tienen una menor puntuación en estas habilidades.

Extremera y Fernández-Berrocal, han realizado estudios en adolescentes para ver cuál es la influencia de la inteligencia emocional en el bienestar psicológico, analizando las emociones como: la depresión, ansiedad y supresión de pensamientos, y la inteligencia emocional intrapersonal. Los resultados obtenidos por los investigadores fueron: *“la creencia entre los alumnos de poder prolongar los propios estados emocionales*

*positivos, e interrumpir los negativos. Así como la de poder experimentar con claridad sus sentimientos, asegura un nivel aceptable de salud mental, entendiendo esta como la ausencia de síntomas de ansiedad, depresión”.* (2004, p. 6).

En estas investigaciones observaban que las personas que poseían las habilidades de reconocer, comprender y regular sus emociones, reportaban menor ansiedad, depresión, mejor autoestima y una mayor utilización de estrategias para solucionar problemas que les esté sucediendo. También se recuperan más pronto de los estados de ánimo negativos como la depresión o la desesperanza; evitando las ideas suicidas. Estos estudios han sido realizados con estudiantes adolescentes y estudiantes universitarios; demostrando resultados similares en las investigaciones realizados. Con estas investigaciones podemos visualizar, la importancia y las repercusiones que tienen la inteligencia emocional en el ámbito psicológico.

Todos los estudios realizados antes mencionados, fueron desarrollados en otros países, tienen un aval más científico, donde se puede vislumbrar cuales son las repercusiones en el ámbito académico, psicológico, en las relaciones con las demás personas, grupos de pares y familia y la influencia que esta puede tener en la aparición de conductas disruptivas. Existen elementos que predisponen a que nuestro cuerpo reacciones de una o determinada manera, según el grado de asimilación, comprensión y regulación de las emociones que cada persona posea.

Como hemos visto en los estudios que se han llevado a cabo en otros países, las emociones, la forma de percibir, comprender y regular, son de vital importancia, en la forma de comportarse de los estudiantes, de allí muchos aspectos dependen el presente y futuro que puedan llegar a tener en las distintas etapas que se encuentren.

## **CAPITULO III**

### **HERRAMIENTAS DE LA INVESTIGACIÓN**

#### **3.1. INTRODUCCIÓN**

Para realizar una investigación, es necesario la utilización de ciertos instrumentos que nos faciliten la recolección de la información, indispensable para el estudio; las cuales pueden ser elaboradas por nosotros mismo, como es en el caso de utilizar una encuesta o entrevista, pero en mi caso utilice herramientas que ya se encuentran establecidas para medir o valorar las áreas que necesito. Estas herramientas ya han sido aplicadas en otras investigaciones, son instrumentos que pueden tener ciertas ventajas y desventajas en su utilización. Yo utilice dos herramientas las cuales se describen a continuación.

#### **3.2. DESCRIPCION DE LOS INSTRUMENTOS DE MEDICIÓN**

Para llevar a cabo la investigación sobre la inteligencia emocional y su relación con el rendimiento académico en los estudiantes de la “Unidad Educativa Hernán Cordero”, utilicé las siguientes herramientas, que considero necesarias; entre ellas TMMS-24: Escala rasgos de metacimientos sobre estados emocionales; conocimiento que tienen las personas sobre si mismas; y el test de sacks o frases incompletas que evalúa diferentes áreas, las cuales van a ser descritas a continuación.

#### **3.3. TEST DE SACKS PARA NIÑOS/AS DE JOSEPH M**

El test de sacks o frases incompletas como también se le conoce, aparece en 1948 con Joseph M Sacks, quien ideo este test con el fin de obtener información en cuatro áreas de adaptación: la actitud hacia la familia, actitudes hacia el sexo, relaciones interpersonales y el auto concepto. Con las cuales se realizara una relación con los promedios que tienen los estudiantes.

En 1930 se realizaron importantes investigaciones dirigidas a encontrar diferencias entre las reacciones del pensamiento y de la responsabilidad emocional, ofreciendo algunos criterios para los test en el campo emocional, entre los que destacan:

-El empleo de recursos que evocan claramente la respuesta emocional como: angustia, ansiedad, miedos o temores, actitudes hacia la vida.

-Recurso que permite una respuesta libre.

-Recursos que evitan la discriminación o la elección.

El test de sacks o frases incompletas como también se le conoce, aparece en 1948 con **Joseph M Sacks** y otros psicólogos, los cuales idearon este test con el fin de obtener información en cuatro áreas de adaptación: la actitud hacia la familia, actitudes hacia el sexo, relaciones interpersonales y el auto concepto.

Este instrumento es conocido por algunos como, prueba proyectiva o como técnica psicométrica. Debido a que, frente a la frase estímulo se le pide al individuo que conteste con lo primero que se le ocurra, evitándose así una actitud reflexiva y defensiva, de esta manera se manifiestan aspectos de su personalidad, por lo que pueden ser conscientes; que tiene conocimiento de lo que hace o en pleno uso de sus facultades, inconscientes o preconcientes; que no se da cuenta del alcance de sus actos o impulsos reprimidos que no llegan a la conciencia.

La prueba está diseñada para niños, como para adolescentes, de ambos sexos y se requiere que sepan leer y escribir, por la estructura del test el cual para los adolescentes consta de 45 frases estímulo, o frases incompletas, las cuales deben ser completadas una por una y con sus propias palabras, como se mencionaba antes. El objetivo de esta prueba es la de explorar de forma indirecta dificultades y conflictos en las siguientes áreas:

1. Área familiar
2. Área de relaciones heterosexuales
3. Área de relaciones interpersonales
4. Área del concepto de sí mismo



En el área familiar, se encuentra una subdivisión de la actitud hacia el grupo familiar y actitudes hacia el padre y madre, en el concepto de sí mismo encontramos la actitud hacia sus propias habilidades, temores y angustias; actitudes hacia el pasado. En el área de relaciones interpersonales también encontramos una subdivisión, que son: las relaciones con los superiores, relaciones con amigos y conocidos, y las actitudes hacia el futuro.

**Tiempo.** El tiempo de aplicación puede oscilar entre los 30 y 40 minutos dependiendo del interés de la persona.

### 3.3.1. Forma de aplicación y valoración

**Forma de aplicación.** Puede ser aplicada en forma individual como grupal. Lo único que se necesitara será las hojas, esfero y dar la consigna a los estudiantes que será la siguiente: complete las siguientes oraciones con letra bien clara.

**Calificación.-** Se puede calificar de manera cualitativa y cuantitativa.

*Cualitativa.-* Para este tipo de calificación la persona que está aplicando el test debe analizar minuciosamente cada uno de los ítems correspondientes a las diferentes áreas, con el fin de abordar conflictos en alguna de las áreas que hayan sido proyectadas por el examinado en la prueba.

*Cuantitativa.-* Para la apreciación cuantitativa, en la hoja de corrección del test se encuentran agrupados los ítems por áreas. Cada una de estas frases debe de ser valoradas de 0 a 3 puntos según el grado de dificultad o conflicto que exista de la siguiente forma:

No hay dificultad.....	0
Ligera dificultad .....	1
Dificultad más generalizada.....	2
Conflicto definido.....	3

Cuando el puntaje es mayor a 70, el individuo requiere de un examen especializado ya que revela un elevado índice de desajuste, cuando esta entre un 50 y 50 requiere orientación y atención y entre 20 y 49 será necesario una entrevista individual para aclarar

posibles conflictos que generalmente son característicos de la etapa de la adolescencia, menos de 20 nos demuestran un ajuste en el plano de lo normal.

#### **3.4. ESCALA RASGOS DE MATACONOCIMIENTOS SOBRE ESTADOS EMOCIONALES (TMMS-24)**

Para la evaluación de la inteligencia emocional, los autores John Mayer y Peter Salovey, han elaborado instrumentos de medición clasificándolos en dos: medidas de auto-informe y las medidas de ejecución.

*Hare referencia al modelo del Auto-informe*, o conocido como el TMMS-24, por sus siglas en inglés Trait Meta-Mood Scale, en una versión reducida el cual fue utilizado para evaluar aspectos intrapersonales, en el que, a través de sus 24 ítems, evalúa tres dimensiones, que son: atención a los sentimientos, claridad emocional y regulación de las emociones. Ocho ítems para cada área. Las habilidades emocionales consisten en tres que son: atención, es el grado de atención que los individuos prestan a sus sentimientos y emociones. La claridad, que hace referencia a la manera en que las personas creen percibir sus emociones, y la reparación, que indica la creencia del sujeto en la capacidad para interrumpir y regular los estados emocionales negativos, prolongando los estados emocionales positivos.

Las medidas de auto-informe fueron, las primeras herramientas creadas y utilizadas para evaluar las habilidades emocionales, donde se permite a la persona realizar una introspección a través de preguntas, donde tendrá que puntuar su grado de acuerdo o desacuerdo, en ciertas frases que hacen referencia a su estado emocional.

*Ventajas.*- Esta medida sigue hasta la actualidad siendo utilizada ya que nos proporciona valiosas ventajas como: rapidez en su aplicación, fácil de obtener puntuaciones y es un proceso introspectivo para indagar en los aspectos afectivos y emocionales de los sujetos.

*Desventajas.*- También este instrumento de evaluación ha estado sometido a críticas, como muchos otros. Entre los diversos motivos podemos encontrar los siguientes: las respuestas de los alumnos pueden estar afectadas por algún problema de aceptación social; donde las personas pueden fingir sus respuestas; también por la existencia de

procesos emocionales automáticos, donde no se da cuenta de su utilización en su vida cotidiana, lo cual no es percibido por el individuo y no se encontrara registrado en el cuestionario.

Algún aspecto a tomar en cuenta para la aplicación del TMMS-24

- Limitación del tiempo disponible.- Este instrumento de evaluación es de fácil aplicación y por ende para su aplicación las personas y en nuestro caso los estudiantes lo pueden completar más o menos 10 minutos.
- Disponibilidad de recursos personales y materiales.- Para la aplicación del instrumento necesitaremos la hoja de aplicación donde se encuentran las 24 preguntas, un esfero, baremo y la interpretación.
- Características de los sujetos a evaluar.- Este instrumento es de fácil comprensión se pueden aplicar a niños/as de 12 y 13 años; aplicarlo en estudiantes menores de esa edad los resultados pueden ser menos fiables.

#### 3.4.1. Forma de aplicación y valoración

A continuación se expone un ejemplo del TMMS-24 tal como es presentado al estudiante para su contestación.

Ejemplo:

#### **TMMS-24**

##### INSTRUCCIONES:

A continuación encontrará algunas afirmaciones sobre sus emociones y sentimientos. Lea atentamente cada frase, indique por favor el grado de acuerdo o desacuerdo con respecto a las mismas. Señale con una “X” la respuesta que más se aproxime a sus preferencias.

No hay respuestas correctas o incorrectas, ni buenas o malas.

No emplee mucho tiempo en cada respuesta.

1	2	3	4	5
Nunca	Raramente	Algunas veces	Con bastante frecuencia	Muy frecuentemente

1	Normalmente conozco mis sentimientos sobre las personas	1	2	3	4	5
2	Intento tener pensamientos positivos aunque me sienta mal	1	2	3	4	5
3	Presto mucha atención a como me siento	1	2	3	4	5
4	Dejo que mis sentimientos afecten a mis pensamientos	1	2	3	4	5

La escala Rasgos de Metaconocimientos sobre los estados emocionales TMMS-24 contiene tres subescalas, con ocho ítems cada una y para obtener esta puntuación se suman los señalados por los estudiantes de la siguiente manera:

Sume del 1 al 8 para el factor percepción

Los ítems 9 al 16 para el factor comprensión

Los ítems del 17 al 24 para el factor regulación

Luego de las sumas se muestran los puntos de corte para hombres y otro para las mujeres y la veracidad de esto dependerá de la sinceridad con la que haya contestado. A continuación se presentan las distintas puntuaciones para hombres y mujeres y en los distintos factores.

