



GESTIÓN EMOCIONAL Y ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO DEL
PREADOLESCENTE ANTE LA DINÁMICA ACADÉMICA

MARIA FERNANDA BEJARANO AZCARATE
MARIA CAMILA MARIN CAÑAS

Corporación Universitaria Minuto De Dios
Sede Virtual Y A Distancia
Programa De Psicología
Buga-Valle, Colombia
2020

GESTIÓN EMOCIONAL Y ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO DEL
PREADOLESCENTE ANTE LA DINÁMICA ACADÉMICA

MARIA FERNANDA BEJARANO AZCARATE
MARIA CAMILA MARIN CAÑAS

Documento resultado de trabajo de grado para optar el título de psicólogo

Director: Viviana Gómez Cabal
Psicóloga Especialista en Gerencia Educativa
Maestrante en Psicología Clínica y de la Salud

Corporación Universitaria Minuto de Dios
Sede virtual y a distancia
Programa de Psicología
Buga, Valle, Colombia
2020

Dedicatoria

Inicialmente quiero darle gracias a Dios que me ha acompañado durante mi proceso, donde viví triunfos y así mismos momentos difíciles, pero que me permitieron conocer mis habilidades y adquirir cada día más confianza en mí, permitiendo que llegara a este momento tan importante de mi vida. A mi familia que han sido un pilar fundamental pues me han apoyado incondicionalmente, donde gracias a sus enseñanzas y esfuerzo he logrado cumplir un sueño más de mi vida, dándome apoyo en los momentos difíciles y celebrando conmigo mis alegrías, permitiendo culminar mi carrera profesional.

Además, agradezco a Dios por colocar a una compañera con tantas habilidades, virtudes, que se ha convertido en una gran amiga en este proceso, siendo un apoyo para lograr culminar mi carrera profesional: María Camila Marín.

Así mismo agradezco a la universidad y a cada docente que hizo parte de mi crecimiento tanto profesional como personal, los cuales me dejaron grandes aprendizajes, sin embargo, quiero resaltar la labor de nuestra asesora Viviana Gómez Cabal por guiarnos, por regalarnos su sabiduría y tiempo permitiendo culminar este proceso de nuestra carrera.

María Fernanda Bejarano Azcarate

Inicialmente le doy gracias a Dios, por haberme dado fuerza, protección y valor para culminar esta etapa de mi vida, a mi mamá por ser la persona y el pilar más importante y por demostrarme siempre su amor y apoyo incondicional sin importar las circunstancias. A mi hermana, a quien quiero como una madre y siempre ha estado junto a mí dispuesta a escucharme y ayudarme en cualquier momento. A mi hermosa sobrina que amo con el corazón y a mi papá que con sus consejos ha sabido guiarme para culminar mi carrera profesional, que además sé que está orgulloso de mi triunfo.

A mi compañera y gran amiga María Fernanda Bejarano, que sin ella esta meta no hubiese sido posible, gracias por compartir momentos de alegría y tristeza, demostrándome que siempre podré contar con ella.

Y finalmente a nuestra asesora Viviana Gómez Cabal, gracias por su tiempo, por su apoyo, así como la sabiduría que nos transmitió en el desarrollo de nuestra carrera y proyecto de grado. Además, agradezco a todos y cada uno de los profesores que me guiaron y me fortalecieron en este proceso educativo.

María Camila Marín Cañas

Contenido

Resumen	10
Introducción	12
Planteamiento Del Problema.....	14
Objetivos	17
Objetivo General	17
Objetivos Específicos.....	17
Justificación.....	18
Hipótesis O Supuestos.....	20
Antecedentes	21
Marcos De Referencia.....	25
Marco Teórico Y Conceptual.....	25
Inteligencia	25
Inteligencias múltiples	26
La inteligencia emocional	27
Importancia de la inteligencia emocional en la educación y rendimiento académico ..	29
Habilidades socioemocionales en la escuela.....	30
Gestión emocional.....	32
Estrategias de afrontamiento	34
La resiliencia e inteligencia emocional	37

Diseño Metodológico	39
Categorías de análisis	41
Población y muestra	41
Consideraciones Éticas Y Bioéticas De La Investigación	43
Técnicas E Instrumentos De Recolección De Información	45
Test escala de afrontamiento para Niños (EAN).....	45
Entrevista en profundidad	46
Diseño de entrevista: base explicativa de las preguntas.....	48
Procedimiento Y Materiales.....	52
Técnicas De Análisis De Información	54
Resultados	55
Escala de afrontamiento para niños (EAN).....	55
Relación de experiencias frente a la gestión emocional y estrategias de afrontamiento	60
Matriz de análisis de la información	60
Puntaje global.....	65
Discusión De Construcción Y Crítica	66
Conclusiones	74
Recomendaciones.....	76
Limitantes:	77

Referencias Bibliográficas 78

Índice de tablas

Tabla 1. Categoría de análisis	41
Tabla 2. Calificación, Escala de afrontamiento en niños (EAN)	46
Tabla 3 Diseño de entrevista: base explicativa de las preguntas.....	48
Tabla 4 Resultados de la escala de afrontamiento en niños (EAN)	58
Tabla 5 Matriz de análisis de la información, gestión emocional y estrategias de afrontamiento	60
Tabla 6 Afrontamiento centrado en el problema.....	65
Tabla 7 Afrontamiento improductivo.....	65

Anexo e ilustraciones

Ilustración 1 consentimiento informado participante 1	87
Ilustración 2 Encuentro y permiso de consentimiento informado- participante 2 ...	89
Ilustración 3: Evidencia de instrumentos de (EAN)	90
Ilustración 4: Evidencia de la entrevista a estudiantes.....	90

Gestión emocional y estrategias de afrontamiento del preadolescente ante la dinámica académica

Resumen

La presente investigación da a conocer algunos resultados de la investigación realizada acerca de la gestión emocional y las estrategias de afrontamiento en preadolescentes con bajo y alto rendimiento académico ante la toma de decisiones en el entorno educativo respecto a los elementos relacionados con las exigencias académicas del rendimiento; a partir del ejercicio de las narrativas y las experiencias de estas, para ello se realizó una investigación cualitativa de tipo fenomenológico a partir de la entrevista en profundidad y la aplicación de la escala de afrontamiento para niños, se examina la experiencia percibida del estudiante ante situaciones académicas. Por otro lado, el resultado evidencia diferencias tanto en la gestión y estrategias de afrontamiento que emplea cada participante, además se logró demostrar la importancia del rol del entorno familiar y/o acudiente en cuanto al acompañamiento para la mejora del rendimiento académico.

Palabras Clave: Inteligencia emocional, gestión emocional, ámbito escolar, educación, pre adolescencia.

Abstract

This research presents some results of the research carried out on emotional coping strategies in pre-adolescents with low and high academic level performance in the face of decision making in the educational environment regarding The elements related to their academic performance demands from the exercise the narratives and the experiences of these, for these qualitative research of a phenomenological type was carried out from in-depth Interview and the application of the coping scale for children, the perceived experience Of the student in situations is examined academic studies, on the other hand , the results show differences both in the management and coping strategies used by Each participant in addition, possible to demonstrate the importance of the role family environment and / or guardian In terms of accompaniment to improve the academic performance.

Key words: Emotional intelligence, emotional management, school environment, education, pre-adolescence .

Introducción

Durante muchos años se sostuvo que la inteligencia intelectual sería la que permitiría tener éxito en la vida, sin embargo, con los avances y diferentes estudios han logrado demostrar la importancia que cumple la inteligencia emocional, esta permite reconocer las emociones propias y la de los demás llegando a considerar en la actualidad que está predomina en gran medida en la toma de decisiones afectando al individuo en la manera en que piensa, siente y se comporta.

Estudios han corroborado que la inteligencia emocional es un punto elemental que se debe considerar en las habilidades y capacidades de una persona, favoreciendo así a que el individuo pueda cumplir metas adaptándose al entorno en el que se desenvuelve, sin embargo en las instituciones educativas se sigue observando una clara prioridad por los aspectos cognitivos y aunque es vital en el desarrollo del individuo se ha evidenciado que no han logrado educar desde un equilibrio que permita unificar y relacionar ambas inteligencias para formar y guiar a seres más íntegros con capacidad de enfrentarse al mundo desde una perspectiva racional y emocional.

Por ende, es necesario que las instituciones educativas comiencen a realizar acompañamientos que permitan la gestión emocional y estrategias de afrontamiento en los niños y adolescentes, los cuales pasan gran parte de su vida en el aula y aquí es donde se construye el desarrollo emocional, por esta razón el entorno escolar se configura como un espacio de

socialización donde el docente se convierte en un modelo a seguir, en cuanto a sus comportamientos y emociones.

Así mismo se ha encontrado grandes beneficios para el mejoramiento y fortalecimiento de su rendimiento académico, según Gil Olarte, Palomera y Brackett, 2006; Duran, Extremera, Rey, Fernández y Montalbán, 2006; Nasir y Masrur, 2010 (citado por Buenrostro, Valadez, Soltero, Nava, Zambrano y García 2012) “Investigaciones recientes han encontrado correlaciones positivas y significativas entre la inteligencia emocional y el rendimiento académico”; algunos países siendo pionero México han demostrado los beneficios que se pueden generar si los individuos comienzan a ser conscientes de sus emociones y sentimientos entendiendo que estas son el punto de partida donde se construyen las relaciones interpersonales.

Planteamiento Del Problema

La inteligencia emocional (IE) ha conllevado a grandes avances a nivel investigativo donde diferentes autores como Goleman, Diekstra, Salovey y Mayer, han permitido que el mundo comprenda la importancia de reconocer las emociones y así mismo la de los demás, ayudando a motivar y a manejar adecuadamente las relaciones intrapersonales e interpersonales, siendo estas esenciales en el ámbito educativo, pues el estudiante debe ser capaz de sobrellevar diferentes situaciones que se presentan en su día a día, sin embargo, la sociedad no ha conseguido transmitir la importancia de la misma dándole mayor valor a la inteligencia cognitiva y aunque, esta permite que el individuo pueda desarrollar sus competencias intelectuales es probable que sea incapaz de manejar, reconocer y sentir sus emociones, limitándose a buscar estrategias que ayuden a controlar y aprender de estas.

Cuando un individuo experimenta situaciones que llegan a amenazar su bienestar biopsicosocial, automáticamente produce emociones o sentimientos tales como ira, miedo, nostalgia, tristeza, angustia, etc., incluso estrés, frustración y vergüenza llevando así al ser humano a ser impulsivo, temperamental o simplemente evasivo a ciertas situaciones. Es vital que el ser humano desarrolle estrategias de afrontamiento y una buena gestión emocional que le permitan comportarse de manera efectiva y asertiva, ya que estas proporcionan diferentes percepciones de una misma situación las cuales pueden enfrentarse desde un aspecto positivo o negativo, viéndose así reflejado en sus patrones de conducta (cognitivo-conductual), conllevando a una persona a estar expuesta a dificultades y factores de riesgo, donde cada día se visualiza

como los jóvenes en la actualidad no saben manejar sus emociones y desencadenan grandes consecuencias reflejadas en conductas de riesgo como, consumo de sustancias psicoactivas (SPA), bajo rendimiento académico, deserción escolar, suicidios, autolesiones, acoso escolar, baja autoestima, aislamiento, dificultad en sus habilidades sociales, entre otras. tal y como menciona Bisquerra (2003), (Citado por Fernández. & Montero (2016):

El desarrollo de la I.E. no solo garantiza el bienestar personal, sino que hace menos probable que la persona se implique en comportamientos de riesgo como los conflictos, la violencia, el estrés, la depresión o el consumo de drogas. Razón de más para evidenciar la importancia de fomentar la educación emocional desde la escuela. (pág. 5).

Es indispensable que los espacios educativos brinden herramientas que ayuden al educando a conocerse para autorregular sus emociones, donde pueda explorarse desde sus habilidades cognitivas como emocionales, las cuales le aportan a su vida diferentes estrategias para enfrentar su realidad desde una buena resolución de conflictos y una buena adaptación a su entorno, entendiéndose que cada individuo desde su infancia hasta la vejez vive diferentes experiencias que van forjando su libre desarrollo de personalidad, donde estas estrategias de afrontamiento sean una guía que le permita una estabilidad emocional y sean competentes en sus relaciones tanto familiares como sociales, además contribuyendo a su rendimiento académico y su aprendizaje.

Pregunta De Investigación

¿Cómo gestionan y afrontan las emociones los preadolescentes ante la dinámica escolar y rendimiento académico?

Objetivos

Objetivo General

Analizar la gestión emocional y estrategias de afrontamiento de preadolescentes ante la dinámica escolar, con bajo y alto rendimiento académico.

Objetivos Específicos

- Evaluar las estrategias de afrontamiento del preadolescente ante diferentes situaciones.
- Identificar cómo gestiona las emociones el preadolescente ante situaciones académicas.
- Describir cómo incide la gestión emocional y las estrategias de afrontamiento en el rendimiento académico.

Justificación

En los últimos años se ha logrado demostrar la importancia de la inteligencia emocional planteando los grandes beneficios que se pueden generar cuando los niños y adolescentes aprenden a conocer y gestionar las diferentes emociones como: ira, miedo, alegría, tristeza y asco que experimentan en su día a día, el no saber regularlas genera problemáticas tanto a en el sujeto como en el entorno que los rodea, estudios afirman que el no promover inteligencia emocional en los hogares y las instituciones educativas ha traído grandes consecuencias como es el consumo de sustancias psicoactivas (SPA), bajo rendimiento académico, deserción escolar, suicidios, autolesiones, acoso escolar, baja autoestima, aislamiento, dificultad en sus habilidades sociales, entre otras. Siendo los preadolescentes los más vulnerables por los diferentes cambios que experimentan en su desarrollo, mucho de ellos cometen errores a diario por un momento de inestabilidad emocional, Huertas (2017) expresa que “si logramos empatar la inteligencia emocional con la intelectual, lograremos hacer seres humanos íntegros”, por ende, es necesario apostar por una educación emocional.

Al llegar a la adolescencia el individuo experimenta transformaciones como refieren Pons, Rosnay, Bender, Doudin, Harris y Giménez 2014 (citado por Cassinda, Chingombe, Ángulo y Guerra 2017). “La adolescencia constituye una etapa de la vida donde ocurren cambios trascendentales en el desarrollo del ser humano particularmente en el desarrollo emocional, siendo esta etapa un período intenso en vivencias emocionales y de gran inestabilidad” (pág. 3); por lo anterior mencionado es necesario que las instituciones educativas acompañen esta etapa, dándose un espacio propicio para trabajar la inteligencia emocional permitiendo quizás que la

juventud pueda generar una gestión emocional que lo ayude a tomar decisiones más adecuadas y acertadas mejorando sus conductas y actitudes a partir de un equilibrio entre sus emociones y su racionalidad desde un punto de vista preventivo, llevándolo posteriormente a su vida social y familiar, de lo contrario pueden verse vulnerables a diversas problemáticas de gran incidencia y presentar comportamientos de riesgo.

La presente investigación busca identificar cómo la gestión emocional influye en la toma de decisiones a nivel escolar, desde la valoración entre estudiantes de alto y bajo rendimiento académico, lo que aportará a comprender los elementos que pueden influir en el desarrollo emocional efectivo ante la toma de decisiones y así poder generar estrategias en la educación emocional y de afrontamiento.

