

**LA INTELIGENCIA EMOCIONAL Y SU IMPORTANCIA PARA EL DESARROLLO
DE LOS ESTUDIANTES DE DÉCIMO GRADO DE UNA I.E DE TULUA VALLE**

Angie Julieth Méndez Córdoba

José Manuel Zapata Fernández

Programa de Psicología, Facultad de Ciencias Sociales, Corporación Universitaria

Minuto de Dios – Buga

NRC 22048: Opción de Grado

Nombre del Docente

Alejandra Montealegre

Noviembre 28, 2022

Tabla de Contenido

Resumen.....	3
Introducción.....	4
Planteamiento del problema.....	6
Pregunta de investigación.....	8
Objetivos.....	9
Justificación.....	10
Estado del arte (revisión de antecedentes).....	13
Marco Teórico y Conceptual.....	19
Metodología.....	26
Población y Muestra	29
Técnicas e instrumentos.....	30
Fases del proceso.....	32
Resultados	35
Discusión.....	45
Conclusiones.....	51
Recomendaciones.....	52
Referencias Bibliográficas.....	53
Anexos.....	58

Resumen

El presente estudio tuvo como finalidad identificar la inteligencia emocional intrapersonal en estudiantes de 15 a 19 años, de una I. E de la ciudad de Tuluá Valle del Cauca, los cuales según informan los docentes vienen presentando alteraciones comportamentales, conductas desafiantes y apatía con los docentes y compañeros de aula, además bajo rendimiento académico. se tomo como muestra poblacional un grupo de 30 estudiantes de grado décimo, tomando como enfoque las tres dimensiones descritas como atención a las emociones, claridad emocional y reparación emocional. Es una investigación de tipo mixta, exploratoria con un diseño no probabilístico. Se trabajó con una muestra no probabilística de 20 estudiantes quienes fueron voluntarios del estudio a los cuales se les aplicó la escala Tmms-24. Adaptación de Fernández-Berrocal, P., Extremera, N. y Ramos, (2004) cuyo fin es: Evaluar la inteligencia emocional intrapersonal (atención a las emociones, claridad emocional y reparación emocional). Para dar cumplimiento a los objetivos propuestos, se realizó una categorización de la información, luego de ello un análisis con cada dato arrojado y se desarrolló una estrategia para aumentar la inteligencia emocional intrapersonal percibida. Además de ello se logró establecer una similitud con los estudiantes de bajo rendimiento que poseían niveles de atención emocional, claridad emocional y reparación emocional con sintomatología ansiosa y depresiva.

Palabras clave: *Inteligencia emocional, Adolescentes, Aprendizaje, emociones, auto concepto, regulación, motivación.*

Introducción

El objetivo principal en esta investigación es identificar la inteligencia emocional intrapersonal en estudiantes de 15 a 19 años del grado 10mo de una I.E de la ciudad de Tuluá Valle del Cauca, de estrato socioeconómico 1 y 2, de composición monoparental, compuesta, extensa, reconstituida y nuclear. Teniendo en cuenta que la inteligencia emocional se considera como un predictor del desarrollo para las conductas adaptativas o desadaptativas, a nivel familiar, social y académico (Carrillo et al, 2020), al igual que la autoestima quien juega un papel muy importante en diversas conductas al interior de las aulas escolares, pues de esta depende el comportamiento y el desarrollo de los adolescentes, es aquí donde se desarrollan las relaciones interpersonales de tipo social. La inteligencia emocional interpersonal está compuesta por 3 ítems: Atención, Claridad y Reparación emocional; La atención es la forma en cómo percibimos las emociones, siendo esta tomada como la forma en que sentimos y expresamos en el lenguaje verbal y no verbal, lo que se puede interpretar como un sentimiento adecuado.

La claridad emocional es una capacidad de comprensión de mis propios estados emocionales y saber distinguir cuándo es momento de tomar una decisión de respuesta emocional ante un evento complicado. La reparación emocional es la destreza de regular las emociones de forma adecuada, cómo, tomando como ejemplo cuando me encuentro triste, cuando se tiende a pensar en lo placentera que es la vida y lo que me hace feliz”. Según Barón y Reina (2019) los sujetos que poseen una atención, claridad y reparación emocional adecuada, presentan mayores habilidades en el procesamiento emocional, por lo que pueden reconocer con mayor facilidad las respuestas emocionales más complejas, otorgándoles mayor sensibilidad.

Por el contrario, según Fernández y Berrocal (2004), cuando los resultados son elevados, o sea que sobrepasan los límites adecuados en cualquiera de los 3 ítems que evalúa o sea 35

puntos en adelante, quiere decir que existe una sintomatología relacionada con la ansiedad y depresión, que pueden ser causadas por el ambiente familiar, el género y los factores, sociales y culturales; pues estos generan un mayor desgaste emocional.

Con ello, las variables de atención, claridad y reparación emocional, son las adecuadas para medir cómo está la inteligencia emocional intrapersonal y así evaluar si es ello lo que está generando los inconvenientes presentados en la institución.

Se abordarán temas referentes a la inteligencia emocional intrapersonal percibida, los teóricos que han aportado a dicha teoría como también la escala Tmms-24 aplicada a los estudiantes participantes de la investigación, sus resultados a partir de las respuestas y las discusiones que dan lugar a interpretaciones sobre lo que sucede en la institución.

Planteamiento del problema

Esta investigación se desarrolla en una Institución educativa de la ciudad de Tulua Valle, con estudiantes de 15 a 19 años de 10mo grado, provenientes de familias de constitución monoparental, extensa, reconstituida, nuclear, de estrato socioeconómico 1 y 2 donde predominan los roles parentales y por lo general es uno de los progenitores quien toma las decisiones del hogar y de la crianza de los hijos. Generando con ello, dificultades en las dinámicas familiares como en la comunicación asertiva y en las habilidades sociales, problemática que ha desencadenado en los estudiantes de la I.E bajo rendimiento académico, agresividad, aislamiento social.

La inteligencia emocional juega un papel importante en el desarrollo social de los niños, niñas, adolescentes y adultos, siendo esta una herramienta para que las personas se desempeñen en el ámbito donde más se relacionan ya sea en el ámbito familiar, el colegio o el trabajo.

Kliewer (1991), refiere que los adolescentes socialmente competentes tienden a tener unas habilidades para entender las normas sociales, para mantener una comunicación asertiva con sus pares; mayores y por lo general, para regular sus emociones, inclinándose más por las emociones negativas, ya que estos en su desarrollo del ciclo vital en la etapa de la infancia tienen poca tolerancia a la frustración. Con dicha declaración, esta investigación puede ser de ayuda para indagar sobre qué está sucediendo con los estudiantes de la institución educativa y qué está pasando a nivel social, al mal manejo de las emociones es una problemática que no es fácil detectarla a simple vista, por consiguiente, la aplicación de algunos instrumentos pueden dar una claridad pertinente para expresar lo que está sucediendo y además en qué factores pueden los maestros intervenir para mejorar las dinámicas sociales que se vienen desarrollando al interior de la institución.