	Hombres	Mujeres
Percepción	Debe mejorar su percepción: presta poca atención $\leq 21$	Debe mejorar su percepción: presta poca atención $\leq 24$
	Adecuada percepción 22 a 32	Adecuada percepción 25 a 35
	Debe mejorar su percepción: presta demasiada atención $\geq 33$	Debe mejorar su percepción: presta demasiada atención $\geq 36$

Comprensión	Hombres	Mujeres
	Debe mejorar su comprensión $\leq 25$	Debe mejorar su comprensión $\leq 23$
	Adecuada comprensión 26 a 35	Adecuada comprensión 24 a 34
	Excelente comprensión $\geq 36$	Excelente comprensión $\geq 35$
Regulación	Hombres	Mujeres
	Debe mejorar su regulación $\leq 23$	Debe mejorar su regulación $\leq 23$
	Adecuada regulación 24 a 35	Adecuada regulación 24 a 34
	Excelente regulación $\geq 36$	Excelente regulación $\geq 35$

Los instrumentos descritos anteriormente, se pueden encontrar en las bibliotecas y en el internet, correspondientemente. Son herramientas que se aplican a los estudiantes desde las escuelas, colegios y universidades, como es el caso del La escala Rasgos de Metaconocimientos sobre los estados emocionales TMMS-24, el cual ha sido utilizado en estudios de la Inteligencia emocional en otros países.

## **CAPITULO IV**

### **MUESTRA Y RESULTADOS**

#### **4. PROCESO INVESTIGATIVO**

En este capítulo se encuentra detallada la metodología con la que se fue desarrollando este trabajo de investigación, para la cual se necesitó del permiso de los directivos de la Escuela, para aplicar los instrumentos de medición. Además se detalla la población y muestra de estudio con los que se llevó a cabo la investigación. También encontraremos expuestos mediante gráficos y tablas, los resultados obtenidos tras la aplicación de los instrumentos antes mencionados con su respectiva representación, análisis e interpretación.

Finalmente, se puntualiza en una propuesta de intervención, en la cual se precisa estrategias específicas y prácticas, que refuerzan los conceptos y técnicas para ser trabajadas entre docentes, personal administrativo y estudiantes de la institución educativa.

#### **4.1. DISEÑO METODOLÓGICO**

La presente investigación no es experimental, es de tipo descriptivo y analítico, por lo que se encamino a describir estudios anteriores sobre la Inteligencia Emocional, conceptos, característica e importancia de la misma con relación al área académica de estudiantes del Cantón Cuenca. Se trabajó con los estudiantes únicamente, donde se recogió datos, para contrastar con la teoría a fin de poder establecer alguna relaciones significativas que contribuyan a mejorar la calidad de vida de los estudiantes y por ende su rendimiento en las aulas.

##### **4.1.1. Unidades de estudio**

Para realizar la investigación y en función del objetivo general propuesto se determinó como unidad de estudio la Institución Educativa “Hernán Cordero”, del Cantón Cuenca, cerca de mi domicilio; de los cuales se seleccionó a los alumnos que se encuentran

matriculados en los octavos años de educación General Básica. Dicha Institución le dio apertura e interés para que pueda realizar la investigación; sobre todo la Psicóloga que se encuentra en el departamento del DOBE demostró interés en la forma que podría guiar de mejor manera a los estudiantes en sus diferentes etapas.

#### **4.1.2. Población y muestra**

Para realizar la investigación se tomó en cuenta únicamente a los 8vos años, toda la población, los paralelos, A, B y C por lo que se necesitaba realizar una generalización y porque los instrumentos a ser usados corrían el riesgo de no ser contestados o señalados distintas opciones, según era el caso; los cuales fueron retirados para la hora de realizar los gráficos, quedando de esta manera menos muestra para el estudio. Se optó por realizar con los octavos años, debido a que se encuentran en un estado de transición de la Escuela al Colegio y razón fue que están saliendo de la niñez y entrando a la etapa de la pubertad, es donde se atraviesan cambios biológicos en sus cuerpos y mentes.

#### **4.1.3. Selección de técnica de recolección de datos**

Para llevar a cabo esta investigación sobre la relación entre Inteligencia Emocional y el Rendimiento Académico, se utilizó instrumentos diseñados por otros investigadores, como es el caso del test de frases incompletas de Sacks y el cuestionario de mataconocimientos elaborado por John Mayer y Peter Salovey, instrumentos que fueron aplicados y respondidos por los estudiantes de los 8vos años. De esta recolección de datos se tomó únicamente los que estaban llenados o señalados todos los ítems; siendo en total 92 estudiantes de los cuales 88 fueron utilizados para la tabulación y elaboración de la respectiva estadística, y el descriptivo para su interpretación, usando técnicas lógicas, de análisis y síntesis; para entender lo que revelan los datos empíricos en relación con el sustento teórico recogido.

#### **4.1.4. Metodología**

Luego de realizar una investigación sobre la literatura que hace referencia a las emociones, y aplicado las herramientas, voy a explicar los resultados obtenidos.

El manejo estadístico parte de la realización de un baremo con los resultados del test de Sacks y el TMMS-24. Los dos test tienen una escala nominal cualitativa de las emociones, que presentan la población encuestada. En cambio el test TMMS 24 (rasgos de metaconocimientos sobre estados emocionales) trabaja con las variables de percepción, comprensión y regulación de las emociones y sus indicadores son: mejorar, adecuado y excelente.

Por su parte, para el rendimiento académico se ha propuesto y clasificado en dos partes para tener referentes de comparación. Por un lado se establece a la población que obtiene calificaciones de 6 y 7 como rendimiento bajo y por otro lado, se pone a la población que tiene rendimiento alto, el mismo que consta de los indicadores de 8 y 9.

Para procesar la información obtenida luego de la aplicación y tabulación de los datos, se procede a y realizar las respectivas relaciones entre las variables emocionales y la variable de rendimiento académico de los estudiantes, para el cual se utiliza el Software SPSS propuesto en el diseño de tesis.

## **4.2. ANÁLISIS DE RESULTADOS**

### **4.2.1. Presentación de variables**

Los instrumentos fueron aplicados a los 8vos, paralelo A, B y C de la unidad Educativa Hernán Cordero, siendo en total 88 estudiantes entre hombres y mujeres. De los cuales se eliminaron aquellas pruebas que estaban incompletas o seleccionadas diferentes opciones en la misma pregunta.



Variables		N	Mínimo	Máximo	Media	Desv. típ.
TMMS-24	Percepción	88	1	3	2,15	,617
	Comprensión	88	1	3	2,08	,551
	Regulación	88	1	3	2,14	,529
Sacks	Área familiar	88	0	2	1,64	,507
	Área de relaciones heterosexuales	88	1	2	1,98	,150
	Área de relaciones interpersonales	88	1	2	1,97	,183
	Área de concepto de sí mismo	88	1	2	1,80	,406
R.A.	Rendimiento académico promedio	88	6	9	7,53	,772
	N válido (según lista)	4				

Las variables que entran en juego dentro de la presente investigación tienen que ver con aquellas que devienen del Test TMMS-24, el cual es para determinar cómo percibe, comprende y regula los estados emocionales, los cuales tienen un valor mínimo de 1 que significa que habría que mejorar, 2 significa que la meta-cognición de las emociones son las adecuadas y 3 significa que el resultado es excelente. En tal sentido, se puede observar que tanto en percepción, Comprensión y Regulación, la mayoría de estudiantes tienden a ubicarse en una situación adecuada.

Por otro lado, se observa que el test de Sacks tiene 3 indicadores (0=Requiere orientación por conflictos emocionales, 1=Conflictos, por los que pueda atravesar y en cualquiera de las áreas que evalúa el test y 2= Normal) lo que se ha presentado con más recurrencia en la muestra estudiada. Sin embargo y principalmente en el caso del área familiar, es donde se observa la existencia del segundo indicador. Mientras que dentro del área heterosexual, interpersonal y concepto de sí mismo los indicadores son normales. Según la media, la mayoría de estudiantes se encuentran dentro del indicador normal.

Finalmente, para el rendimiento académico se presenta indicadores que van desde 6 a 9 sobre 10, lo que significa que los estudiantes se encuentran en un 7 como promedio de calificaciones. Para lo cual se tomara en adelante como bajo rendimiento a aquellos estudiantes que han obtenido un promedio en sus calificaciones inferiores a 7 y como alto rendimiento se tomara a aquellos que han obtenido una calificación sobre 7. Como podemos observar en el cuadro de variables la media supera 7, por lo que la mayoría de estudiantes tendrían un alto rendimiento académico.

**4.2.2. Resultados específicos del test tmms-24 de acuerdo a rendimiento académico.**

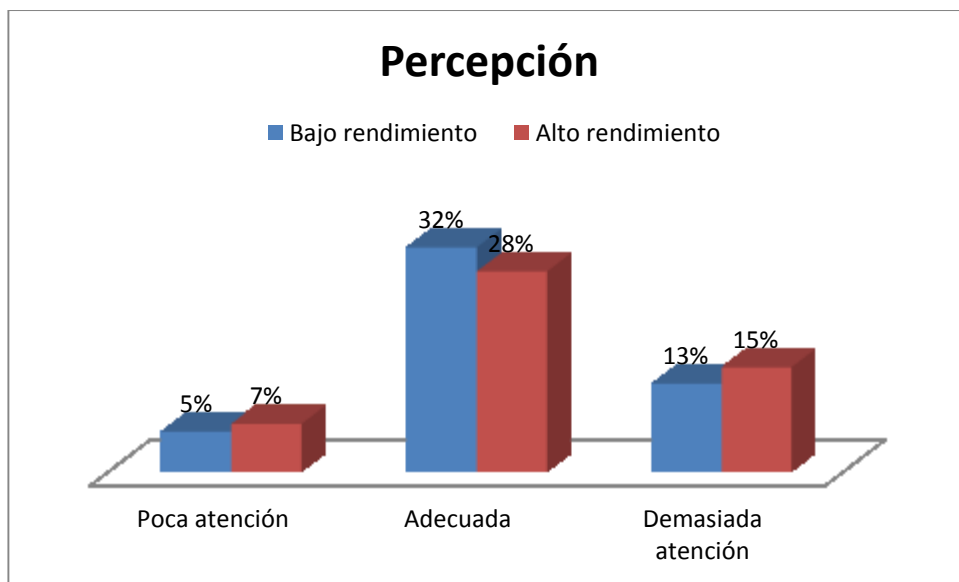
Variables e indicadores		Rendimiento académico		Total emociones
		Bajo rendimiento	Alto rendimiento	
Percepción	Poca atención	5,7%	6,8%	12,5%
	Adecuada	31,8%	28,4%	60,2%
	Demasiada atención	12,5%	14,8%	27,3%
	Total rendimiento	50,0%	50,0%	100,0%
Comprensión	Mejorar	6,8%	4,5%	11,4%
	Adecuada	34,1%	35,2%	69,3%
	Excelente	9,1%	10,2%	19,3%
Total rendimiento	50,0%	50,0%	100,0%	
Regulación	Mejorar	4,5%	3,4%	8,0%
	Adecuada	37,5%	33,0%	70,5%
	Excelente	8,0%	13,6%	21,6%
Total rendimiento	50,0%	50,0%	100,0%	

En este cuadro se puede observar de forma global los tres aspectos que valora el TMMS-24, (percepción emocional, comprensión emocional y regulación emocional) en relación al rendimiento académico.

Como se aprecia, en la percepción emocional según el rendimiento académico, se observa que no existe una asociación directa entre bajo rendimiento y poca atención así como tampoco hay asociación entre el alto rendimiento y la percepción adecuada. Por su parte, la comprensión tiene algo similar pues no existe una asociación directa entre el bajo rendimiento y la necesidad de mejorar.