HIPOTESIS O SUPUESTOS DEL INVESTIGADOR

A continuación, se relacionan algunos supuestos de la investigación, los cuales se utilizaron como punto de partida para realizar la respectiva revisión de las variables de gestión, emocional, rendimiento académico y estrategias de afrontamiento.

1) La gestión emocional interviene en el rendimiento académico, pues estas permiten que el estudiante pueda motivarse y adaptarse a los diferentes cambios que tiene a lo largo de su vida, que afecta el desempeño académico.

2) La falta de gestión emocional incide en las habilidades interpersonales, pues estas permiten que los estudiantes puedan interactuar de manera apropiada permitiéndole motivarse, tomar decisiones y tener una comunicación asertiva.

Antecedentes

Acevedo-Muriel, A. F., Murcia -Rubiano, Á. M. (2017) en la investigación denominada “La inteligencia emocional y el proceso de aprendizaje de estudiantes de quinto de primaria en una Institución Educativa Departamental Nacionalizada” tuvo como objetivo determinar la relación entre la inteligencia emocional y el proceso de aprendizaje de 168 estudiantes, población de estratos 1 y 2, entre 9 y 11 años, quienes presentaban intransigencia por la falta de valores, apatía, no participación de su proceso de formación, además de desmotivación, intolerancia, lo que generaba dificultades de convivencia en el aula; estos aspectos afectan y no permiten el desarrollo del estudiante en el ámbito educativo; se genera un estudio correlacional cuantitativo; se identifica que a mayor acompañamiento y fortalecimiento de la inteligencia emocional tanto en el ámbito escolar como en el familiar y social es mayor el desenvolvimiento del estudiante en el proceso de aprendizaje, también determina que existe una correlación entre la inteligencia emocional y el aprendizaje en los estudiantes del grado quinto, de acuerdo con la escala de valoración se establece una correlación positiva alta, que a mayor desarrollo de la inteligencia emocional es mayor el aprendizaje de los estudiantes, el nivel de significancia indica que es altamente significativo y que la correlación no se da por azar.

Andrade Saco, L. M. (2018). En la investigación denominada “la inteligencia emocional y su relación con el rendimiento académico en la asignatura de estadística en educación superior” (Lima- Perú), tuvo como objetivo establecer la relación entre las variables: inteligencia emocional y cada uno de sus componentes: (atención, claridad y reparación emocional) con el rendimiento académico en la asignatura de estadística en el nivel universitario, observando bajo

o poco rendimiento académico en la asignatura el nivel universitario, donde plantean una posible falla en el proceso de enseñanza-aprendizaje, el cual es una interrelación entre docente y estudiantes, siendo, un proceso social donde la comunicación es la base, por lo que es necesaria una comunicación efectiva, eficaz y eficiente que logre los objetivos esperados en el estudiante, para eso consideraron teorías como las inteligencias múltiples e inteligencia emocional y aplicarlas en el proceso de enseñanza-aprendizaje de la estadística, empleando el enfoque cuantitativo, del tipo descriptivo correlacional no causal, de diseño no experimental y dimensión temporal transversal, logrando concluir que a mayor atención, claridad y reparación emocional de los estudiantes de ingeniería mayor rendimiento académico en la asignatura de estadística, es más, a mayor inteligencia emocional de los estudiantes de ingeniería mayor rendimiento académico en la asignatura de estadística en el nivel universitario.

Fragoso, R. (2018), en la investigación denominada “retos y herramientas generales para el desarrollo de la inteligencia emocional en las aulas universitarias”, tuvo como objetivos exponer los retos que implica el fomento de la IE en los salones universitarios y proporcionar herramientas generales para la promoción de la IE en el aula a través de diversas técnicas organizadas bajo el modelo de Mayer y Salovey. Se ha evidenciado una importancia del desarrollo de habilidades socioemocionales en educación superior, pues se ha notado falencias en las habilidades que se encuentra en la inteligencia emocional (IE), no obstante, son pocos los trabajos que analicen los desafíos que implica su instrumentación en las aulas universitarias o sistematizan herramientas, a través de modelos teóricos sólidos, que aterricen sus postulados teóricos en actividades prácticas. Los retos para implementar la IE dentro de las aulas son en su

mayoría de carácter sistémico porque la educación emocional es el resultado de las interacciones de todos los actores de la organización educativa: alumnos, docentes, administrativos, directivos y en muchos casos integrantes de familia.

García Lázaro, I., Gallardo-López, J. A., López-Noguero, F. (2020). (Madrid). la investigación denominada: “la inteligencia emocional y la educación emocional en la escuela: un estado de la cuestión a través del análisis bibliométrico de la producción científica en scopus”, tiene como finalidad aportar a la comunidad científica datos sobre inteligencia y la educación emocional como objeto de estudio en el ámbito de la educación, analizando la literatura científica de impacto registrada en la base de datos Scopus desde 2015 hasta 2019, mostrando las tendencias que están tomando las diferentes líneas de investigación en este campo en los últimos años, para esto utilizó una revisión sistemática de la literatura científica, sobre la temática de la inteligencia y la educación emocional en el ámbito escolar, donde se logró concluir en el año 2015, la producción científica sobre inteligencia y educación emocional en los centros educativos ha ido experimentado un significativo y continuado ascenso, especialmente en la etapa de 2016 a 2017.

En la conferencia realizada por Alejandra Huertas (2017) “claves de la inteligencia emocional” publicada en BiiA LAB, expone que los problemas actuales, familiares, sociales y hasta mundiales, no se deben únicamente a la falta de recursos o de conocimientos, sino a una falta de gestión en nuestras emociones, si logramos empatar los dos tipos de inteligencia

(inteligencia intelectual y emocional) se harían seres humanos íntegros. Así mismo, planea que el mundo está cada vez más enfermo, pues se ve el bullying y el suicidio en adolescentes. Es de vital importancia hacer un llamado a las instituciones educativas públicas y privadas para apostarle a la inteligencia emocional desde un punto de vista preventivo. Darle a los niños desde pequeños temas de control de las emociones, decirles cómo defenderse de forma asertiva ante los conflictos cotidianos para formar futuros adultos con mayor inteligencia emocional. Estudios afirman que la inteligencia emocional aporta el 80% para el éxito en la vida. Cuando las personas logran gestionar sus emociones, se vuelven seres íntegros capaces de tener una mejor calidad de vida.

Marcos De Referencia

Marco Teórico Y Conceptual

Inteligencia

La inteligencia durante muchos años fue concebida como un aspecto intelectual y cognitivo siendo determinantes en el éxito de una persona, conllevando a que diferentes autores buscarán definirla, incluso evaluarla y aunque no existe una única definición, se encuentra que Consuegra A. N (2010) menciona “que la inteligencia es la capacidad mental para entender, recordar y emplear de un modo práctico y constructivo, los conocimientos en situaciones nuevas” (pag.161).

Para conocer un poco de su recorrido es importante entender que este tema se remonta muchos años atrás, donde ya Aristóteles y Platón plasmaron en su teoría ciertas curiosidades relacionadas con el tema, logrando que muchos autores abordan diferentes ideas en sus investigaciones donde en el siglo XIX se encontraba la creencia que el pensamiento dependía del habla, sin embargo, Broca (1864) logró verificar que el lenguaje estaba sujeto del hemisferio izquierdo del cerebro, llevando a replantear algunas teorías existentes. En 1905 Binet realizó el primer test de inteligencia, haciéndole ciertas modificaciones años más adelante, en 1983 (citado por Villamizar, G & Donoso, R. 2013) “concibió la inteligencia como un proceso psicológico superior medible, por tanto, quien se acerque a resultados esperados para su edad y contexto cultural, debe ser asumido como inteligente”, por otro lado, en los años 1912 el pionero de la psicología de la personalidad y de la inteligencia Stern introduce el término de CI (Coeficiente

Intelectual) que tendría un gran impacto, permitiendo ser conocida de esta manera en la actualidad.

Inteligencias múltiples

Las investigaciones y teorías sobre la inteligencia son bastante amplias, tanto así que le da pie a Howard Gardner (citado por: Ardila, R. 2011) definir que “la inteligencia es la capacidad para resolver problemas o elaborar productos que pueden ser valorados en determinada cultura”, además propone en su teoría que existen varios tipos de inteligencia, como lo son: inteligencia lógico-matemática, inteligencia lingüística, inteligencia musical, inteligencia espacial, inteligencia intrapersonal, inteligencia interpersonal o social, inteligencia corporal-kinestésica, llamándolas así “inteligencias múltiples”. Esta teoría no recibió mucha aprobación ya que muchos psicólogos la ignoraron y criticaron, pero aun así dentro del ámbito educativo fue aceptada, llevando así la realización de nuevas prácticas pedagógicas que benefician a los estudiantes de las instituciones educativas, así lo afirma Macías, M. A. (2002) “que constituyó una teoría no consensuada en su disciplina de origen, pero acogida por un sector de los educadores, por lo que pasó a servir de fundamento para nuevas prácticas que revierten en modificaciones del propio perfil profesional del educador” (pág. 5).

La inteligencia emocional

Para dar paso a este recorrido histórico se iniciará con el aporte de Charles Darwin (1872) (citado por Ceniceros, S. Soto, M y Escarzaga, J en 2017) menciona que: “utilizó el término de emoción por primera vez en la publicación la expresión de las emociones en los animales y el hombre, definiéndose como producto de la evolución, resultando necesarias para la supervivencia, creación y pertenencia a la sociedad” (pág. 3), señala también que Thorndike (1920) (citado por Ceniceros, Soto y Escarzaga en 2017) publica el artículo la inteligencia y sus usos considerándola como “la capacidad de comprender y manejar a los hombres y las mujeres, los niños y las niñas, para actuar sabiamente en las relaciones humanas” (pág. 3).

Años después aparece el término “inteligencia emocional” (IE) teniendo una gran evolución, miles de opiniones y controversias desde diferentes autores, en toda esta trayectoria aparece Salovey y Mayer, los cuales acuñaron el término y la definieron, pues proponen que (Citado por Rafael Bisquerra) “la inteligencia emocional consiste en la habilidad para manejar los sentimientos y emociones, discriminar entre ellos y utilizar estos conocimientos para dirigir los propios pensamientos y acciones.” Además, estos autores conciben la inteligencia emocional como un modelo de cuatro ramas interrelacionadas: percepción emocional, integración emocional, comprensión emocional y regulación emocional (emotional management). Años más tarde aparece Daniel Goleman con su libro titulado “inteligencia emocional o emotional intelligence” posicionándose como su principal exponente, pues este en el (2014) define la inteligencia emocional como: “la capacidad de reconocer nuestros propios sentimientos y los de los demás, de motivarnos y de manejar adecuadamente las relaciones”. Así mismo, plantea que

la inteligencia emocional es sinónimo de carácter, personalidad o habilidades blandas, que concreta en las cinco habilidades emocionales y sociales reseñadas y que tienen su traducción en conductas manifiestas, tanto a nivel de pensamientos, reacciones fisiológica y conductas observables, aprendidas y aprendibles, forma específica y bien distinta a otro tipo de contenidos, y cuyo fundamento biológico explica en gran medida su importancia, funcionamiento, valor adaptativo, desajustes, la posibilidad y forma de modificarlo; es importante que estas habilidades se comiencen a trabajar desde los más pequeños, pues como manifestó Diekstra en el 2013 (en una entrevista que realizo Eduard Punset):

“La edad para empezar a educar a los niños en emociones es a partir de los 2 años y seguir hasta los 17 o 18 años, basándose en las distintas etapas del desarrollo, pues las emociones son la esencia, el núcleo sobre el que se construyen las relaciones y se toman las decisiones, es por eso que se puede empezar a educar de tres formas: aprender a percibir las, a expresarlas y a gestionarlas”.

El expone la importancia de las etapas del desarrollo, siendo esta elemental para transmitir la información adecuada, que permita que los niños y adolescente logran asimilarlo, logrando realizar un aprendizaje significativo; cabe resaltar, que este proceso se puede empezar a trabajar incluso con los más grandes, donde logremos ya sea fomentar o desarrollar estas habilidades, para ello, es importante entender que este conocimiento de las emociones inicia desde casa como lo mencionó Goleman (1996) (citado por García, 2003) “ sostiene que la familia es la primera escuela de aprendizaje emocional y argumenta que el impacto que tiene este

temprano aprendizaje es profundo, puesto que el cerebro del niño tiene su máxima plasticidad en esos primeros años de vida” (pág. 9).

Para concluir, y después de hacer el recorrido de los diferentes autores, el término inteligencia emocional, se refiere a la capacidad de reconocer los propios sentimientos y así mismo los ajenos, de saber manejar y motivar bien las emociones, tanto de los demás como las propias.

Importancia de la inteligencia emocional en la educación y rendimiento académico

La escuela es un escenario de socialización entre pares, la cual tiene la responsabilidad de formar a niños y adolescentes para la vida en habilidades que le permitan al sujeto comprender y trabajar en su realidad, este entorno está expuesto a múltiples problemáticas, como lo menciona Tejjido (2010):

“Actualmente, nos enfrentamos a un momento complicado dentro del ámbito educativo, con el aumento de la violencia entre jóvenes dentro de la escuela, con el bombardeo de las nuevas tecnologías que pueden variar la manera de relacionarse socialmente nuestros alumnos, con el aumento de conductas antisociales entre los jóvenes que provocan su desadaptación (anorexia, bulimia, consumo de drogas...)” (Pág. 28).

Es por esto que la implementación de la educación emocional es importante, es vital que los estudiantes controlen y autorregulen sus emociones, además las personas necesitan sentirse seguras, tener sentimientos de bienestar y estabilidad emocional más aún si están pasando por un proceso de madurez dentro de la escuela; estudios realizados en la universidad de Malaga (citado por Anchondo, 2011) “encuentran correlaciones estadísticamente significativas entre inteligencia emocional y rendimiento académico en estudiantes de secundaria” (pág. 53) confirmando que el factor emocional se considera como un elemento muy importante dentro de las instituciones educativas; los autores Buenrostro, Valadez, Soltero, Nava, Zambrano y García (2012) también mencionan que “se encontró una correlación entre IE y el promedio de las calificaciones en una muestra de adolescentes, con fundamento en los estudios que han señalado la fuerte relación entre estos dos constructos” (pág. 3)

A raíz de lo anterior nace la necesidad de entender el rendimiento académico como “nivel de conocimientos demostrado en un área o materia comparado con la norma de edad y nivel académico”, Jiménez 2000 (citado por Navarro, 2003) (pág. 3); donde el alumnado exprese lo aprendido a lo largo de su proceso formativo por medio de calificación en diferentes exámenes o saberes que debe realizar a lo largo del curso.

