



Rector Emérito: Dr. Roberto Kertész

Rector: Mgter. Nestor H. Blanco

Vice Rectora de Calidad: Prof. Nydia Elola

Vice Rectora Académica: Arq. Ruth Fische

Decana Facultad de Psicología y Cs. Sociales: Lic. Beatriz Labrit

Directora de Licenciatura en Psicopedagogía: Lic. Laura Waisman

Tutor: Lic. Mónica Mathieu

Asesor metodológico: Lic. Mariela Muller

Autor: Julieta Ginestra

Nº de legajo: 18658

“Inteligencia Emocional en estudiantes de Psicopedagogía”

Ciudad Autónoma de Buenos Aires

Junio 2017

ÍNDICE

Introducción.....	3
Marco teórico.....	5
Antecedentes.....	15
Planteo del problema.....	19
Objetivos.....	21
Hipótesis.....	22
Método.....	23
Resultados.....	25
Discusión y conclusiones.....	34
Referencias.....	37
Anexos.....	39

INTRODUCCIÓN

La presente tesina es una investigación que tiene como objetivo conocer el nivel de Inteligencia emocional de un grupo de estudiantes de la carrera de Psicopedagogía.

En un primer momento, dentro del marco teórico, se hará hincapié en el concepto de Psicopedagogía, y en el rol del psicopedagogo, para luego dar lugar al desarrollo del concepto de Inteligencia Emocional, citando a los máximos exponentes que están ligados a dicho término. También, se pondrá énfasis en el concepto de emoción y su importancia, y en su clasificación.

Es primordial incluir antecedentes en un trabajo de investigación, es por eso, que en este caso, se han tomado cinco estudios realizados entre el año 2010, y 2015, donde se puede ver reflejado, el interés por la temática elegida.

Lo que se pretende con este trabajo es que los estudiantes de la carrera de Psicopedagogía puedan lograr un acercamiento a la Inteligencia Emocional para, de esta manera, poder adquirir un mejor conocimiento de esas emociones. Se espera que, por un lado, desarrollen la habilidad de controlarlas, y por el otro, que logren identificarlas para poder tomar conciencia de ellas.

Como fue mencionado con anterioridad, el objetivo principal de esta investigación, es conocer el nivel de Inteligencia de un grupo de estudiantes de la carrera de Psicopedagogía del Instituto Superior de Formación Docente y Técnica N°5, Región de la Norpampa, de la ciudad de Pergamino. Se busca lograr un acercamiento al concepto de Inteligencia Emocional y a su vez, que puedan reconocer las propias emociones como clave para intervenir en las mismas e impedir que éstas no afecten el rendimiento académico. Por último, es fundamental que aprendan a regular y manejar las emociones, como un modo de adecuar las mismas a diferentes situaciones cotidianas.

Es importante remarcar también, otros aspectos como el diseño y el instrumento de recolección de datos que se aplicará al grupo a evaluar. Dicha investigación cuenta con un diseño no experimental descriptivo transversal, y como instrumento de recolección de datos, se utilizará la escala de auto-informe denominada Trait Meta Mood Scale-24, adaptada al castellano por Fernández-Berrocal, Alcalde, Domínguez, Fernandez-McNally, Ramos y Ravira (1998) a partir de la desarrollada en 1990 por Mayer y Salovey. Esta escala está

compuesta por 24 ítems, valorados por una escala Likert.

Una vez aplicado el instrumento, se realizará la tabulación de los resultados, los correspondientes gráficos, para luego poder dar lugar a las conclusiones a las que se abordó, y poder realizar algunos nuevos interrogantes, para futuras investigaciones.

MARCO TEORICO

¿QUÉ ES LA PSICOPEDAGOGIA?

La Psicopedagogía nació como una interdisciplina en la confluencia de espacios conceptuales de la psicología y la pedagogía constituyendo un entramado que no equivale, a la suma de ambas. Esto es particularmente visible al comprender la constitución bio-psico-social del sujeto cognoscente, ya que se supone hacer referencia a cómo las particularidades en la socialización y en la subjetivación, singularizan la puesta en juego de sus esquemas de aprendizajes. Teorizar entre el ser y el aprender es un desafío en la Psicopedagogía; y la forma de “hacer” es buscando integrar conocimientos en una visión gestáltica y holística de los problemas humanos y de su forma analítica de aprender a resolver.

El psicopedagogo estará capacitado para prevenir, diagnosticar y realizar intervenciones de asesoramiento, orientación y tratamiento en toda situación donde el aprendizaje y sus vicisitudes se pongan en juego, tanto en ámbitos de la salud, educativos, laborales y socio-comunitarios, y que faciliten en los sujetos de diversas edades la construcción de sus proyectos de vida en la comunidad; asumiendo una actitud reflexiva y ética de su accionar y quehacer y del lugar social que ocupan sus producciones. Puede ejercer sus actividades en el sector público o privado en forma autónoma o en equipo, en instituciones de salud, educación y socio comunitarias. Ocupará diversos roles, desde globales a específicos, en equipos interdisciplinarios responsables de la elaboración, dirección, ejecución y evaluación de planes, programas y proyectos en las áreas de educación y salud. El Psicopedagogo tiene oportunidad de facilitar el proceso de enseñanza-aprendizaje al contribuir en la operación de sus diversas funciones a la aplicación e innovación continua de un marco teórico acorde al desarrollo de la investigación en su área de conocimiento así como, a la evolución progresiva de la tecnología y de la información en beneficio del desarrollo humano integral.

En resumen, la Psicopedagogía se desarrolla en el marco de los sistemas sociales dedicados a la educación en todos sus diversos niveles y modalidades; tanto en los sistemas formales e informales y, durante todo el ciclo vital de la persona por lo que atiende principalmente, el proceso de enseñanza-aprendizaje independientemente, de su origen personal, grupal, social, de salud, etc., al estudiar en el sentido más amplio de formación y desarrollo personal y

colectivo este proceso, sus métodos, técnicas, sus resultados, alteraciones, y posibles mejoras, entre otras.

INTELIGENCIA EMOCIONAL, Y EMOCIONES

En 1905 Alfredo Binet, desarrolla el primer test de inteligencia cuya finalidad era la de predecir qué alumnos de las escuelas de primaria de París tendrían éxito en sus estudios y quienes fracasarían. Hasta las nuevas teorías de Sternberg y Gardner, se han sucedido distintas concepciones acerca de la inteligencia, la mayoría de las cuales pueden considerarse complementarias. Las nuevas concepciones presentan una nueva perspectiva de la inteligencia que de alguna manera critican o consideran incompleta la definición de la inteligencia psicométrica tradicional, que toma como medida de la inteligencia únicamente el Cociente Intelectual, perdiendo de alguna manera la relevancia concedida hasta ahora. Otros autores como Gardner (1983) también adoptan un enfoque sobre la inteligencia que pretende ir más allá de la visión actual, planteando un enfoque del pensamiento humano más amplio y completo en el que se tienen en cuenta un amplio abanico de inteligencias. Encontramos entre ellas la Inteligencia musical, la Inteligencia cinestésico-corporal, la Inteligencia lógico-matemática, la Inteligencia lingüística, la Inteligencia espacial, la Inteligencia interpersonal y la Inteligencia intrapersonal. Podemos entender que estas dos últimas son y estarían dentro de los que autores como Peter Salovey y John Mayer denominarían la Inteligencia Emocional.

El término "inteligencia emocional" fue utilizado por primera vez en 1990 por los psicólogos; Salovey de la Universidad de Harvard; y Mayer de la Universidad de New Hampshire. Se lo empleó para describir las cualidades emocionales que parecen tener importancia para el éxito. Estos psicólogos sostienen que la inteligencia emocional incluye la habilidad para percibir con precisión, valorar y expresar emoción, la habilidad de acceder y/o generar sentimientos cuando facilitan pensamientos, la habilidad de comprender la emoción y el conocimiento emocional, y la habilidad para regular emociones para promover crecimiento emocional e intelectual. (Salovey y Mayer, 1990)

Reflexionar sobre el rol que desempeñan nuestras emociones en la vida humana conduce a indagar qué constituye la Inteligencia Emocional. Daniel Goleman, psicólogo estadounidense, y escritor del libro: "Emotional Intelligence" (1995) fue quien popularizó dicho término, y la

define como una forma de interactuar con el mundo que tiene muy en cuenta los sentimientos y engloba habilidades tales como el control de los impulsos, la autoconciencia, la motivación, el entusiasmo, la perseverancia, la empatía, la agilidad mental. Ellas configuran rasgos de carácter como la autodisciplina, la compasión o el altruismo, que resultan indispensables para una buena y creativa adaptación social.

En otras palabras, la inteligencia emocional hace referencia a aquella capacidad que nos permite controlar nuestras emociones y expresarlas de forma asertiva. Aunque la palabra “inteligencia” suele estar ligada a conceptos relacionados con la memoria, la capacidad cognitiva, y el coeficiente intelectual, la mente es mucho más amplia y desde el siglo pasado, científicos, psicólogos, pedagogos, y otros profesionales se han dedicado a estudiar otras áreas del cerebro.

Para Shapiro (1997), el término inteligencia emocional se identifica con las cualidades emocionales necesarias para el logro del éxito, entre las cuales se pueden incluir: la empatía, la expresión y la comprensión de los sentimientos, el control del genio, la independencia, la capacidad de adaptación, la simpatía, la capacidad de resolver los problemas en forma interpersonal, la persistencia, la cordialidad, la amabilidad y el respeto. Cooper y Sawaf (1997) definen la inteligencia emocional como la aptitud para captar, entender y aplicar eficazmente la fuerza y la perspicacia de las emociones. Para Simmons, Steve y Simmons, John (1997), la inteligencia emocional es el conjunto de necesidades emocionales, de impulsos y de valores verdaderos de una persona, que dirigen toda su conducta visible.

El Trait Meta-Mood Scale 48 (TMMS 48) fue la primera prueba de inteligencia emocional elaborada por el equipo de trabajo de Salovey en 1995. Su propósito fue evaluar la estabilidad de las personas en su forma de atender, discriminar y regular estados de ánimo y emociones personales, y de otros.