### Gráficos de la herramienta TMMS-24

#### Percepción

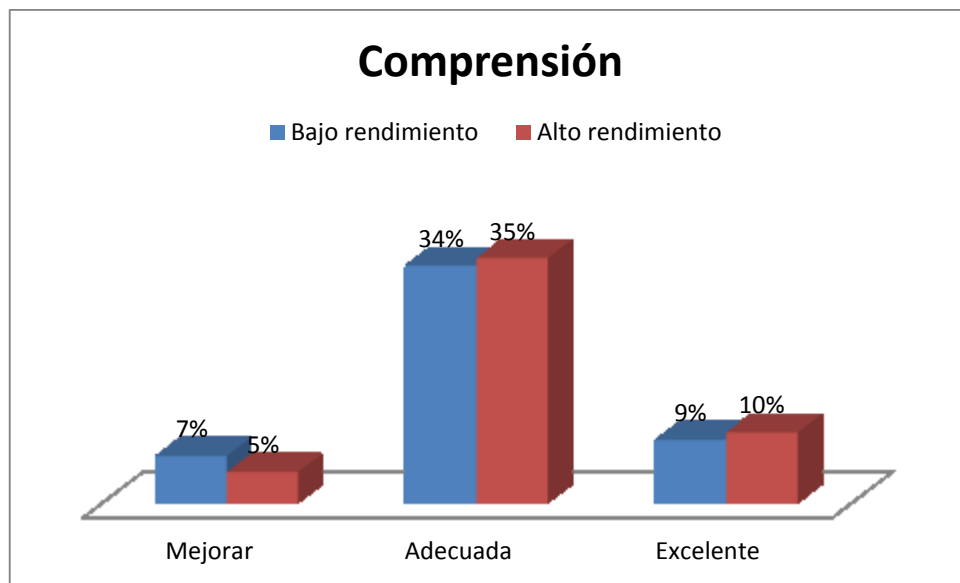


Como se puede ver, en la percepción emocional según el rendimiento académico, se observa que no existe una asociación directa entre bajo rendimiento y la poca atención que los estudiantes prestan a sus emociones, así como tampoco hay asociación entre el alto rendimiento y la percepción adecuada.

Como podemos darnos cuenta en el gráfico de barras, la mayoría de los estudiantes se encuentran en el componente del medio; es decir en una adecuada percepción, sin haber mucha diferencia entre los que se encuentran con alto y bajo rendimiento.

### Gráficos de la herramienta TMMS-24

#### Comprensión

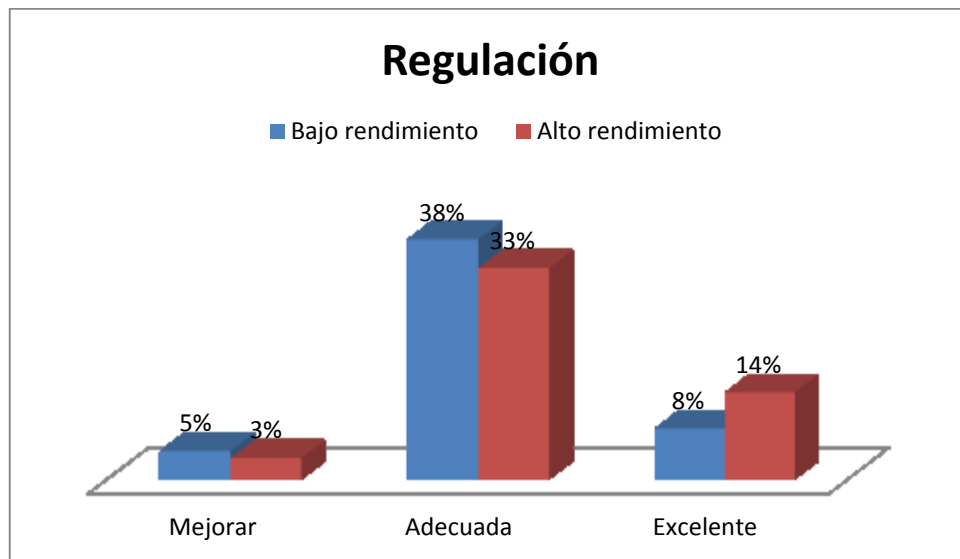


En cuanto a lo que corresponde a la comprensión, encontré una similar relación. En esta variable no existe tampoco una relación significativa con la que pueda decir que a menor comprensión de sus emociones menor rendimiento tendían, por lo que el gráfico nos revela que la mayor parte de los estudiantes se encuentran en adecuada y solo un 7% en que debe mejorar y tiene un bajo rendimiento.

Es entonces que no existe una asociación directa entre el bajo rendimiento y la necesidad de mejorar, así como tampoco se ve que los niños que hayan tenido rendimiento alto tengan una adecuada o excelente comprensión cognitiva. Estas dos variables actúan en forma independiente.

## Gráficos de la herramienta TMMS-24

### Regulación



En este caso, donde los estudiantes deben ajustar sus sentimientos, emociones; encontramos que, tanto los que tienen alto como bajo rendimiento académico, tienen o manejan sus emociones de manera adecuada. Aunque vemos que quienes tienen una excelente regulación adecuada de sus emociones tienen alto rendimiento académico, sin dejar de lado que un 8% de los que tienen control de sus emociones tienen un bajo rendimiento.

#### 4.2.3. Resultados específicos del test de Sack de acuerdo a rendimiento académico

En cuanto al test de Sacks, está constituido por variables que miden posibles conflictos en el área familiar, área de relaciones heterosexuales, área de relaciones interpersonales y área del concepto de sí mismo. A su vez, los indicadores para cada una de estas variables son: no hay dificultad, ligera dificultad, dificultad más generalizada y conflicto definido.

Realizaremos una comparación de las distintas áreas que valora el test de frases incompletas de Sack, cuyo objetivo al aplicar esta herramienta, es detectar si algún conflicto en cualquiera de estas áreas afecta el rendimiento académico de los estudiantes. Las áreas que encontramos en esta prueba son: relaciones con la familiar, relaciones heterosexuales, las relaciones interpersonales y el concepto de sí mismo, con sus miedos y temores.

Variables e indicadores		Rendimiento académico		Total emociones
		Bajo rendimiento	Alto rendimiento	
Área familiar	Requiere orientación	1,1%		1,1%
	Conflicto	17,0%	17,0%	34,1%
	Normal	31,8%	33,0%	64,8%
Total rendimiento		50,0%	50,0%	100%
Área de relaciones heterosexuales	Conflicto		2,3%	2,3%
	Normal	50,0%	47,7%	97,7%
	Total rendimiento		50,0%	50,0%
Área de relaciones interpersonales	Conflicto	2,3%	1,1%	3,4%
	Normal	47,7%	48,9%	96,6%
	Total rendimiento		50,0%	50,0%
Área de concepto de sí mismo	Conflicto	10,2%	10,2%	20,5%
	Normal	39,8%	39,8%	79,5%
	Total rendimiento		50,0%	50,0%

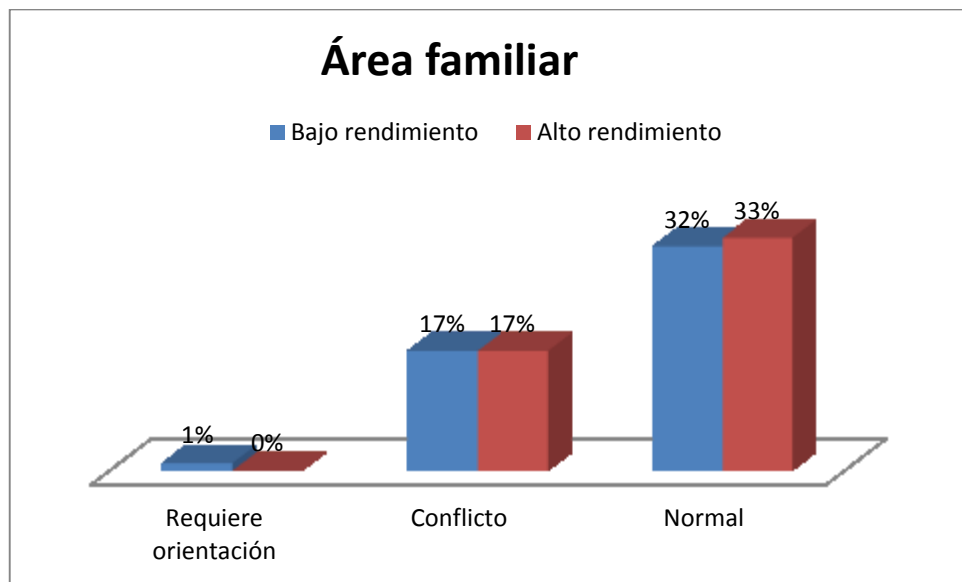
Respecto a los resultados del test de Sack, se puede observar que en el área familiar existe una asociación entre los resultados de bajo rendimiento y los conflictos, así como la falta

de orientación por problemas más graves. En el área de relaciones heterosexuales. Se puede observar que existe una ligera diferencia de los niños que tiene alto rendimiento quienes a su vez también tienen conflicto, aunque puede este tratarse simplemente de un caso disperso.

En lo que respecta al área de relaciones interpersonales, aunque la asociación es baja, se muestra proporcionalidad entre los bajos rendimientos con los conflictos y los estudiantes son altos con la normalidad.

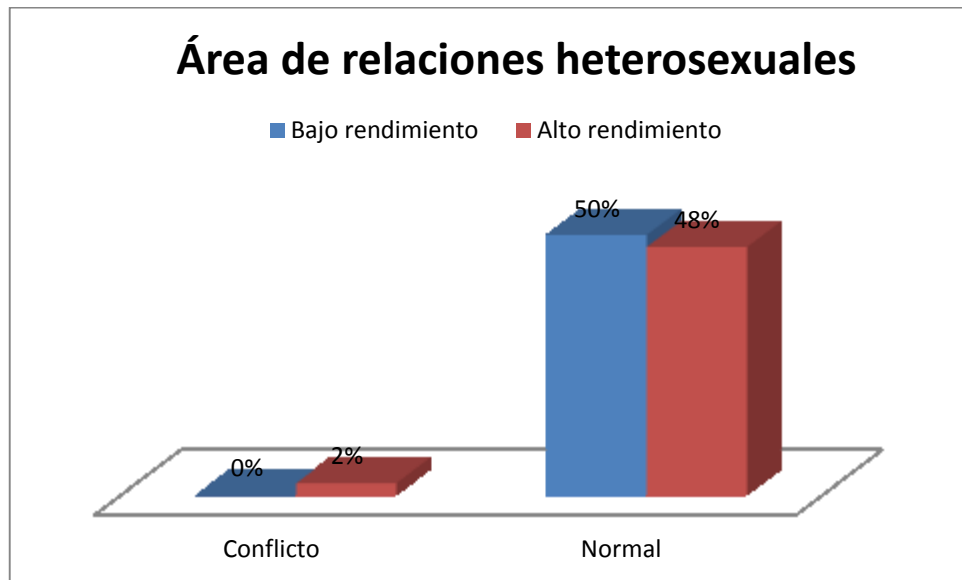
Finalmente, en lo referente al área de concepto de sí mismo, no se observa asociación alguna entre bajo rendimiento y conflicto o entre resultados normales y alto rendimiento, por lo tanto, no existe asociación de variables.