Habilidades socioemocionales en la escuela

Las habilidades socioemocionales tienen un efecto en la autoestima ya que esta se desarrolla con la interacción con el mundo e influye sobre el proceso de aprendizaje, como refiere Buitrago, Garzón y Vanegas (2016) “una autoestima alta se convierte en la condición

necesaria para alcanzar las metas propuesta y sin duda, una autoestima baja trae fracasos y no permite conseguir las metas deseadas, repercutiendo en la estabilidad emocional y bienestar personal” (pág. 7), lo que ha conllevado a que la educación en el aula cambie, evidenciando a partir de diferentes estudios que las instituciones son las que deben contribuir al desarrollo de estas habilidades, ayudándolos a entender y regular sus emocióne; a sentir y mostrar empatía por los demás que permita establecer y desarrollar relaciones positivas, tomar decisiones responsables, definiendo y alcanzando metas personales pues como menciona Diekstra (2013) (entrevista realizada por Eduard Punset):

“Las escuelas son necesarias porque forman una comunidad de nuevas generaciones que tienen que vivir juntas y trabajar juntas en el futuro para dirigir una sociedad, y lo cierto es que no hay mejor lugar que la escuela para ayudarlos a descubrirse, a conocerse, a entender cómo lidiar los unos con los otros”.

Pues durante la vida el ser humano experimenta diversas situaciones, llegando a percibir diversas emociones siendo necesario el control y de regulación de estas, donde Dueñas, (2002) manifiesta:

“Que la importancia del control y la regulación de las emociones surge, también, de la necesidad que tiene el ser humano de no dejarse llevar por los impulsos emocionales, ya que lo contrario tendría consecuencias muy negativas tanto a nivel personal como social” (pág. 11).

Conllevando que diferentes países como Argentina, España y México, siendo este último, según el Dr. Rafael Bisquerra, profesor investigador de la universidad de Barcelona (España), un país pionero en la implementación de un nuevo modelo educativo, colocando en práctica un proyecto de ley de educación emocional, donde el autor Lucas Javier Juan Malaisi, (Citado en un artículo de la gobernación de México en el 2016) afirma: “No es raro hoy en día escuchar noticias o saber de adolescentes que toman drogas, alcohol, roban, no respetan las normas, son agresivos, no se responsabilizan por sus tareas escolares, se fugan del hogar, no respetan a los mayores, etcétera.”. Por ende, es necesario que las instituciones educativas implementen estrategias para que los estudiantes se desempeñen de manera adecuada en todas las áreas de su vida y que aprendan a tener una perspectiva acertada de las situaciones negativas.

Gestión emocional

Cada día el ser humano experimenta diferentes emociones, las cuales afectan la manera en cómo piensa, percibe y actúa, conllevando que en muchas ocasiones no tenga el manejo adecuado de diferentes situaciones, además múltiples investigaciones hacen referencia como las emociones se ven reflejadas a nivel fisiológico de diferentes maneras, claramente la mente juega un papel fundamental, se puede decir que el cuerpo y la mente o la salud mental hacen parte de un conjunto vital para el buen desarrollo y bienestar del ser humano, León (2017) expresa que “El

poder identificar cómo responde nuestro cuerpo a las diferentes emociones nos ayuda a poder liberarlas con más facilidad y a prevenir y evitar desde molestas contracturas y tensiones hasta una úlcera de estómago” (pág. 1). por ende en los últimos años, se comienza a estudiar la inteligencia emocional, donde Caramelo en el 2017 relata que “la inteligencia emocional se refiere a aquellos contenidos y competencias pertenecientes al ámbito de las emociones y sentimientos, que permiten nuestro desarrollo personal e integrarse satisfactoriamente en la sociedad que nos rodea” (pág. 4), siendo elemental que las personas además de saber conocer sus emociones, aprende a gestionarlas aportándole una mejor calidez de vida e incluso influyendo en su salud mental, pues como menciono Dueñas (2002):

“la importancia del control y la regulación de las emociones surge también de la necesidad que tiene el ser humano de no dejarse llevar por los impulsos emocionales, ya que de lo contrario tendría consecuencias muy negativas tanto a nivel personal como social” (pág. 11).

ayudado de una manera u otra a que las personas se vuelvan dueñas de estas, obteniendo un conocimiento más amplio de sí mismas, pues como expone Goleman (citado por González (2015):

“Si no controlas tus habilidades emocionales, si no tienes conciencia de ti mismo, si no eres capaz de controlar tus emociones estresantes, si no puedes tener empatía y relaciones efectivas, entonces no importa lo inteligente que seas, no vas a llegar muy lejos” (Pág. 3).

Así mismo es necesario entender que debemos gestionar tanto emociones positivas como las menos positivas, ya que ambas pueden conllevar a decidir de manera impulsiva, sea desde una euforia muy intensa o una fuerte rabia, por eso, es imprescindible que se comience a trabajar en esta gestión, contribuyendo a que el individuo puede lograr mayor claridad para la toma de decisiones difíciles.

Estrategias de afrontamiento

Hace referencia, cuando una persona enfrenta situaciones que pueden amenazar con su bienestar, viéndose enfrentada a momentos de estrés y ansiedad, conllevando a que el individuo inicie una serie de conductas que pueden ser evidentes o encubiertas que le permitan reestablecer el equilibrio de su vida, pues como menciona Lazarus y Folkman 1984 (citado por Molina, M. J. P., & Chinchilla, N. R. 2011) “las estrategias de afrontamiento constituyen herramientas o recursos que el sujeto desarrolla para hacer frente a demandas específicas, externas o internas” (pág. 6), donde como expresa este mismo autor estas pueden ser positivas o negativas alcanzando a perjudicar su bienestar biopsicosocial.

Así mismo Londoño en 2006 (citado por Molina, M. J. P., & Chinchilla, N. R., 2011) desarrollaron en Colombia la Escala de afrontamiento que incluye catorce estrategias las cuales son:

- **Búsqueda de alternativas**, es una “estrategia cognitiva en la que se busca analizar las causas del problema y generar alternativas de solución”.
- **Conformismo**, es una “estrategia cognitiva que busca tolerar el estrés resignándose con la situación”.
- **Control emocional**, es una “estrategia cognitivo-comportamental con la cual se busca tolerar la situación estresante a través del control de las emociones”.
- **Evitación emocional**, es una “estrategia cognitivo-comportamental en la cual se evitan expresar las emociones, dada la carga emocional o la desaprobación social”.
- **Evitación comportamental**, es una “estrategia comportamental en la que llevan a cabo actividades o acciones que contribuyan a tolerar el problema o a eliminar o neutralizar las emociones generadas por las mismas”.

- **Evitación cognitiva**, es una “estrategia cognitiva en la que se busca eliminar o neutralizar los pensamientos valorados como negativos o perturbadores, a través de la distracción o la negación”.
- **Reacción agresiva**, es una “estrategia comportamental en la que se expresa la ira y la hostilidad abiertamente como consecuencia de la frustración y la desesperación, reaccionando de manera agresiva hacia los demás, hacia sí mismo o hacia los objetos”.
- **Expresión emocional abierta**, es una “estrategia comportamental en la que se expresan las emociones abiertamente como una manera de neutralizar las mismas”.
- **Reevaluación positiva**, es una “estrategia cognitiva que busca aprender de las dificultades, identificando los aspectos positivos del problema. Es una estrategia de optimismo que contribuye a tolerar la problemática y a generar pensamientos que favorecen al enfrentar la situación”.
- **Búsqueda de apoyo social**, es una “estrategia comportamental en la cual se expresa la emoción y se buscan alternativas para solucionar el problema con otra u otras personas”.
- **Búsqueda de apoyo profesional**, es una “estrategia comportamental en la cual se busca el recurso profesional para solucionar el problema o las consecuencias del mismo”.

- **Religión**, es una “estrategia cognitivo-comportamental expresada a través del rezo y la oración dirigido a tolerar o solucionar el problema o las emociones que se generan ante el problema”.
- **Refrenar el afrontamiento**, “es una estrategia cognitiva que busca conocer más sobre el problema o aclarar la eficacia de las alternativas, antes de enfrentar el problema”.
- **Espera**, es una “estrategia cognitivo-comportamental que busca esperar que la situación se resuelva por sí sola con el pasar del tiempo”.

La resiliencia e inteligencia emocional

El concepto de resiliencia maneja un amplio número de teorías y modelos que contribuyen a dar la imagen de un constructo demasiado amplio, como lo menciona Castro & Llanes (2006) “la resiliencia es una palabra que en español y francés se utiliza en la metalurgia, la ingeniería y la física para describir la capacidad de algunos metales para recobrar su forma original después de sufrir una presión deformante”(pág. 1) además desde el área de psicología se podría decir que la resiliencia es una de capacidades que tiene el ser humano para poder reaccionar adecuadamente frente a las situaciones, Núñez & Luzarraga (2017) manifiesta que “el término resiliencia está asociado a una reacción defensiva y a la capacidad para preservar la integridad. Surge como una elaboración personal ante circunstancias desfavorables” (pág. 32).

Por otro lado, el estudio y la investigación de la resiliencia ha llevado a conocer características del ser humano y su entorno que facilitan el manejo exitoso de situaciones estresantes, si se habla desde el ámbito educativo se puede decir que tiene mucha incidencia, los estudiantes se encuentran en un proceso de nuevas experiencias y adaptación que requiere tener una resiliencia sólida o por lo menos saber actuar de manera efectiva frente a diferentes factores de riesgo que se le puedan presentar por eso es importante que la familia, sus pares y sobre todo su docente pueda fortalecer esta resiliencia, convirtiéndose así en un tutor resiliente, pues este será el que acompañe, apoye y guíe al estudiante, además podría detectar habilidades y debilidades como lo menciona Puig & Rubio (2015) “la relación con el tutor de resiliencia le permite al niño desarrollar capacidades que antes no habían sido observadas, que permanecían ocultas” (sección 4), que permita al estudiante ser consciente además de las emociones que está experimentando y cómo pueden darle una adecuada gestión emocional.

Metodología

El desarrollo de la investigación se realizará desde un enfoque cualitativo, por tanto busca desde la utilización de herramientas y técnicas cualitativas comprender la gestión emocional y las estrategias de afrontamiento que el pre adolescente ha construido a partir de las experiencias que han vivido ya sea desde el punto de vista académico o social, donde Taylor y Bogdan, (1984) (citados por la universidad de Jaén) mencionan que “el objetivo de la investigación cualitativa es el de proporcionar una metodología de investigación que permita comprender el complejo mundo de la experiencia vivida desde el punto de vista de las personas que la viven” (pág. 1) según lo anterior la investigación cualitativa busca entender lo que el individuo dice, buscando así la recolección de información, vivencias, experiencias y emociones por las que pasan las pre adolescentes.

En este recorrido de la investigación, se trata de crear una indagación lógica, donde las investigadoras logren interactuar con las integrantes y con los datos recolectados, el cual busca respuestas a preguntas que se basan en la experiencia social frente a diferentes ámbitos situacionales de la vida.

La metodología de investigación a utilizar en el trabajo es de alcance descriptivo, buscando así una evaluación del sujeto, realizándose desde estudios de casos específicos que permita entender cómo está el preadolescente y como este a partir de sus experiencias, nos ayuda a entender y comprender cómo maneja la situación y que tipo de

estrategia de afrontamiento establece en momentos de estrés en el campo educativo, para ello, se realiza la recolección de información por medio de una encuesta tipo escala likert y entrevista.

Categorías de análisis

Tabla 1. Categoría de análisis

CATEGORÍA	DESCRIPCIÓN
Rendimiento académico	Entendiéndose como rendimiento académico como “nivel de conocimientos demostrado en un área o materia comparado con la norma de edad y nivel académico ” (pág. 3), Jiménez 2000 (citado por Navarro (2003), donde el alumnado exprese lo aprendido a lo largo de sus proceso formativo, por medio de calificación en diferentes exámenes o saberes que debe realizar a los largo del curso
Estrategias de afrontamiento	Lazarus y Folkman 1984 (citado por Molina, M. J. P., Chinchilla, N. R. 2011) “las estrategias de afrontamiento constituyen herramientas o recursos que el sujeto desarrolla para hacer frente a demandas específicas, externas o internas” (pág. 6), donde como expresa este mismo autor estas pueden ser positivas o negativas alcanzando a perjudicar su bienestar biopsicosocial.
Gestión emocional	Dueñas, (2002) “la importancia del control y la regulación de las emociones surge también de la necesidad que tiene el ser humano de no dejarse llevar por los impulsos emocionales, ya que de lo contrario tendría consecuencias muy negativas tanto a nivel personal como social” (pág. 11)

Elaboración propia

Población y muestra:

La población a intervenir son dos preadolescentes que se encuentren cursando el bachillerato. Se empleó un procedimiento de muestreo de conveniencia para su selección, según Otzen y Manterola (2017) está “permite seleccionar aquellos casos accesibles que acepten ser incluidos. Esto, fundamentado en la conveniente accesibilidad y proximidad de los sujetos para el investigador” (pág. 4). Para ello se tuvo en cuenta que fueran preadolescentes de 13 años entre los grados octavo y noveno, uno de ellos con alto rendimiento y otro con bajo rendimiento académico.

Para el desarrollo de la investigación se genera a cada participante el consentimiento informado que garantiza confidencialidad, anonimato utilizando para ello participante 1 siendo la preadolescente con alto rendimiento y participante 2 la preadolescente con bajo rendimiento académico, además la posibilidad de retiro de la investigación en caso de manifestar deseo de no continuar.

Consideraciones Éticas Y Bioéticas De La Investigación

El proyecto de investigación se suscribe a la Declaración Universal sobre Bioética y Derechos humanos de 2005, asumiendo el compromiso de:

- Respetar la dignidad humana, derechos y libertades; potenciar los beneficios para los participantes de la investigación; respetar la autonomía de las personas que participen en la investigación; solicitar el consentimiento informado basado en la información veraz, explicando claramente los objetivos de la investigación, con libertad de ser revocado.
- Si fuere el caso, se solicitará el consentimiento informado al representante legal de instituciones que apliquen para la presente investigación. Además, se garantizará el respeto por la integridad personal; el derecho a la privacidad y el tratamiento confiable de los datos.
- Se respetará la igualdad fundamental a todos los seres humanos implicados, que serán tratados con justicia y equidad, sin ningún asomo de discriminación o estigmatización.
- Se respetará la diversidad cultural, el pluralismo y las formas diferentes de pensar, fomentando la solidaridad y cooperación.

- Los resultados de la investigación contribuirán a disminuir las situaciones de marginación y exclusión de las personas, sobre todo de las más vulnerables; igualmente los resultados de la investigación serán compartidos a la sociedad, promoviendo el acceso a los conocimientos que de ella se deriven.
- Se promoverá el profesionalismo, la honestidad, la integridad, la transparencia en las decisiones que se tomen en el desarrollo del proyecto, si hubiere conflictos de interés y para el aprovechamiento compartido del conocimiento.

Técnicas E Instrumentos De Recolección De Información

Test escala de afrontamiento para Niños (EAN):

Está dirigida a población infantil y preadolescente, la cual tiene como objetivo evaluar el afrontamiento en referencia a factores estresores cotidianos infantiles, del ámbito de familia, salud, escuela e iguales. Este instrumento consta de 35 ítems en formato de respuesta tipo likert de tres puntos (nunca, algunas veces y muchas veces) que evalúa nueve estrategias de afrontamiento diferentes en cada uno de los contextos anteriormente mencionados, distinguiendo entre solución activa, comunicar el problema a otros, búsqueda de información y guía, actitud positiva, indiferencia, conducta agresiva, reservarse el problema para sí mismo, evitación cognitiva y evitación conductual.