Por otro lado, es importante hacer hincapié en las cinco capacidades básicas de la Inteligencia emocional que plantea el psicólogo Daniel Goleman, las cuales son: Autoconciencia emocional, auto-regulación, auto-motivación, empatía y la habilidad social. En primer lugar, la auto-conciencia moral implica reconocer las propias emociones, ser capaz de realizar una apreciación y dar nombre a las propias emociones. En esta capacidad se fundamenta la mayoría de las otras cualidades emocionales. Otra de las capacidades básicas, es la auto-regulación, es la que nos permite saber manejar las propias emociones. No podemos

elegir nuestras emociones, pero sí conducir nuestras reacciones emocionales y completar o sustituir el programa de comportamiento congénito primario. Por otro lado, está la automotivación, que es donde se espera utilizar el potencial existente. Además de un elevado coeficiente intelectual, se necesitan cualidades como las que consisten en perseverar, disfrutar aprendiendo, tener confianza en uno mismo y ser capaz de sobreponerse a las derrotas, si se quieren obtener buenos resultados. El autocontrol emocional conlleva a demorar gratificaciones y dominar la impulsividad, lo cual suele estar presente en el logro de muchos objetivos. Las personas que poseen estas habilidades tienden a ser más productivas y efectivas en las actividades que emprenden. Otra capacidad básica de la inteligencia emocional es la empatía, que implica saber ponerse en el lugar de las demás personas. El 90% de la comunicación emocional se produce sin palabras. La empatía requiere predisposición a admitir las emociones, escuchar con concentración y comprender pensamientos y sentimientos que no se hayan expresado verbalmente. Es la base del altruismo. Las personas empáticas sintonizan mejor con las sutiles señales que indican lo que los demás necesitan o desean. Por último, y no por eso menos importante, la habilidad social, o también conocida como manejo de las relaciones sociales, que alude principalmente a la capacidad que tiene el ser humano de crear relaciones sociales, ya que son las que intervienen en todo contacto con otras personas. Que tengamos un trato satisfactorio con otros depende, entre otros factores, de nuestra capacidad de crear y cultivar las relaciones; de reconocer los conflictos y solucionarlos; de encontrar el tono adecuado, y de percibir los estados de ánimo de las demás personas. La competencia social y las habilidades que conlleva, son la base del liderazgo, popularidad y eficiencia interpersonal. Aquellas personas que dominan estas habilidades sociales son capaces de interactuar de forma suave y efectiva con los demás. Esto último promueve la inquietud acerca de la ética. Las habilidades descritas, una vez desarrolladas, pueden ser empleadas de distintas maneras. Pueden sujetarse a un fin solidario, o a una motivación egoísta.

No se puede hablar de inteligencia emocional, si no se tiene en cuenta el concepto de emoción. Definir qué son las emociones es extremadamente difícil y complicado, dado que son fenómenos de origen multicausal. Según Rafael Bisquerra, Dr. en Ciencias de la Educación, y Lic. En Pedagogía y Psicología, la emoción es un estado complejo del organismo caracterizado por una excitación o perturbación que predispone a la acción. (Bisquerra, 2000) En otras palabras, una emoción es un estado afectivo, una reacción subjetiva al ambiente que

viene acompañada de cambios orgánicos (fisiológicos y endocrinos) de origen innato, que a su vez son influidos por la experiencia. Las emociones tienen una función adaptativa de nuestro organismo a lo que nos rodea. En el ser humano la experiencia de una emoción generalmente involucra un conjunto de cogniciones, actitudes y creencias sobre el mundo, que utilizamos para valorar una situación concreta y, por tanto, influyen en el modo en el que se percibe dicha situación. Muchos han sido los autores que han intentado clasificar las emociones en distintos tipos. Algunos de ellos diferenciaron entre emociones básicas y emociones complejas (las primeras son emociones primarias o puras que se caracterizan por una expresión facial característica y una disposición típica de afrontamiento. Y las complejas se derivan de las anteriores, por la combinación entre ellas). Pero los investigadores siguen intentando establecer cuáles serían las emociones básicas y cuáles las complejas. En lo que sí están de acuerdo los distintos investigadores es en que existen emociones negativas y emociones positivas. Las positivas son agradables y se experimentan cuando se logra alcanzar una meta. El afrontamiento consistiría en el disfrute y bienestar que proporciona la emoción. Van acompañadas de sentimientos placenteros y significan que la situación es beneficiosa, como son la felicidad, el amor y la alegría. Son negativas, en cambio, cuando hacen referencia a sentimientos desagradables. Se experimentan cuando se bloquea una meta, y se percibe la situación como una amenaza. Entre ellas se encuentran el miedo, la ansiedad, la ira, hostilidad, la tristeza. Además, algunos autores hablan de las emociones neutras, que son aquellas que no van acompañadas de ningún sentimiento, entre las que se encuentran la esperanza y la sorpresa.

También parecen estar de acuerdo en la multidimensionalidad de la emoción, que posee características cognitivas, conductuales y psicofisiológicas. Características cognitivas, como las creencias, los razonamientos, los esquemas de conocimiento y las atribuciones o causalidad. Las cogniciones del individuo tendrán mucho que ver en el mantenimiento de las emociones, así como en el impacto que estas causen en su comportamiento. Características conductuales, como conductas motoras, expresiones, gestos, entre otras. Y por último, características psicofisiológicas, como el ritmo cardíaco, la respiración, la tensión muscular, presión sanguínea, es decir, que están relacionadas con las respuestas somáticas que producen las emociones en nuestro cuerpo.

Durante mucho tiempo las emociones han estado consideradas poco importantes y siempre

se le ha dado más relevancia a la parte más racional del ser humano. Pero, al ser estados afectivos, indican estados internos personales, motivaciones, deseos, necesidades e incluso objetivos. Son las que nos permiten afrontar situaciones demasiado difíciles (como el riesgo, las pérdidas irreparables, la persistencia en el logro de un objetivo a pesar de las frustraciones, la relación de pareja, la creación de una familia, etcétera) como para ser resueltas exclusivamente con el intelecto. Cada emoción nos predispone de un modo diferente a la acción; cada una de ellas nos señala una dirección que, en el pasado, permitió resolver adecuadamente los innumerables desafíos a que se ha visto sometida la existencia humana. En este sentido, nuestro bagaje emocional tiene un extraordinario valor de supervivencia y esta importancia se ve confirmada por el hecho de que las emociones han terminado integrándose en el sistema nervioso en forma de tendencias innatas y automáticas.

Reconocer emociones y sentimientos es el elemento básico que nos permite relacionarnos con los demás y con nosotros mismos. Poder leer nuestros estados de ánimo y el de los demás implica, a su vez, actuar en consecuencia. Para ello no es suficiente con aprehenderlos, sino que también es necesario manejarlos, para poder desenvolvernos correctamente ante las circunstancias que se presenten en la vida cotidiana. Muchos científicos creen que nuestras emociones humanas han evolucionado fundamentalmente como un mecanismo de supervivencia. El miedo, por ejemplo, nos ayuda a protegernos del daño, la ira nos ayuda a superar barreras para obtener lo que necesitamos, a su vez, encontramos alegría y felicidad en la compañía de otras personas. La tristeza, por último, puede asociarse a una situación de pérdida y a llevarnos a una actitud de desamparo frente a eso. No todas las expresiones emocionales son verdaderas, por lo que tenemos que identificar correctamente los sentimientos ya que de no ser así no podremos utilizarlas, ni comprenderlas ni regularlas. El mejor medio para comenzar a desarrollar esta capacidad de identificación es hacerlo por nosotros mismos. Para ello se presentan tres formas de hacerlo: ser conscientes de nuestros sentimientos y emociones, es decir, que es necesario que no ocultemos las emociones, que tengamos acceso a ellas por lo menos en algún momento del día, en los momentos más emocionales. Por otro lado, es importante, ser conscientes también de nuestra expresividad emocional, para poder expresar lo que sentimos junto con lo que decimos. Por último, remarcar la importancia de ser conscientes de los sentimientos y emociones de los demás, y para ello tendremos que aprender a leer no solo el rostro de las personas, sino su lenguaje no

verbal. Debemos mantener contacto visual con las personas para poder leer las expresiones de sus rostros pero también tendremos que estar muy atentos a la entonación del discurso, y a los movimientos de sus cuerpos.

Volviendo al concepto de inteligencia emocional, cabe destacar que en ella se encuentran diversos componentes, además de las emociones y los sentimientos. También se forma con los pensamientos, las conductas, la auto-aceptación, la solución de situaciones y las relaciones interpersonales. De esta manera se pueden establecer relaciones interpersonales de mayor calidad, logrando autocontrol y empatía hacia los demás.

Teniendo en cuenta que dicha investigación busca conocer el nivel de inteligencia emocional de estudiantes de la carrera de Psicopedagogía, es importante remarcar que atender y contribuir al desarrollo de la inteligencia emocional de cada persona es fundamental dentro del proceso educativo. La literatura más reciente ha demostrado que las carencias en las habilidades de inteligencia emocional afectan a los estudiantes tanto dentro como fuera del contexto académico. Existen cuatro áreas fundamentales en las que una falta de inteligencia emocional provoca o facilita la aparición de problemas de conducta entre los estudiantes. Una de ellas es “Inteligencia emocional y rendimiento académico” donde la capacidad para atender a nuestras emociones, experimentar con claridad los sentimientos, y poder reparar los estados de ánimos negativos van a influir decisivamente sobre la salud de los estudiantes, y este desequilibrio, a su vez, está relacionado y afecta al rendimiento académico final. Las personas con escasas habilidades emocionales están más expuestas a experimentar estrés y diferentes dificultades emocionales durante sus estudios y, en consecuencia, se beneficiarán más del uso de habilidades emocionales adaptativas que les permitan afrontar tales dificultades. La inteligencia emocional podrá actuar como un moderador de los efectos de las habilidades cognitivas sobre el rendimiento académico. Otra de estas cuatro áreas es “Inteligencia emocional y las relaciones interpersonales”, donde uno se destaca que uno de los objetivos más importantes de cualquier persona es mantener las mejores relaciones posibles con las personas que nos rodean. Una alta inteligencia emocional nos ayuda a ser capaces de ofrecer a los que nos rodean una información adecuada acerca de nuestro estado psicológico. Para manejar los estados emocionales de los demás hay que ser capaz, previamente, de manejar bien los propios estados. Las personas emocionalmente inteligentes no solo son más hábiles a la hora de percibir, comprender, y manejar sus propias emociones, sino también son capaces

de extrapolar estas habilidades a las emociones de los demás. En este sentido, la inteligencia emocional va a jugar un papel fundamental en el establecimiento, mantenimiento y calidad de las relaciones interpersonales. La tercera área es “Inteligencia emocional y bienestar psicológico”, y se sostiene que en la última década ha habido un conjunto de estudios que se han centrado en analizar el papel de la inteligencia emocional en el bienestar psicológico de los alumnos. El modelo de Mayer y Salovey nos proporciona un marco adecuado para conocer los procesos emocionales básicos que subyacen al desarrollo adecuado equilibrio psicológico y ayuda a comprender mejor el papel mediador de ciertas variables emocionales de los alumnos y su influencia sobre el ajuste psicológico y el bienestar personal. Por último, en la cuarta área “Inteligencia emocional y la aparición de conductas disruptivas” se desarrolla que las habilidades que incluye la inteligencia emocional son un factor clave en la aparición de conductas disruptivas en las que subyace un déficit emocional. Es lógico esperar que los alumnos con bajos niveles de inteligencia emocional presenten mayores niveles de impulsividad y peores habilidades interpersonales y sociales, lo cual favorece el desarrollo de diversos comportamientos antisociales. Los adolescentes con una mayor capacidad de manejar sus emociones son más capaces de afrontarlas en su vida cotidiana facilitando un mejor ajuste psicológico. En concreto, los adolescentes con un mayor repertorio de competencias afectivas basadas en la comprensión, el manejo, y la regulación de sus propias emociones no necesitan utilizar otro tipo de reguladores externos para reparar los estados de ánimo negativos provocados por la variedad de eventos vitales y acontecimientos estresantes a los que se exponen en esas edades.

Es razonable pensar que aquellos estudiantes con dificultad para regular sus emociones y que presenten un comportamiento impulsivo, tengan una mayor probabilidad de experimentar dificultades en su adaptación a su entorno social, la escuela, la universidad y posteriormente el trabajo; mientras que aquellos estudiantes con mayor capacidad para identificar, comprender y regular sus emociones estén mejor adaptados socialmente y disfruten de un mayor equilibrio emocional, ya que las habilidades sociales se han asociado positivamente con la calidad de las interacciones sociales, con la conducta pro-social y el rendimiento académico.