### Variables del Test de Sack con relación al rendimiento académico

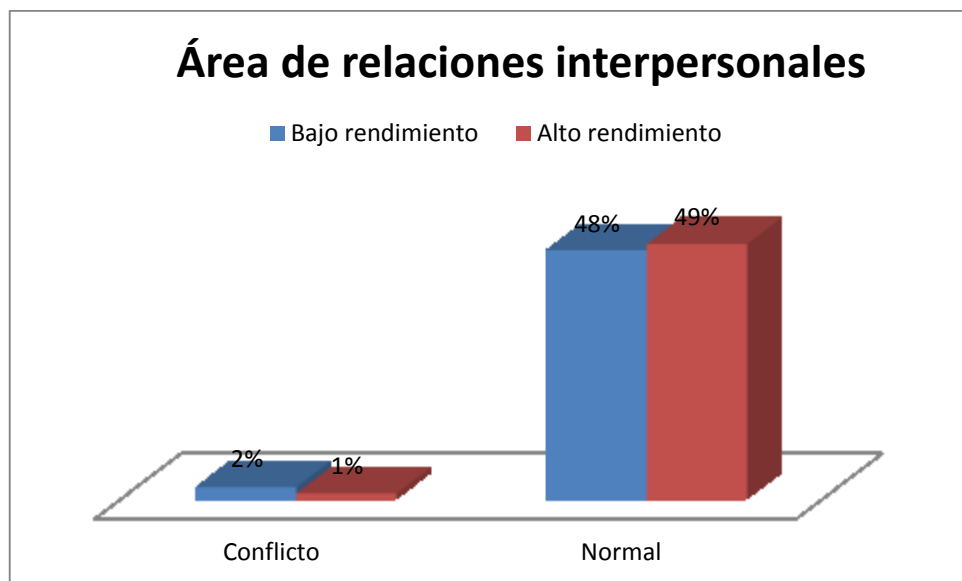


Respecto a los resultados del test de Sack, se puede observar que en el área familiar existe una asociación entre los resultados de bajo rendimiento y los conflictos, así como la falta de orientación por problemas más graves. También observamos en el gráfico un porcentaje de estudiantes que a pesar de tener una relación normal en el seno familiar,

tienen bajo rendimiento, lo cual implicaría que existen otras causas para que se de este suceso.

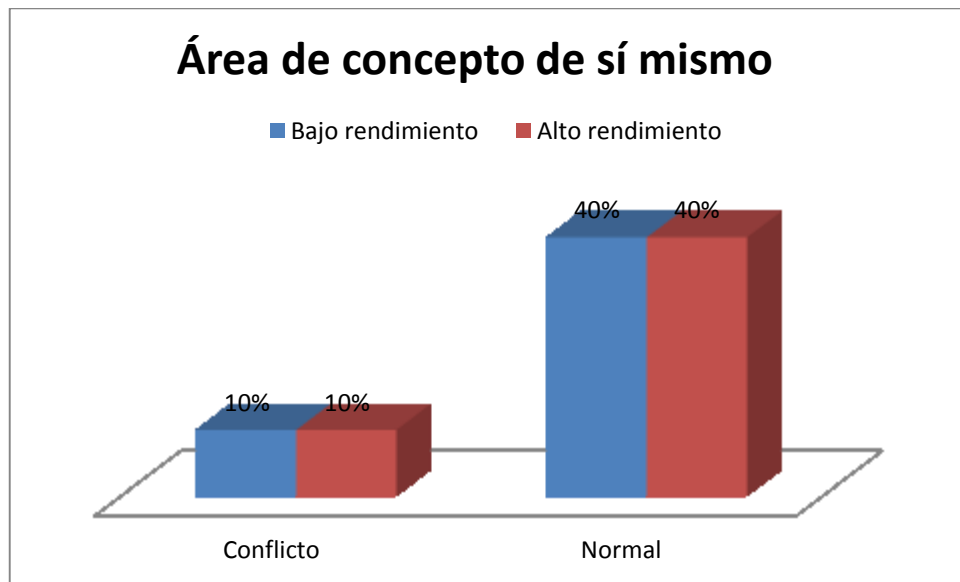


En cuanto al área de las relaciones con el sexo opuesto o el área de relaciones heterosexuales, se puede observar que existe una ligera diferencia de los estudiantes niños que tiene alto rendimiento quienes a su vez también tienen conflicto, pero es una la relación contraria a la que se espera, aunque se trata simplemente de un caso disperso.





En lo que respecta al área de relaciones interpersonales, con los pares, compañeros, profesores, encontramos que, aunque la asociación es baja, se muestra proporcionalidad entre los bajos rendimientos con los conflictos y los altos con la normalidad. Es decir que los estudiantes que se encuentran en el rango de lo normal tienen un porcentaje casi igualitario de alto y bajo rendimiento.



En lo referente al área de concepto de sí mismo, no se observa asociación alguna entre bajo rendimiento y conflicto o entre resultados normales y alto rendimiento, por lo tanto, no existe asociación de variables.

Se diría que los que tienen conflictos personales, tienen un bajo rendimiento, conflictos que podrían estar siendo distractores, pero también vemos que los que se encuentran dentro de lo normal, un alto porcentaje tienen bajo rendimiento, sucediendo de igual manera con el alto rendimiento.

**Resultados globales del test TMMS-24 y el de Sack de acuerdo a rendimiento académico**

Variables generales		Rendimiento académico		Total emociones
		Bajo rendimiento	Alto rendimiento	
TMMS-24 (agrupado)	Mejorar	5,7%	2,3%	8,0%
	Adecuada	43,2%	44,3%	87,5%
	Excelente	1,1%	3,4%	4,5%
Total rendimiento		50,0%	50,0%	100,0%
SACKS (agrupado)	Conflicto	2,3%	1,1%	3,4%
	Normal	47,7%	48,9%	96,6%
	Total emociones	50,0%	50,0%	100,0%

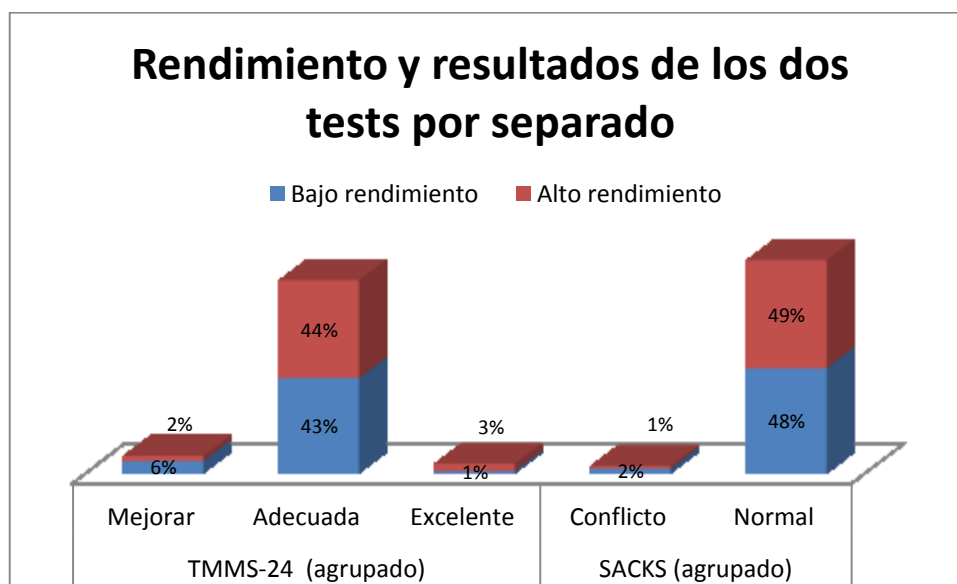
En los siguientes cuadros y gráficos se puede apreciar que los resultados de la herramienta TMMS-24 tienen una asociación proporcional entre bajo rendimiento y las necesidades de mejorar, así como el alto rendimiento y el resultado emocional excelente.

Lo mismo ocurre cuando se presenta los resultados promediados del test de Sacks pues en él se observa que existe una ligera relación entre quienes tienen conflictos y a su vez tienen bajo rendimiento y aquellos que tienen alto rendimiento y se encuentran en una situación normal emocionalmente. Por lo tanto, se prueba la hipótesis planteada para la investigación, misma que plantea que los problemas emocionales presentes en los estudiantes puede traer consigo problemas en el aprendizaje.

		Rendimiento académico		Total
		Bajo rendimiento	Alto rendimiento	
TMMS-24 y Sack (agrupado)	Problemas	11,4%	12,5%	23,9%
	Normal	38,6%	37,5%	76,1%
Total		50,0%	50,0%	100,0%

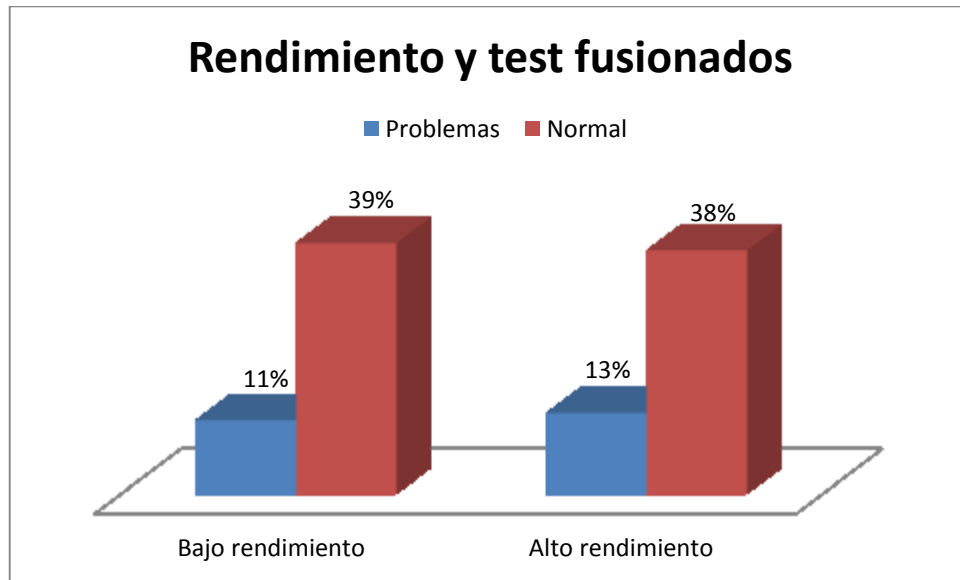
Pese a lo señalado, también se puede observar que si se asocia a los estudiantes emocionalmente bajos del test de Sack y del test TMMS-24, se encuentra no son los mismos pues no existe una asociación entre bajo rendimiento y problemas o alto rendimiento y el indicador normal. Ello implica que cada test está midiendo dos situaciones distintas en la parte emocional.

### Resultados globales del test TMMS-24 y el de Sack de acuerdo a rendimiento académico



Se puede apreciar que los resultados del test TMMS-24 tienen una asociación proporcional entre bajo rendimiento y las necesidades de mejorar, así como el alto rendimiento y el resultado emocional excelente. Lo mismo ocurre cuando se presenta los resultados

promediados del test de Sacks, pues en él se observa que existe una ligera relación entre quienes tienen conflictos y a su vez, tienen bajo rendimiento. Aquellos que tienen alto rendimiento y se encuentran en una situación emocionalmente normal. Por lo tanto, se prueba la hipótesis planteada para la investigación, misma que plantea que los problemas emocionales presentes en los estudiantes puede traer consigo problemas en el aprendizaje.



Pese a lo señalado, también se puede observar que si se asocia a los estudiantes emocionalmente bajos del test de Sack y del test TMMS-24, se encuentra no son los mismos pues no existe una asociación entre bajo rendimiento y problemas o alto rendimiento y el indicador normal. Ello implica que cada test está midiendo dos situaciones distintas en la parte emocional. Una la forma en que los estudiantes manejan sus emociones, mediante la percepción, comprensión y regulación de los mismos y la otra midiendo si los posibles conflictos en determinadas áreas, puede influir en el sobre el rendimiento académico de los estudiantes de los octavos años.

En conclusión puedo decir que, cuando se aplicó el Test de frases incompletas de sacks obtuvimos como resultado aceptables en las áreas que este evalúa, excepto en el área de las relaciones familiares, donde un porcentaje de estudiantes tienen cierto grado de conflicto, ya sea con su padre, madre o algún otro miembro de la familia y por ende tienen

un rendimiento académico bajo, situación que también sucede con los estudiantes que sin tener estos conflictos tienen un bajo rendimiento. Pero también vemos que la mayoría de los estudiantes se encuentran en el término de normal en percepción, comprensión y regulación de las emociones. Se puede concluir que los estudiantes aunque tengan problemas que les preocupan, manejan sus estados emocionales o quizá se refugian en el estudio o podrían ser otras las causas de su bajo rendimiento académico.

## CAPITULO V

### PROPUESTA PARA TRABAJAR LAS EMOCIONES EN LOS ESTUDIANTES

#### PROPUESTA

Después de revisada la parte estadística y analizar las relaciones que se pudieron establecer, realizamos la descripción de la propuesta, con sus respectivos beneficiarios y el cronograma tentativo, el cual puede ser modificado si así lo requieren las necesidades de los estudiantes de la Institución donde se realizó la investigación.