En cuanto a su calificación de la escala de afrontamiento (EAN), menciona que se obtienen de la suma de las puntuaciones de los respectivos ítems codificadas con 1 (nunca), 2 (algunas veces) y 3 (muchas veces) además se pueden obtener dos puntuaciones globales: a) afrontamiento centrado en el problema, mediante la suma de las puntuaciones obtenidas en los factores solución activa, comunicar el problema a otros, búsqueda de información y guía, y actitud positiva, y b) afrontamiento improductivo, mediante la suma de las puntuaciones obtenidas en los factores indiferencia, conducta agresiva, reservarse el problema para sí mismo, evitación cognitiva y evitación conductual.

En la EAN se muestra su estructura factorial mediante análisis factorial confirmatorio, fiabilidad a través de la consistencia interna y fiabilidad test-retest, y evidencias externas de validez, a través de su relación con la Escala de Afrontamiento para Adolescentes (ACS; Frydenberg y Lewis, 1993), con el Inventario de Estrés Cotidiano Infantil (IECI; Trianes et al., 2011) y con el Sistema de Evaluación de la Conducta en niños y adolescentes (BASC; Reynolds y Kamphaus, 1992) (Morales, Trianes ,Blanca Mena, Miranda Páez, Escobar Espejo y Fernández 2012) (pág. 3)

Calificación:

1 Nunca	2 Algunas veces	3 Muchas veces
----------------	------------------------	-----------------------

Tabla 2. Calificación, Escala de afrontamiento en niños (EAN)

a) Afrontamiento centrado en el problema b) Afrontamiento improductivo	Conducta agresiva
Alto: 9,10,11,12	Alto: 7,8,9
Medio: 5,6,7,8	Medio: 4,5,6
Bajo: 1,2,3,4	Bajo: 1,2,3

Elaboración propia

Entrevista en profundidad

La entrevista permite la recolección de información, donde facilite a entrevistados obtener datos sobre un problema determinado, llevando así a la interacción y comunicación efectiva, por ende, esta entrevista busca indagar a las preadolescentes desde sus experiencias y percepción frente a las diversas situaciones que enfrentan en su vida cotidiana como académicas, teniendo como base cinco emociones principales las cuales son: enojo, tristeza, alegría, miedo y asco, las cuales permitirá conocer cómo gestionan estas emociones y qué estrategias establecen para enfrentar y modificar estas, además es importante reconocer que grado de conciencia tienen cuando estas emociones se manifiesta desde el aspecto fisiológico y si se reconoce las situaciones puntales que la desencadenan.

Diseño de entrevista: base explicativa de las preguntas

De acuerdo a las necesidades de la investigación se trabajarán bajo los siguientes parámetros para guiar la entrevista.

Tabla 3 Diseño de entrevista: base explicativa de las preguntas

N°	Pregunta o afirmación	Objetivo	Base explicativa
1	<p>ENOJO:</p> <p>Fisiológico</p> <p>Puedes contar ¿cómo reacciona tu cuerpo cuando te sientes enojado?</p> <p>Situacional</p> <p>Me puedes contar ¿qué situaciones te provocan estar enojada? para ellos quiero que me cuentes una situación a nivel personal y otra a nivel académica</p> <p>Comportamental:</p> <p>¿Cuándo te pasa lo que me has mencionado como te comportas? Explicarlo desde ambas situaciones planteadas en la anterior pregunta.</p> <p>¿Qué haces para modificar dicha emoción?</p> <p>ALEGRÍA</p> <p>Fisiológico</p> <p>me puedes contar ¿cómo reacciona tu cuerpo cuando te sientes alegre?</p> <p>Situacional</p> <p>Me puedes contar ¿qué situaciones te provocan alegría? para ellos quiero que me cuentes una situación a nivel personal y otra a nivel académica</p> <p>Comportamental:</p> <p>¿Cuándo te pasa lo que me has mencionado como te comportas? Explicarlo desde ambas situaciones planteadas</p>	<p>Tiene como objetivo conocer que tanto los pre-adolescentes identifican sus emociones, qué tan conscientes son de estas y que provocan a nivel conductual, fisiológico y psicológico</p>	<p>Goleman, D. (2014). Define la inteligencia emocional como: “la capacidad de reconocer nuestros propios sentimientos y los de los demás, de motivarnos y de manejar adecuadamente las relaciones”.</p>

N°	Pregunta o afirmación	Objetivo	Base explicativa
	<p>en la anterior pregunta.</p> <p>¿Qué haces para modificar dicha emoción?</p> <p>TRISTEZA</p> <p>Fisiológico</p> <p>Me puedes contar ¿cómo reacciona tu cuerpo cuando te sientes triste?</p> <p>Situacional</p> <p>Me puedes contar ¿qué situaciones te provocan tristeza? para ellos quiero que me cuentes una situación a nivel personal y otra a nivel académica</p> <p>Comportamental:</p> <p>¿Cuándo te pasa lo que me has mencionado como te comportas? Explicarlo desde ambas situaciones planteadas en la anterior pregunta.</p> <p>¿Qué haces para modificar dicha emoción?</p> <p>MIEDO</p> <p>Fisiológico</p> <p>Me puedes contar ¿cómo reacciona tu cuerpo cuando tienes miedo?</p> <p>Situacional</p> <p>Me puedes contar ¿qué situaciones te provocan miedo? para ellos quiero que me cuentes una situación a nivel personal y otra a nivel académica</p> <p>Comportamental:</p> <p>¿Cuándo te pasa lo que me has mencionado como te comportas? Explicarlo desde ambas situaciones planteadas en la anterior pregunta.</p> <p>¿Qué haces para modificar dicha emoción?</p> <p>ASCO</p> <p>Fisiológico</p> <p>Me puedes contar ¿cómo reacciona tu cuerpo</p>		

N°	Pregunta o afirmación	Objetivo	Base explicativa
	<p>cuando sientes asco?</p> <p>Situacional</p> <p>Me puedes contar ¿qué situaciones te provocan asco? para ellos quiero que me cuentes una situación a nivel personal y otra a nivel académica</p> <p>Comportamental:</p> <p>¿Cuándo te pasa lo que me has mencionado como te comportas? Explicarlo desde ambas situaciones planteadas en la anterior pregunta.</p> <p>¿Qué haces para modificar dicha emoción?</p>		
2	<p>De acuerdo como tu docente se comporta o maneja la dinámica de la materia con ¿cuál de ellas te sientes identificada?</p> <p>-A partir de la materia mencionada, responde ¿Qué emociones positivas o menos positivas has tenido respecto a tu experiencia académica ?</p>	<p>Tiene como objetivo identificar de qué manera influye el docente en el desempeño académico, sus emociones y en su nivel de motivación frente a estas responsabilidades académicas</p>	<p>Es por esto que la implementación de la educación emocional es importante, pues es vital que los estudiantes controlen y autorregulen sus emociones, además las personas necesitan sentirse seguras, tener sentimientos de bienestar y estabilidad emocional y más aún si están pasando por un proceso de madurez dentro de la escuela, pues estudios realizados en la Universidad de Malaga (citado por Anchondo, 2011) “encuentran correlaciones estadísticamente significativas entre inteligencia emocional y rendimiento académico en estudiantes de secundaria” (Pág. 53)encuentran correlaciones estadísticamente significativas entre inteligencia emocional y rendimiento académico en estudiantes de secundaria”</p>
3	<p>Cuéntame: ¿cuál ha sido un logro a nivel personal y académico?</p> <p>¿Qué emociones experimentaste en esos momentos?</p> <p>¿Qué actitud tomamos ante dicha situación?</p>	<p>Tiene como objetivo identificar qué logros desean obtener y cuáles logros han alcanzado y han sido determinantes en su vida y cómo se comportan a frente a estas situaciones</p>	<p>Las habilidades socioemocional tiene un efecto en la autoestima, ya que esta se desarrolla con la interacción con el mundo, e influencia sobre el proceso de aprendizaje, pues como refiere , Buitrago, Garzón, Vanegas, (2016) “una autoestima alta se convierte en la condición necesaria para alcanzar las metas propuestas; y, sin duda, una autoestima baja trae fracasos y no permite conseguir</p>

N°	Pregunta o afirmación	Objetivo	Base explicativa
			<p>las metas deseadas, repercutiendo en la estabilidad emocional y bienestar personal”(pág. 7), lo que ha conllevado a que la educación en el aula cambie, evidenciando a partir de diferentes estudios que las instituciones son las que deben contribuir al desarrollo de estas habilidades, ayudándolos a entender y regular sus emociones.</p>
4	<p>¿Cómo van tus calificaciones en este momento? ¿Qué factores crees que influyen para que te este yendo de dicha manera?</p>	<p>Tiene como objetivo identificar en qué estado tanto emocional como nivel académico se encuentran y cómo se sienten respecto a ese resultado</p>	<p>Cuando una persona enfrenta situaciones que pueden amenazar con su bienestar, viéndose enfrentada a momentos de estrés y ansiedad, conllevando a que el individuo inicie una serie de conductas que pueden ser evidentes o encubierta que le permitan reestablecer el equilibrio de su vida, pues como menciona Lazarus y Folkman 1984 (citado por Molina, M. J. P., & Chinchilla, N. R. (2011)) “las estrategias de afrontamiento constituyen herramientas o recursos que el sujeto desarrolla para hacer frente a demandas específicas, externas o internas” (pág. 6), donde como expresa este mismo autor estas pueden ser positivas o negativas alcanzando a perjudicar su bienestar biopsicosocial.</p>
5	<p>¿Podría hablarme sobre alguna situación en la que hayas intentado hacer algo y no lo lograste? ¿Cómo te sentiste y cómo actuaste?</p>	<p>Tiene como objetivo indagar, sentimientos y emociones en momentos de frustración, y así mismo que estrategias de afrontamiento utiliza</p>	<p>Lazarus y Folkman 1984 (citado por Molina, M. J. P., & Chinchilla, N. R. (2011)) “las estrategias de afrontamiento constituyen herramientas o recursos que el sujeto desarrolla para hacer frente a demandas específicas, externas o internas” (pág. 6)</p>
6	<p>¿Qué sientes cuando está a punto de acabarse el año escolar?</p>		<p>El estudio y la investigación de la resiliencia ha llevado a conocer características del ser humano y su entorno, que facilitan el manejo exitoso de situaciones estresantes, si se habla desde el ámbito educativo se puede decir que tiene mucha incidencia, los estudiantes se encuentran en un proceso de nuevas experiencias y adaptación que requiere tener una resiliencia sólida o por lo menos saber actuar de manera efectiva frente a</p>

N°	Pregunta o afirmación	Objetivo	Base explicativa
			<p>diferentes factores de riesgo que se le puedan presentar Los autores Núñez & Luzarraga (2017) manifiestan que “El término resiliencia está asociado a una reacción defensiva y a la capacidad para preservar la integridad. Surge como una elaboración personal ante circunstancias desfavorables” (pág. 3).</p>

Elaboración propia

Procedimiento Y Materiales

Primer encuentro: Padres de familia

Se realizó un encuentro con las madres de familia de las pre adolescentes solicitando un permiso para la participación de los menores de edad, estos encuentros se realizan de manera separada y sin las estudiantes, ya que por cuestiones de obligaciones académicas y personales no lograron asistir el mismo día que sus acudientes, estableciéndose fecha y horario para un posterior encuentro.

Segundo encuentro: Estudiantes

Se realizó entrevista abierta con el fin de identificar como es la gestión emocional del preadolescente, donde se hacen preguntas a nivel fisiológico, situacional y comportamental, además se aplica el test de “escala de afrontamiento para Niños (EAN)” el cual evalúa 9 estrategias siendo las centradas en el problema y las improductivas y, tiene como objetivo conocer de qué manera enfrentan las preadolescentes las diversas situaciones de su vida

cotidiana, para ello, se ha diseñado en un formato de google encuesta, lográndose diligenciar de una manera más fácil.

Técnicas De Análisis De Información

Para el análisis de la información a nivel cualitativo se generan a partir de la operacionalización de fuente y técnica, la cual establece significados para los términos del estudio y la en la estipulación de las situaciones observadas, por medio del ordenamiento de la información, la codificación la cual hace referencia a la agrupación de la información obtenida en categorías que concentran las ideas, conceptos o temas similares descubiertos por el investigador, o los pasos o fases dentro de un proceso, posteriormente se integrará la información, es decir, se relaciona la información para generar una explicación integrada de cada instrumento y los hallazgos encontrados.

Resultados

Escala de afrontamiento para niños (EAN)

A continuación, se hará un análisis de esta escala donde se detalla la información obtenida por factores, cabe resaltar que se realiza de esta manera para detallar las respuestas y de esta forma proceder a evidenciar las diferencias y similitudes entre participantes.

Solución activa: se observa en las respuestas de la Participante 1 y la participante 2 se encuentran en un rango de puntuación alto pero aun así se evidencia una leve diferencia entre las participantes y es que como resultado de clasificación la Participante 1 puntúa 11 alto, lo cual demuestra que ella intenta solucionar el problema utilizando todos los medios disponibles demostrando solución activa oportuna y la participante 2 da como resultado de clasificación 9 es decir, alto-medio, sin embargo cabe resaltar que su resultado está más cercano al rango medio, lo cual indica que busca obtener una solución activa, pero se limita en la búsqueda de estos medios.

Comunicar el problema a otros: Se evidencia que tanto la Participante 1 y la participante 2 presentan gran diferencia en sus respuestas, dando como resultado de clasificación 10 para Participante 1, lo que la posiciona en un rango alto respecto a lo que se obtuvo de la participante 2, es decir, 8 que la posiciona en un rango medio, determinando en este factor, que la Participante 1 siempre recurre a otros para comunicar y buscar ayuda de manera que pueda obtener una solución inmediata a la situación presentada, contrario a lo que sucede con la

participante 2 puesto que no comunica a otros los problemas presentados en cualquier aspecto, incluyendo el personal lo que conlleva a no buscar ayuda pertinente.

Búsqueda de información y guía: Se evidencia que la Participante 1 y la participante 2 presentan una diferencia significativa, dando como resultado la clasificación 12 para Participante 1 lo que la posiciona en un rango alto respecto a lo que se obtuvo de la participante 2, es decir, 7 que la posiciona en un rango medio, determinando que la Participante 1 siempre pide consejos y apoyo a otras personas sobre qué hacer en las diversas situaciones, como por ejemplo a su núcleo familiar; contrario a que sucede con la participante 2 puesto pocas veces o casi nunca pide consejo y apoyo a otras personas sobre qué hacer en las diversas situaciones.

Actitud positiva: Se observa que tanto la Participante 1 y la participante 2 se encuentra dentro de mismo rango, dando como resultado clasificación 11 para Participante 1 lo que la posiciona en un rango alto, en cuanto a la participante 2, es decir, 10 que la posiciona en un rango alto, Lo cual confirma que ambas participantes tienen un buen desarrollo emocional, además indican que piensan que el problema se va a solucionar centrándose en lo positivo

Indiferencia: Se evidencia la Participante 1 y la participante 2 se encuentran dentro de mismo rango y no presentan diferencia, dando como resultado clasificación 7 para Participante 1 lo que la posiciona en un rango medio, en cuanto a la participante 2, es decir, 6 media que al igual que la otra participante se posiciona en rango medio, ambas participantes demuestran que

no ven todo con indiferencia y reserva hacia el problema, sino más bien son receptivas y dispuestas, además se puede decir que en algunas ocasiones las participantes manejan un temperamento medianamente cohibido y pasivo.