El sistema educativo está más interesado en enseñar conocimientos que en educar a los jóvenes para aprender a utilizar y controlar sus emociones (Goleman. 1995). Dentro del sistema educativo se contemplan distintas formas de orientación, y una de ellas es la

orientación para la prevención y el desarrollo. Dentro de este campo se trabajan habilidades sociales, temas transversales como educación para la salud, y también la educación emocional. La experiencia muestra que para facilitar el aprendizaje y la creatividad, es fundamental el desarrollo, tanto de la vida intelectual, como de la emocional. Sabemos que las carencias en las habilidades de la inteligencia emocional afectan a los estudiantes dentro y fuera del contexto escolar (Extremera y Fernández Berrocal. 2002). Y, por el contrario, si los alumnos llegan a desarrollar eficazmente habilidades de inteligencia emocional obtendrán beneficios tanto en el rendimiento académico, como en su bienestar psicológico y en sus relaciones interpersonales, así como en la prevención de conductas antisociales. En la actualidad se entiende que la finalidad de la educación es el desarrollo de la personalidad integral del individuo. En este desarrollo hay que distinguir al menos dos aspectos: el desarrollo cognitivo y el desarrollo emocional. A lo largo de la historia se ha dado mayor importancia al desarrollo cognitivo (atribuyendo la inteligencia a las capacidades cognitivas relacionadas con el pensamiento abstracto, teórico, científico y académico), dejando más olvidados los aspectos relacionados con el desarrollo emocional, pero dado el interés que se ha generado en las últimas décadas, y demostrada la importancia para el bienestar de los individuos y de la sociedad en general de su desarrollo, se ha propuesto una educación emocional. Educar la inteligencia emocional es posible y necesario en el ámbito educativo. Existen muchas formas de conseguir esta tarea y podemos hacerlo a través de programas de inteligencia emocional que enseñen a los alumnos a desarrollar habilidades emocionales. Entender al alumno como persona, que tiene una dimensión superior al de mero estudiante, es imprescindible para comprender sus problemas y poder ayudarlo a resolverlos. Por otra parte, el profesor es el mediador en los procesos de aprendizaje, como motivador, como transmisor de mensajes y como seleccionador de los estímulos y refuerzos que llegan al alumno. Sabe además que las aptitudes intelectuales, psicomotoras, procedimentales, estratégicas son importantes pero sólo tienen sentido si están al servicio de las actitudes. Es la actitud más la amplitud, lo que hace competente a la persona en cualquier actividad. La importancia como objetivo educativo del desarrollo de las habilidades emocionales se evidencia cuando comprendemos que las habilidades de la inteligencia emocional deben enseñadas preferentemente desde la infancia, porque su desarrollo y mantenimiento no son fruto de algún fenómeno espontáneo, sino de la intervención consciente y planificada de los agentes educativos, la familia y la escuela y,

finalmente, por su importancia en el éxito y felicidad en la vida, incluso más que las capacidades clásicas de la inteligencia.

A través de la evolución del concepto de Inteligencia Emocional, se ha generado el reconocimiento de los aspectos psicológicos no cognitivos que intervienen en el comportamiento humano. En esta línea, los estudios han demostrado una correlación altamente significativa entre el aspecto cognitivo y el emocional en las personas, y cómo tal relación es importante para la obtención de resultados efectivos en cualquier área de la actividad humana.

En el mismo orden de ideas, los principales modelos de la Inteligencia Emocional (habilidad, competencias habilidades no cognitivas) destacan por la búsqueda de aplicaciones en los ámbitos individuales, organizacionales y ambientales. En ese sentido, el modelo de Mayer y Salovey (1997) pretende entender de manera tradicional, psicométrica, el procesamiento de la emoción y sus resultados.

Las críticas respecto de la Inteligencia Emocional se han centrado en las dificultades conceptuales, psicométricas y de evaluación empírica. Entre ellas destacan problemas relacionados con la poca convergencia de los enfoques conceptuales, la similitud de otros constructos como la personalidad, la inteligencia, la motivación y las emociones. Otra de las dificultades halladas radica en problemas psicométricos de confiabilidad y validez en las herramientas de medición.

“Existe una clara evidencia de que las personas emocionalmente desarrolladas, es decir, las personas que gobiernan adecuadamente sus sentimientos, y asimismo saben interpretar y relacionarse efectivamente con los sentimientos de los demás, disfrutan de una situación ventajosa en todos los dominios de la vida, desde el noviazgo y las relaciones íntimas hasta la comprensión de las reglas tácitas que gobiernan el éxito en el seno de una organización. Las personas que han desarrollado adecuadamente las habilidades emocionales suelen sentirse más satisfechas, son más eficaces y más capaces de dominar los hábitos mentales que determinan la productividad.” - Daniel Goleman

ANTECEDENTES

El primer estudio considerado, fue el de Martha Luz Páez Cala, y José Jaime Castaño Castrillón (2015). Dicha investigación comienza definiendo la Inteligencia Emocional, según Daniel Goleman, y luego va citando otros autores que también hicieron hincapié en ese concepto, y en el término de “Rendimiento Escolar”

El estudio tuvo como objetivo describir la inteligencia emocional y determinar su relación con el rendimiento académico en estudiantes universitarios. Participaron 263 estudiantes, a quienes se les aplicaron diversos instrumentos, entre ellos el cuestionario EQ-i de BarOn para medir la inteligencia emocional. Se encontró un cociente de inteligencia emocional promedio de 46,51, sin diferencias según género, pero sí para cada programa: 62,9 para Economía; 55,69 en Medicina; 54,28 en Psicología y 36,58 para Derecho. Se encontró correlación entre el valor de IE y nota promedio hasta el momento ($p=.019$), mayor para Medicina ($p=.001$), seguido de Psicología ($p=.066$); no se encontró relación en los otros programas.

En relación a la metodología, se realizó un estudio analítico de corte transversal, con una población de 3209 estudiantes regulares de todos los programas diurnos de pregrado de la Universidad de Manizales, matriculados en el 2° semestre del año 2012.

Como conclusión, sostienen que el cambio de paradigma en la educación en las últimas décadas acentúa el asumir al ser humano como integral, lo que implica la necesidad de una formación completa que enfatice, además del desarrollo cognitivo y la adquisición de conocimientos, aspectos interaccionales y afectivos.

Otro de los estudios tenido en cuenta para la investigación, tuvo lugar entre julio y diciembre, del 2013, y fue llevado a cabo por Del Pino Peña, Rebeca y Aguilar Fernández, María de los Ángeles.

La gestión educativa se centra en mejorar todos los procesos pedagógicos y administrativos de las instituciones de educación, mediante una propuesta de formación integral que proporcione a los estudiantes herramientas para afrontar los desafíos de la dinámica organizacional del siglo XXI. Es así como en la actualidad existen diversos programas de educación emocional que pretenden potenciar el liderazgo de los estudiantes, con la finalidad de que éstos puedan tener un sólido rendimiento académico en las aulas escolares y un exitoso desarrollo profesional en el escenario ocupacional actual. Ante tal panorama, el objetivo de

este estudio de tipo transversal y descriptivo, enmarcó la identificación de las diferencias existentes entre la percepción de las emociones, el manejo de las emociones de uno mismo, el manejo de las emociones de los otros y la utilización de las emociones de los estudiantes de programas educativos de las áreas económico-administrativas y técnicas de licenciatura y de bachillerato de instituciones de educación del sector público en México, con la finalidad de sentar bases para orientar una serie de acciones de gestión educativa basadas en la formación emocional de los alumnos para la potencialización de su liderazgo escolar y profesional.

Entre los principales resultados obtenidos en esta investigación, se detectaron diferencias estadísticamente significativas en las variables de estudio, lo cual denota la necesidad de que los gestores educativos emprendan la planeación y puesta en marcha de un proceso de formación emocional con la inserción curricular de la inteligencia emocional en la formación de los estudiantes, principalmente en los de las áreas económico-administrativas, quienes fueron los que presentan mayores áreas de oportunidad al respecto, para que ellos puedan proyectar un sólido liderazgo en sus estudios y en su futuro quehacer laboral, lo que podría coadyuvar a que las organizaciones puedan estar a la altura de las demandas del mercado y de la globalización de la economía actual.

La tercera investigación seleccionada como antecedente, se realizó en México, entre los meses de enero y junio, durante el año 2012. Fue realizado por De la Barrera, María Laura; Donolo, Danilo Silvio; Soledad Acosta, Lorena; González, María Mercedes. Se destaca el interés por estudiar las características emocionales de niños que se hallan en contextos escolares desfavorecidos y con carencias marcadas, tales como falta de afecto y contención, escasa capacidad para interactuar positivamente con otros y para manejar los impulsos emocionales, poca motivación y marcada problemática familiar y social. Participaron 18 alumnos de quinto grado de una escuela urbano-marginal de una ciudad argentina y los instrumentos utilizados fueron situaciones dilemáticas, observaciones y entrevistas. Los diversos hallazgos condujeron a elaborar una propuesta de alfabetización emocional desde una perspectiva psicopedagógica.

Es también necesario estudiar lo que sucede con tales aspectos en niños que se desempeñan en el contexto escolar cotidiano con numerosas carencias emocionales, tales como falta de afecto y contención, escasa capacidad para interactuar positivamente con los demás,

insuficiente habilidad para manejar los impulsos emocionales, poca motivación y problemática familiar y social muy marcada. El interés por dicho estudio es el de destacar la importancia de la capacidad de actuar inteligentemente respecto a las emociones, suponiendo que estas habilidades también pueden ser aprendidas y que por lo tanto deben ser enseñadas desde los primeros años de la vida escolares. Es en esta etapa donde se producen grandes desarrollos de índole física, emocional y cognitiva que gravitan en la individualidad, la percepción y las respuestas del niño a su ambiente.

Otro de los estudios que se tuvo en cuenta, fue realizado por Ferragut, Marta, y Fierro, Alfredo, durante el 2012 en Bogotá Colombia. El objetivo principal de este estudio es el análisis de la relación entre la inteligencia emocional y el bienestar personal y su posible predicción del rendimiento académico. Los participantes fueron 166 estudiantes de último ciclo de primaria de entre 9 y 12 años. Para evaluar la inteligencia emocional, se empleó el Trait Meta-Mood Scale (TMMS- 24) de Salovey y colaboradores (1995), para el bienestar personal se ha aplicado la Escala Eudemon y el Ítem General de Felicidad (Fierro, 2006) y para el rendimiento académico se registraron distintas variables, donde la principal fue la nota media. Los resultados mostraron la existencia de correlaciones significativas entre bienestar e inteligencia emocional, así como entre rendimiento académico y bienestar, no así entre inteligencia emocional y rendimiento académico. Además, el análisis de regresión múltiple muestra una recta de regresión donde el único predictor para nota media es el bienestar. Estos resultados indican relación entre bienestar e inteligencia emocional y la importancia de estos constructos psicológicos para el logro académico.

El rendimiento académico de los escolares tradicionalmente se ha asociado a la capacidad intelectual previa que permitiera la posibilidad de obtener buenas calificaciones. Actualmente se considera que el equilibrio personal es un factor clave para lograr un mejor rendimiento. En este sentido, conocer las propias emociones y saber restaurarlas ante las dificultades serán aspectos de importancia. Ha quedado demostrado que la inteligencia emocional es uno de los aspectos relevantes a tener en cuenta en las habilidades y capacidades de las personas, que favorece y facilita la consecución de metas en el individuo en su tarea vital, y actúa como buena predicción de la adaptación de una persona al medio.