Hay dos conceptos diferentes sobre la inteligencia emocional. Por un lado D. Goleman (1995), ha propuesto que ve la inteligencia emocional diferente del CI y competencias relacionadas con el rendimiento académico. En segunda instancia se tiene a una definición de la inteligencia emocional según Mayer, Caruso y Salovey (2000), como la capacidad de percibir y comprender información emocional.

La inteligencia emocional no solo tiene funciones adaptativas sino también, una función social, según Polit, M.M (2009), en su libro Emociones sentimientos y necesidades, la vida emocional es la que lleva a que los seres humanos se comporten, perciban y actúan de alguna forma en la vida. Enfatiza en que los seres humanos “no sentimos a lo tonto”. La Inteligencia emocional se basa en cómo cada ser humano vive, experimenta y siente sus emociones; añade además que los animales sienten igualmente emociones pero que la única diferencia entre ellos y los seres humanos es que son conscientes de lo que sienten.

En una institución educativa de la ciudad de Tuluá Valle, se ha venido detectando que varios de sus estudiantes han presentado un manejo inadecuado de sus emociones, en el cómo las expresan, las manejan y cómo las reconocen a nivel grupal, institucional, familiar y social, lo que ha generado que los mismos, no estén cumpliendo a cabalidad las tareas designadas, como los trabajos de clase, no prestan suficiente atención y además tienen dificultad para seguir la norma.

En el contexto del cual se está hablando, se observan conductas desadaptativas, desbordamientos emocionales en los estudiantes quienes no poseen valores como el respeto, o la honestidad, la empatía como norma principal para entender por lo que las demás personas están pasando y emociones poco adaptadas a lo que se vive y se expresa día a día en el contexto escolar.

Dichos sucesos, tienden a perjudicar el buen desempeño escolar y con ello factores que influyen en la personalidad además, cabe resaltar que poseer escasas estrategias de afrontamiento emocional repercute de manera negativa en el medio en el cual se desarrollan los adolescentes, tales como lo son las amistades y la familia, teniendo en cuenta que estos factores pueden desencadenar problemas de consumo de SPA cómo una problemática a futuro.

Es importante relacionar la inteligencia emocional intrapersonal percibida con el bajo rendimiento escolar y además con la poca asociación de los jóvenes con sus pares, por ello cabe resaltar que el estudio sobre dicha temática tiende a brindar información que es aún desconocida, con respecto a las falencias de los estudiantes en su entorno.

Por lo tanto, surge la necesidad de trabajar la inteligencia intrapersonal percibida como una herramienta escolar y así conocer una ruta para la expresión de las emociones que día a día conviven en la comunidad.

Al iniciar la búsqueda sobre el marco teórico con respecto a la inteligencia emocional intrapersonal percibida, se encuentra que en la actualidad (tomándose como base los años 2017 a 2022) no se ha encontrado información pertinente o investigaciones que abarquen dicho tema; por lo general se encuentran estudios recientes sólo sobre la inteligencia emocional y lo que ella confiere al usuario, paciente, estudiante o como se denomine según su área de desarrollo, por lo tanto es una investigación de tipo exploratoria.

Pregunta De Investigación

¿Cómo influye la inteligencia emocional intrapersonal en el desarrollo estudiantil de adolescentes de 10mo grado de una I.E de Tuluá?

Objetivos

Objetivo General

- Identificar cómo la inteligencia emocional intrapersonal influye en el desarrollo estudiantil de adolescentes de 10mo grado de una I.E de Tuluá

Objetivos Específicos

- Categorizar la Inteligencia emocional en adolescentes de 10mo grado de una I.E de la ciudad de Tuluá Valle del Cauca
- Analizar los resultados obtenidos del instrumento aplicado (TMMS-24) en función del desarrollo de los estudiantes de 10mo grado.
- Desarrollar una herramienta psicoeducativa sobre inteligencia emocional para ser divulgada posteriormente por la institución educativa.

Justificación

La inteligencia emocional es un proceso que se desarrolla de manera continua y permanente, que pretende potencializar el desarrollo emocional como un complemento indispensable en el desarrollo cognitivo, constituyendo ambos elementos en el constructo de la personalidad. Desarrollando habilidades y conocimientos sobre las emociones. El objetivo de esta investigación es identificar cómo la inteligencia emocional intrapersonal influye en el desarrollo estudiantil de adolescentes de 10mo grado de una I.E de Tuluá, en edades de 15 a 19 años. Tomando como marco de referencia a Fernández, Berrocal et al. (2004) y el instrumento Trait Meta Mood Scale-24 (TMMS-24), que evalúa la atención, claridad y reparación emocional.

Teniendo en cuenta, que las conductas que vienen presentando los adolescentes de 10mo grado, vienen en aumento y que ello ha llevado a varios docentes de verse en la obligación de salir de la institución por múltiples agravios tanto personales como sociales con la población.

Según Cabanas y Sánchez (2012), la inteligencia emocional intrapersonal es definida como la capacidad de conocerse a uno mismo como persona, poseer autocontrol, autoestima, autodisciplina y amor propio. Con respecto a dicha definición, se entiende por inteligencia emocional intrapersonal como el conocimiento de mis sentimientos, emociones, que me permiten la regulación de la conducta propia ante algún estado que la altere.

Al iniciar la búsqueda para definir de forma eficiente y concreta la inteligencia emocional intrapersonal percibida, no se logra encontrar información pertinente en la actualidad (tomándose como base los años 2017 a 2022) o investigaciones que abarquen dicho tema; por lo general se encuentran estudios recientes sólo sobre la inteligencia emocional y lo que ella confiere al usuario, paciente, estudiante o como se denomine según su área de desarrollo.

Los adolescentes tienen que tener una inteligencia emocional adecuada según Fernández, Berrocal et al. (2004) o sea que no sobrepasen los 35 pts, pueden interpretar y entender sus emociones, aceptar las de los demás y logran tener una relación eficaz con sus semejantes teniendo en cuenta que ellos, poseen las destrezas de regular cada una de las emociones y guardarlas para sí mismos.

Según Goleman (1999), los tipos puros o los que cuentan con un total nivel de inteligencia emocional, son equilibrados, sociables, alegres; asumen responsabilidades y alcanzan perspectivas éticas, son solidarios y cuidadosos de sus relaciones. Por lo general, llevan un nivel emocional estable, llevándose bien consigo mismos, con las demás personas y con la sociedad en donde conviven, todo ello se da porque regulan de forma muy acertada la tensión que viven en el día a día y logran expresar sus emociones en el momento justo con total libertad.