Conducta agresiva: Se observa que tanto la Participante 1 y la participante 2 se encuentran dentro de mismo rango y no presentan diferencia, dando como resultado clasificación 6 para la Participante 1 lo que la posiciona en un rango medio, en cuanto a la participante 2, es decir, 7 medio que al igual que la otra participante, ambas participantes indican una actitud y conductas de tipo medianamente o poco agresivo, no son partícipes de peleas o discusiones.

Reservarse el problema: Se evidencia que tanto la Participante 1 y la participante 2 se encuentran dentro de mismo rango y no presentan diferencia, dando como resultado clasificación 5 para la Participante 1 lo que la posiciona en un rango medio, en cuanto a la participante 2, es decir, 6 medio que al igual que la otra participante ambas participantes indican que pocas veces reservan sus sentimientos para ellas, reflejando así que solo algunas cosas, sucesos y/o problemas ocultan otras personas.

Evitación cognitiva: Se evidencia que tanto la Participante 1 y la participante 2 no presentan diferencia, mostrándose así que están dentro del mismo rango, con calificación iguales de 8 alto para la Participante 1 y la participante 2, ambas participantes indican que están en igualdad de condición, las pre adolescentes buscan el recurso de disipar sus pensamientos para

no acordarse del problema, tratando de distraerse y ocupar su mente para no pensar en ciertos sucesos que le causan molestia.

Evitación conductual: Se observa que la Participante 1 y la participante 2 se encuentra dentro de mismo rango, dando como resultado clasificación 12 para la Participante 1 y 11 para la participante 2 lo que las posiciona en un rango alto, mostrando así que ambas participantes buscan hacer otras actividades y acciones para evitar ciertas situaciones problema que le afectan, además se puede decir que disipar la mente para no pensar en el malestar.

Tabla 4 Resultados de la escala de afrontamiento en niños (EAN)

Factores EAN	Ítems	Explicación	Participante 1	Participante 2
Solución activa	3, 10,19,28. Intentó solucionar el problema utilizando todos los medios posibles	Las puntuaciones altas son indicativas de que se intenta solucionar el problema utilizando todos los medios disponibles. Esta estrategia puede asimilarse a otras que reciben denominaciones cercanas, como afrontamiento centrado en el problema.	Se evidencia que su puntaje es de 11 considero dentro de la escala alto.	Se evidencia que su puntaje es de 9 considero dentro de la escala alto
Comunicar el problema a otros	4, 15, 22, 31 Hablo y le cuento el problema a otras personas (por ejemplo, familiares, profesores/as, amigos/as, etc.)	Refleja si se utiliza la comunicación con otras personas (familiares, amigos/as, profesores/as, etc.) para solventar el problema. El área del apoyo social presenta resultados consolidados con relación a la salud y a la adaptación escolar, protegiendo de los efectos negativos del estrés	Se evidencia que su puntaje es de 10 considerado dentro de la escala alto	Se evidencia que su puntaje es de 8 considerado dentro de la escala medio

Factores EAN	Ítems	Explicación	Participante 1	Participante 2
Búsqueda de información y guía	Pido consejo a otras personas sobre qué hacer (por ejemplo, familiares, profesores/as, amigos/as, etc.) 5, 12, 20, 27	Indica si se pide consejo a otras personas (familiares, amigos/as, profesores/as, etc.) sobre la forma de actuar. Esta estrategia se puede justificar dentro del área del apoyo social, la cual presenta amplios efectos en el afrontamiento.	Su puntaje es de 12 considerado dentro de la escala alta.	Su puntaje es de 7 considerado dentro de la escala medio
Actitud positiva	Pienso que todo se va a arreglar 8, 14, 25,34	Puntuaciones altas indican que el escolar piensa que el problema se va a solucionar, centrarse en lo positivo Esta estrategia se asocia a un desarrollo emocional saludable para aquellos niños y niñas que la emplean	Su puntaje es de 11 considerado dentro de la escala alta.	Su puntaje es de 10 considerado dentro de la escala alta.
Indiferencia	Me da igual 1, 13, 18, 33	Refleja una actitud de indiferencia y reserva hacia el problema. Son estrategias que dan a entender un temperamento cohibido y pasivo	Su puntaje es de 7 considerado dentro de la escala media.	Su puntaje es de 6 considerado dentro de la escala media.
Conducta agresiva	Me peleo y discuto con mis familiares 7, 16, 24, 32	Indica la utilización de conductas de tipo agresivo, como peleas o discusiones, como reacción al problema.	Su puntaje es de 6 considerado dentro de la escala media.	Su puntaje es de 7 considerado dentro de la escala media.
Reservarse el problema	Guardo mis sentimientos para mí solo/a 9, 17, 26, 30	Refleja si se ocultan a otras personas los sentimientos sobre el problema.	Su puntaje es de 5 considerado dentro de la escala media.	Su puntaje es de 6 considerado dentro de la escala media.
Evitación cognitiva	Pienso en otra cosa para no acordarme del problema 2, 21, 35	Refleja la búsqueda de distracciones cognitivas para no pensar en el problema.	Su puntaje es de 8 considerado dentro de la escala alta.	Su puntaje es de 8 considerado dentro de la escala alta.
Evitación conductual	Busco otra cosa que hacer para no pensar en el problema 6, 11, 23, 29	Indica la realización de otras acciones para no pensar en el problema.	Su puntaje es de 12 considerado dentro de la escala alta.	Su puntaje es de 11 considerado dentro de la escala alta.

Elaboración propia

Relación de experiencias frente a la gestión emocional y estrategias de afrontamiento

De acuerdo a la información obtenida a continuación se hace una relación de aspectos de relevancia que permiten identificar percepciones en los participantes relacionados con la gestión emocional y estrategias de afrontamiento ante situaciones relacionadas con aspectos académicos y su rendimiento escolar.

Matriz de análisis de la información

Tabla 5 Matriz de análisis de la información, gestión emocional y estrategias de afrontamiento

Categorías	Subcategoría	Testimonios	Comentarios del investigador Material bibliográfico con el que se da solidez a la investigación
Rendimiento académico (R.A)	Motivación extrínseca entorno familia	<p>*Participante 1: Mis papás como que me ayudan bastante, además como es un nuevo colegio ellos están muy pendientes de cómo va mi proceso y todo eso</p> <p>*Participante 2: No aplica</p>	<p>Se evidencia que la Participante 1 cuenta con un acompañamiento familiar, el cual le brinda confianza y seguridad, proporcionándole apoyo en las diferentes actividades y habilidades con las que cuenta, sin embargo, la participante 2 no manifiesta que su núcleo familiar sea un elemento clave que influya en su rendimiento académico, por ende se puede pensar que este factor toma gran importancia en la gestión emocional que cada estudiante hace frente a diferentes situaciones académicas, pues contar con este apoyo ha facilitado un conocimiento más amplio de sí misma de la participante 1, pues como menciona Goleman (1996) (citado por García, 2003) “ sostiene que la familia es la primera escuela de aprendizaje emocional y argumenta que el impacto que tiene este temprano aprendizaje es profundo, puesto que el cerebro del niño tiene su máxima plasticidad en esos primeros años de vida” (pág. 9)</p>
	Motivación extrínseca entorno escolar	<p>*Participante 1: “En cuanto al profesor, en sí... un mes antes que fue cuando en verdad ya nos conocimos bien, él fue muy bueno con nosotros, porque entramos 4 nuevos, entonces los 4 nuevos un</p>	<p>Se puede observar que a pesar de que ambas participantes consideran que el entorno educativo es un elemento fundamental para su desarrollo académico, la Participante 1 ha encontrado docentes que la han impulsado</p>

Categorías	Subcategoría	Testimonios	Comentarios del investigador Material bibliográfico con el que se da solidez a la investigación
		<p>mes antes hicimos como repaso y ahí lo conocí mejor, ehh él era muy bien con nosotros y lo que no entendíamos algo él nos lo explicaba así fuera 10 veces, pero nos lo explicaba, entonces bien, solo que a veces es muy estricto, pero de resto bien"</p> <p>*Participante 2: "umm, no pues ah digamos un ambiente más relajado y los compañeros, profesores y el colegio también influye mucho en cómo me está yendo"</p>	<p>para el conocimiento de sus habilidades, sin embargo, la participante 2 sostiene que algunas actitudes positivas del docente han permitido mejorar en su rendimiento académico, sin embargo, esta participante evidencia que posiblemente se le dificulta el reconocimiento de las habilidades con las que cuenta, conllevando a que esta no se destaque en ciertas actividades extracurriculares como la Participante 1, pues como menciona Lazarus y Folkman 1984 (citado por Molina, M. J. P., & Chinchilla, N. R. (2011)) " la estrategias de afrontamiento constituyen herramientas o recursos que el sujeto desarrolla para hacer frente a demandas específicas, externas o internas" (pág. 6), donde como expresa este mismo autor estas pueden ser positivas o negativas alcanzando a perjudicar su bienestar biopsicosocial.</p>
	Motivación intrínseca	<p>*Participación acudiente: " pero ella tiene algo muy característico, y es que ella todo lo que se propone siempre lo ha conseguido" * ", por ejemplo, ella dice "voy a entrar a tal cosa de matemática " voy a ser la mejor en tal cosa" y lo termina consiguiendo y ella siempre es así, es algo que siempre dice porque es muy competitiva".</p> <p>Participante 2: No aplica</p>	<p>A partir de la entrevista realizada se puede evidenciar que la Participante 1 cuenta con una motivación intrínseca muy determinante, pues es una individuo de retos, viniéndose cierta competitividad por ser la mejor en lo que se propone, donde incluso su acudiente manifiesta "ella todo lo que se propone siempre lo ha conseguido", donde se marca el apoyo de la familia para que ella pueda cumplir sus objetivos, mientras que la participante 2 se evidencia que necesita un estímulo exterior para lograr mejorar en sus materias ya establecidas, es decir, se necesita fortalecer su motivación intrínseca, donde esto va muy reaccionado con la autoestima, la autopercepción que se desarrollado a lo largo de sus vidas, pues como menciona Buitrago, Garzón y Vanegas (2016) "una autoestima alta se convierte en la condición necesaria para alcanzar las metas propuesta y sin duda, una autoestima baja trae fracasos y no permite conseguir las metas deseadas, repercutiendo en la estabilidad emocional y bienestar personal" (pág. 7).</p>
Estrategias de afrontamiento (E.A)	Evitación emocional	<p>Participante 1: No aplica</p> <p>Participante 2: "No demostrándolo tanto, relajarme en ese momento y no sentir más todo eso que uno siente.</p>	<p>La entrevista realizada permite evidenciar que la participante 2 posee una estrategia de afrontamiento de evitación emocional, donde Londoño, Henao López, Puerta, Posada, Arango, & Aguirre, (2006) manifiesta que es una "estrategia cognitivo-comportamental en la cual se evitan expresar las emociones, dada</p>

Categorías	Subcategoría	Testimonios	Comentarios del investigador Material bibliográfico con el que se da solidez a la investigación
			<p>la carga emocional o la desaprobación social” (pág. 5), viéndose esto, posiblemente como el resultado de no sentir un acompañamiento a nivel familiar, pues se identifica que la Participante 1 al contar con este acompañamiento mencionado, no ve necesario evadir sus emociones, pues ve la facilidad de expresarla en su contexto más cercano (familia).</p>
	<p>Evitación comportamental</p>	<p>*Participante 1: “pues si es con las cucarachas o así, mmmm en el momento es donde me da asco ya después como que me voy para arriba y me empiezo a reír de cómo reaccione y ya se me pasa todo y si huele feo, pues no se me hecho alguna loción, me lavo, o algo para que se me pase el olor”</p> <p>*Participante 2: “Ah y no me gusta que me hablen cuando estoy enojada”</p>	<p>Se logra evidenciar en entrevista que la Participante 1 identifica y busca estrategias para evitar las situaciones que le generan cierto desagrado, con el objetivo de tolerar la problemática, en cambio la participante 2 demuestra que opta por un comportamiento evasivo, el cual demuestra que se refugia en ella misma tratando de aislarse de las situación que le provocan desagrado, pues como mencionan los autores Londoño, Henao López, Puerta, Posada, Arango & Aguirre, (2006) es una “estrategia comportamental en la que llevan a cabo actividades o acciones que contribuyan a tolerar el problema o a eliminar o neutralizar las emociones generadas por las mismas” (pág. 5).</p>
	<p>Evitación cognitiva</p>	<p>Participante 1: “trato de pensar en otras cosas, como que no todo es sobre eso, y si ahí se me va pasando y pues cuando estoy con mis amigas es más fácil, pues me hacen reír rápido”</p> <p>Participante 2: No aplica</p>	<p>Se puede observar en la entrevista, que en diversas situaciones la Participante 1 trata de evitar o eliminar pensamientos que le genera un malestar emocional, llevándola así a buscar ayuda en personas externas como son sus pares, como lo menciona Londoño, Henao López, Puerta, Posada, Arango, & Aguirre (2006) afirman que es una “estrategia cognitiva en la que se busca eliminar o neutralizar los pensamientos valorados como negativos o perturbadores, a través de la distracción o la negación” (pág. 5), mientras que en la participante 2 se evidencia que no utiliza este recurso, ya que no busca a sus pares como distracción.</p>
	<p>Expresión emocional abierta</p>	<p>Participante 1: “pues hoy nos hicieron un examen y pues casi</p>	<p>Se puede observar que la Participante 1 expresa sus emociones como búsqueda de</p>

Categorías	Subcategoría	Testimonios	Comentarios del investigador Material bibliográfico con el que se da solidez a la investigación
Gestión Emocional (G.E)	Fisiológico	<p>me pongo a llorar de estrés, mi mamá se sentó ahí conmigo a ver que me estaba pasando... mmmm porque nos dio muy poquito tiempo y el examen era muy largo entonces todo se estreso entonces ahí me dio tanta rabia.... eso fue lo negativo que vi.”</p>	<p>estabilidad emocional, logrando ser escuchada por algún integrante de la familia proporcionando apoyo y comprensión en el momento dado, además le brindan seguridad y confianza, donde según Londoño, Henao López, Puerta, Posada, Arango, Aguirre. (2006) es una “estrategia comportamental en la que se expresan las emociones abiertamente como una manera de neutralizar las mismas” (pág. 5), siendo esta un factor positivo que le permite ser consciente de sus emociones, mientras que la participante 2 no emplea esta estrategia y decide no expresar sus emociones a su entorno utilizando otro tipo de afrontamiento.</p>
		<p>Participante 2: No aplica</p>	<p>Se logró evidenciar a partir de la entrevista realizada que ambas participantes en algunas ocasiones parecen identificar cómo se manifiestan las emociones a nivel fisiológico, sin embargo en ciertos momentos se percibe una confusión entre conceptos pues en algunas respuestas fisiológicas se nombran comportamientos que emplean ante diferentes situaciones, y es aquí la importancia de resaltar la identificación de cómo estas emociones se manifiestan, permitiéndole al individuo buscar estrategias para mejorar el malestar que estas pueden llegar a provocar, pues como menciona León (2017) “El poder identificar cómo responde nuestro cuerpo a las diferentes emociones nos ayuda a poder liberarlas con más facilidad y a prevenir y evitar desde molestas contracturas y tensiones hasta una úlcera de estómago” (pág. 1)</p>