*“Los maestros fascinantes ayudan a sus alumnos a gestionar pensamientos, trabajar emociones y superar conflictos. Transformar la información en conocimientos y el conocimiento en experiencia”. Augusto Cury*

#### 5.1. Tema

Propuesta de intervención para trabajar las emociones en los estudiantes de los 8vos años de la Unidad Educativa “Hernán Cordero” del cantón Cuenca.

#### Fundamentos

Como es sabido, vivimos en un ambiente que está sujeto a constantes cambios, donde todos las personas reaccionamos de la misma manera ante sus complejidades e incertidumbres, es por ello que tanto como docentes, padres de familia, estudiantes debemos estar preparados para enfrentarnos a estas situaciones, ser personas capaces de enfrentarnos y motivarnos a salir adelante, aplicando las capacidades de la inteligencia emocional para entender y comprender las nuestra y de esta manera también las de los demás. Por lo tanto esta propuesta está encaminada a mejorar las habilidades de la IE y de esta manera ser mejores personas cada día, en nuestros estudios, trabajo, familia y medio en el que nos desenvolvamos.

## **5.2. Beneficiarios**

Los beneficiarios directos de la presente propuesta serán los estudiantes del 8vo año de la Unidad Educativa “Hernán Cordero”, así como también los docentes de la institución educativa, por lo que se dispondrán de referentes teórico y prácticos para abordar proceso de enseñanza aprendizaje en cuanto a las habilidades emocionales.

## **5.3. Ubicación**

La propuesta tiene como escenario de intervención la Unidad Educativa “Hernán Cordero”, de la ciudad de Cuenca, ubicada en la Avenida 3 de noviembre y unidad nacional. Esta propuesta será aplicada por la Psicóloga responsable del Departamento de Orientación y Bienestar Estudiantil (DOBE) y con el apoyo de los profesores y personal administrativo de la institución antes mencionada.

## **5.4. Justificación**

Los contenidos teóricos, matemáticas, sociales, naturales, lengua, que se imparten dentro de las instituciones educativas tienen gran importancia, pero realmente en qué lugar quedan si no somos capaces de adoptarlos correctamente a nuestra vida diaria, tanto para nuestra adaptación como para la de los demás. Es por eso que anteriormente se estableció una relación muy importante entre el cerebro que piensa y el cerebro que siente, los dos trabajan en conjunto. Es por ello, que se da la necesidad de enseñar a los estudiantes a dominar, manejar comportamientos y emociones de manera adecuada y a entender aquellos que se den en el resto de la sociedad, es decir comprender la Inteligencia Emocional como un contenido transversal.

Un estudiante, sin importar condición social, económica o intelectual, debe aprender cuán importante es tener una adecuada inteligencia emocional, sin dejar de lado la parte cognitiva. Es decir, entrelazar las habilidades emocionales como: autoconocimiento, autorregulación, motivación, empatía y habilidades sociales; las cuales les servirán y permitirán alcanzar el rendimiento académico deseado, obteniendo beneficios para sí mismo y también con los

demás, ya sea compañeros de estudio, grupo de pares, profesores o familiares, de esta manera serán personas de éxito con el accionar de cada día.

## **5.5. Objetivos**

### **5.5.1 Objetivo general**

- Plantear estrategias específicas de trabajo en el aula, que fortalezcan las habilidades de la inteligencia emocional, en los estudiantes del octavo de básica, de la escuela Hernán Cordero.

### **5.5.2. Objetivos específicos**

- Concienciar a los docentes en la utilización de la Inteligencia emocional en el aula de clases.
- Establecer relaciones equilibradas, constructivas y solidarias con los estudiantes.
- Desarrollar en el alumnado habilidades de comunicación y escucha asertiva y expresión de sentimientos.
- Identificar y controlar las emociones, mediante el conocimiento de uno mismo.
- Identificar los propios sentimientos, emociones, necesidades o preferencias, y ser capaces de denominarlos, expresarlos y comunicarlos a los demás, identificando y respetando, también, los de los otros.

## **5.6. Descripción general de la propuesta**

Lo que pretendo con el planteamiento de esta propuesta, es una metodología participativa, donde los propios estudiantes, a partir de conceptos, videos y reflexiones, dinámicas sean los que vayan creando su aprendizaje.

Las actividades las pondré más adelante.

Serán actividades de fortalecimiento social y aprendizaje dentro del aula, integrando a todos, no solo en el aula si no en todos los entornos que le rodean.



Primeramente los profesores, directivos y personal de la institución, deberán concienciarse sobre la importancia de la inteligencia emocional en la educación, ya sea leyendo la tesis o libros de la bibliografía o interés personal.

Luego a manera de taller, en un ambiente que sea el aula se trabajara con los estudiantes, los directivos, docentes, encabezada por los responsables del Departamento del DOBE, ya sea por paralelos o todos juntos las actividades descritas más abajo.

Los estudiantes a medida que vayan trabajando en el taller deberán ir construyendo sus aprendizajes y sacando conclusiones que le sean útiles y aplicables a su vida, académica, familiar o social.

### **7.7.Cronograma**

<b>Objetivo</b>	<b>Actividad</b>	<b>Recursos</b>	<b>Responsable</b>	<b>Tiempo</b>	<b>Indicador de logro</b>
Concienciar a los docentes en la utilización de la Inteligencia emocional en el aula de clases	-Que los profesores lean la teoría de inteligencia emocional desarrollada en la tesis -autogestión para capacitaciones permanente con personas expertas en el tema.	-tesis -Bibliografía -Libros que constan en la bibliografía y otros de interés. Profesionales expertos en el tema.	Departamento del DOBE. -Docentes -Directivos	Variable, de forma anticipada a realizarse el taller con los estudiantes	Profesores con más empatía hacia los estudiantes.
Introducción del taller a los estudiantes	-Antes de iniciar se dará la bienvenida a los estudiantes de los octavos años. -Se les hará conocer cuál es el cronograma a desarrollarse durante el taller. -Se establecerá reglas de convivencia y orden para un normal funcionamiento del mismo. -La participación es libre y responsable, donde se adquirirá experiencias valiosas.	Persona o tutor que llevara la dirección del taller.	Departamento del DOBE. -Docentes -Directivos	10 minutos	Estudiantes con aceptación y predisposición a emprender un nuevo reto

<p>Establecer relaciones equilibradas, constructivas y solidarias con los estudiantes.</p>	<p>-Charla sobre la empatía          -Organizarles por grupos de 10.          -dinámica “Conociéndonos” pedirles que se sienten cara a cara.          -Pedirles que se miren durante 10 segundos.          Escribir lo que sienten en un papelote.          -Plenaria de lo que escribieron.          -Presentación del video sobre empatía-comprender mejor a los demás.          -En grupo sacar reflexiones para nuestra vida, compartirla con los demás.          La cadena de la empatía video.  <u><a href="http://www.youtube.com/watch?v=nkuF1ldWXTM">www.youtube.com/watch?v=nkuF1ldWXTM</a></u>          Conclusión y presentación del video “La cadena de la empatía”.</p>	<p>Salón          Sillas          Computador          CD de los videos          Proyector          Música de relajación          Papelotes          Marcadores          Cuadernos          Esferos          Cinta adhesiva</p>	<p>Departamento del DOBE.          Docentes          Directivos</p>	<p>1 hora y media</p>	<p>Aulas con más aceptación y compañerismo</p>
<p>Desarrollar en el alumnado habilidades de comunicación y escucha</p>	<p>Presentación          Dinámica del teléfono dañado. Se pedirá a 10 estudiantes que pasen al frente y se enumeren.          -El facilitador le dirá al oído al primer estudiante un mensaje “<b>Dicen que 483 personas están atrapadas bajo un derrumbe, después que pasó el ciclón se</b></p>	<p>-Estudiantes          -Frase para la dinámica el teléfono dañado.          -Expositor          -Papelotes</p>	<p>Departamento del DOBE.          Docentes          Directivos</p>	<p>1 hora y media</p>	<p>Estudiantes que se comuniquen de y expresen sus ideas sentimientos</p>

<p>activa y expresión de sentimientos.</p>	<p><b>inició el rescate. Se han movilizado miles de personas llevando medicinas, vendas y otros elementos. Pero otros piensan que no fue el ciclón, sino un atentado e intento de secuestro, pues hay gente de mucho dinero entre los atrapados”.</b></p> <p>-El primero pasara el mensaje al segundo y así sucesivamente hasta el final.</p> <p>-El último estudiante escribirá en la pizarra lo que escucho y también se leerá el mensaje original.</p> <p>- El presentador realizará una discusión que permita reflexionar que la distorsión de un mensaje se da por no tener claro el mensaje y escuchar con atención, por lo general se nos graba en la memoria aquello que nos llama más la atención, o lo que creemos que es importante. Permite discutir cómo nos llegan en realidad las noticias y acontecimientos, y cómo se dan a conocer; esto depende del interés y de la interpretación que se le da.</p>	<p>-Marcadores</p> <p>-Cinta</p>			<p>sin temor al rechazo.</p>
--	---	----------------------------------	--	--	------------------------------

	<p>También se escuchara cosas que no estaban inmersas en el mensaje original.</p> <p>-Se pedirá a los estudiantes que escriban como lo pueden aplicar para mejorar en su vida.</p> <p>-Poner música con diferentes sonidos de la naturaleza y con ello practicar la habilidad de escuchar.</p>				
<b>Receso o refrigerio</b>					
<p>Controlar las emociones, mediante el conocimiento de uno mismo.</p>	<p>-Un maestro de la Institución entrará insultando a los estudiantes, sin que ellos se den cuenta de que es una actuación para provocar reacciones en ellos y ver su forma de controlar sus emociones en ese momento.</p> <p>-El facilitador pedirá que formen grupos y contesten las siguientes preguntas.</p> <p>-¿Cómo me sentí?</p> <p>-¿Me pareció justo la forma de tratarnos?</p> <p>-¿Cuál es la forma correcta en la que podría decir las cosas?</p> <p>-¿tiene algún parecido con mi vida?</p> <p>-¿Qué haría yo para controlar mis emociones?</p>	<p>-Salón</p> <p>-Maestro</p> <p>-Facilitador</p> <p>-Papelotes</p> <p>-Marcadores</p> <p>-laptón - Videos</p>	<p>Departament o del DOBE.</p> <p>Docentes</p> <p>Directivos</p>	<p>45 minutos</p>	<p>Estudiantes más seguros de sí mismo, con mejor dominio de sus emociones.</p>

	<p>-Luego expondrán los grupos en papelotes.</p> <p>-Presentación del video ¿porque te enojas? "la furia y la tristeza"  <a href="http://www.youtube.com/watch?v=QVxzdD587dE">http://www.youtube.com/watch?v=QVxzdD587dE</a></p> <p>-Los estudiantes en los grupos anteriores formularan estrategias que ellos podrían usar, para regular las emociones identificadas por ellos mismo.</p> <p>Como sugerencia o ejemplo: la técnica del semáforo. Adjunto en anexos.</p>				
<p>Identificar los propios sentimientos, emociones, necesidades o preferencias, y ser capaces de denominarlos, expresarlos y</p>	<p>-Descripción de los sentimientos ira, tristeza, alegría. Se comenzara presentando un video sobre la identificación de los sentimientos. Identifica tus emociones y sentimientos.  <a href="http://www.youtube.com/watch?v=3vFjUaef630">http://www.youtube.com/watch?v=3vFjUaef630</a></p> <p>-A cada estudiante se le pedirá traer una revista, tijera y goma con anterioridad.</p> <p>-Se les entregara la hoja en blanco y se les dirá que recorten y peguen personas que sientan, tristeza, alegría, miedo, sorpresa, vergüenza.</p>	<p>-computador  -videos  -Papelotes  -Estudiantes  -Facilitador  -Marcadores  -hojas de bond  -Revistas  -Goma  -Tijeras</p>	<p>Departament o del DOBE.  Docentes  Directivos</p>	<p>1 hora y media</p>	<p>Reconocimiento de las emociones, conocerse a sí mismo y saber solucionar sus dificultades que se les presente.</p>