Es por esto que una de las razones de trabajar e intervenir la inteligencia emocional es mejorar la manera en cómo las personas se relacionan con su entorno familiar, así como con otras personas permitiendo percibir, entender, y razonar tanto las emociones de uno mismo y de los demás.

La habilidad de afrontar problemas en diferentes escenarios a los que puedan estar expuestos en la cotidianidad desde la niñez, adolescencia y adultez, se genera de gran importancia la toma de decisiones con razonamiento y autocontrol por medio de la sensibilización y orientación para que lo reconozcan con el apoyo psicosocial teniendo diversos tipos de estrategias que logren abarcar todas las necesidades de los adolescentes con los cuales se está trabajando.

La inteligencia emocional es un concepto definido por Mayer (1997), como “una habilidad para percibir, asimilar, comprender y regular las propias emociones y las de los demás,

promoviendo un crecimiento emocional e intelectual. De esta manera se puede usar esta información para guiar nuestra forma de pensar y nuestro comportamiento”, siendo así la regulación del estado de ánimo y la capacidad de manejar la frustración lo que lleva a las personas a controlar los impulsos, siendo este reconocimiento la destreza para asimilar la inteligencia emocional; es acá donde el reconocimiento y el manejo de las emociones permite lograr la autonomía emocional y desarrollar habilidades sociales mejorando la calidad de vida.

Esta investigación contribuye en la búsqueda de resultados de la incidencia de la Inteligencia emocional en aspectos de la vida como el comportamiento, la autoestima y en los Niños, niñas y adolescentes en su desarrollo educativo, es importante aprender a reconocer los signos de una baja inteligencia emocional puesta afecta de manera directa el comportamiento, con patrones negativistas desafiantes.

Estado del Arte (Revisión de antecedentes)

Se ahonda en los campos de la psicología, en trabajos presentados con anterioridad, sitios web en donde se añaden reseñas, revistas científicas, bibliotecas virtuales, bases de datos para lograr la presente investigación, seguido a ello se realizó una revisión de los antecedentes sobre la inteligencia emocional dónde se pudo comprobar que en la actualidad tomando como referencia los años del 2017 hasta la actualidad 2022 no hay autores que se enfoquen en realizar estudios sobre el tema en específico, pero sí se encuentran gran número de investigaciones para trabajos de grado universitarios a nivel local, nacional e internacional que hablan sobre la inteligencia emocional y la importancia en el desarrollo de los seres humanos; De ese mismo modo se realizaron investigaciones sobre inteligencia emocional intrapersonal percibida y con ello se encontró qué, según Salas, Sánchez & Saavedra (2015), señalaron una frase que dice “la mayoría de los problemas no se deben a la falta de capacidad, recursos o conocimiento, sino, a la gestión inadecuada de sus emociones”. (Pp 17-18). Teniendo en cuenta que hay adversidades que pueden presentarse en la cotidianidad y que las mismas no son reguladas de una forma adecuada, es por ello que Salas y Sánchez señalan la importancia de enseñar desde la primera infancia la importancia de las emociones, su expresión y reconocimiento, esto con el fin de que se tenga un reconocimiento y se desarrolle de una manera integral la inteligencia emocional.

Por otro lado un trabajo de grado realizado sobre Inteligencia emocional intrapersonal en la universidad central del Ecuador, facultad de ciencias psicológicas denominado Inteligencia Emocional intrapersonal en estudiantes de Educación Básica Superior de la Unidad Educativa Municipal “Oswaldo Lombeyda” en el año 2018 señala qué; la inteligencia emocional es considerada como una habilidad esencial en la vida y el desarrollo de las personas ya que esta

permite atender y percibir los sentimientos de forma apropiada y precisa ya que el comprenderlos adecuadamente genera destrezas para regular y modificar el estado de ánimo (Goleman 1995).

Según la definición de H. Gardner (1983), la inteligencia emocional intrapersonal es la habilidad para comunicarse eficazmente con uno mismo y para manejar de manera óptima las propias emociones, esta inteligencia se compone de autoconciencia emocional, autorregulación y automotivación.

El objetivo de esta investigación a nivel general es determinar los niveles de inteligencia emocional intrapersonal en los estudiantes de educación básica superior de la unidad educativa municipal Oswaldo Lombeyda y con ella describir el desarrollo de las dimensiones de la inteligencia emocional y determinar la dimensión con mayor fortaleza en la inteligencia emocional intrapersonal percibida, en adolescentes evaluando la edad y el sexo cuyo resultado arrojó que de los 270 estudiantes a los cuales se les aplicó la prueba los que calificaron con una inteligencia emocional intrapersonal baja tienen bajo rendimiento académico, falencias en las relaciones interpersonales y poca atención, que de acuerdo al sexo las mujeres han mostrado poseer mejores habilidades en cuanto a la atención y la claridad emocional.

Terrones (2020) en su estudio llamado la inteligencia emocional en la autoestima de estudiantes de sexto grado de primaria, de la I.E San Gerardo Lima, en el año 2020 cuyo objetivo fue determinar la repercusión de la Inteligencia emocional en la autoestima de los estudiantes, bajo un enfoque cualitativo, con diseño no experimental de tipo básica y con alcance correlacional, la muestra tomada en esta investigación fue un total de 38 estudiantes del 6to grado de primaria a quienes se les aplicaron instrumentos estandarizados como; cuestionario de inteligencia emocional de Baron y el cuestionario sobre autoestima de Remigio, ambos con opciones múltiples de respuesta basados en una escala tipo Likert. Cuyo trabajo pudo

determinar que la inteligencia emocional tiene mucha incidencia en la autoestima ya que el estudiante que logre tener una buena inteligencia emocional podrá tener una autoestima alta, brindando de este modo un mayor bienestar psicológico, otorgando herramientas para la mejora de las habilidades sociales, la autorregulación y el control de impulsos actuando de mejor manera en situaciones que les generen algún tipo de provocación.

En Buenos Aires Argentina, una investigación realizada por Calero, Barreyro y Ricle (2017) dichos investigadores buscaron analizar qué relación existe entre la Inteligencia emocional y las actividades extracurriculares, para llevar a cabo esta investigación realizaron un estudio descriptivo correlacional, con una muestra de 399 adolescentes dónde se evaluó la IE con la escala Tmms-21 de Calero (2013) que evalúa los componentes de la inteligencia emocional como lo son, la atención emocional, claridad y reparación de las emociones y para las actividades extracurriculares un cuestionario sociodemográfico. Demostrando que los jóvenes que salen a practicar actividades extracurriculares adquieren mayores destrezas en cuanto a las habilidades sociales y las relaciones interpersonales, estableciendo con estas actividades mejor comunicación con el entorno y consigo mismos, cómo conclusión se encontró que aquellos adolescentes que realizan actividades extracurriculares al igual que los jóvenes que participan de algún deporte o toman clases de artística tienen mayor claridad de sus emociones, por lo tanto se ha demostrado la relación entre la inteligencia emocional y el rendimiento académico.