Categorías	Subcategoría	Testimonios	Comentarios del investigador Material bibliográfico con el que se da solidez a la investigación
	Comportamental	<p>Participante 1: “a veces como que me, mmm estoy muy seria o me estreso”</p> <p>Participante 2: “ hay qué más, ah y asaltar a veces”</p>	<p>Se evidencia en la entrevista que la ambas participantes identifica en muchas ocasiones que sensaciones comportamentales enfrenta a raíz de diversas situaciones, sin embargo, en algunas explicaciones y/o algunas respuestas en la entrevista de aspecto comportamental se notó una gran confusión al responder, lo cual nos lleva a la conclusión de que tienen una leve confusión en conceptos, además en algunas ocasiones no saben cómo pueden controlar o autorregular ciertas emociones, a lo anterior el autor Dueñas, (2002) confirma que “la importancia del control y la regulación de las emociones surge también de la necesidad que tiene el ser humano de no dejarse llevar por los impulsos emocionales, ya que de lo contrario tendría consecuencias muy negativas tanto a nivel personal como social" (pág. 11)</p>
	Situacional	<p>Participante 1: “A nivel académico, como tipo que no pueda hacer bien las cosas, que lo haga todo mediocre o así, me da mucha rabia”</p> <p>Participante 2: ”No, casi no como , casi nada me da asco, ni ver una persona vomitando me da asco, nada, ah pero el olor a basura si me da”</p>	<p>Se puede visualizar que la Participante 1 reconoce las diferentes situaciones que causan sus emociones, teniendo gran claridad sobre estas, mientras que la participante 2 en ocasiones tiene dificultad para ser consciente de las situaciones que generan dichas emociones, siendo su discurso más pausado, pues a pesar de que manifiesta no sentir asco y no reconocer que situación le provoca esta emoción distingue cómo se siente está a nivel fisiológico, además se logra evidenciar que en algunos momentos se le dificulta ser específica ante las situaciones que le provocan dichas emociones, llevando a interferir posiblemente en situaciones próximas, pues como menciona Caramelo en el 2017 relata que “la inteligencia emocional se refiere a aquellos contenidos y competencias pertenecientes al ámbito de las emociones y sentimientos, que permiten nuestro desarrollo personal e integrarse satisfactoriamente en la sociedad que nos rodea” (pág. 4)</p>

Puntaje global

Tabla 6 Afrontamiento centrado en el problema

Participante 1	Participante 2
11	9
10	8
12	7
11	10
total= align="center"> 44	34

Tabla 7 Afrontamiento improductivo

Participante 1	Participante 2
7	6
6	7
5	6
8	8
12	11
total = align="center"> 38	38

Elaboración propia

Discusión De Construcción Y Crítica

Las emociones juegan un papel fundamental en cualquier situación de la vida de las personas, siendo la etapa de la adolescencia un periodo dónde el ser humano forja su personalidad y de alguna manera se enfrenta a diferentes situaciones que lo pueden desestabilizar, sin embargo, estas pueden ser importantes para formar su personalidad, la manera de enfrentar y manejar sus emociones. Los resultados de la investigación permiten evidenciar variables de gestión emocional que las participantes pueden tener durante el proceso o enfrentamiento ante su situación académica, bien es sabido que la presión por ganar un año escolar es para unos más relevante y estresante que para otros.

Los relatos permiten vislumbrar las estrategias de afrontamiento respecto a la situación del rendimiento académico, observándose que en el entorno se encuentran variables relacionadas con la motivación y el rol del padre de familia en el acompañamiento de las diferentes situaciones, de igual manera se identifican las percepciones, sentires y experiencias que enfrenta el estudiante.

Respecto al reconocimiento de las emociones encontramos que los relatos evidencian que en algunos momentos cuando se reflejan sus emociones a nivel fisiológico y comportamental, las participantes no saben identificar que algunas reacciones físicas hacen parte o están relacionadas con el concepto de las emociones, considerándose posiblemente una confusión en los conceptos, es así como se evidencia al indagar sobre las emociones miedo y

enojo, la Participante 1 (13 años) refiere: “mmmm no sé, como...como que no se explicarte...no sé empiezo a sudar, como que la respiración se me empieza acelerar un poquito y ya creo”, del mismo modo la participante 2 (13 años): “Hayy, empiezo a sudar mucho las manos, empiezo a llorar”, donde es importante el reconocimiento de estos, como menciona León (2017) “El poder identificar cómo responde nuestro cuerpo a las diferentes emociones nos ayuda a poder liberarlas con más facilidad y a prevenir y evitar desde molestas contracturas y tensiones hasta una úlcera de estómago” (pág. 1), a partir de lo estipulado por el autor es importante que el preadolescente reconozca las situaciones que generan dichas emociones para lograr así prevención, liberación o autocontrol que ayuden a manejarlas, Participante 1 ante situaciones que provoca dichas emociones anterior mencionadas, refiere que: “a nivel académico, como tipo que no pueda hacer bien las cosas, que lo haga todo mediocre o así, me da mucha rabia” y la participante 2 refiere: “No, casi no como , casi nada me da asco, ni ver una persona vomitando me da asco, nada, ah pero el olor a basura si me da”, observándose mayor claridad en la primera participante; el autor Caramelo en el 2017 relata que “la inteligencia emocional se refiere a aquellos contenidos y competencias pertenecientes al ámbito de las emociones y sentimientos, que permiten nuestro desarrollo personal e integrarse satisfactoriamente en la sociedad que nos rodea” (pág. 4).

El apoyo de la familia es determinante en los procesos relacionados con rendimiento académico, considerándose que ayuda a crear estrategias de afrontamiento productiva, desenvolviéndose de una manera efectiva en su gestión emocional, la participante 1 ante la percepción de apoyo comenta: “mis papás como que me ayudan bastante, además como es un nuevo colegio ellos están muy pendientes de cómo va mi proceso y todo eso”, demostrando que cuenta con un acompañamiento familiar, le brinda confianza y seguridad, proporcionándole

apoyo en las diferentes actividades y habilidades con las que cuenta, deduciendo así que al sentir una estabilidad familiar puede dedicar todas su energías a labores académicas incrementando así la motivación intrínseca, el autor Ryan y Deci (2002) (citado por Gonzales 2007) las definen como: “aquellas cuya motivación está basada en la satisfacción inherente a la actividad en sí misma, más que en contingencias o refuerzos que pueden ser operacionalmente separables de ella”.(pág. 3), sin embargo, la participante 2 no manifiesta que su núcleo familiar sea un elemento clave que influya en su rendimiento académico, lo que sugiere que no cuenta con una red de apoyo directa que aporte a la motivación en sus proceso de formación, posiblemente viéndose obligada a buscar otros métodos que la ayuden a mejorar en su rendimiento; de hecho se pudo evidenciar que el estudio pasa a un segundo plano, por lo tanto se puede pensar que el factor familia y las problemáticas que están presentes en torno a ella toma gran importancia en la participante, dónde concentra su gestión emocional para sobrellevar los diferentes conflictos familiares; y aunque es claro que cada estudiante hace frente a diferentes situaciones académicas diariamente, contar con el apoyo y acompañamiento de la familia facilita un conocimiento más amplio de sí misma y generar habilidades y destrezas, observando que de alguna manera u otra ambas visualicen su rendimiento académico desde prioridades diferentes. Goleman (1996) (citado por García, 2003) “sostiene que la familia es la primera escuela de aprendizaje emocional y argumenta que el impacto que tiene este temprano aprendizaje es profundo, puesto que el cerebro del niño tiene su máxima plasticidad en esos primeros años de vida” (pág. 9). Siendo estos los que acompañan el desarrollo de habilidades, capacidades y conocimiento propio del individuo.

Otro elemento que nace durante el análisis de los relatos fue la motivación intrínseca, esta es la que impulsa al sujeto a realizar diferentes actividades por el simple gusto de hacerla, siendo esta la recompensa, la madre de la Participante 1 interviene comentando: “ella tiene algo muy característico, y es que ella todo lo que se propone siempre lo ha conseguido, por ejemplo, ella dice “voy a entrar a tal cosa de matemática”, “voy a ser la mejor en tal cosa” y lo termina consiguiendo y ella siempre es así, es algo que siempre dice porque es muy competitiva”, siendo determinante en su forma de querer ser un individuo de retos, por ser la mejor en lo que emprende, Buitrago, Garzón y Vanegas (2016) menciona que “una autoestima alta se convierte en la condición necesaria para alcanzar las metas propuesta y sin duda, una autoestima baja trae fracasos y no permite conseguir las metas deseadas, repercutiendo en la estabilidad emocional y bienestar personal” (pág. 7) es importante resaltar que aquí juega un papel fundamental la gestión emocional, la cual se va fortaleciendo a la largo de la interacción y el acompañamiento que se va recibiendo, claramente se requiere comprender, controlar y modificar sentimientos y emociones propias pero también, permite comprender mejor cómo se siente otra persona, Dueñas (2002) confirma que “la importancia del control y la regulación de las emociones surge también de la necesidad que tiene el ser humano de no dejarse llevar por los impulsos emocionales, ya que de lo contrario tendría consecuencias muy negativas tanto a nivel personal como social” (pág. 11), claramente se nota el apoyo de la familia en el proceso de formación de la personalidad y autonomía para que la participante pueda cumplir dichos objetivos, sea proactiva y dinámica, mientras que la participante 2 se observa que necesita un estímulo diferente a la familia que en ultimas remplaza el apoyo que esta debería generar para lograr mejorar en algunas materias que han presentado mayor complejidad en su desempeño académico demostrando una gran resiliencia al adaptarse a diferentes situaciones a partir de los recursos con los que cuenta,

en esa misma línea, se observó el impacto que posee el entorno educativo, pues en los relatos se evidencia el rol que juega el docente en el desarrollo del individuo, además de enseñar competencia debe motivar al reconocimiento emocional de la persona, la participante 2 menciona respecto a su sentir en la institución: “umm, no pues ah digamos un ambiente más relajado y los compañeros, profesores y el colegio también influye mucho en cómo me está yendo” y Participante 1 en cuanto al profesor “él fue muy bueno con nosotros, porque entramos 4 nuevos, entonces los 4 nuevos un mes antes hicimos como repaso y ahí lo conocí mejor, ehh él era muy bien con nosotros y lo que no entendíamos algo él nos lo explicaba así fuera 10 veces, pero nos lo explicaba, entonces bien, solo que a veces es muy estricto, pero de resto bien”, donde incluso se visualizó durante sus relatos que han encontrado docentes que las impulsan a reconocer sus habilidades y mejorar en sus rendimientos académicos, siendo este posiblemente el apoyo y factor protector con el que cuenta la participante 2, cabe destacar que la Participante 1 se impulsa un poco más a realizar actividades extracurriculares en comparación con la participante 2, siendo evidente el apoyo familiar, Lazarus y Folkman 1984 (citado por Molina, M. J. P., & Chinchilla, N. R. 2011) menciona “las estrategias de afrontamiento constituyen herramientas o recursos que el sujeto desarrolla para hacer frente a demandas específicas, externas o internas” (pág. 6), donde como expresa este mismo autor estas pueden ser positivas o negativas alcanzando a perjudicar su bienestar biopsicosocial.

Por otro lado, se evaluó las estrategias de afrontamiento la cual comparte una relación con la inteligencia emocional partiendo del autocontrol que la persona tiene sobre sus emociones, llevando al individuo a crear estrategias adaptativas para afrontar situaciones estresantes; a partir de la escala (EAN) se logró obtener un puntaje global comprendido por dos categorías que

encierran los diferentes subcategorías, donde el primero de ellos va direccionado a una estrategia de afrontamiento centrado en el problema comprendido por solución activa (ítems 3,10,19,29), comunicar el problema a otros (ítems 4,15,22,31), búsqueda de información y guía (ítems 5,12,20,27), y actitud positiva (ítems 8,14,25,34), donde estas permiten la regulación consciente de las emociones buscando así un lado positivo y ejerciendo un plan de acción para solucionar dichos problemas, donde se logra observar que la Participante 1 obtuvo un puntaje de 44 demostrando que intenta solucionar el problema utilizando todos los medios disponibles, desempeñando diferentes acciones para lograrlo, en cambio la participante 2 obtuvo un puntaje de 34, el cual revela que a pesar de intentar ver el factor estresante desde un punto de vista positivo y buscar una solución activa posiblemente presenta deficiencia, lo cual hace que no llegue a su fin o falle en el intento, buscando siempre ser resiliente e intentarlo nuevamente.

Se puede constatar gracias a la entrevista que la Participante 1 relata: “pues hoy nos hicieron un examen y pues casi me pongo a llorar de estrés, mi mamá se sentó ahí conmigo a ver que me estaba pasando... mmmm porque nos dio muy poquito tiempo y el examen era muy largo entonces todo se estreso entonces ahí me dio tanta rabia.... eso fue lo negativo que vi”, expresando sus emociones como búsqueda de estabilidad emocional, logrando ser escuchada por algún integrante de la familia proporcionando apoyo y comprensión en el momento dado, además le brindan seguridad y confianza, Londoño, Henao López, Puerta, Posada, Arango, Aguirre. (2006) nombra qué expresión emocional abierta es una “estrategia comportamental en la que se expresan las emociones abiertamente como una manera de neutralizar las mismas” (pág. 6), siendo esta un factor positivo que le permite ser consciente de sus emociones, mientras que la

participante 2 no emplea esta estrategia y decide no expresar sus emociones a su entorno utilizando otro tipo de afrontamiento el cual se describe en el siguiente párrafo.

En este orden y pasando a la segunda categoría de afrontamiento improductiva comprendida por las subcategorías indiferencia (Ítems 1,13,18,33), conducta agresiva (Ítems 7,16,24,32) reservarse el problema para sí mismo (ítems 9,17,26,30), evitación cognitiva (ítems 2,21,35) y evitación conductual (6,11,23,29), donde estas nos describen y demuestran que los jóvenes con un estilo de afrontamiento improductivo tienden a desconfiar de sus capacidades provocando sentimientos de inseguridad.

Donde EAN permitió evidenciar que ambas participantes comparten una puntuación de 38, demostrando que a pesar de que la Participante 1 obtuvo un puntaje alto en estrategias de afrontamiento centrado en el problemas, en ocasiones puede emplear estrategias de afrontamiento evitativas conllevando a realizar ciertas acciones que le permitan evadir la emoción para no pensar en una situación estresante, lo que permite confirmar que la familia juega un papel elemental en el desarrollo de la participante, pues el apoyo y la confianza que le brindada le permite desempeñarse de la mejor manera en los retos propuestos, así mismo la entrevista nos permite corroborar que la Participante 1 relata: “trato de pensar en otras cosas, como que no todo es sobre eso, y si ahí se me va pasando y pues cuando estoy con mis amigas es más fácil, pues me hacen reír rápido”, donde trata de evitar o eliminar pensamientos que le genera un malestar emocional, llevándola así a buscar ayuda en personas externas como son sus

pares, Londoño, Henao López, Puerta, Posada, Arango, & Aguirre (2006) menciona que la evitación cognitiva es una “estrategia cognitiva en la que se busca eliminar o neutralizar los pensamientos valorados como negativos o perturbadores, a través de la distracción o la negación” (pág. 5), mientras que la participante 2 como se afirma en el párrafo anterior la estrategia más evidente es la evitativa, menciona: “ah y no me gusta que me hablen cuando estoy enojada” optando así por un comportamiento evasivo, refugiándose en ella misma tratando de aislarse de la situación que le provocan desagrado, Londoño, Henao López, Puerta, Posada, Arango, & Aguirre, (2006) manifiesta qué evitación comportamental es una “estrategia comportamental en la que llevan a cabo actividades o acciones que contribuyan a tolerar el problema o a eliminar o neutralizar las emociones generadas por las mismas” (pág. 5) siendo esto, posiblemente como el resultado de no sentir un acompañamiento a nivel familiar, reflejando que las participantes comparten la misma estrategia de afrontamiento improductiva.