La importancia ya reseñada de la inteligencia emocional se hace patente desde la crianza y

educación de los hijos, pero se extiende al lugar de trabajo y prácticamente a todas las relaciones y encuentros humanos.

La última investigación seleccionada tuvo lugar en Lambayeque, Perú, durante mayo y junio, del año 2010. La evaluación de la inteligencia emocional humana es un área de estudio muy amplia en psicología, que actualmente está en sus inicios; sin embargo, en los últimos años se ha desarrollado un boom por perfeccionar diversos métodos confiables y válidos que midan este nuevo concepto novedoso y de interés científico y público. En una reciente definición, la inteligencia emocional incluye a las diversas formas en que las emociones pueden ser monitoreadas, a través de la capacidad para percibir, asimilar, comprender y regular las emociones propias y la de los demás. (Mayer y Salovey, 1997). La inteligencia emocional de manera práctica establece las diferencias en el grado en que los individuos usan la información afectiva y la integran en su pensamiento; esto puede tener importantes efectos en el rendimiento en la escuela médica, aunque se han realizado pocos estudios hasta ahora. Tuvo como objetivo conocer el nivel de inteligencia emocional en estudiantes de pregrado de Medicina Humana de la Universidad Nacional Pedro Ruiz Gallo (UNPRG). En relación al método empleado, todos los estudiantes de medicina de la UNPRG fueron invitados a desarrollar la TMMS-24, un indicador de los niveles de inteligencia emocional. Con respecto a los resultados, se obtuvieron resultados de 242 estudiantes; de los que el 46,3% presentó niveles adecuados de percepción, el 52,5% de comprensión y el 60,3% de regulación. Se encontraron diferencias según edad, sexo y año de estudios. Una de las conclusiones a las que se abordó, es que este estudio proporciona información que indica que existen niveles adecuados de IE en la mayoría de estudiantes de medicina; además establece diferencias según variables como la edad, el sexo y el año de estudios.

PLANTEO DEL PROBLEMA

Teniendo en cuenta que la Inteligencia Emocional es un tema con mucha trascendencia en la actualidad, es primordial destacar la importancia de la necesidad de contar con una formación integral que incluya el desarrollo, no solo de los aspectos emocionales, sino también de los aspectos de relación interpersonal, de los aspectos cognitivos e incluso en los aspectos de inserción social.

Es de suma importancia que los estudiantes logren con el tiempo el dominio de algunas habilidades emocionales entre ellas, la conciencia de las propias emociones, es decir, que sean capaces reconocer e identificar sus emociones.

Por otro lado, el manejo de esas emociones cumple un papel fundamental, es por eso que se hace hincapié en la capacidad de controlar esos impulsos para poder adecuarlos a un objetivo. A su vez, es necesario remarcar la capacidad de automotivación con la que se debe contar, es decir, se busca lograr que los estudiantes puedan entusiasmarse con lo que hay que hacer, sin tener que ser incentivados. Y por último, es fundamental destacar la importancia de la empatía, y del manejo de las diferentes relaciones.

Dicha investigación se encuentra íntimamente relacionada con la relevancia social, ya que a partir de la misma, se podrá conocer el nivel de Inteligencia Emocional que tienen los estudiantes de la carrera de Psicopedagogía. Con este trabajo, se pretende que los estudiantes logren un acercamiento a dicha inteligencia, que puedan conocer su importancia, con el objetivo de adquirir un mejor conocimiento de sus propias emociones. Se espera que puedan desarrollar la habilidad de controlarlas, y que logren identificarlas, para poder tomar conciencia de ellas, y que éstas no afecten en el rendimiento académico de cada uno.

Las emociones juegan un papel significativo en nuestras vidas, pueden generar estímulos y energías poderosas para alcanzar objetivos que nos proponemos pero, también puede generarnos frustraciones profundas que inhiban nuestros pensamientos y acciones. En nuestras relaciones con los demás, pueden ser capaces de ayudarnos a transmitir entusiasmo y reclutar seguidores de nuestros proyectos pero, también pueden generarnos conflictos y rechazos, si no sabemos controlarlas y manejarlas de manera adecuada, en forma “inteligente”.

El motivo de esta investigación es poder observar, a partir de la utilización de un determinado instrumento, y de la recolección de datos, el nivel de inteligencia emocional en

un grupo de estudiantes de la carrera de Psicopedagogía para, a partir de eso, poder responder a la pregunta de investigación: ¿Cuál es el nivel de inteligencia emocional de los estudiantes de la carrera de Psicopedagogía?

OBJETIVOS

Objetivo del trabajo:

- Conocer el nivel de inteligencia emocional de los estudiantes de la carrera de Psicopedagogía

Objetivos en relación al grupo a evaluar:

- Lograr un acercamiento al concepto de Inteligencia Emocional
- Reconocer las propias emociones como clave para intervenir en las mismas e impedir que éstas no afecten el rendimiento académico.
- Aprender a regular y manejar las emociones, como un modo de adecuar las mismas a diferentes situaciones cotidianas

HIPÓTESIS

El nivel de inteligencia emocional de los estudiantes de la carrera de Psicopedagogía, será del “término medio”, es decir, que de acuerdo a las tablas planteadas en la escala TMMS-24 (instrumento de recolección de datos que será aplicado), los participantes de la muestra obtendrán como resultado: “percepción emocional adecuada”, “comprensión adecuada de los sentimientos”, y por último, “regulación emocional adecuada”.

MÉTODO

DISEÑO

Al estar hablando de una investigación cuantitativa, se hará uso de un diseño no experimental descriptivo transversal, que son aquellos que recolectan datos en un solo momento, en un tiempo único. Su propósito es describir variables, y analizar su incidencia e interrelación en un momento dado. En este caso, la investigación tiene como objetivo conocer el nivel de inteligencia emocional de los estudiantes de la carrera de Psicopedagogía, es decir, que se va a basar en realizar una descripción de ese objetivo.

PARTICIPANTES

La muestra la constituyen treinta estudiantes de primer y segundo año de la carrera de Psicopedagogía del “Instituto Superior de Formación Docente y Técnica N°5 – Región de la Norpampa” de la ciudad de Pergamino.

TÉCNICAS DE RECOLECCIÓN DE DATOS

En esta investigación se utilizará la escala de autoinforme denominada Trait Meta Mood Scale-24, adaptada al castellano por Fernández-Berrocal, Alcalde, Domínguez, Fernandez-McNally, Ramos y Ravira (1998) a partir de la desarrollada en 1990 por Mayer y Salovey. Dicha escala está compuesta por 24 ítems, valorados por una escala Likert teniendo en cuenta la puntuación 1 como “nada de acuerdo” y 5 como “totalmente de acuerdo”. La TMMS-24 contiene tres dimensiones claves en la inteligencia emocional con ocho ítems cada una de ellas: Percepción Emocional, Comprensión de sentimientos, y Regulación emocional. A continuación se muestran los tres componentes.

Definiciones:

Percepción: Soy capaz de sentir y expresar los sentimientos de forma adecuada
Comprensión: Comprendo bien mis estados emocionales
Regulación: Soy capaz de regular los estados emocionales correctamente

PROCEDIMIENTO

El instrumento fue aplicado a treinta estudiantes de Primer y Segundo año de la carrera de Psicopedagogía, de entre 18 y 24 años en su mayoría, habiendo una estudiante de 35 años, y siendo todas, personas del sexo femenino. Dicha escala fue aplicada en el Instituto Superior de Formación Docente y Técnica N°5, de la ciudad de Pergamino.

En primer lugar, las estudiantes recibieron la escala planteada anteriormente, se les mencionó que la recolección de datos era totalmente anónima, y se les pidió que en la parte superior, colocaran su edad.

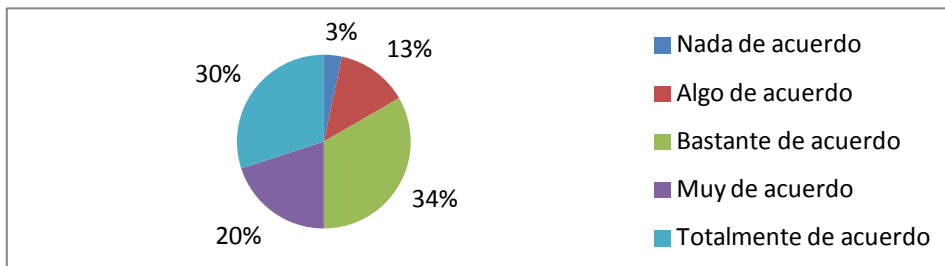
La aplicación se realizó en horario de clase, con previo aviso a la vicedirectora del Instituto, y con el permiso pedido a las profesoras de la cátedra en la que se encontraban. Se les fue concedido, a su vez, el tiempo necesario para leer, comprender, y poder responder a los veinticuatro ítems que forman parte de la escala de auto-informe TMMS-24.

Llegando a los cinco minutos, empezaron a hacer entrega de sus respuestas, resaltando algunas de las estudiantes, lo interesante que les había resultado el instrumento. Finalmente, las últimas estudiantes, quienes se mostraron algo pensativas y dubitativas entregaron aproximadamente unos quince minutos después de haber recibido el instrumento para responder.

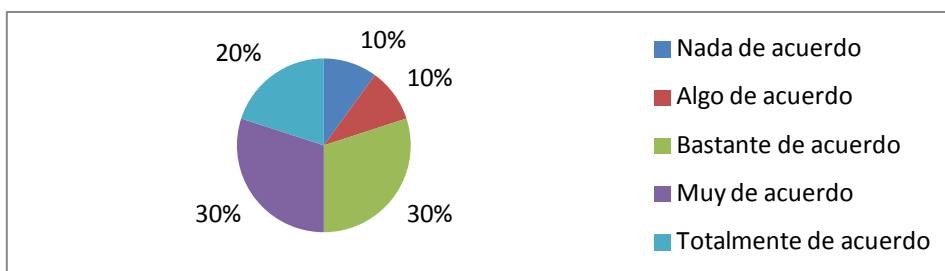
Una vez que finalizaron, se les agradeció a las estudiantes por haber colaborado con la aplicación de la escala, a las respectivas profesoras por el tiempo concedido, y finalmente a la vicedirectora por haberme dado el espacio y el permiso para realizar la recolección de datos en la institución que ya fue mencionada anteriormente. Por último, se hizo entrega de un texto explicativo e informativo sobre Inteligencia Emocional, para aquellas que nunca habían estado en contacto con el término, y bien, para que aquellas que ya lo conocían pudieran familiarizarse e interiorizarse un poco más con el concepto, y su importancia en la actualidad.

RESULTADOS

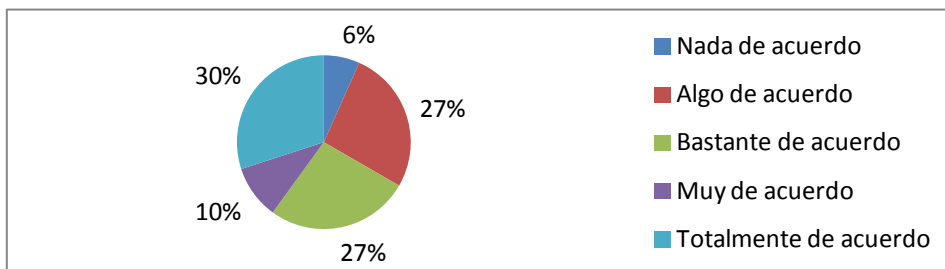
1. Presto mucha atención a los sentimientos.