<p>comunicarlos a los demás, identificando y respetando, también, los de los demás.</p>	<p>-Luego se pegara al frente y con el facilitador se irán analizando cada una.</p> <p>-Se pedirá a los estudiantes que escriban tres acontecimientos tristes y tres acontecimientos felices en su vida.</p> <p>-Con ellos que elaboren una carta donde acepten que sus momentos tristes y felices son parte de su vida, que lo importantes aceptarlos y salir adelante.</p> <p>-Ponerles la canción de Carlos Vives “Que bonita es esta vida”.</p> <p>-Sacar una reflexión conjunta y la forma en la que podríamos aplicarla a nuestra vida.</p> <p>-Finalizamos poniendo el video “Tu puedes aunque te digan lo contrario”  <a href="http://www.youtube.com/watch?v=hzcJ4YRKL4Q">http://www.youtube.com/watch?v=hzcJ4YRKL4Q</a></p>				
<p>Evaluación del taller</p>	<p>El taller finalizara con reflexiones positivas, para aplicarlas a la vida, ya sea en las aulas, con sus familias, amigos y con la sociedad en general, partiendo de compromisos para el cambio. Además se pedirá a los estudiantes</p>	<p>Esferos Hojas de evaluación</p>	<p>Departament o del DOBE. Docentes Directivos</p>	<p>10 minutos</p>	<p>Estudiantes motivados y con mayor facilidad para enfrentar problemas.</p>

	<p>que evalúen el taller formulando las siguientes preguntas.</p> <p>¿Qué les pareció el taller y los temas trabajados?</p> <p>¿Me han favorecido los temas presentados en mi desarrollo personal?</p> <p>¿Le gustaría que se sigan dando este tipo de talleres?</p> <p>¿Qué sugerencias haría para mejorar el taller para próximas ocasiones?</p> <p>Estas preguntas se evaluarán para corregir algunas falencias que pudieran existir.</p>				
--	--	--	--	--	--



## 5.8. Conclusiones

Luego de realizar el análisis de los datos estadísticos se pueden obtener las siguientes conclusiones:

- ✓ Se prueba la relación existente, por separado, el test de Sack y del test TMMS-24 con el rendimiento escolar. Es decir, hay asociación entre los problemas encontrados con el test de Sacks y el bajo rendimiento y lo mismo ocurre con el test TMMS24. Sin embargo, puesto que los dos miden variables distintas, se ha determinado que dicha asociación de bajo rendimiento y problemas, no ocurre en los mismos estudiantes.
- ✓ La relación más cercana encontrada entre inteligencia emocional y rendimiento académico, es que, algunos procesos emocionales pueden provocar en los estudiantes dificultad para concentrarse y recordar, dando como resultado un trabajo no tan satisfactorio en cuanto al trabajo escolar.
- ✓ Los estudiantes, aunque no todos, se encuentran dentro de los parámetros aceptables para llevar una vida emocional tranquila, se encontró que perciben sus emociones, las comprenden y regulan sin ningún problema, es decir, saben cómo comportarse y resolver determinados conflictos, sin llegar a alterarse mayormente y perjudicar su rendimientos en los estudios.
- ✓ Como se dijo anteriormente, los resultados no arrojan datos que puedan ser generalizados y adjudicados a la falta de habilidades emocionales, más bien se debería explorar otras razones por la que ciertos estudiantes pueden tener un rendimiento poco plausible.
- ✓ Lo que sí se pudo determinar con el test de Sacks, es que existen problemas en los estudiantes en las relaciones con sus padres, las cuales pueden ser un distractor para que los estudiantes no se concentren en su tareas académicas, debido a que hay sentimientos que pueden estar ocasionando conflictos de los cuales necesitan su tiempo y proceso para solucionarlo.

## 5.9. Recomendaciones

La inteligencia emocional en todos los seres humanos van cambiando con el pasar del tiempo, pero este no es un aprendizaje al azar, lo podemos ir mejorando día tras día, es por eso que se le da a conocer las siguientes sugerencias.

- Como docentes aprender a identificar, conocer y controlar sus propias emociones, para que estas no tengan influencia luego ante los estudiantes.
- Antes de iniciar clase, evaluación o exposiciones, enseñar o comenzar con una técnica de relajación, para rebajar tensiones y se sientan tranquilos y más animados.
- Realizar proyectos de arte, pinturas, artes plásticas, en arcilla, con el teatro, baile, danza; espacios donde los estudiantes puedan expresar sus sentimientos y emociones a través de ellas.
- Proporcione al estudiante frases positivas, cuando realice algo bien
- Trabajar junto con los padres para crear e implementar un plan educacional, para cumplir las necesidades de cada alumno.
- Comparta información sobre cómo le vaya al estudiante, en el aula como en casa.
- Utilizando los TIC (tecnología informática computarizada) realizar exposiciones sobre videos o música motivacionales.
- Ante algún conflicto practicar técnicas de negociación y mediación, para así evitar las grescas entre los compañeros del aula.
- Implementar programas de ayuda social en las instituciones como: visitar a los enfermos, leer un libro a los adultos mayores, llevar obsequios elaborados con nuestras manos a niños/as que necesitan más que nosotros y así desarrollen más la empatía.
- Enviar tareas que involucren actividades con la sociedad, con la familia, con los pares.
- También pueden escribir cartas sobre lo que sienten, en determinadas situaciones y luego escribir las posibles soluciones que encuentren.
- Incentivar al estudiante para que realice un proyecto de vida y lo revise cada vez, para ver cómo va avanzando y alcanzando sus metas

## 5.10. BIBLIOGRAFÍA

- Extremera, N. y Fernández-Berrocal, P. (2004). *El papel de la inteligencia emocional en el alumnado: evidencias empíricas*. Revista *Electrónica de Investigación Educativa*, 6 (2). Consultado el día noviembre 30 del 2011.
- Olvera Y, López B, Domínguez A, (2002) *Inteligencia emocional*, editado en México plaza y Valdés, S.A. de C.V.
- Fernández, P. Ruiz, D. (2008). *La inteligencia emocional en la Educación*. Revista electrónica de investigación Psicoeducativa. Vol. 6 (2). 421-436.
- Fernández, P. Extremera, N. (2005). *La Inteligencia emocional y la educación de las emociones desde el modelo de Mayer y Salovey*. Revista interuniversitaria de formación del profesorado. 19 (3).
- Fernández-Berrocal P y Extremera Pacheco N, (2002), *La inteligencia emocional como una habilidad esencial en la escuela*, OEI-Revista Iberoamericana de Educación (ISSN: 1681-5653) Universidad de Málaga, España.
- Shapiro, Lawrence E., (1997) *La inteligencia emocional de los niños*, Vergara Editor, S.A. México.
- Olvera Y., (2007), *Inteligencia emocional en el ámbito académico*, ESIME-Culhuafcan, IPN, Facultad de Psicología, UNAM.
- Extremera, N. y Fernández-Berrocal, P. (2003). *La inteligencia emocional: Métodos de evaluación en el aula*. Revista Iberoamericana de Educación, 30, 1-12.

- Bisquerra, R. (2003). *Educación emocional y competencias básicas para la vida*. Revista de Investigación Educativa, 2003, Vol. 21, n. ° 1, págs. 7-43.
- Howard G., (2005), *Inteligencias múltiples, la teoría a la práctica*, Editores Barcelona, Paidós Ibérica.
- Lantieri L., (2009), *Inteligencia emocional Infantil y juvenil, ejercicios para cultivar la fortaleza interior en niños y jóvenes*. España: Editorial Aguilar.
- Goleman D. (1995). “*Inteligencia emocional*”, Barcelona: editorial Kairos
- Martínez, J. (2003). *Como ser persona y no morir en el intento*. Bolivia: Editorial La hoguera.
- Domjan M. (2010). *Principios de aprendizaje y conducta*. México: Cengage Learning Editores.
- Acosta, A. (2008), *Educación emocional y convivencia en el aula*, España: editorial Egraf. S.A.
- Bustos, M. Gauchichulca, N. (2010). *Propuesta para la aplicación de la inteligencia emocional en el liderazgo del talento humano dentro del Servicio de Rentas Internas Regional Austro Cuenca*. Ecuador: Editado La huella digital.
- Jiménez, J. (2009). *Como influyen las interrelaciones de la familia nuclear, al proceso académico del niño*. Ecuador.
- Mendia, R. Flores, R. (2003), *Aprendiendo a convivir: una propuesta para la educación intercultural para trabajar con niños y niñas de 8 a 12 años*, España-Bilbao: Edición Edex.

- Técnica para la regulación de las emociones  
<http://www.mibebeyyo.com/ninos/salud-bienestar/psicologia-infantil/tecnica-semaforo-5361>
- Informe sobre la inteligencia emocional en el aprendizaje  
<http://redie.uabc.mx/vol6no2/contenido-extremera.html>
- Programa de educación emocional para la prevención de la violencia  
<http://www.Cefirelda.infoville.net>
- Técnicas para mejorar la inteligencia emocional de las personas.  
<http://www.psicologaemocional.com/>

## ANEXOS

### ANEXO 1: PROYECTO DE TESIS

#### ESQUEMA DE TESIS

ANÁLISIS DE LA RELACIÓN ENTRE INTELIGENCIA EMOCIONAL Y EL RENDIMIENTO ACADÉMICO EN ESTUDIANTES DE LOS OCTAVOS AÑOS DE LA UNIDAD EDUCATIVA HERNAN CORDERO DEL CANTON CUENCA, PERIODO 2012-2013.

#### PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

En la actualidad se han presentado muchos problemas de aprendizaje: dislexias, discalculia, disgrafias en los estudiantes, para los cuales se han elaborado planes de recuperación en cuanto aparecen, pero también es cierto que en las instituciones no se toman en cuenta la inteligencia emocional, ni se realizan planes para mejorarlas o rescatar, siendo estas importantes por lo que pueden obstruir o estar relacionadas de alguna manera a los aprendizajes que se den, es decir, ¿Los problemas emocionales influirán en el rendimiento académico de un estudiante?.

La Inteligencia emocional es considerada como la *“capacidad de reconocer nuestros propios sentimientos, los sentimientos de los demás, motivarnos y manejar adecuadamente las relaciones que sostenemos con los demás y con nosotros mismos”* (Daniel Goleman, 1995).

El estudiante se desenvuelve en un ambiente familiar, escolar y social donde interactúan con una diversidad de personas, y es desde sus inicios que se tiene que empezar a conocer y controlar sus emociones y las de los demás, está claro que como ser social tiene emociones que pueden ser sentidas por las otras personas y hay que aprender a controlar y manejar. Para ayudarnos a conocernos a nosotros mismos, observaremos nuestros cambios de ánimo y los pensamientos que tenemos acerca de estos estados.

Creo que es importante estudiar a las emociones porque de ellas depende en gran parte el desarrollo del ser humano, ya que si una persona no está bien emocionalmente podría realizar sus actividades de una manera no muy satisfactoria, mientras que una persona que está bien emocionalmente será más hábil. Una persona que no sabe

controlar sus emociones tendrá efectos negativos o sea emociones negativas como son la tristeza, resentimiento, frustración entre otras que se quedarán reprimidas.

Una persona que aprende a controlar sus emociones se motivará el mismo y en cuanto a las emociones de los demás aprenderá a ser empático con las necesidades de otros a ponerse el lugar de ellos. El modo en que los niños y las niñas se manifiestan y demuestran sus comportamientos pone en evidencia que está estrechamente relacionado con las emociones. (Fernández, 2002)

Si se lograra integrar la inteligencia emocional en el aprendizaje los estudiantes podrían tener más control de sus sentimientos y se evitaría que se llenen de sentimientos negativos que dañarían la parte social, área muy importante para el normal desenvolvimiento de los estudiantes tanto en las académicas como en las familiares y vida social en general.