Para concluir, es importante mencionar que durante el desarrollo de la entrevista se pudo identificar que la Participante 1 a pesar de ser muy expresiva y receptiva, estuvo un poco nerviosa puesto que su tono de voz era bajo, manifestando en varias ocasiones que era un poco penosa, sin embargo, no fue limitante para ofrecer información, mientras que la participante 2 se mostró más retraída en la expresión verbal lo que conlleva a una limitación en sus respuestas a pesar de ser gestualmente expresiva.

Conclusiones

A partir del recorrido teórico que se ha realizado, se ha evidenciado que la gestión emocional cumple un papel importante en la vida del individuo, pues este afecta en la manera en cómo piensa, percibe y actúa frente a diferentes situaciones, así mismo las estrategias de afrontamiento son determinantes, pues a partir de dichas gestiones, estrategias y emociones, el individuo inicia una serie de conductas que le permiten enfrentar la situación y generar un equilibrio en su vida si es que es necesario, si el individuo no emplea unas estrategias adecuadas posiblemente se vea afectado tanto laboral, académica y personalmente, llevando así al ser humano a convertirse en un ser impulsivo.

Después del recorrido y análisis de los resultados, se logró evidenciar que el docente y el padre de familia juega un papel fundamental en el rendimiento académico del estudiante, pues el brindarle un espacio para descubrirse desde sus capacidades y emociones permite que el estudiante se motive a ser cada día mejor, sin embargo, además se esclarece la importancia de la familia, éstas construyen y fortalecen las estrategias de afrontamiento, donde un acompañamiento familiar que sea de manera independiente pero con límites, brindado momentos de escucha y confianza ayuda al estudiante a empoderarse de sus habilidades, destrezas y dedicarle tiempo a su formación, donde sea esta la que inculque la importancia del aprendizaje.

Por otro lado, desde la muestra elegida se demuestra que las participantes uno y dos a pesar de tener muchas similitudes en algunos resultados, se observó que la participante que cuenta con un acompañamiento familiar posee cierta claridad de cómo se reflejan las emociones que la acompañaban en su diario vivir, donde es una persona que conoce sus habilidades y le encanta ponerse retos, siendo el resultado su mayor recompensa, así mismo, en este recorrido investigativo se logró evidenciar que gracias a los lazos afectivos que ha construido con su familia le permiten expresar sus emociones abiertamente, generando así estrategias de afrontamiento adecuadas ante diferentes circunstancias, ya desde la segunda participante se demostró que cuenta con muchas ausencias familiares, demostrando y confirmando que es necesario que la familia se vincule más en los procesos de los estudiantes fortaleciendo así el rendimiento académico, motivación y otros aspectos intrapersonales.

Para finalizar es imprescindible considerar la edad en la que se encuentran las estudiantes ya que en esta etapa está marcada por muchos cambios físicos, mentales, emocionales y sociales.

Recomendaciones

Se recomienda para futuras investigaciones que se encuentren interesados en torno al tema ampliar el tiempo y el muestreo, considerando la importancia de realizarse en ambos sexos, para así generar una investigación más profunda, además es necesario realizar un gran énfasis en la entrevista narrativa, pues esta proporciona datos elementales para generar mejores resultados, donde se recomienda que las academias profundicen en este aspecto, así mismo se recomienda evaluar e implementar otras pruebas pertinentes a la gestión emocional que puede incluir la valoración de la inteligencia emocional que ayuden a profundizar sobre las variables encontradas.

Se evidencia que es necesario que instituciones educativas implementen educación emocional, proporcionando, creando espacios y proyectos desde la transversalidad tanto para directivos, padres de familia y estudiantes ya que este entorno es determinante para el buen desarrollo de los preadolescentes permitiendo así a la mejorar en el rendimiento académico y relaciones personales a través de la gestión emocional y las estrategias de afrontamiento.

Limitantes:

Durante la investigación una de las limitantes fue el factor tiempo y la situación de pandemia por Covid 19, restringiendo así la muestra y población, generando reducción en la misma.

A partir de lo anterior mencionado, se utilizaron estrategias tecnológicas de videollamadas, siendo una herramienta muy importante para la realización de esta investigación, sin embargo, se visualizó la necesidad de un contacto más directo con las participantes, pues la virtualidad limitó la privacidad de los encuentros con estas, donde la presencia de familiares afectó las respuestas dadas por las participantes, llevando así la afectación de estos encuentros.

Además, es importante mencionar la importancia de la realización de la entrevista en profundidad, pues esta investigación encontró una participante a la cual era necesario indagar un poco más, visualizándose en ciertos momentos la necesidad de trabajar en esta habilidad.

Referencias Bibliográficas

Acevedo-Muriel, A. F., Murcia-Rubiano, Á. M. (2017). La inteligencia emocional y el proceso de aprendizaje de estudiantes de quinto de primaria en una Institución Educativa Departamental Nacionalizada. El Ágora USB, 17(2), 545-555. Recuperado de:

<http://www.scielo.org.co/pdf/agor/v17n2/1657-8031-agor-17-02-00545.pdf>

Abramowski, A. (2017). Legislar los afectos. Apuntes sobre un proyecto de ley de Educación Emocional. *Pensar los afectos Aproximaciones desde las ciencias sociales y las humanidades*, 251. Recuperado de:

https://d1wqtxts1xzle7.cloudfront.net/57915676/Pensar_los_afectos.pdf?1543874661=&response-content-disposition=inline%3B+filename%3DReflexiones_iniciales_para_una_genealogi.pdf&Expires=1598741207&Signature=IRocOGP~0TNqCfl69p8cCXCAIOkKHCXmwGyqXjUka2i~Z7XkvGJGSzUIN2OZGwTnMidkNWj0QJyEv1phLEVpXNoRqVDsi7aonK5ikVeg2SDaLPeQSyJ2jiKCSYkfBXSUbdWTIAiOMfJNx5g4e6iHxwXeAxWsTHyUiJIbP7lu8eLhQhteAzwgVp6xIMVMXTflfc~b-kh9tR2VvyE7bHRauU2gsk9MrOK6cW2170Zqe4hV46rkjlSswDJjGYWPHSwwM3SUiKJAmleo-bF8ffbf-OSWmsYpO4JIrt-AT7dekhnLLV3tM0pAUyfiHxBRfi3ehPIRiwlmlqQP4I-bONykg_&Key-Pair-Id=APKAJLOHF5GGSLRBV4ZA#page=251

Anchondo, H. A. E. (2011). La inteligencia emocional plena: hacia un programa de regulación emocional basado en la conciencia plena (Doctoral dissertation, Universidad de Málaga).

Recuperado de: https://documentop.com/inteligencia-emocional-plena-riuma-universidad-de-malaga_5a172bcb1723dd14ac738864.html

Andrade Saco, L. M. (2018). La inteligencia emocional y su relación con el rendimiento académico en la asignatura de estadística en educación superior. Recuperado de:

http://cybertesis.unmsm.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12672/7715/Andrade_sl.pdf?sequence=3&isAllowed=y

Ardila, R. (2011). Inteligencia. ¿Qué sabemos y qué nos falta por investigar? *Revista de la Academia Colombiana de Ciencias Exactas, Físicas y Naturales*, 35(134), 97-103. Recuperado de:

http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0370-39082011000100009

Bisquerra, R. (2011). Educación emocional. *Propuestas para educadores y familias*. Bilbao: Desclée de Brower. Recuperado de:

https://d1wqtxts1xzle7.cloudfront.net/61626547/Educacion-Emocional.-Propuestas-para-educadores-y-familias-Rafael-Bisquerra-Alzina-2_120191228-17840-8q4qbf.pdf?1577563143=&response-content-disposition=inline%3B+filename%3DDESCLEE_APRENDER_A_SER_EDUCACION_EN_VALO.pdf&Expires=1598574441&Signature=KOvsIMf4tUYLiKR6E~4z6Hqz~gvggfsf6jqMHxokfiA09hUhNPdam4enZOSi~f8sDOELl~ux0CPGUlioMvigsc~ThlrVqMjr7Hk5VDL2UJAxGrUF1j57qfWPYil60QJFwoJZahMgIzyr87EzG4XX3BuRFixkTEG8YQotgyLJBOLCr1J5RTae5il~yaIXuGXrUjXD38L7bIM021Lev-TlwVoC2--UL7h3NMJ4SUJgZg4sra9YmMpiLS5Gm5qL9429WIYAw~GuQl6cdoooG619xBTdHzoADxnS~Z72oFuzdzi-VN8JWiAVGxBVrHaCzeG-xaASdt85zIT-7EQ93R6LJA &Key-Pair-Id=APKAJLOHF5GGSLRBV4ZA

Buenrostro-Guerrero, A. E., Valadez-Sierra, M. D., Soltero-Avelar, R. U. B. É. N., Nava-Bustos, G. O. N. Z. A. L. O., Zambrano-Guzmán, R. O. G. E. L. I. O., & García-García, A. N. G. É. L. I. C. A. (2012). Inteligencia emocional y rendimiento académico en adolescentes. *Revista de educación y Desarrollo*, 20(1), 29-37. Recuperado de

http://www.cucs.udg.mx/revistas/edu_desarrollo/antiores/20/020_Buenrostro.pdf

Buitrago, N. E. P., Garzón, C. P. V., Vanegas, G. A. R. (2016). La autoestima en el proceso educativo, un reto para el docente. *EDUCACIÓN Y CIENCIA*, (19). Recuperado de:

<file:///G:/pag/user/Descargas/7772-Texto%20del%20art%C3%ADculo-20663-1-10-20180226.pdf>

Caramelo, A, & de la Paz, M. (2017). Inteligencia emocional en niños de Educación Primaria: programa de intervención (Bachelor's thesis). Obtenido de:

http://dehesa.unex.es/bitstream/10662/6180/1/TFGUEX_2017_Arango_Caramelo.pdf

Cassinda Vissupe, M. D., Chingombe Jacob, A., Angulo Gallo, L., & Guerra Morales, V. M. (2017). Inteligencia emocional: Su relación con el rendimiento académico en preadolescentes de la Escuela 4 de abril, de Iociclo, Angola. *Revista Educación*, 41(2), 163-171. Recuperado de:

https://www.scielo.sa.cr/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2215-26442017000200163

Castaño Castrillón, J. J., & Páez Cala, M. L. (2014). Inteligencia emocional y rendimiento académico en estudiantes universitarios. *Psicología desde el Caribe*, 32(2), 268-285. obtenido de:

<https://www.redalyc.org/pdf/213/21341030006.pdf>

Castro, M. E., Llanes, J. (2006). Tutoría en resiliencia. *Liberaddictus*, 94, 101-104. Recuperado de:

https://d1wqtxts1xzle7.cloudfront.net/54281512/94_Tutoria_en_resiliencia_1.pdf?1504020152=&response-content-disposition=inline%3B+filename%3DTutoria_en_resiliencia.pdf&Expires=1600458179&Signature=NGU5QYtoJq4hqHO1VT8~ZTCmha02GqVad7imDeoUrsAQ1n3ySMZBs18LyQR1obkcQ0M6m3EsCxreztT4LAKMihEgbUPScy8nKe54AscaBCJIGS7QsnEBp4utZnQ1k60XsB9nvA6hkcdSEKzIA82p51T~I3LIN-38UFBnN1hAi9jA31x-mlKz-7BUwO65c1LVUi9q6o8ogvKebVL3biwomY5W7dhNI~Q-

Fragoso, R. (2018). Retos y herramientas generales para el desarrollo de la inteligencia emocional en las aulas universitarias. *Praxis Educativa*, 22(3), 47-55. Recuperado de:

<https://www.redalyc.org/jatsRepo/1531/153157080006/153157080006.pdf>

García Lázaro, I., Gallardo-López, J. A., & López-Noguero, F. (2020). La inteligencia emocional y la educación emocional en la escuela: un estado de la cuestión a través del análisis bibliométrico de la producción científica en Scopus (2015-2019)

Recuperado de:

<https://rio.upo.es/xmlui/bitstream/handle/10433/7689/cl%20dykinson%20ie%20scopus%202020.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

García, M. V. (2003). La educación emocional: conceptos fundamentales. *Sapiens. Revista Universitaria de Investigación*, 4(2), 0.

recuperado de: <https://www.redalyc.org/pdf/410/41040202.pdf>

Gobernacion de Mexico, DF, (2016) QUE EXPIDE LA LEY DE LA EDUCACIÓN EMOCIONAL DEL PAÍS, SUSCRITA POR INTEGRANTES DE DIVERSOS GRUPOS PARLAMENTARIOS. Recuperado de:

http://sil.gobernacion.gob.mx/Archivos/Documentos/2016/02/asun_3332583_20160211_1455039267.pdf

Gonzales, F. A. (2007). Modelos de motivación académica: una visión panorámica. *REME*, 10(25), 1. recuperado de:

https://www.researchgate.net/profile/Antonio_Gonzalez40/publication/28212475_Modelos_de_motivacion_academica_una_vision_panoramica/links/576bb19608aef2a864d38956/Modelos-de-motivacion-academica-una-vision-panoramica.pdf

González del Amo, S. (2015). La educación emocional en un aula de Educación Infantil aplicada en un contexto bilingüe.