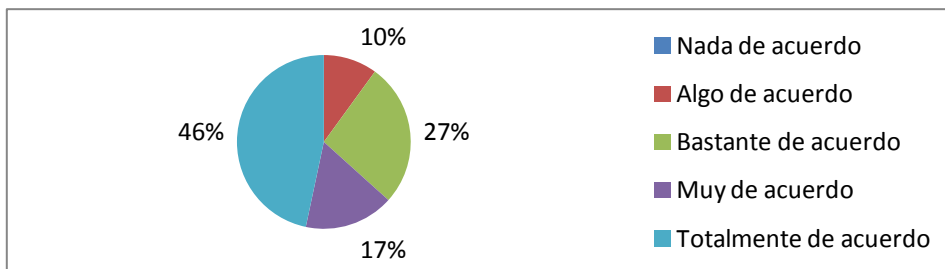
2. Normalmente me preocupo mucho por lo que siento.



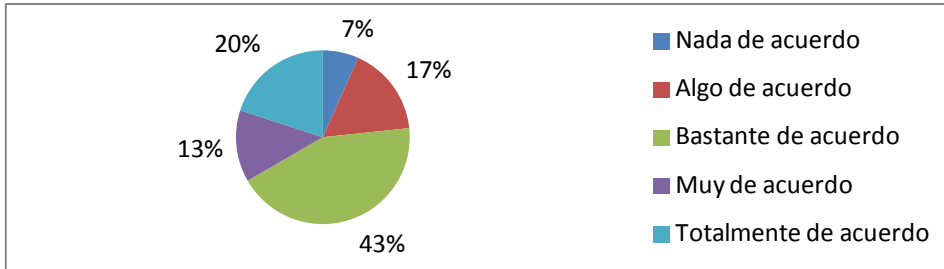
3. Normalmente dedico tiempo a pensar en mis emociones.



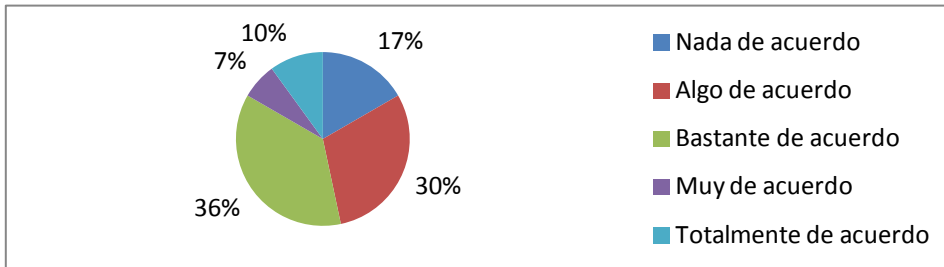
4. Pienso que merece la pena prestar atención a mis emociones y estado de ánimo.



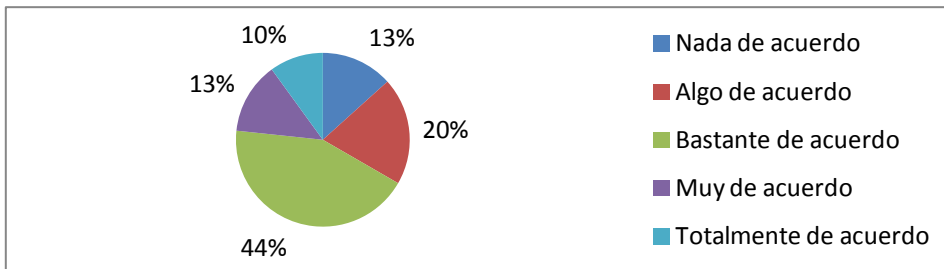
5. Dejo que mis sentimientos afecten a mis pensamientos.



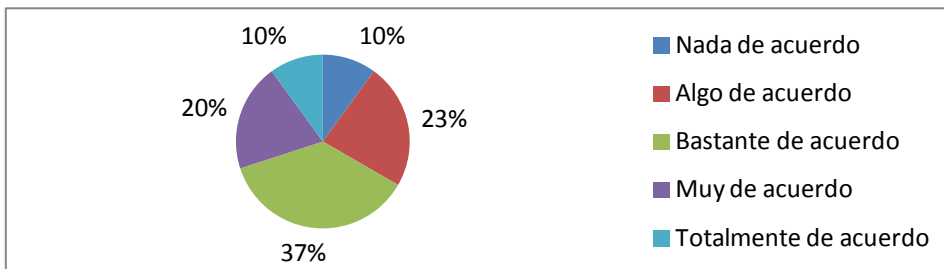
6. Pienso en mi estado de ánimo constantemente.



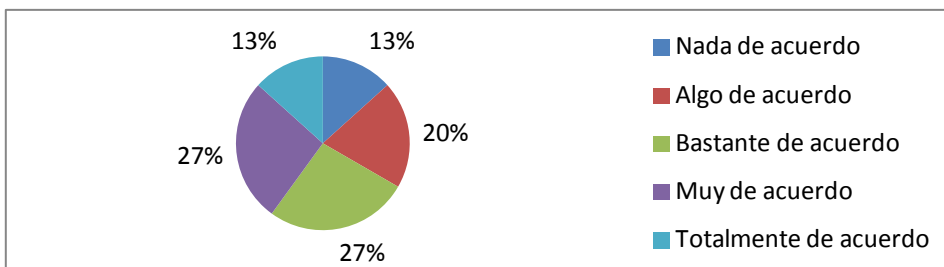
7. A menudo pienso en mis sentimientos



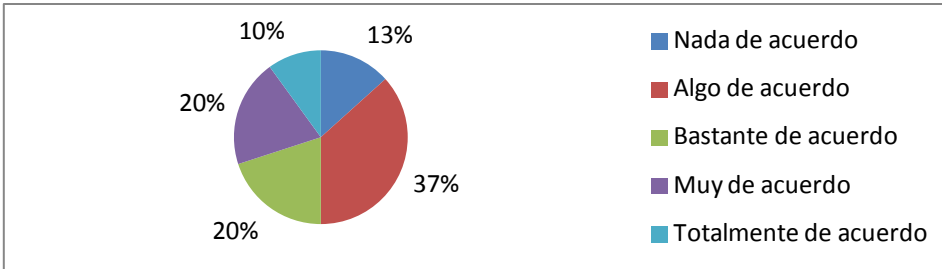
8. Presto mucha atención a cómo me siento



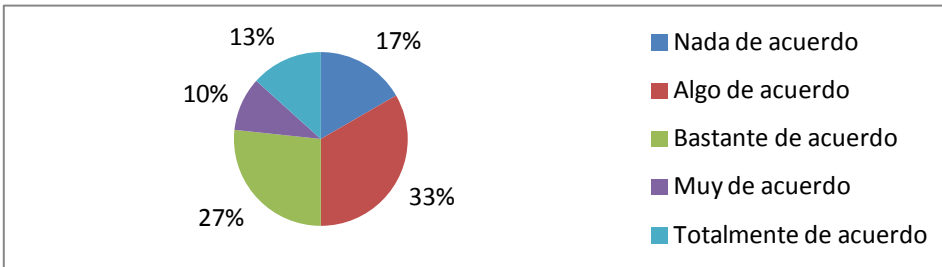
9. Tengo claros mis sentimientos.



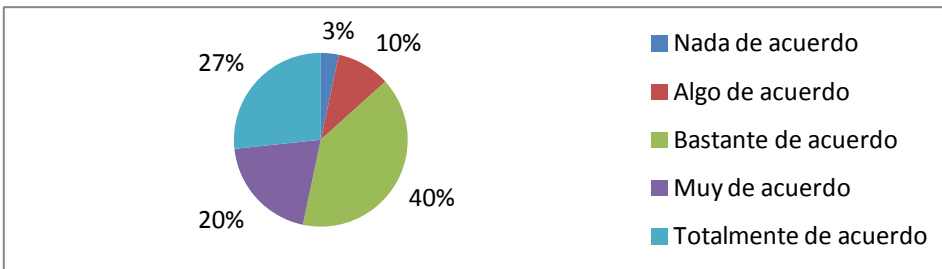
10. Frecuentemente puedo definir mis sentimientos.



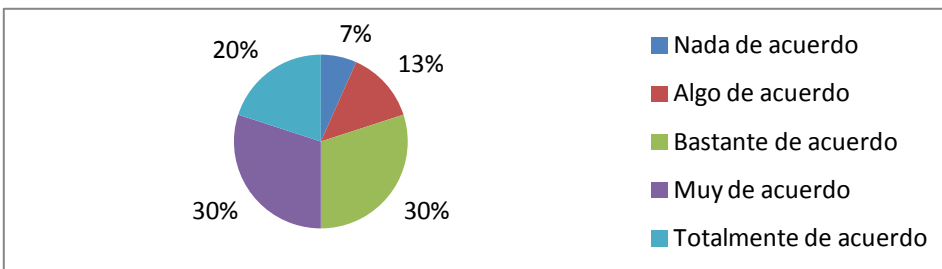
11. Casi siempre sé cómo me siento.



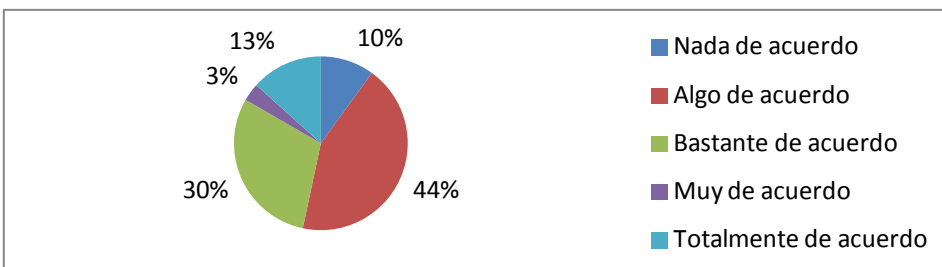
12. Normalmente conozco mis sentimientos sobre las personas.



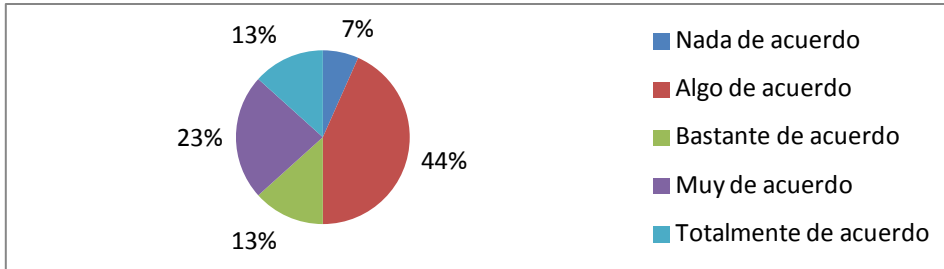
13. A menudo me doy cuenta de mis sentimientos en diferentes situaciones.