En la ciudad de Palmira Valle se realizó un estudio en el año 2020 en la Universidad Pontificia Bolivariana titulado Inteligencia emocional y Bullying: un estudio en población universitaria del suroccidente colombiano, esta investigación estudió la problemática del Bullying en el contexto universitario relacionado con la inteligencia emocional en 46 estudiantes en un rango de edades de 18 a 25 años, la metodología empleada para llevar a cabo esta

investigación fue cuantitativa deductiva, estudio que permitió identificar que el 18% de la población encuestada refirió ser víctima de Bullying, que los agresores se sentían culpables después de las agresiones verbales a sus víctimas y que estos no tienen claridad emocional ya que se les dificulta hablar sobre sus sentimientos, es un estudio en el cual se plantearon tres hipótesis la profundidad del estudio no experimental, transversal no correlacional en el cual se utilizaron los instrumentos para la medición, cuestionario Tmms-24 para medir la inteligencia emocional y el PVL para la medición del Bullying, como resultados se obtuvieron que la relación entre las variables evaluadas no tienen ningún tipo de relación, por el contrario son completamente independientes.

En ese mismo año 2020 otro estudio realizado por la universidad Pontificia Bolivariana en la ciudad de Palmira Valle, titulado Medición de la inteligencia emocional de dos instituciones educativas públicas en dos contextos sociales diferentes, cuyo objetivo principal es realizar un análisis comparativo de la inteligencia emocional (IE) percibida, en un grupo de 198 estudiantes de media vocacional pertenecientes a contextos socioculturales diferentes (zona urbana y rural) estudio que buscó establecer la contribución de la IE de los estudiantes, la metodología aplicada para esta investigación fue de carácter cuantitativa descriptiva, se utilizó la escala TMMS-24 que mide la inteligencia emocional intrapersonal percibida y el programa estadístico SPSS, cuyos resultados no mostraron resultados diferentes entre los dos contextos, ni entre los géneros, dentro de los 3 ítems de la IE (atención, claridad y reparación). Aunque se encontraron diferencias muy significativas en la dimensión de atención emocional siendo esta mayor en los estudiantes de la zona rural y siendo mayor en las mujeres que en los hombres, aunque los puntajes promedios obtenidos por ambas poblaciones son considerados adecuados.

Concluyendo de este modo que el contexto no es un factor que limita totalmente el desarrollo de la IE.

Otro estudio titulado inteligencia emocional percibida y autoconcepto en adolescentes estudiantes de bachillerato realizado en el año 2020 en la ciudad de México con una muestra total de 255 estudiantes en edades entre 15 y 19 años de edad, la inteligencia emocional es un constructo ampliamente estudiado y que a su vez es un predictor del auto concepto en la medida que contribuye a incrementar la calidad de las relaciones interpersonales mejorando con ella las relaciones sociales de los individuos, el objetivo de este estudio es analizar la posible relación de la inteligencia emocional percibida y el auto concepto quienes respondieron a la lista de adjetivos para la evaluación de auto concepto (LAEA) y el cuestionario planteado por Fernández-Berrocal et al. (2004), que evalúa la inteligencia emocional llamado Tmms-24. Se ha realizado un estudio de región, una vez realizado un análisis profundo, demostró que los tres ítems que evalúa dicha cuestionario (Atención, claridad y reparación emocional). Sus resultados fueron positivos en conocimiento de ellos mismos, con ello queda resaltada lo importante que es lograr hacer programas que ayuden para el desarrollo de estrategias con respecto a las emociones que se sienten en la sociedad para que logren contribuir al pleno desarrollo y a la estabilidad de sus adolescentes y que los mismos puedan tener un mejor auto concepto.

En España se realizó en el año 2016, un estudio titulado Inteligencia emocional percibida, disposición al optimismo-pesimismo, satisfacción vital y personalidad de docentes en su formación inicial se tomó una muestra de 355 estudiantes de la universidad de Jaén-España, a quienes se les aplicó la escala TMMS-24, LOT-R, SWLS y NEO-FFI en su versión Española, con una metodología de tipo experimental, en donde se abarcó la información recibida en 3 subcategorías: experimental, asociativa y descriptiva.

Los resultados obtenidos se encontró una variable de género teniendo una puntuación más alta las personas de género masculino que en el femenino, para la forma negativa de ver las cosas se ha determinado que los hombres suelen tener este tipo de pensamientos más frecuentemente, correspondiente a la inteligencia emocional percibida, se encontró información contradictoria a los otros resultados razón por la cual se hace necesario hacer una revisión y una evaluación con una muestra más grande y desde la perspectiva de los diferentes autores.

Por otro lado en Ciudad de Juárez-México, en el año 2019 se realizó una investigación desde la perspectiva humanista específicamente desde la teoría de la Gestalt, la cual tiene como nombre la inteligencia emocional en adolescentes de nivel de secundaria, y que tiene como plus adicional un proceso de psicoterapia humanista, con un diseño metodológico de investigación cuantitativo, cuyo objetivo principal es dar a conocer si un método con técnicas que abarcan el Humanismo y la Gestalt logran tener un impacto positivo en el desarrollo de la inteligencia emocional en dichos adolescentes, la cual será evaluada con el instrumento Trait meta- mood scale-24 (TMMS-24) que se usa para lograr medir la inteligencia emocional percibida, la muestra es definida por conveniencia ya que según Salamanca y Crespo (2007), la muestra escogida es fácil y eficiente ya que los participantes están disponibles para la investigación y quienes fueron elegidos por la misma institución a la cual asisten todos los días, en un rango de edad de 12 a 15 años, estudiantes de secundaria.

Para la investigación se conformó un grupo de 10 participantes 3 de sexo masculino y 4 de sexo femenino, donde se realiza una intervención humanista aplicando teoría de la Gestalt logrando una diferencia significativa en los resultados del antes y después de la evaluación consiguiendo el desarrollo de las competencias de la inteligencia emocional.