Los efectos que producen las emociones negativas en los estudiantes pueden empezar por bajas calificaciones, cambios de conducta o incluso una emoción no tratada a tiempo puede hacer que el sentimiento negativo crezca y perdure, la idea no es eliminar la emoción, si no de que se aprenda a controlar y darse cuenta de por qué se encuentra presente determinada emoción y cuál sería la actitud adecuada para mejorar o convertir en una actitud positiva.

Creo que se relacionan la calidad de aprendizaje con las emociones porque si no se concentra o se está con apatía todo lo que aprendamos será un aprendizaje de corto plazo, nuestra mente estará ocupada hacia nuestros propios problemas y desviará la concentración hacia estos, entorpeciendo de esta manera el proceso cognitivo que se necesita para que se dé el aprendizaje a largo plazo.

Aunque los trastornos emocionales no son un descubrimiento nuevo, no son tan tomados en cuenta a la hora de evaluar un problema académico, estos alumnos con problemas emocionales como la ansiedad, depresión, entre otros quienes no aprenden, se encierran en su estado de ánimo y no asimilan y manejan bien la información. La capacidad de retención se ve limitada y las actividades que se están realizando pasan a un segundo plano.

## **JUSTIFICACIÓN**

Frente al desinterés de muchos profesionales, por la parte emocional, quiero investigar, cual es la relación que hay entre, la inteligencia emocional, y el efecto que tiene esta en el rendimiento académico del niño.

Por medio de esta investigación quiero, brindar al profesional de la educación y a los padres de familia, elementos que les sirvan para abordar las emociones de los hijos y alumnos; que aprendan a controlar y manejar las emociones positivas y negativas. Porque, considero que en los problemas de aprendizaje que se encuentran en las aulas, unos están relacionados con la inteligencia emocional.

Espero que a través de esta investigación se dé la debida importancia a los problemas emocionales de nuestro alumnos, trabajar no solo cognitivo sino en las necesidades individuales afectivas de cada sujeto, potenciar habilidades en los estudiantes para que ellos sean capaces de afrontar y lidiar solos con sus emociones y adaptarse de un modo satisfactorio realizando una intervención oportuna y segura y así evitar fracasos escolar por motivos emocionales.

## **OBJETIVOS**

### **Objetivo general**

- Analizar la relación entre la inteligencia emocional y el rendimiento académico en los estudiantes de los octavos años de la Unidad educativa “Hernán Cordero”.

### **Objetivos específicos**

- Establecer un marco teórico, sobre la inteligencia emocional.
- Establecer parámetros de rendimiento académico.
- Establecer la relación entre la inteligencia emocional y su influencia en el rendimiento académico del estudiante.
- Proponer medios, para que los profesores y padres de familia, aprendan a manejar las situaciones afectivas.



## MARCO TEÓRICO

El concepto de inteligencia emocional aparece por primera vez con los autores Peter Salovey y John Mayer. Pero luego resurgió con Daniel Goleman, quien dice en su libro de Inteligencia Emocional que más allá de tomar en consideración los aspectos cognitivos e intelectuales hay que tomar en cuenta el mundo emocional y social para alcanzar un mayor bienestar laboral, personal, académico y social aunque Goleman se enfoca a una vista comercial.

Algunos autores han definido el término inteligencia emocional con algunas discrepancias en los componentes que la conforman pero todos están de acuerdo que estos factores emocionales hacen que la vida sea llevadera, proponiendo la siguiente definición, “inteligencia emocional como un subconjunto de inteligencia social que comprende la capacidad de controlar los sentimientos y las emociones propias así como las de los demás“. (Schneider, 2003)

La forma en que los niños manifiestan sus comportamientos están estrechamente relacionados con la teoría desarrollada por el psicólogo y profesor de la Universidad de Harvard Daniel Goleman este establece la importancia de educar la inteligencia emocional especialmente en niños, debido a que las personas estamos en constante cambio, los padres y profesores sabemos que cambios van teniendo nuestro niños a qué edad hacen determinadas actividades de igual manera es importante que tomemos en cuenta las emocionales, ante algún problema podamos intervenir, hay la posibilidad de desarrollar hábitos que nos ayuden a aumentar la inteligencia emocional y de esta modo mejorar las habilidades sociales y emocionales como la empatía, el control de nuestro genio, la autonomía, la amabilidad, la capacidad de adaptación y la capacidad para resolver situaciones específicas.

Las emociones como son: la tristeza, la alegría, el resentimiento, la vergüenza, la soledad, la impotencia, la melancolía, la compasión, son experiencias por las que pasaran las personas en algún momento de sus vidas Son emociones que nos separan y nos unen unos con otros, que nos hacen entrar en conflicto, que nos hacen disfrutar, pero también padecer. Pero ¿cómo se producen? ¿Qué partes del cerebro intervienen en el proceso emocional? ¿Dependen de uno mismo o son incontrolables? ¿Qué repercusiones pueden tener en el aprendizaje? (Mailxmail, 2008).

Investigaciones recientemente, han publicado que las carencias en las habilidades de inteligencia emocional (estudios realizados en estudiantes universitarios) en estas investigaciones encontraron que cuatro áreas fundamentales donde la falta de inteligencia emocional facilita la aparición de problemas entre los estudiantes De forma resumida, Extremera y Fernández-Berrocal los problemas del contexto educativo asociados a bajos niveles de Inteligencia Emocional serían cuatro:

1. Déficit en los niveles de bienestar y ajuste psicológico del alumnado.-Donde Salovey y Mayer dice que existen cuatro componentes que nos ayudan a entender el desarrollo de las emociones como la percepción, asimilación, comprensión y regulación, para conocer los procesos emocionales básicos y ayudan a comprender mejor el rol mediador de ciertas variables emocionales de los alumnos y su influencia sobre su ajuste psicológico y bienestar personal.
2. Disminución en la cantidad y calidad de las relaciones interpersonales.- este modelo hace hincapié en la forma en que se relacionan las personas con los demás, las personas que tiene inteligencia emocional no solo aprenderán a manejar sus emociones sino también aprenderán a comprender y asimilar los sentimientos de los demás.
3. Descenso del rendimiento académico.- Fernández-Berrocal, realizaron un estudio en dos institutos de Málaga con estudiantes de secundaria para ver como una buena salud mental ejerce sobre el rendimiento académico donde se observó que estudiantes con altos niveles de inteligencia emocional predecían un mejor bienestar psicológico y emocional en los adolescentes, es decir, menor sintomatología ansiosa y depresiva y menor tendencia a tener pensamientos intrusivos. Además, se observó que aquellos alumnos clasificados como depresivos presentaban un rendimiento académico peor que los alumnos clasificados como normales al finalizar el trimestre.
4. Aparición de conductas disruptivas y consumo de sustancias adictivas.- la valoración de la inteligencia emocional nos permite obtener datos novedosos

sobre el modo que se manifiestan las emociones en los alumnos y también sobre el grado de ajuste emocional, social y familiar es así como los estudios realizados demuestran que una baja inteligencia emocional es un factor clave en la aparición de conductas disruptivas en las que subyace un déficit emocional. Es por eso que se estima que los estudiantes que tengan una baja inteligencia emocional presenten mayores niveles de impulsividad, peores destrezas interpersonales y sociales, lo cual favorece el desarrollo de diversos comportamientos antisociales.

Salovey y Mayer identificaron cuatro áreas de inteligencia emocional:

- Percepción, evaluación y expresión de la emoción, que consiste en que el sujeto se da cuenta de cómo son sus sentimientos y el de los demás, darse cuenta de las expresiones corporales, faciales, tono de voz.
- Facilitación emocional del pensamiento, se da cuando el sujeto razona y resuelve el problema, se preocupa porque efecto le está causando esa emoción y toma decisiones para auto ayudarse.
- Entendimiento y análisis de las emociones, es un análisis de las emociones y darse cuenta de que existen unas que pueden estar relacionadas entre sí.
- Regulación adaptativa de la emoción, se trata de que se aprenda a manejar las emociones, saber cómo calmarnos después de algún estado excitatorio o inhibitorio.

Los aspectos emocionales juegan un papel importante no solo en el estudiante sino en todas las personas, por lo que se debería no solo impartir conocimientos académicos, sino también prepararles para que manejen mejor y sepan afrontar las distintas situaciones que se vayan presentando en su vida estudiantil como pueden ser alguna dificultad para aprender, fracaso escolar, depresiones y ansiedad ante los exámenes entre otras situaciones ya que las emociones necesitan atención por parte de los profesores y padres de familia.

Según los estudios realizados en varios lugares y por varios autores (Rubín, 1999, Petrides, Frederickson y Furnham, 2004, Liau et al) los estudiantes se ven enfrentados cada vez más a alteraciones de tipo emocional las cuales después se ven reflejados en la escuela, trabajos, relaciones sociales, familiares y personales de las cuales pueden

ser múltiples las causas para la aparición de estos síntomas, donde Goleman en su libro decía que el hecho de que haya sido el mejor y haya destacado en lo académico quiere decir que tendrá éxito que lo que lo definiría al final sería la parte emocional y es por eso que hay que darle su verdadera importancia.

En conclusión podemos decir que existen estudios que apoyan lo importante que es desarrollar habilidades emocionales en el ambiente escolar para así tener una ser preparado para enfrentarse no la vida futura sino al diario vivir.

### **Diseño metodológico**

#### **AREA DE ESTUDIO:**

El presente estudio se realiza en la escuela “Hernán Cordero”, que se encuentra ubicado en la calle Gran Colombia y 3 de noviembre en los octavos años de educación general básica.

#### **CRITERIOS DE INCLUSIÓN:**

Alumnos de los 8vos Año de Educación Básica de la Unidad Educativa “Hernán Cordero”.

El nivel seleccionado se debe a que los instrumentos de recolección de datos a desarrollarse requieren las destrezas de lecto-escritura de los niños en ese nivel de estudio.

#### **POBLACIÓN Y MUESTRA:**

El universo consta de 90 alumnos/as de 8vo de básica de los cuales se toma la muestra del total de alumnos del grado en mención.

La muestra es Tipo probabilística ya que todos los estudiantes de 8vo año tienen las mismas posibilidades de ser seleccionados y la muestra se tomara con el método aleatorio simple.

## OPERACIONALIZACION DE VARIABLES

VARIABLE	DEFINICION CONCEPTUAL	DEFINICION OPERACIONAL	INDICADOR	ESCALA
<b>Análisis de las emociones</b>	Conjunto de prácticas que van a ser elaboradas para tratar emociones.	Actividades a realizarse	Gráficos	Cualitativa nominal
<b>Problemas emocionales</b>	Emociones que interfieren de manera negativa en la vida emocional de un individuo.	Problemas detectados en el aula y asociados con las emociones.	Agresividad Ira Tristeza Alegría Bajo autoconcepto	Cualitativa nominal
<b>Caracterización de las emociones</b>	Descripción de las emociones más frecuentes en las estudiantes.	Cuáles son las emociones frecuentes en los estudiantes.	Encuesta TMMS-24	Cualitativa nominal

### HIPOTESIS:

¿“la inteligencia emocional tiene relación con el aprendizaje de los niño/as”?

### TIPO DE ESTUDIO:

El estudio es de tipo descriptivo, no experimental, debido a que se analizará las emociones para determinar si estos sentimientos de los estudiantes tienen relación con las bajas calificaciones o bajo rendimiento académico.

### TECNICAS E INSTRUMENTOS DE MEDICIÓN

Se obtendrá la información del estudio a través de:

- TMMS-24 La TMMS-24 está basada en Trait Meta-Mood Scale (TMMS) del grupo de investigación de Salovey y Mayer. La escala original es una escala rasgo que evalúa el metaconocimiento de los estados emocionales mediante 48 ítems. En concreto, las destrezas con las que podemos ser conscientes de nuestras propias emociones así como de nuestra capacidad para regularlas.

La TMMS-24 contiene tres dimensiones claves de la IE con 8 ítems cada una de ellas: Percepción emocional, Comprensión de sentimientos y Regulación emocional.