Recuperado de:

<https://uvadoc.uva.es/bitstream/handle/10324/15990/TFG-L1043.pdf?sequence=1&isAllowed=y4>

Huerta, A (30-mayo- 2017). “Inteligencia Emocional”. Conferencia: “Las claves de la inteligencia emocional”. conferencia llevada a cabo en el canal de Youtube, BiiA LAB. Recuperado de:

https://www.youtube.com/watch?v=K_CzwBUxMBc

León, C.M. (2017).¿Cómo se relacionan las emociones con nuestro cuerpo?. [web log post]. Recuperado de:

<https://www.editorialgeu.com/blog/se-relacionan-las-emociones-cuerpo/#:~:text=Nuestras%20emociones%2C%20nuestro%20cuerpo%20y,hasta%20una%20%20C3%BA%20alcer%20de%20est%20C3%B3%20mago.>

Londoño, N. H., Henao López, G. C., Puerta, I. C., Posada, S., Arango, D., & Aguirre-Acevedo, D. C. (2006). Propiedades psicométricas y validación de la escala de estrategias de coping modificada (EEC-M) en una muestra colombiana. *Universitas Psychologica*, 5(2), 327-350. Recuperado de:

http://www.scielo.org.co/scielo.php?pid=S1657-92672006000200010&script=sci_arttext&tlng=en

Macías, M. A. (2002). Las múltiples inteligencias. *Psicología desde el Caribe*, (10), 27-38. Recuperado de:

<https://www.redalyc.org/pdf/213/21301003.pdf>

Manrique Solana, R. (2015). La cuestión de la inteligencia emocional. *Revista de la Asociación Española de Neuropsiquiatría*, 35(128), 801-814. Recuperado de:

https://sisbib.unmsm.edu.pe/bibvirtual/publicaciones/indata/v04_n1/inteligencia.htm

Medina Rendón, J. 2019. Población joven representa el 43% de los suicidios en Colombia. la gran noticia. Recuperado de:

<https://www.lagrannoticia.com/notas-de-aqui-y-de-alla/43148-poblacion-joven-representa-el-43-de-los-suicidios-en-colombia#:~:text=Poblaci%C3%B3n%20joven%20representa%20el%2043%>

Molina, M. J. P., & Chinchilla, N. R. (2011). Estrategias de afrontamiento: un programa de entrenamiento para paramédicos de la Cruz Roja. *Revista costarricense de Psicología*, 30(45-46), 17-33. Recuperado de:

<https://www.redalyc.org/pdf/4767/476748709004.pdf>

Morales Rodríguez, FM, Trianes Torres, MV, Blanca Mena, MJ, Miranda Páez, J., Escobar Espejo, M., y Fernández Baena, FJ (1). Escala de afrontamiento infantil: propiedades psicométricas. *Anales De Psicología / Annals of Psychology*, 28 (2), 475-483. Recuperado de:

<https://doi.org/10.6018/analesps.28.2.136221>

Navarro, R. E. (2003). El rendimiento académico: concepto, investigación y desarrollo. REICE. Revista Iberoamericana sobre Calidad, Eficacia y Cambio en Educación, 1(2), 0. Recuperado de:

<https://www.redalyc.org/pdf/551/55110208.pdf>

Núñez, J. M., & Luzarraga, J. M. (2017). Relación entre resiliencia e inteligencia emocional. *Campus Educación*, 1(3), 31-34. Recuperado de:

<https://www.campuseducacion.com/revista-digital-docente/numeros/3/files/assets/common/downloads/Campus%20Educaci.pdf#page=31>

Otzen, T. & Manterola, C. (2017). Técnicas de Muestreo sobre una Población a Estudio. *International journal of morphology*, 35(1), 227-232. Obtenido de:

https://scielo.conicyt.cl/scielo.php?pid=S0717-95022017000100037&script=sci_arttext

Puig, G., & Rubio, J. L. (2015). *Tutores de resiliencia: Dame un punto de apoyo y moveré mi mundo*. Editorial Gedisa. Obtenido de:

https://scholar.google.es/scholar?hl=es&as_sdt=0%2C5&q=Dame+un+punto+de+apoyo+y+mover%C3%A9+MI+mundo&btnG=

Rivera Villa, C. S. (2013). Relación entre la inteligencia emocional y el rendimiento académico de los estudiantes de 4to. Grado de primaria.

Recuperado de:

<https://repositorio.tec.mx/bitstream/handle/11285/619638/TESIS2%20Carla%20Sofia.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Rodríguez, M. F. (2013). La inteligencia emocional. *Revista de clases historia*, (7), 1. Recuperado de:
<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=5173632>

Tejjido, M. (2010). La inteligencia emocional: Marco teórico e investigación. *Obtenido de: http://www.redem.org/boletin/files/Marta%20Tejjido, 20*. Recuperado de:
<http://www.redem.org/boletin/files/Marta%20Tejjido%20-%20inteligencia%20emocional.pdf>

Universidad de Jaén. Metodología Cualitativa.
www.ujaen.es/investiga/tics_tfg/enfo_cuali.html

Villamizar, G., & Donoso, R. (2013). Definiciones y teorías sobre inteligencia. Revisión histórica. *Psicogente*, 16(30). Recuperado de:
 file:///G:/pag/user/Descargas/1927-Texto%20del%20art%C3%ADculo-1844-1-10-20170405.pdf

LIBROS:

Goleman, D. (2014). *Inteligencia Emocional*. En D. Goleman, *Inteligencia Emocional* (pág. 397). New york: B de Bolsillo.

Goleman, D. (1996). *La inteligencia emocional*. Editorial Javier Vergara, Buenos aires
 obtenido de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=4781126>

Anexos:

Ilustración 1 consentimiento informado participante 1

 UNIMINUTO Corporación Universitaria Minuto de Dios Educación de calidad al alcance de todos	CONSENTIMIENTO INFORMADO	PROGRAMA DE PSICOLOGÍA CRB
--	-------------------------------------	---------------------------------------

El propósito de esta introducción de consentimiento es proveer a las personas involucradas en esta investigación una clara explicación de la naturaleza de la misma, así como de su rol en ella como participantes.

Lugar	25 septiembre 2020
Investigador(es) responsable(s):	María Fernanda Bejarano Azcarate María Camila Marín Cañas
Correo electrónico:	mbejaranoaz@uniminuto.edu.co mmarincanas@uniminuto.edu.co

Nombre de la investigación - Actividad: Analizar la gestión emocional y estrategias de afrontamiento en preadolescentes.

Objetivo: Analizar la gestión emocional de estudiantes con bajo y alto rendimiento académico ante la toma de decisiones en situaciones académicas

Actividades a realizar: Las actividades que se desarrollarán en el marco de esta investigación serán:

- 1) Entrevista abierta (esta se realizará en dos instancias diferentes.)
- 2) Aplicación de prueba de escala de afrontamiento para Niños (EAN)

Estas sesiones serán registradas por medio de fotografía y grabación (esta determinación está sujeta a la aceptación del participante), de modo que el investigador pueda transcribir posteriormente los resultados de cada una, bajo fines netamente académicos e investigativos.

Yo YENNY LIZETH IERMA HURTADO mayor de edad luego de haber sido informado(a) sobre las condiciones en las que se realizará las actividades (grupos focales, entrevistas, encuestas, observaciones, talleres, etc.), objetivos del estudio, los beneficios, los posibles riesgos y las alternativas, los derechos y responsabilidades y teniendo total claridad sobre la información, entiendo que:

- 1) La participación en la actividad no generará ningún gasto, ni recibirá remuneración alguna por ella.
- 2) La participación en la actividad y los resultados obtenidos en la investigación no tendrán repercusiones o consecuencias en las actividades laborales y/o académicas.
- 3) No habrá ninguna sanción en caso que no esté de acuerdo con mi participación. Asimismo, puede solicitar en cualquier momento de la investigación ser excluido(a) de las actividades a desarrollarse en la investigación.
- 4) La identidad y los datos personales serán tratados con reserva y se utilizarán únicamente para los propósitos de esta investigación. De esta manera, los resultados de cada actividad serán codificados usando un número de identificación (código asignado al consecutivo) y, por lo tanto, serán anónimas.
- 5) Los investigadores responsables garantizarán la protección de la información suministrada antes, durante y después de la investigación.

CS Escaneado con CamScanner

 UNIMINUTO Corporación Universitaria Minuto de Dios Educación de calidad al alcance de todos	CONSENTIMIENTO INFORMADO	PROGRAMA DE PSICOLOGÍA CRB
--	-------------------------------------	---------------------------------------

Atendiendo a la normatividad vigente sobre consentimientos informados (Ley 1581 de 2012 y Decreto 1377 de 2012), y de forma consciente y voluntaria,

DOY EL CONSENTIMIENTO NO DOY EL CONSENTIMIENTO

Para participar en las actividades propias de la investigación:

Nombre Completo:

YENNY LIZETH LERNA HURTADO

Firma y número de cédula:

Firma y número de cédula investigador(es) responsable(s)

María Camila Marin

María Camila Marin Cañas
C.C #. 1. 114. 390 364

María Fernanda Bejarano.

Nombre:
C.C # 1.115.092.619

Ilustración 2 Encuentro y permiso de consentimiento informado- participante 2

ovx-umah-swe (2020-09-25 at 14:49 GMT-7)

UNIMINUTO Corporación Universitaria Minuto de Dios Educación de calidad al alcance de todos		CONSENTIMIENTO INFORMADO	PROGRAMA DE PSICOLOGÍA CRB
El propósito de esta introducción de consentimiento es proveer a las personas involucradas en esta investigación una clara explicación de la naturaleza de la misma, así como de su rol en ella como participantes.			
Lugar	25 septiembre 2020		
Investigador(es) responsable(s):	María Fernanda Bejarano Azcarate María Camila Marín Cañas		
Correo electrónico:	mbejaranoaz@uniminuto.edu.co mmarincañas@uniminuto.edu.co		
Nombre de la investigación - Actividad: Analizar la gestión emocional y estrategias de afrontamiento en preadolescentes.			
Objetivo: Analizar la gestión emocional de estudiantes con bajo y alto rendimiento académico ante la toma de decisiones en situaciones académicas			
Actividades a realizar: Las actividades de esta investigación serán:			

2:08 / 6:58

Ilustración 3: Evidencia de instrumentos de (EAN)

ANEXO I. Escala de Afrontamiento para Niños (EAN)

¿Qué eres?
(puedes)

Nombre y apellidos: _____
 Curso: _____ Colegio: _____ Provincia: _____
 niño niño

A continuación encontrarás una serie de frases que se refieren a distintos escenarios sobre determinados problemas. Señala en cada frase, con un X en la casilla correspondiente, si esta situación se te sucede nunca, algunas veces o muchas veces.

	Nunca	Algunas veces	Muchas veces
Cuando hay algún problema en casa			
1. Me da igual	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2. Pienso en otra cosa para no acordarme del problema	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3. Intento solucionar el problema utilizando todos los medios posibles	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4. Hablo y le cuento el problema a otras personas (por ejemplo, familiares, profesores/as, amigos/as, etc.)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5. Pido consejo a otras personas sobre qué hacer (por ejemplo, familiares, profesores/as, amigos/as, etc.)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6. Busco otra cosa que hacer para no pensar en el problema	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
7. Me peleo y discuto con mis familiares	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
8. Pienso que todo se va a arreglar	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
9. Guardo mis sentimientos para mí solo/a	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Cuando me pongo enfermo/a y tengo que ir al médico			
10. Intento solucionar el problema utilizando todos los medios posibles	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
11. Busco otra cosa que hacer para no pensar en el problema	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
12. Pido consejo a otras personas sobre qué hacer (por ejemplo, familiares, profesores/as, amigos/as, etc.)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
13. Me da igual	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
14. Pienso que todo se va a arreglar	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
15. Hablo y cuento el problema a otras personas (por ejemplo, familiares, profesores/as, amigos/as, etc.)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
16. Me peleo y discuto con mis familiares	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
17. Guardo mis sentimientos para mí solo/a	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Cuando tengo problemas con las notas			
18. Me da igual	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
19. Intento solucionar el problema utilizando todos los medios posibles	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
20. Pido consejo a otras personas sobre qué hacer (por ejemplo, familiares, profesores/as, amigos/as, etc.)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
21. Pienso en otra cosa para no acordarme del problema	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
22. Hablo y cuento el problema a otras personas (por ejemplo, familiares, profesores/as, amigos/as, etc.)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
23. Busco otra cosa que hacer para no pensar en el problema	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
24. Me peleo y discuto con mis familiares, profesores/as, etc.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
25. Pienso que todo se va a arreglar	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
26. Guardo mis sentimientos para mí solo/a	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Cuando tengo problemas con algún compañero/a de clase			
27. Pido consejo a otras personas sobre qué hacer (por ejemplo, familiares, profesores/as, amigos/as, etc.)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
28. Intento solucionar el problema utilizando todos los medios posibles	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
29. Busco otra cosa que hacer para no pensar en el problema	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
30. Guardo mis sentimientos para mí solo/a	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
31. Hablo y cuento el problema a otras personas (por ejemplo, familiares, profesores/as, amigos/as, etc.)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
32. Me peleo y discuto con él o ella	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
33. Me da igual	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
34. Pienso que todo se arreglará	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
35. Pienso en otra cosa para no acordarme del problema	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Ilustración 4: Evidencia de la entrevista a estudiantes

Datos personales:

Nombre completo:

Edad:

Institución educativa:

Grado:

Ciudad:

Con quién vive:

A Continuación, vamos a explorar un poco sobre tus emociones, para ellos vamos a tener en cuenta alegría, tristeza, enojo, miedo y asco.

Base explicativa de las preguntas

PREGUNTA 1:

ENOJO:

Fisiológico

Me puedes contar ¿cómo reacciona tu cuerpo cuando te sientes enojado?

Situacional

Me puedes contar ¿qué situaciones te provocan estar enojada? para ellos quiero que me cuentes una situación a nivel personal y otra a nivel académica

Comportamental:

¿Cuándo te pasa lo que me has mencionado como te comportas?
Explicarlo desde ambas situaciones planteadas en la anterior pregunta.

¿Qué haces para modificar dicha emoción?

ALEGRÍA

Fisiológico

me puedes contar ¿cómo reacciona tu cuerpo cuando te sientes alegre?

Situacional

Me puedes contar ¿qué situaciones te provocan alegría? para ellos quiero que me cuentes una situación a nivel personal y otra a nivel académica

Comportamental:

¿Cuándo te pasa lo que me has mencionado como te comportas?
Explicarlo desde ambas situaciones planteadas en la anterior pregunta.

¿Qué haces para modificar dicha emoción?

TRISTEZA

Fisiológico

Me puedes contar ¿cómo reacciona tu cuerpo cuando te sientes triste?

Situacional

Me puedes contar ¿qué situaciones te provocan tristeza? para ellos quiero que me cuentes una situación a nivel personal y otra a nivel académica

Comportamental:

¿Cuándo te pasa lo que me has mencionado como te comportas?
Explicarlo desde ambas situaciones planteadas en la anterior pregunta.

¿Qué haces para modificar dicha emoción?

MIEDO

Fisiológico

Me puedes contar ¿cómo reacciona tu cuerpo cuando tienes miedo?

Situacional

Me puedes contar ¿qué situaciones te provocan miedo? para ellos quiero que me cuentes una situación a nivel personal y otra a nivel académica

Comportamental:

¿Cuándo te pasa lo que me has mencionado como te comportas?
Explicarlo desde ambas situaciones planteadas en la anterior pregunta.

¿Qué haces para modificar dicha emoción?

ASCO**Fisiológico**

Me puedes contar ¿cómo reacciona tu cuerpo cuando sientes asco?

Situacional

Me puedes contar ¿qué situaciones te provocan asco? para ellos quiero que me cuentes una situación a nivel personal y otra a nivel académica

Comportamental:

¿Cuándo te pasa lo que me has mencionado como te comportas? Explicarlo desde ambas situaciones planteadas en la anterior pregunta.

¿Qué haces para modificar dicha emoción?

PREGUNTA 2

De acuerdo como tu docente se comporta o maneja la dinámica de la materia con ¿cuál de ellas te sientes identificada?

-A partir de la materia mencionada, responde ¿Qué emociones positivas o menos positivas has tenido respecto a tu experiencia académica?

PREGUNTA 3:

Cuéntame: ¿cuál ha sido un logro a nivel personal y académico?

¿Qué emociones experimentaste en esos momentos?

¿Qué actitud tomamos ante dicha situación?

PREGUNTA 4:

¿Cómo van tus calificaciones en este momento?

¿Qué factores crees que influyen para que te esté yendo de dicha manera?

PREGUNTA 5:

¿Podría hablarme sobre alguna situación en la que hayas intentado hacer algo y no lo lograste? ¿Cómo te sentiste y cómo actuaste?

PREGUNTA 6:

¿Qué emociones sientes cuando está a punto de acabarse el año escolar