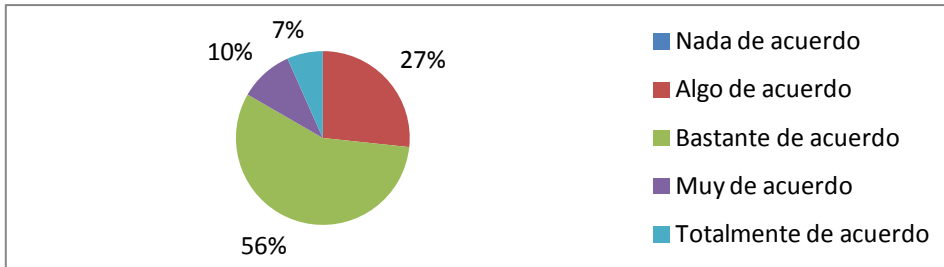
14. Siempre puedo decir cómo me siento.



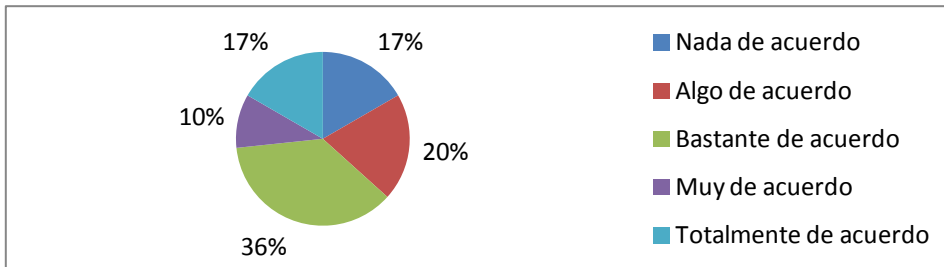
15. A veces puedo decir cuáles son mis emociones.



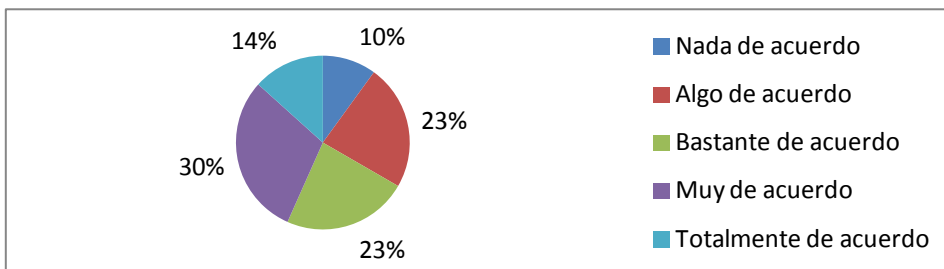
16. Puedo llegar a comprender mis sentimientos.



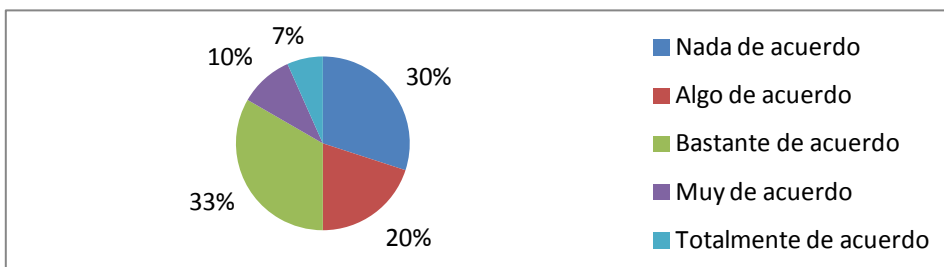
17. Aunque a veces me siento triste, suelo tener una visión optimista.



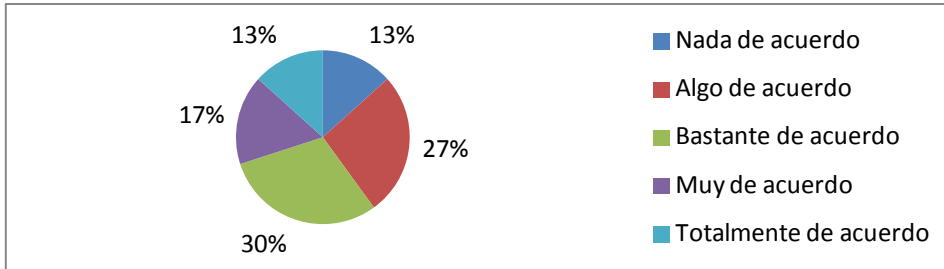
18. Aunque me sienta mal, procuro pensar en cosas agradables.



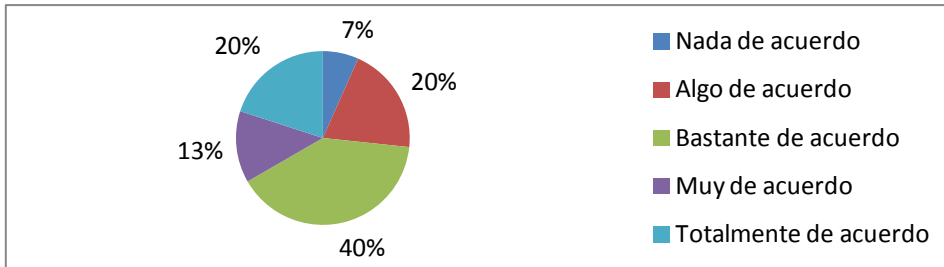
19. Cuando estoy triste, pienso en todos los placeres de la vida.



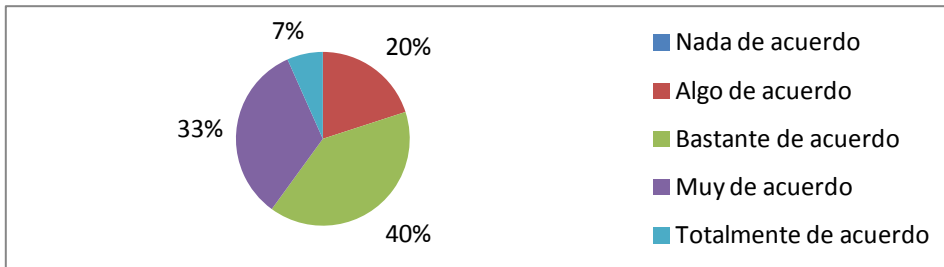
20. Intento tener pensamientos positivos aunque me sienta mal.



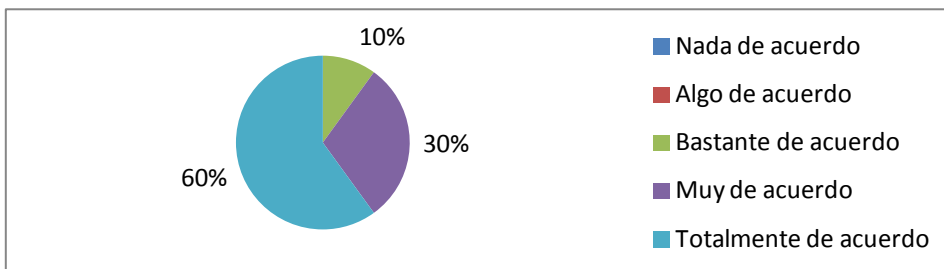
21. Si doy demasiadas vueltas a las cosas, complicándolas, trato de calmarme.



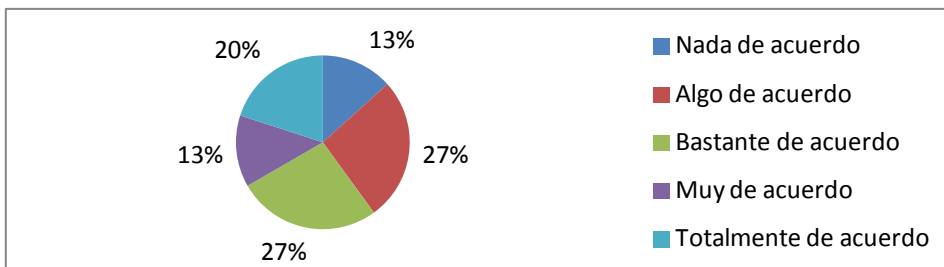
22. Me preocupo por tener un buen estado de ánimo.



23. Tengo mucha energía cuando me siento feliz.



24. Cuando estoy enfadado intento cambiar mi estado de ánimo.

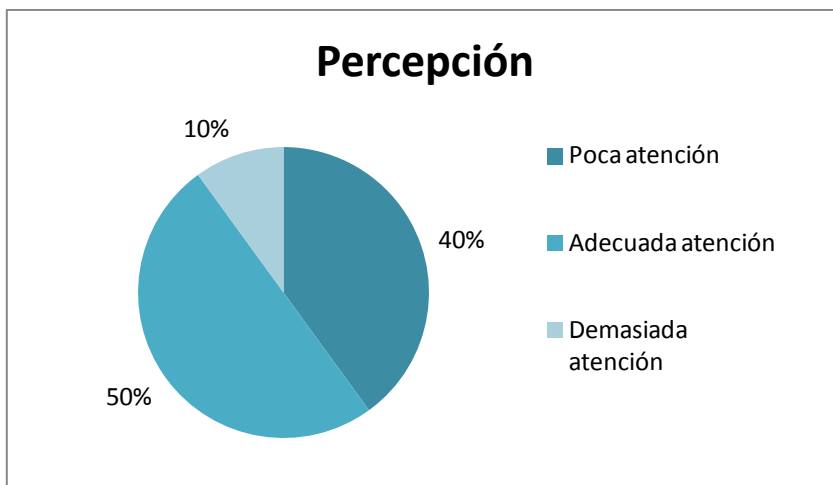


PERCEPCIÓN

Poca atención: 12 estudiantes

Adecuada atención: 15 estudiantes

Demasiada atención: 3



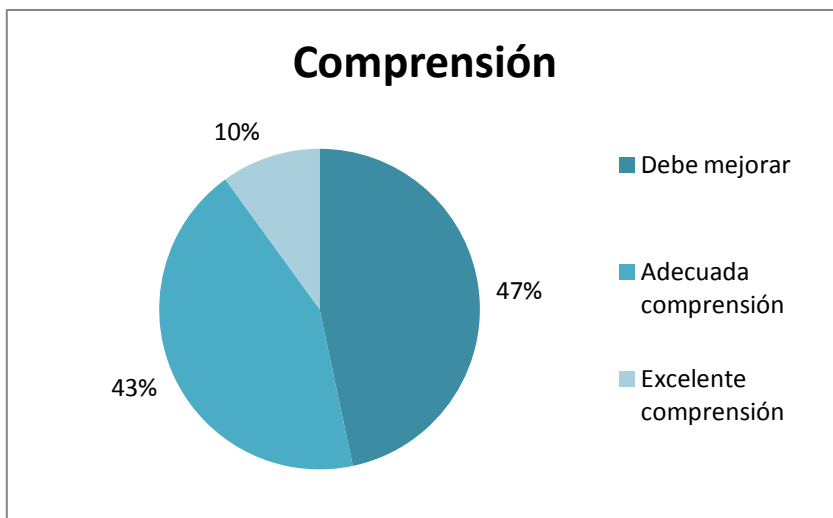
En el caso de la percepción, exactamente la mitad de las estudiantes logró una adecuada atención, y la otra mitad logró poca atención (12 participantes), y demasiada atención (3 participantes).