## **PROCEDIMIENTO.**

- Obtener el permiso respectivo de las autoridades del establecimiento en donde se va realizar la investigación.
- Realizar la agenda donde se establecerán las fechas y horarios para la aplicación de los reactivos.
- Aplicación de los reactivos en forma grupal a los alumnos.
- Aplicación de las encuestas para los estudiantes.
- Calificación de los reactivos.
- Análisis e interpretación de los resultados.
- Elaboración del informe definitivo.

## **CONSIDERACIONES ÉTICAS.**

La información obtenida será solamente utilizada para investigaciones de inteligencia emocional por lo cual se tratara con absoluta reserva todos los datos obtenidos.

## **PLAN DE PROCESAMIENTO Y ANÁLISIS.**

El análisis y procesamiento de datos de realizará mediante el SPSS, que es un software de análisis estadístico y de tratamiento de datos más completo para analistas e investigadores en Ciencias Sociales.

### Cronograma de actividades

	Diciembre				Enero				Febrero				Marzo				Abril				Mayo					
<b>Elaboración del Protocolo</b>	x	x	x	x																						
<b>Revisión y Aprobación</b>					x	x	x																			
<b>Revisión de bibliografía</b>					x	x	x																			
<b>Aplicación de Reactivos</b>									x	x	x	x														
<b>Calificación de reactivos</b>											x	x	x													
<b>Procesamiento de reactivos</b>													x	x												
<b>Análisis e interpretación de Resultados</b>															x	x	x									
<b>Elaboración del informe final</b>																		x	x	x	x	x	x	x	x	x

## Recursos

### a) Recursos humanos:

Entre los recursos humanos que se requieren para realizar esta investigación se detallaran a continuación:

- Director.- será la persona que me dirija la investigación.
- Investigadora.- yo quien llevara a cabo el desarrollo del protocolo.
- Alumnos.- quienes serán los sujetos que se les aplique las pruebas.
- Profesores.- quienes colaboraran como observadores en el desarrollo de la investigación.

### b) Recursos materiales:

Los recursos materiales que necesitaremos para llevar a cabo la investigación serán:

- Internet
- Libros
- Suministros de oficina
- Computadora
- Programa SPSS
- copias

### c) Presupuesto:

RECURSOS	COSTO UNITARIO	COSTO TOTAL
Internet	23,00	120,00
Suministros de oficina	0,50	50,00
Movilización	2,00	180,00
Impresiones	0,10	20,00
Empastados	10,00	20,00
Copias	0,02	20,00
<b>Total</b>		<b>410,00</b>

Imprevisto de un 5%

Fuente de financiamiento: el 100% de los gastos serán financiados por el autor.



## BIBLIOGRAFÍA

- Extremera, N. y Fernández-Berrocal, P. (2004). El papel de la inteligencia emocional en el alumnado: evidencias empíricas. *Revista Electrónica de Investigación Educativa*, 6 (2). Consultado el día de mes de año en: noviembre 30 del 2011
- <http://redie.uabc.mx/vol6no2/contenido-extremera.html>
- Olvera Y, López B, Domínguez A, (2002) *Inteligencia emocional*, editado en México plaza y Valdés, S.A. de C.V.
- Fernández-Berrocal P y Extremera Pacheco N, (2002), la inteligencia emocional como una habilidad esencial en la escuela, OEI-Revista Iberoamericana de Educación (ISSN: 1681-5653) Universidad de Málaga, España.
- Shapiro, Lawrence E., (1997) *La inteligencia emocional de los niños*, Vergara Editor, S.A. México.
- Olvera Y., (2007), *Inteligencia emocional en el ámbito académico*, ESIME-Culhuafcan, IPN, Facultad de Psicología, UNAM.
- Extremera, N. y Fernández-Berrocal, P. (2003). La inteligencia emocional: Métodos de evaluación en el
- aula. *Revista Iberoamericana de Educación*, 30, 1-12.
- Howard G., (2005), *Inteligencias múltiples, la teoría a la práctica*, Editores Barcelona, Paidós Ibérica.
- Lantieri L., (2009), *Inteligencia emocional Infantil y juvenil, ejercicios para cultivar la fortaleza interior en niños y jóvenes*.

## ANEXO 2: TECNICA DE CONTROL DE EMOCIONES

### TECNICA DE CONTROL DE LAS EMOCIONES: EL SEMAFORO

Es una de las técnicas empleadas para que los estudiantes aprendan a gestionar sus emociones.

Consiste en lo siguiente.

Se trata de aplicar el funcionamiento del **semáforo** para enseñar al **estudiante** a que aprenda a gestionar sus **emociones** negativas. Ellos comprenden a la perfección cómo funciona el semáforo. El rojo indica no pasar, es decir, esperar, el ámbar indica que pronto se podrá pasar, con lo cual puedes empezar a prepararte para dar tus primeros pasos. El verde significa puedes pasar. Si trasladamos estos colores y lo que representan a un ataque de **ira** o a una **rabieta**, los estudiantes aprenden a gestionar sus **emociones** como si de un juego se tratara. Para ello, es necesario asociar los colores del semáforo con las emociones y la conducta:

**ROJO:** PARARSE. Cuando no podemos controlar una emoción (sentimos mucha rabia, queremos agredir a alguien, nos ponemos muy nerviosos...) tenemos que pararnos como cuando un coche se encuentra con la luz roja del semáforo.

**AMARILLO:** PENSAR. Después de detenerse es el momento de pensar y darse cuenta del problema que se está planteando y de lo que se está sintiendo.

**VERDE:** SOLUCIONARLO. Si uno se da tiempo de pensar pueden surgir alternativas o soluciones al conflicto o problema. Es la hora de elegir la mejor solución.

Una manera de practicar este juego es colocar **semáforos** en diferentes lugares de la casa o escuela. Es una forma de recordarles que siempre podrán utilizar esta técnica cuando se enfaden. Además, a nosotros los **adultos**, tampoco nos viene nada mal ser conscientes de que hay que detenerse a pensar antes de actuar.

**ANEXO 3: TEST DE SACKS**

**TEST DE SACKS**

**(Adolescentes de ambos sexos)**

**Nombre:.....Edad:.....**

**Instrucción.....Fecha de examen.....**

**1. El ideal más grande de mi vida.....**  
.....

**2. Me gusta compararme con los demás.....**  
.....

**3. El recuerdo más vivo de mi vida es.....**  
.....

**4. Nunca tengo tanta angustia como cuando.....**  
.....

**5. Considero a mis superiores.....**  
.....

**6. Los compañeros con los cuales trato.....**  
.....

**7. Yo creo que la vida de matrimonio es.....**  
.....

**8. En comparación con las demás familia la mía es.....**  
.....

**9. Me gustaría que mi padre.....**  
.....

**10.Siempre he ambicionado.....**  
.....

**11.Aquello que más necesito.....**  
.....

12..Cuando era pequeño (a) me volvía muy inquieto (a).....  
.....

13.El miedo a veces me hace.....  
.....

14.Cuando veo al profesor.....  
.....

15.Cuando estoy presente mis amigos (as).....  
.....

16.Para mí el amor humano es .....  
.....

17.Creo que mi padre rara vez.....  
.....

18.Mi madre y yo.....  
.....

19.Sería Feliz si.....  
.....

20.Mi mayor debilidad.....  
.....

21.Me pone nervioso.....  
.....

22.Quisiera perder el miedo.....  
.....

23.En clases mis profesores.....  
.....

24.La gente piensa que yo.....  
.....

25.Cuando veo a un hombre y a una mujer juntos.....  
.....

26.Quisiera que mis padres.....  
.....

- 27.El modo de ser de mi madre.....  
.....
- 28.Un día espero.....  
.....
- 29.Cuando las cosas no andan bien.....  
.....
- 30.El error más grande de mi vida.....  
.....
- 31.La mayor parte de mis compañeros no saben que yo.....  
.....
- 32.Si yo fuera superior.....  
.....
- 33.El tipo de persona que prefiero.....  
.....
- 34.La mayor parte de jóvenes modernos.....  
.....
- 35.Cuando yo era niño (a) mi familia.....  
.....
- 36.Creo que mi padre.....  
.....  
Cuando miro al provenir.....  
.....
- 37.Me considero capaz.....  
.....
- 38.Daría algo por olvidar.....  
.....
- 39.Sé que es una tontería pero tengo miedo de.....  
.....
- 40.La mayor parte de mis superiores.....  
.....

- 41. Un amigo (a) sincero.....**  
.....
- 42. Para mí el (hombre o mujer) ideal.....**  
.....
- 43. Mi familia me trata.....**  
.....
- 44. La mayoría de las madres.....**

## HOJA PARA LA INTERPRETACIÓN

### 1. AREA FAMILIAR

-Actitudes hacia el padre y la madre  
Ítem calificación

P 9

M 18

M 27

P 36

M 45

-Actitudes hacia el grupo familiar

Ítem calificación

8

17

26

35

44

### 2. AREA SEXUAL

-Actitudes hacia el sexo complementario

Ítem calificación

7

16

25

34

43

### 3. AREA DE LOS RELACIONES INTERPERSONALES

-Actitudes hacia los amigos y conocidos

Ítem calificación

6

15

24

33

42

-Relaciones superiores-súbditos

Ítem calificación

5

14

23

32

41

#### 4. AREA DEL CONCEPTO DE SI MISMO

-Temores y angustias (sentimientos negativos de sí mismo)

Ítem	calificación
------	--------------

4

13

31

22

40

-Actitudes hacia las propias habilidades (conocimiento que el sujeto tiene de sí mismo y conocimientos que los demás tienen de él)

Ítem	calificación
------	--------------

2

11

20

29

38

-Actitudes hacia el pasado

Ítem	calificación
------	--------------

3

12

21

30

39

-Actitudes hacia el futuro y valores (aspiraciones)

Ítem	calificación
------	--------------

1

10

19

28

37



**ANEXO 4: ESCALA DE METACONOCIMIENTOS DE LAS EMOCIONES  
(TMMS-24)**

**TMMS-24**

**INSTRUCCIONES:**

*A continuación encontrará algunas afirmaciones sobre sus emociones y sentimientos. Lea atentamente cada frase y decida la frecuencia con la que usted cree que se produce cada una de ellas. Señale con una "X" la respuesta que más se aproxime a sus preferencias.*

*No hay respuestas correctas o incorrectas, ni buenas o malas. No emplee mucho tiempo en cada respuesta.*

1	2	3	4	5
NUNCA	RARAMENTE	ALGUNAS VECES	CON BASTANTE FRECUENCIA	MUY FRECUENTE MENTE

1.	Presto mucha atención a los sentimientos.					
2.	Normalmente me preocupo mucho por lo que siento.					
3.	Normalmente dedico tiempo a pensar en mis emociones.					
4.	Pienso que merece la pena prestar atención a mis emociones y estado de ánimo.					
5.	Dejo que mis sentimientos afecten a mis pensamientos.					
6.	Pienso en mi estado de ánimo constantemente.					
7.	A menudo pienso en mis sentimientos.					
8.	Presto mucha atención a cómo me siento.					
9.	Tengo claros mis sentimientos.					
10.	Frecuentemente puedo definir mis sentimientos.					
11.	Casi siempre sé cómo me siento.					
12.	Normalmente conozco mis sentimientos sobre las personas.					
13.	A menudo me doy cuenta de mis sentimientos en diferentes situaciones.					
14.	Siempre puedo decir cómo me siento.					
15.	A veces puedo decir cuáles son mis emociones.					
16.	Puedo llegar a comprender mis sentimientos.					
17.	Aunque a veces me siento triste, suelo tener una visión optimista.					
18.	Aunque me sienta mal, procuro pensar en cosas agradables.					
19.	Cuando estoy triste, pienso en todos los placeres de la vida.					
20.	Intento tener pensamientos positivos aunque me sienta mal.					
21.	Si doy demasiadas vueltas a las cosas, complicándolas, trato de calmarme.					
22.	Me preocupo por tener un buen estado de ánimo.					
23.	Tengo mucha energía cuando me siento feliz.					
24.	Cuando estoy enfadado intento cambiar mi estado de ánimo.					