Marcos Teórico y Conceptual

Desde la antigüedad ha surgido un interés por estudiar las emociones de las personas. Para Charles Darwin (1872) En su estudio comparativo llamado *The Expression of the Emotions in Man and Animals*, el objetivo inicial de dicho estudio era cuestionar el origen y la función de las expresiones faciales en humanos y animales. Dado dicho estudio, se puede considerar como la obra principal para iniciar un análisis naturalista de las emociones. La conclusión total de este estudio sería que “*Las expresiones emocionales más importantes manifestadas por el hombre son las mismas en todo el mundo*”. (Darwin, C. 1872).

Ahora bien, desde el área de estudio de la psicología, la denominación de la palabra Emoción, obtuvo su importancia a mediados de los años setenta, con el inicio de la corriente encargada de estudiar la parte cognitiva del ser humano y con ello, junto a estudios después realizados por la neurociencia cognitiva sobre las emociones, obtuvo un importante hallazgo de que en el cerebro, se desarrollan redes neuronales que van vinculando los pensamientos con lo que sentimos y con ello, surgiría lo que hoy conocemos como cognición-emoción dando lugar al estudio en campo científico sobre las emociones (Buitrago Bonilla, 2012).

Según Goleman (1995) define las emociones como: “Un impulso que nos lleva a actuar, capacidades de reacción automática con lo que la evolución nos ha dotado” (p.10). Tomando en cuenta esto, Goleman tiende a definir las emociones, pero no ha dejado la importancia que ellas tienen y el vínculo que tienen con la razón, con lo cual, tiende a expresar que además de guardar un vínculo, hay un componente cognitivo que está asociado al procesamiento de datos o información y que su desempeño en el proceso es evaluar lo que está sucediendo en el momento.

Inteligencia emocional

Muchos investigadores suelen dar una definición de la inteligencia emocional donde se aborda la importancia y su predominio en el desarrollo social de las personas. La inteligencia emocional que desde ahora la llamaremos la IE, tiende a ser descrita en sí, como la destreza con la que los seres humanos logran realizar una interacción efectiva además de servir para lograr sobrellevar un sin número de situaciones adversas que se van presentando día a día en el entorno social. Por ello, hoy por hoy el hablar de emociones ha empezado a tener una fuerte importancia en cada ámbito en donde se desempeña el rol como psicólogo, desde lo social comunitario, clínico, organizacional hasta el educativo.

Al ser un factor que determina el comportamiento, las emociones deben ser manejadas y reguladas por la misma persona que las está viviendo, todo esto con el fin de no sufrir un desbordamiento en cuanto a las reacciones que se expresan cuando el ser es sacado de su zona de confort, impidiéndole vivir en sociedad.

Thorndike, E, L (1920), Usó el término de inteligencia social para describir la capacidad que se tiene para motivar y comprender a otras personas.

Poco tiempo después, Wechsler, D (1940), describe que hay una cierta influencia de factores no intelectivos que recaen sobre el comportamiento inteligente y argumentó que cualquier tipo de prueba o test realizados para valorar la inteligencia no estarían completos hasta no definir o describir directamente estos factores.

La primera vez que se usó el término de inteligencia emocional generalmente es atribuido a Wayne Payne, citado en su tesis doctoral Un estudio de las emociones: el desarrollo de la inteligencia emocional (1985). Sin embargo, este término ya había sido usado anteriormente en

textos de Beldoch (1964), y Leuner (1966). Stanley Greenspan también propuso un modelo de inteligencia emocional en 1989, al igual que Peter Salovey y John D. Mayer.

La importancia de la inteligencia emocional no vino a tomar su mayor apogeo sino hasta cuando Goleman, D. (1995) en su obra *Inteligencia Emocional* define que la inteligencia emocional es: Una aptitud que permite a las personas tener relaciones sociales y una forma de vida más positiva, contribuyendo a que la persona pueda adaptarse a un entorno percibiendo, aplicando, comprendiendo y manejando las emociones en sí mismo y en cómo las de las demás personas les afectan; consiguiendo tener una vida plena y satisfactoria.

Si bien es cierto, la inteligencia emocional ayuda a que las personas comprendan lo que las demás sienten, piensan, así como también experimentan un cambio dentro de sí mismos cuando desarrollan habilidades que les permiten reconocer sus emociones en cualquier instante o suceso que la vida le propone en su ámbito social.

Según Gonzáles y López, (2009): La inteligencia emocional es la habilidad para percibir y expresar con exactitud las emociones, tener acceso a las emociones ajenas o generarlas cuando éstas sean productivas para el pensamiento; entender la naturaleza de las emociones, de manera que estemos en capacidad de regularlas con el fin de promover el crecimiento tanto emocional como intelectual (p. 52).

La inteligencia emocional desarrolla la forma en cómo afrontamos el estrés de manera eficiente, promueve la mejoría en el rendimiento académico y el bienestar emocional e, incluso, el éxito profesional. (Wang, Y., Xie, G., Cui, X. (2016)

La inteligencia emocional ha podido ser definida de diversas formas, maneras y cada uno de los investigadores que han dado un sentido a dicha palabra, tienden a darle un significado adaptado a su conocimiento en particular.

Partiendo del modelo propuesto por Goleman (1995), se tiene que la inteligencia emocional está compuesta por 4 componentes principales, los cuales son: Autoconocimiento, Autocontrol, Motivación y Empatía.

Las personas que desarrollan una inteligencia emocional satisfactoria tienden a poder identificar sus emociones, al igual que manejar sus reacciones emocionales logrando identificar la forma adecuada de expresar y sentir dichas emociones, además, pueden desarrollar un autoconcepto al igual que un concepto de los demás y pueden desarrollar empatía y autocontrol.

Posterior a ello, Howard Gardner (2001), explica de forma detallada los tipos de inteligencia múltiple que pueden ser desarrollados por los distintos tipos de personas que, a su vez, tienden a inclinarse más por una que por otra, y éstas son:

1. Inteligencia lingüística:

Habilidad de usar las palabras eficientemente, teniendo una asertividad en la manera en la que el sujeto utiliza el lenguaje, para escuchar, discutir, persuadir, instruir o interpretar la comunicación de manera oral y escrita.

2. Inteligencia lógica- matemática:

Es la capacidad para realizar operaciones matemáticas, computacionales o lógicas, incluye la manera de razonar, secuencias, pensar en términos de causa – efecto, crear hipótesis y probar datos experimentales.

3. Inteligencia musical:

Capacidad para analizar, componer o interpretar música, estas personas poseen cierta sensibilidad y audición para percibir, apreciar y producir ritmos, canciones y melodías.

4. Inteligencia espacial: Capacidad para percibir relaciones espaciales y ordenar los objetos en el espacio, este tipo de inteligencia permite al sujeto orientarse o ubicarse sin ninguna dificultad en el espacio, representarlo mediante una estructura mental, moverse con puntos de referencia internos.