COMPRENSIÓN

Debe mejorar su comprensión: 14

Adecuada comprensión: 13

Excelente comprensión: 3



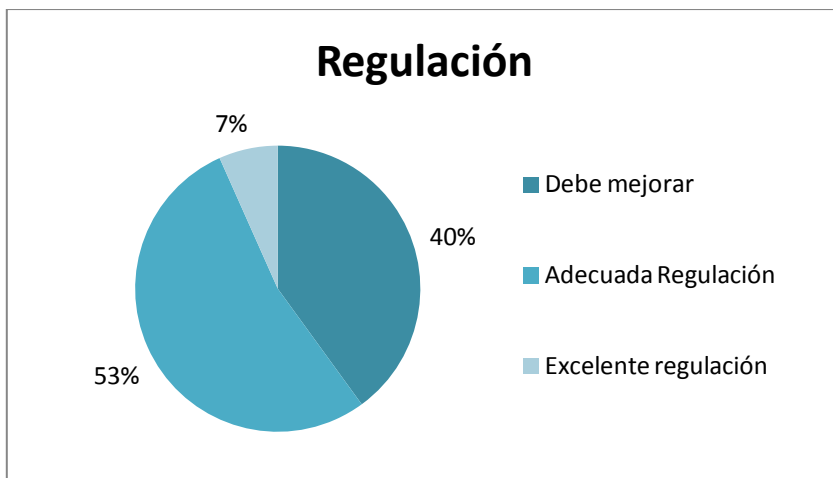
A diferencia de la percepción emocional, en este caso, en lo que respecta a la comprensión de los sentimientos, el porcentaje mayor (47%) obtuvo adecuada comprensión, sin embargo, un 43% de las participantes debe mejorar su comprensión, lo que hace pensar que no comprenden bien sus estados emocionales. Por otro lado, solo el 10%, es decir, tres participantes lograron una excelente comprensión emocional, lo que habla muy bien de ellas.

REGULACIÓN

Debe mejorar su regulación: 12

Adecuada regulación: 16

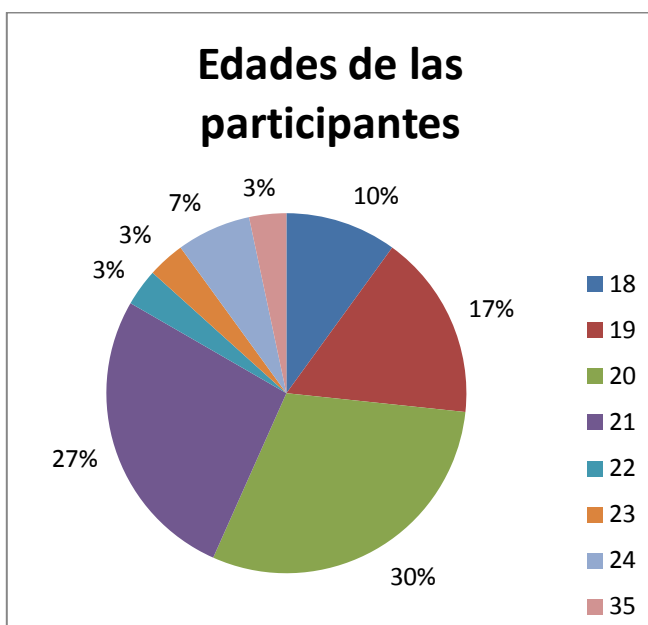
Excelente regulación: 2



En este último caso, hubo más de quince participantes que lograron una adecuada regulación emocional, pero otra vez hay un gran porcentaje (40%) que debe mejorar para ser capaces de regular sus estados emocionales correctamente. Por último, hubo solo dos participantes que lograron una excelente regulación.

EDADES

Edad	Participantes
18	3
19	5
20	9
21	8
22	1
23	1
24	2
35	1
Total	30



RESULTADOS

Con respecto al instrumento aplicado, se puede decir que en las áreas evaluadas (percepción emocional, comprensión de los sentimientos, y regulación emocional), los resultados obtenidos fueron los siguientes; en el área de percepción de las emociones, hubo doce estudiantes que obtuvieron “Poca atención”, la mitad de ellos, obtuvieron “Adecuada atención”, y en tres de ellos, el resultado fue “Demasiada atención”.

Por otro lado, en lo que respecta a la comprensión de los sentimientos, se obtuvo, que catorce estudiantes deben mejorar su comprensión, trece de ellos tienen una adecuada comprensión, y tres de ellos sobresalieron con una excelente comprensión de sus sentimientos.

Por último, en el área de regulación emocional, los resultados demostraron que hay doce estudiantes que deben mejorar su capacidad de regulación de emociones, dieciséis obtuvieron una regulación adecuada, y en este caso, dos de ellos se distinguieron del resto logrando así, una excelente regulación emocional.

Con respecto al tiempo que les llevó la realización, se puede decir que las primeras alumnas finalizaron aproximadamente a los cinco minutos después de ser entregado el instrumento, mientras que las últimas tardaron quince minutos aproximadamente.

Como fue mencionado anteriormente, dicha escala fue completamente anónima, y solo se les indicó que aclaren la edad en la parte superior de la hoja. Una vez llevada a cabo la aplicación del instrumento, se les entregó a las participantes una hoja con una breve reseña sobre el concepto de Inteligencia Emocional, para que aquellos que no habían escuchado hablar de ella, puedan lograr un pequeño acercamiento al término.

Conclusión y discusiones

A modo de conclusión, se puede decir que la noción de inteligencia debe abarcar no sólo ámbitos como la capacidad de abstracción, la lógica formal, la comprensión de complejas implicaciones y amplios conocimientos en un mundo cada vez más complicado y complejo, sino también otra serie de cualidades emocionales y sociales, como la creatividad, el talento para la organización, la motivación, la destreza psicológica y las actitudes humanitarias.

La inteligencia emocional consiste en controlar las emociones, y saber la causa que generan los diferentes sentimientos como la ansiedad, la ira, la tristeza, entre otros, así como asumir las consecuencias de nuestras decisiones y actuaciones con la finalidad de buscar soluciones y mejorar de esta manera las relaciones sociales. Es por eso que es considerada como el más importante de los factores que intervienen en el ajuste personal, en el éxito en las relaciones personales y en el rendimiento en el trabajo. Con una inteligencia emocional desarrollada se pueden conseguir mejoras en nuestras relaciones sociales, ya que la competencia emocional influye en todos los ámbitos importantes de la vida.

Es importante remarcar que el objetivo principal se logró a través de la escala de auto-informe denominada Trait Meta Mood Scale adaptada al castellano, donde se obtuvieron los resultados que fueron tabulados y graficados anteriormente. A su vez, se espera que las estudiantes hayan logrado un acercamiento al término de Inteligencia Emocional (Como planteaba uno de los objetivos específicos), a través del material que se les entregó cuando finalizaron la escala, y que se encuentra adjuntada en anexos.

En el caso de la hipótesis planteada, se puede decir claramente que no se cumple, ya que en un primer momento se había planteado que el nivel de inteligencia emocional de las estudiantes de psicopedagogía iba a ser del término medio, es decir, que iban a obtener una percepción, comprensión y regulación emocional adecuada, y se pudo observar que en lo que respecta de la percepción de las emociones, la mitad de ellas (50%) obtuvo “Adecuada atención”. En el caso de la comprensión de los sentimientos, un 43,3% logró una adecuada comprensión, y en la última área evaluada, un 53.3% de las estudiantes consiguió una regulación emocional adecuada. En términos generales, se puede decir que si bien la hipótesis planteada al comienzo de la investigación, no se cumple, en las tres categorías, la mitad de las participantes, o casi la mitad, lograron llegar al término medio.

Con respecto a los participantes que sobresalieron, en el caso de una de ellas, obtuvo una excelente comprensión, poca atención, y adecuada regulación, mientras que otra de las evaluadas logró una percepción y regulación adecuada, y tuvo como resultado una excelente comprensión de los sentimientos. En otro de los casos, la estudiante obtuvo demasiada atención, adecuada comprensión, y una excelente regulación. Por último, la estudiante que mejor resultados obtuvo, que casualmente fue la estudiante de más edad (35 años), logró una percepción adecuada, y se distinguió del resto obteniendo excelente comprensión y excelente regulación de las emociones.

En relación a las edades de las estudiantes, participaron tres estudiantes de dieciocho años, cinco estudiantes de diecinueve años, nueve de veinte años, ocho de veintiuno, una de veintidós, una de veintitrés, dos de veinticuatro, y finalmente una alumna de treinta y cinco años, siendo dos de las de 21, la de 23, y la de 35, quienes lograron los mejores resultados, obteniendo un “excelente” en alguna de las tres áreas.

A partir de esto, se puede decir que en los tres enfoques, aproximadamente la mitad de las estudiantes evaluadas obtuvieron resultados “adecuados”, de acuerdo a los valores determinados en la evaluación y puntuación de dicha escala.

En relación a los resultados expuestos, se puede pensar que no es casualidad que la estudiante de 35 años haya obtenido el mejor resultado. Puede dar a entender, que a medida que uno va creciendo, y atravesando diferentes situaciones, con los años, se va volviendo “más inteligente”, desde el punto de vista emocional.

A modo de conclusión final, este estudio sirvió para profundizar el término de Inteligencia Emocional, y para tomar conciencia de la importancia que tiene. En una sociedad donde el raciocinio parece dominar cada vez más sobre las emociones, es importante tener en cuenta de que la inteligencia emocional juega un papel primordial. Sin embargo, en los sistemas educativos rara vez se le da prioridad a la educación emocional. No estamos educados a observar lo que sentimos y, por lo tanto, no sabemos cómo actuar ante nuestros sentimientos de forma efectiva. Se supone que todo trabajo de investigación, cuando finalmente es terminado, trae como resultado, una o varias conclusiones en relación a todo lo que se fue desarrollando, analizando, y observando. Es decir, que este trabajo no fue la excepción, y en las líneas anteriores se dejaron plasmados varios puntos importantes a los que se arribó. Sin embargo, es importante remarcar que teniendo en cuenta que la temática Inteligencia Emocional es un

término relativamente nuevo desde el punto de vista de la investigación (Recordemos que el concepto surge en 1995), sería interesante plantear algunos interrogantes para futuras investigaciones relacionadas al tema... ¿Existe relación entre la Inteligencia Emocional y el rendimiento escolar/académico? ¿Cómo pueden afectar las emociones en el rendimiento académico? ¿La inteligencia emocional es proporcional al coeficiente intelectual?

Referencias

Bisquerra Alzina, R. Educación emocional y competencias básicas para la vida. *Revista de Investigación Educativa*, [S.l.], v. 21, n. 1, p. 7-43, ene. 2003. ISSN 1989-9106. Disponible en: <<http://revistas.um.es/rie/article/view/99071/94661>>de <http://revistas.um.es/rie/article/view/99071>

De la Barrera, M L; Soledad Acosta, L; Donolo, D S; González, M M; (2012). Inteligencia emocional y ambientes escolares: una propuesta psicopedagógica. *Enseñanza e investigación en psicología*, 17(0) 63-81. <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=29223246005>

Del Pino Peña, R; Aguilar Fernández, M d l A; (2013). La inteligencia emocional como una herramienta de la gestión educativa para el liderazgo estudiantil. *Cuadernos de administración*, 29(0) 132-141. <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=225029797003>

Extremera, N., y Fernández-Berrocal, P. (2007). Una guía práctica de los instrumentos actuales de evaluación de la inteligencia emocional. En J. M. Mestre y P. Fernández-Berrocal (Eds.). *Manual de inteligencia emocional* (pp. 99-122). Madrid: Pirámide.