5. Inteligencia corporal- cinestésica: Capacidad para controlar los movimientos corporales y manipular los objetos de manera eficaz, implica capacidad para hacer movimientos corporales que expresen sentimientos y voluntades, así como la habilidad para manejar objetos con destreza desarrollando la coordinación óculo-manual.

6. Inteligencia naturalista:

Es la capacidad para observar, identificar y clasificar las numerosas especies que existen en la naturaleza, puede conocer la flora y fauna y utilizar sus habilidades en el conocimiento de las ciencias biológicas y conservación de la naturaleza o medio ambiente.

7. Inteligencia interpersonal:

Capacidad para relacionarse de manera eficaz con otras personas y comprender los estados de ánimo y las motivaciones de los demás. Se manifiesta en personas que demuestran cierta habilidad para percibir, escuchar, comprender y responder al estado de ánimo, temperamento, motivación e intención y deseo de las demás personas con cualidades empáticas que les permite ponerse en el lugar de la otra persona.

8. Inteligencia intrapersonal:

Daniel Goleman (2008), define a la inteligencia intrapersonal como la capacidad de sentir, entender, controlar y modificar los estados anímicos propios y ajenos. Las habilidades que se desprenden de la inteligencia intrapersonal son: a. La autoconciencia, b. El control emocional y la capacidad de motivarse y motivar a los demás.

Inteligencia emocional intrapersonal

La inteligencia emocional intrapersonal es la habilidad que tiene una persona y con la misma logra entenderse a sí mismo, además de ello, le permite también analizar los sentimientos, miedos o fobias y lo que le motiva día a día; puede desarrollar una autorregulación para manejar de forma eficaz las emociones principales que se van sintiendo con el pasar de los años.

Correspondiente con la información anteriormente presentada, se encuentran las 3 categorías que hacen parte para presentar una inteligencia emocional intrapersonal percibida definidas por Fernández-Berrocal et al. (2004) en su escala Tmms-24.

Reparación Emocional:

Según Lopes, Salovey, Coté y Beers (2005), articulan que la reparación emocional es una destreza para interiorizar la experiencia que se ha vivido luego de pasar por una emoción con la única meta que es lograr un estado emocional deseado por quien los siente. Desde una perspectiva funcionalista las emociones tienen una función reguladora de la conducta (Charland, 2011). Las emociones se regulan con el único fin de lograr metas y ser aceptados socialmente, este transcurso se puede dar de forma automática o impulsados por la misma persona y son llevados para realizar un cambio en las emociones propias según lo requiera por el entorno en el cual se está desempeñando o el contexto social dado.

Atención Emocional:

Es denotado como la consideración que se dan a las emociones propias, así mismo como la destreza para reconocer las emociones que sentimos y entender lo que nos quieren decir. La atención emocional es importante ya que es el primer requisito para el buen manejo emocional. Las emociones se definen mediante respuestas fisiológicas, conductuales y cognitivas ante un estímulo generador, por lo que la persona debe ser capaz de percibir de manera adecuada los cambios a nivel físico, de pensamiento y conducta, para modular y organizar sus acciones.

Claridad Emocional:

Es la facultad para conocer y comprender las emociones, sabiendo distinguir entre ellas, entendiendo cómo evolucionan e integrándose en los pensamientos. (Fernández-Berrocal P. E., 2004).

Aunque si bien es cierto, no se puede dejar de lado las etapas del ciclo vital por la cual pasan estos jóvenes, según la teoría de Kohlberg (2007), refiere que en las edades desde los 12 años a los 18 años predomina la ley y el orden, que los lleva a actuar por la norma en sí. Sin embargo, en esta etapa del ciclo vital (la adolescencia), los jóvenes buscan cada vez más la independencia y autonomía, aspecto que se puede ver reflejado por ideas y comportamiento rebeldes.

Metodología

Tipo De Investigación y Enfoque

Se tiene por lo tanto, un tipo de investigación cualitativa; porque logra dar una mejor interpretación a la información que se es recolectada, dispersión, riqueza interpretativa, contextualización del ambiente o entorno, detalles y experiencias únicas. Asimismo, aporta un punto de vista “fresco, natural y holístico” de los fenómenos, así como flexibilidad. Como enfoque, se tiene que será de alcance exploratorio.

Según Sampieri, H (2018), los estudios que tienen como enfoque exploratorio, solo se logran presentar cuando el estudio a realizar ha sido poco estudiado.

La inteligencia emocional ha sido en su gran mayoría de veces estudiada pero pocos autores han puesto su mirada en la inteligencia emocional intrapersonal percibida, ya que no se poseen muchos datos de estudios que se hayan realizado correspondientes a dicho tema.

Según Sampieri, H (2018), los estudios que son de tipo exploratorio tienden a asemejarse como un vuelo a un lugar desconocido, siendo este inexplorado porque no se han tenido referentes o investigaciones que abarquen lo que significa, es como leer un libro sin antes haber leído su introducción.

La investigación mixta es la mejor herramienta para lograr legitimar o confirmar la información que es obtenida mediante estudios.

Para realizar dicho proceso que nos ayude a realizar un análisis de la información recogida, es necesario abrir 3 tipos de variables o categorías de análisis para representar la información de forma más orgánica las cuales son:

Variables o Categorías de Análisis

Atención emocional: Se refiere a la conciencia que se tiene de nuestras emociones, es la capacidad de reconocer nuestros sentimientos y saber lo que significan. En la escala utilizada, evalúa las preguntas que van desde el número 1 hasta el 8 (Fernández-Berrocal P., 2004).

Figura 1.

Preguntas sobre atención emocional.

		Nada de acuerdo	Algo de acuerdo	Bastante de acuerdo	Muy de acuerdo	Totalmente de acuerdo
1	Presto mucha atención a los sentimientos.	1	2	3	4	5
2	Normalmente me preocupo mucho por lo que siento.	1	2	3	4	5
3	Normalmente dedico tiempo a pensar en mis emociones.	1	2	3	4	5
4	Pienso que merece la pena prestar atención a mis emociones y estado de ánimo.	1	2	3	4	5
5	Dejo que mis sentimientos afecten a mis pensamientos.	1	2	3	4	5
6	Pienso en mi estado de ánimo constantemente.	1	2	3	4	5
7	A menudo pienso en mis sentimientos.	1	2	3	4	5
8	Presto mucha atención a cómo me siento.	1	2	3	4	5

Figura 1. Preguntas sobre atención emocional en la escala Tmms-24. Adaptada por Fernández-Berrocal et al. (2004).

Claridad emocional: Es la facultad para conocer y comprender las emociones, sabiendo distinguir entre ellas, entendiendo cómo evolucionan e integrándose en los pensamientos.

(Fernández-Berrocal P., 2004). En la escala utilizada, comprende las preguntas que van desde el número 9 hasta la 16.

Figura 2.*Preguntas sobre claridad emocional.*

9	Tengo claros mis sentimientos.	1	2	3	4	5
10	Frecuentemente puedo definir mis sentimientos.	1	2	3	4	5
11	Casi siempre sé cómo me siento.	1	2	3	4	5
12	Normalmente conozco mis sentimientos sobre las personas.	1	2	3	4	5
13	A menudo me doy cuenta de mis sentimientos en diferentes situaciones.	1	2	3	4	5
14	Siempre puedo decir cómo me siento.	1	2	3	4	5
15	A veces puedo decir cuáles son mis emociones.	1	2	3	4	5
16	Puedo llegar a comprender mis sentimientos.	1	2	3	4	5

Figura 2. Preguntas sobre claridad emocional en la escala Tmms-24. Adaptada por Fernández-Berrocal et al. (2004).

Reparación emocional: Según Lopes, Salovey, Coté y Beers (2005), articulan que la reparación emocional es una destreza para interiorizar la experiencia que se ha vivido luego de pasar por una emoción con la única meta que es lograr un estado emocional deseado por quien los siente. En la escala utilizada, comprende las preguntas que van desde el número 17 hasta el 24.

Figura 3.

Preguntas sobre reparación emocional.

17	Aunque a veces me siento triste, suelo tener una visión optimista.	1	2	3	4	5
18	Aunque me sienta mal, procuro pensar en cosas agradables.	1	2	3	4	5
19	Cuando estoy triste, pienso en todos los placeres de la vida.	1	2	3	4	5
20	Intento tener pensamientos positivos aunque me sienta mal.	1	2	3	4	5
21	Si doy demasiadas vueltas a las cosas, complicándolas, trato de calmarme.	1	2	3	4	5
22	Me esfuerzo por tener un buen estado de ánimo.	1	2	3	4	5
23	Tengo mucha energía cuando me siento feliz.	1	2	3	4	5
24	Cuando estoy enfadado intento que se me pase.	1	2	3	4	5

Figura 3. Preguntas sobre reparación emocional en la escala Tmms-24. Adaptada por Fernández-Berrocal et al. (2004).

Población y Muestra

Como población se ha tomado un grupo de 30 jóvenes provenientes de la ciudad de Tuluá Valle del Cauca, de estrato socioeconómico 1 y 2, en edades entre los 15 y 19 años, inscritos a un plantel educativo público de la misma ciudad, en donde actualmente están cursando el grado 10mo.

Se ha seleccionado una muestra de 20 estudiantes los cuales han sido seleccionados de forma no probabilística que busca seleccionar a los participantes sin que pretenda que los estudiantes sean estadísticamente representativos.

Dichos estudiantes participantes de la prueba realizada, fueron voluntarios para realizar la escala que permite evaluar su inteligencia emocional intrapersonal.

Técnicas e Instrumentos de Recolección de Información

Instrumentos

Se ha empleado un instrumento en este estudio.

El instrumento empleado es el Trait Meta Mood Scale-24 (TMMS-24), elaborado por Fernández, Berrocal et al. (2004), el cual es una adaptación del Trait Meta-Mood Scale (TMMS-48), elaborado por Salovey et al (1995), que posee como finalidad la evaluación de la inteligencia emocional percibida por el propio sujeto. Es una escala que permite evaluar la percepción de sí mismo con respecto a la inteligencia emocional intrapersonal percibida, la cual, está conformada por un total de 24 ítems que sustentan las 3 categorías de la inteligencia emocional abarcadas por un modelo descrito por Salovey y Mayer (1990), las cuales son: percepción, comprensión y regulación de las emociones. Posee ocho ítems que evalúan cada una de esas dimensiones (Rey & Extremera, 2012; Rueda & Lopez 2014) mediante una escala tipo Likert en donde su puntuación más alta es de cinco puntos, siendo así, que el valor 1 significa nada de acuerdo y para el puntaje 5 totalmente de acuerdo con cada una de las afirmaciones que en ella están planteadas. (Rey & Extremera, 2012).

Los ítems de la prueba aplicada están distribuidos de la siguiente forma: Las 8 primeras preguntas comprenden la percepción emocional, de la pregunta 9 a la 16 comprende la comprensión emocional y, por último, de la pregunta 17 a la 24 se evalúa la regulación emocional. En la actualidad, el TMMS-24 ha venido siendo usado en diferentes contextos por su empleabilidad y estudio de la inteligencia emocional.

Se ha implementado la escala tipo Likert en un formulario de google el cual ha sido adaptado para que los estudiantes puedan tener acceso a él fácilmente y puedan desarrollar la escala sin ningún tipo de inconveniente.

Dentro de la escala adaptada al formulario de google, tenemos las siguientes variables que son evaluadas:

→ **Atención emocional:** Se refiere a la percepción de las propias emociones, es decir, a la capacidad para sentir y expresar las emociones de forma adecuada. Está compuesta por ocho ítems (por ejemplo: “Yo presto mucha atención a los sentimientos”); el coeficiente de fiabilidad, alfa de Cronbach, encontrado por Fernández-Berrocal et al. (2004) fue de .90. En el presente estudio el coeficiente de fiabilidad encontrado fue de .89.

→ **Claridad emocional:** Esta dimensión evalúa la percepción que se tiene sobre la comprensión de los propios estados emocionales. Incluye ocho ítems (por ejemplo: “Puedo llegar a comprender mis sentimientos”); el coeficiente de fiabilidad encontrado por los autores es de .90. En este estudio se encontró un alfa de Cronbach de .89.

→ **Reparación emocional:** Mide la capacidad percibida para regular los propios estados emocionales de forma correcta. Se compone de ocho ítems (por ejemplo: “Cuando estoy triste, pienso en todos los placeres de la vida”).

Técnica de análisis de resultados

Fases del proceso

Fase 1 Se ha realizado en un formulario de google un consentimiento informado firmado por parte de los representantes legales de cada uno de los estudiantes intervenidos, padres, madres, abuelos (que estén a cargo) el cual se debe de llenar en la menor brevedad posible para poder realizar la prueba.

El cuestionario ha sido creado en la plataforma Google Forms siendo de mayor facilidad la aplicabilidad del mismo. El tiempo estimado para la realización de la encuesta es de 5 minutos por estudiante, aunque se les permitió desarrollar todo el cuestionario con un máximo de 10 minutos por encuesta.

Fase 2 Se les ha facilitado un enlace al cual pueden acceder a la información del cuestionario y posterior a ello, proceder a desarrollarlo para así iniciar con la adquisición de información con las respuestas dadas.