Fernández-Berrocal, P., Extremera, N. y Ramos, N. (2004). Validity and reliability of the spanish modified versión of the trait meta-mood scale. *Psychological reports*, 94, 751-755

Ferragut, M; Fierro, A; (2012). Inteligencia emocional, bienestar personal y rendimiento académico en preadolescentes. *Revista latinoamericana de psicología*, 44(0) 95-104. <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=80525022008>

Goleman, D (2004) *Inteligencia Emocional*, Edición 25. Vergara, Javier.

Instituto Superior de Formación Docente y Técnica N°5, Región de la Norpampa. http://isfdyt5.bue.infed.edu.ar/sitio/index.cgi?wid_seccion=64&wid_item=343

Páez Cala, M L; Castaño Castrillón, J J; (2015). Inteligencia emocional y rendimiento académico en estudiantes universitarios. *Psicología desde el Caribe*, 32(0) 268-285. <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=21341030006>

Saucedo-Chinchay, J L; Salazar Flores, R M; Díaz Vélez, C (2010) Inteligencia emocional en estudiantes de medicina de la Universidad Nacional Pedro Ruiz Gallo (Lambayeque, Perú).

Revista del cuerpo médico Nacional Alanzor Aguinaga Asenjo, ISSN-e 2227-4331, Vol. 4, Nº. 1, 2011, págs. 17-21 <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=4060224>

Serrano Argüeso, M; Ibañez González, M. (2015). La prevención de las situaciones de impacto emocional en el ambiente laboral: Estudio teórico y análisis de su incidencia en el personal sanitario de la comunidad autónoma de Euskadi-España. *Trabajo y sociedad*, (25), 463-492. http://www.scielo.org.ar/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1514-68712015000200025&lng=es&tlng=es

ANEXOS

TMMS-24

Instrucciones:

A continuación encontrará algunas afirmaciones sobre sus emociones y sentimientos. Lea atentamente cada frase e 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
Nada de acuerdo	Algo de acuerdo	Bastante de acuerdo	Muy de acuerdo	Totalmente de acuerdo

1. Presto mucha atención a los sentimientos.	1	2	3	4	5
2. Normalmente me preocupo mucho por lo que siento.	1	2	3	4	5
3. Normalmente dedico tiempo a pensar en mis emociones.	1	2	3	4	5
4. Pienso que merece la pena prestar atención a mis emociones y estado de ánimo.	1	2	3	4	5
5. Dejo que mis sentimientos afecten a mis pensamientos.	1	2	3	4	5
6. Pienso en mi estado de ánimo constantemente.	1	2	3	4	5
7. A menudo pienso en mis sentimientos.	1	2	3	4	5
8. Presto mucha atención a cómo me siento.	1	2	3	4	5
9. Tengo claros mis sentimientos.	1	2	3	4	5
10. Frecuentemente puedo definir mis sentimientos.	1	2	3	4	5
11. Casi siempre sé cómo me siento.	1	2	3	4	5
12. Normalmente conozco mis sentimientos sobre las personas.	1	2	3	4	5

13. A menudo me doy cuenta de mis sentimientos en diferentes situaciones.	1	2	3	4	5
14. Siempre puedo decir cómo me siento.	1	2	3	4	5
15. A veces puedo decir cuáles son mis emociones.	1	2	3	4	5
16. Puedo llegar a comprender mis sentimientos.	1	2	3	4	5
17. Aunque a veces me siento triste, suelo tener una visión optimista.	1	2	3	4	5
18. Aunque me sienta mal, procuro pensar en cosas agradables.	1	2	3	4	5
19. Cuando estoy triste, pienso en todos los placeres de la vida.	1	2	3	4	5
20. Intento tener pensamientos positivos aunque me sienta mal.	1	2	3	4	5
21. Si doy demasiadas vueltas a las cosas, complicándolas, trato de calmarme.	1	2	3	4	5
22. Me preocupo por tener un buen estado de ánimo.	1	2	3	4	5
23. Tengo mucha energía cuando me siento feliz.	1	2	3	4	5
24. Cuando estoy enfadado intento cambiar mi estado de ánimo.	1	2	3	4	5

Evaluación del instrumento

Para corregir y obtener una puntuación en cada uno de los factores, sume los ítems del 1 al 8 para el factor atención emocional, los ítems del 9 al 16 para el factor claridad emocional y del 17 al 24 para el factor reparación de las emociones. Luego mire su puntuación en cada una de las tablas que se presentan. Se muestran los puntos de corte para hombres y mujeres, pues existen diferencias en las puntuaciones para cada uno de ellos. La veracidad y la confianza de los resultados obtenidos dependen de lo sincero que haya sido al responder a las preguntas.

Puntuaciones

Percepción

Hombres

Mujeres

Debe mejorar su percepción: presta poca atención < 21	Debe mejorar su percepción: presta poca atención < 24
Adecuada percepción 22 a 32	Adecuada percepción 25 a 35
Debe mejorar su percepción: presta demasiada atención > 33	Debe mejorar su percepción: presta demasiada atención > 36

Comprensión

Hombres

Mujeres

Debe mejorar su comprensión < 25	Debe mejorar su comprensión < 23
Adecuada comprensión 26 a 35	Adecuada comprensión 24 a 34
Excelente comprensión > 36	Excelente comprensión > 35

Regulación

Hombres

Mujeres

Debe mejorar su regulación < 23	Debe mejorar su regulación < 23
Adecuada regulación 24 a 35	Adecuada regulación 24 a 34

Excelente regulación > 36	Excelente regulación > 35
------------------------------	------------------------------

RESULTADOS. TABLA 1. DEL ESTUDIANTE N°1, AL ESTUDIANTE N°15.

Ítems	Estudiantes – Respuestas														
N°	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
1	3	3	3	5	3	3	1	5	4	3	4	4	4	3	5
2	3	3	3	4	4	4	1	4	5	3	5	5	3	3	5
3	2	2	2	2	3	3	2	5	5	3	3	3	3	4	5
4	2	3	3	5	4	4	2	5	5	3	3	3	5	3	5
5	3	3	3	2	3	3	1	5	4	1	3	3	4	2	5
6	2	4	4	3	3	3	2	3	3	1	3	3	3	2	5
7	3	3	3	3	3	3	1	2	4	2	3	3	4	3	5
8	3	2	2	3	3	3	1	4	3	3	4	4	3	2	5
9	2	1	1	4	4	4	3	3	4	2	3	3	4	5	5
10	2	2	2	4	4	4	3	2	2	3	4	4	2	5	3
11	2	2	2	3	4	4	2	2	2	3	3	3	3	5	2
12	3	3	3	3	4	4	3	3	2	3	4	4	3	5	5
13	4	3	3	3	4	4	3	4	3	4	3	3	4	4	5
14	2	3	3	3	2	2	3	5	2	3	2	2	2	2	2
15	2	3	3	3	2	2	2	5	4	2	4	4	2	5	2
16	2	3	3	3	3	3	2	4	3	2	2	2	3	4	2
17	3	3	3	5	2	2	2	1	2	1	3	3	4	5	3
18	3	2	2	4	3	3	2	2	2	1	4	4	4	5	3
19	4	2	2	3	1	1	2	1	2	1	3	3	3	3	1
20	4	2	2	5	3	3	4	2	2	1	3	3	3	3	2
21	4	3	3	3	3	3	3	3	2	1	4	4	4	5	2
22	2	3	3	4	2	2	2	4	3	3	4	4	3	3	3
23	3	5	5	4	4	4	4	5	4	5	5	5	4	5	5
24	2	4	4	4	2	2	1	3	2	5	3	3	4	3	1

TABLA 2. DEL ESTUDIANTE N°16, AL ESTUDIANTE N°30.

Ítems	Estudiantes – Respuestas														
	N°	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29
1	5	3	5	2	2	5	4	5	3	4	3	2	5	5	2
2	1	2	3	2	2	5	4	5	3	4	4	1	4	4	3
3	5	2	5	2	1	5	4	5	1	4	3	2	5	5	3
4	5	3	5	2	3	5	5	5	4	4	4	5	5	5	5
5	4	5	3	3	2	5	2	5	4	2	3	1	3	3	5
6	2	2	5	3	1	3	2	5	2	2	3	1	1	1	2
7	3	2	5	2	1	3	3	5	1	3	2	1	4	4	2
8	2	2	5	3	1	3	4	5	2	3	3	1	4	4	2
9	5	2	4	3	3	4	3	3	2	5	4	2	1	1	2
10	5	2	1	1	2	4	3	3	1	5	2	1	2	2	3
11	5	2	4	2	3	3	3	5	1	5	2	1	1	1	1
12	5	2	5	3	5	5	5	5	1	4	3	2	3	3	4
13	5	3	5	2	4	5	4	5	2	5	3	2	1	1	2
14	5	2	1	1	2	3	3	5	2	5	4	1	3	3	2
15	4	2	2	2	2	1	3	5	2	5	3	1	4	4	2
16	5	3	3	2	4	3	3	3	3	5	3	2	3	3	3
17	5	1	3	1	4	2	2	5	3	4	3	5	3	3	1
18	5	1	3	2	4	3	2	5	3	4	4	5	4	4	1
19	5	1	4	1	2	2	1	5	3	5	3	3	3	3	1
20	5	1	4	2	3	1	2	5	3	5	2	5	4	4	1
21	5	2	5	2	2	1	3	5	3	5	3	5	3	3	2
22	3	3	4	2	4	4	3	5	3	5	4	3	4	4	2
23	5	3	5	5	5	5	5	5	5	5	4	5	4	4	3
24	1	2	5	5	3	1	3	5	2	4	3	2	5	5	2

INTELIGENCIA EMOCIONAL

(Material entregado a las participantes una vez finalizada la aplicación de la escala TMMS-24)

El término "inteligencia emocional" fue utilizado por primera vez en 1990 por los psicólogos; Salovey de la Universidad de Harvard; y Mayer de la Universidad de New Hampshire. Se lo empleó para describir las cualidades emocionales que parecen tener importancia para el éxito. Estos psicólogos sostienen que la inteligencia emocional incluye la habilidad para percibir con precisión, valorar y expresar emoción, la habilidad de acceder y/o generar sentimientos cuando facilitan pensamientos, la habilidad de comprender la emoción y el conocimiento emocional, y la habilidad para regular emociones para promover crecimiento emocional e intelectual.

En otras palabras, la inteligencia emocional hace referencia a aquella capacidad que nos permite controlar nuestras emociones y expresarlas de forma asertiva.

El psicólogo Daniel Goleman plantea cinco capacidades básicas de la Inteligencia emocional.

- **Autoconciencia emocional:** Implica reconocer los propios estados de ánimo
- **Autorregulación:** Se refiere a la capacidad de manejar los propios estados de ánimo, impulsos y recursos.
- **Automotivación:** Hace referencia a las tendencias emocionales que guían o facilitan el cumplimiento de las metas establecidas.
- **Empatía:** Implica tener conciencia de los sentimientos, necesidades y preocupaciones de los otros. Es la base del altruismo.
- **Destrezas sociales o habilidades sociales:** Implica ser un experto para inducir respuestas deseadas en los otros.

El Trait Meta-Mood Scale 48 (TMMS 48) fue la primera prueba de inteligencia emocional elaborada por el equipo de trabajo de Salovey en 1995. Su propósito fue evaluar la estabilidad de las personas en su forma de atender, discriminar y regular estados de ánimo y emociones personales, y de los demás. Luego se realizó una adaptación al español, donde quedaron 24 ítems en lugar de 48.