Fase 3 Se debe de valorar el tipo de respuestas que han sido generadas por la encuesta, teniendo en cuenta que las preguntas están divididas de las siguientes formas:

1. **Atención emocional:** Que comprende las preguntas del 1 al 8, específicamente:
 - Presto mucha atención a los sentimientos.
 - Normalmente me preocupo mucho por lo que siento.
 - Normalmente dedico tiempo a pensar en mis emociones.
 - Pienso que merece la pena prestar atención a mis emociones y estado de ánimo.
 - Dejo que mis sentimientos afecten a mis pensamientos.

- Pienso en mi estado de ánimo constantemente.
- A menudo pienso en mis sentimientos.
- Presto mucha atención a cómo me siento.

2. Claridad emocional: Que comprende las preguntas desde la 9 a la 16:

- Tengo claros mis sentimientos.
- Frecuentemente puedo definir mis sentimientos.
- Casi siempre sé cómo me siento.
- Normalmente conozco mis sentimientos sobre las personas.
- A menudo me doy cuenta de mis sentimientos en diferentes

situaciones.

- Siempre puedo decir cómo me siento.
- A veces puedo decir cuáles son mis emociones.
- Puedo llegar a comprender mis sentimientos.

3. Reparación emocional: Que comprende las preguntas desde la 17 a la 24:

- Aunque a veces me siento triste, suelo tener una visión optimista.
- Aunque me sienta mal, procuro pensar en cosas agradables.
- Cuando estoy triste, pienso en todos los placeres de la vida.
- Intento tener pensamientos positivos, aunque me sienta mal.
- Si doy demasiadas vueltas a las cosas, complicándolas, trato de

calmarme.

- Me esfuerzo por tener un buen estado de ánimo.
- Tengo mucha energía cuando me siento feliz.
- Cuando estoy enfadado intento que se me pase.

Fase 4: Se descargan las respuestas arrojadas por el formulario de google y se inicia a su interpretación mediante la tabla brindada para ello, adaptada por Fernández-Berrocal et al. (2004).

Figura 4.

Tabla de calificación por género de la escala Tmms-24.

ATENCIÓN A LOS SENTIMIENTOS	HOMBRE	MUJER
	Debe mejorar su atención: presta poca atención < 21	Debe mejorar su atención: presta poca atención < 24
	Adecuada atención 22 a 32	Adecuada percepción 25 a 35
	Debe mejorar su atención: presta demasiada atención >33	Debe mejorar su atención: presta demasiada atención >36
CLARIDAD EMOCIONAL	HOMBRE	MUJER
	Debe mejorar su claridad emocional < 25	Debe mejorar su claridad emocional < 23
	Adecuada claridad emocional 26 a 35	Adecuada claridad emocional 24 a 34
	Excelente claridad emocional >36	Excelente claridad emocional >35
REPARACIÓN DE LAS EMOCIONES	HOMBRE	MUJER
	Debe mejorar su reparación de las emociones < 23	Debe mejorar su reparación de las emociones < 23
	Adecuada reparación de las emociones 24 a 35	Adecuada reparación de las emociones 24 a 34
	Excelente reparación de las emociones >36	Excelente reparación de las emociones >35

Figura 4. Calificación escala por género de la escala Tmms-24. Adaptada por Fernández-Berrocal et al. (2004).

Como fase número 5, luego de dados los resultados arrojados por dicha escala, se inicia con la discusión y sus conclusiones previstas.

Resultados

De la población de 30 alumnos, se ha tomado una muestra de 20 alumnos, los cuales han dado como resultados los siguientes datos.

En el gráfico número 1, se ha encontrado que la muestra se encuentra distribuida de la siguiente forma por género:

Figura 5.

Géneros que respondieron la encuesta.

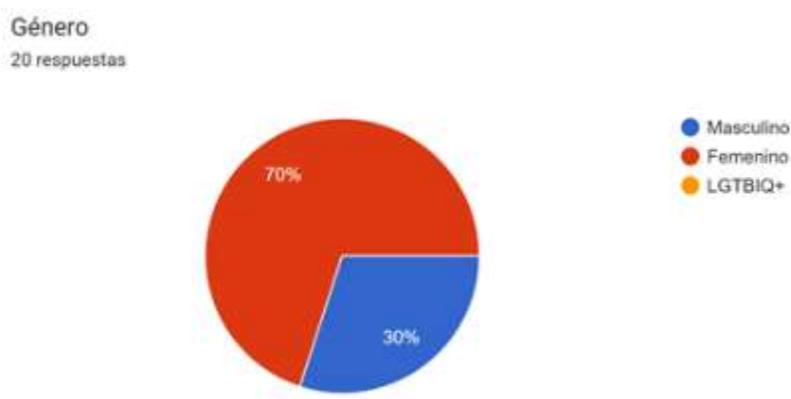


Figura 5. Este gráfico muestra los géneros que han dado respuesta a la escala Tmms-24 aplicada a los estudiantes de la Institución Educativa de Tuluá. Elaboración propia (2022).

En donde el 30% es representado por el género masculino y el 70% representado por el género femenino, en dicha aula de clases.

Las edades, tienden a variar en la muestra, puesto que se han encontrado estudiantes con edades que van desde los 15 años y finalizando con uno de 19 años, categorizados por edades de forma siguiente:

Figura 6.

Edades de los estudiantes que dieron respuesta a la encuesta realizada.

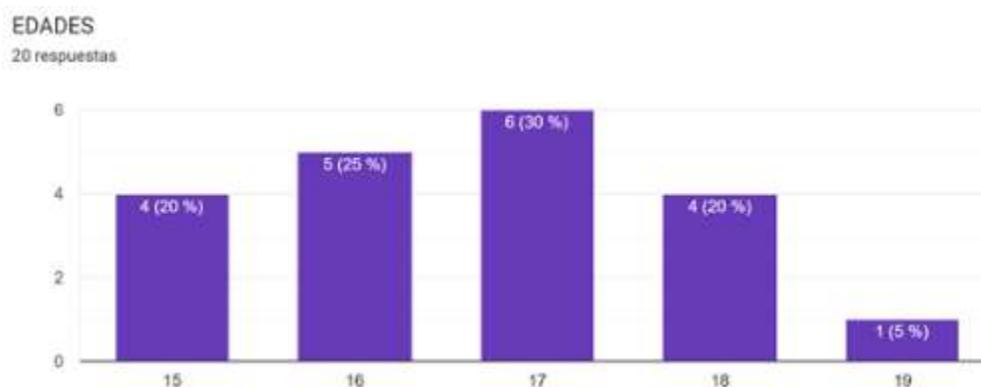


Figura 6. Donde se representan las edades de los estudiantes que dieron respuesta a la escala aplicada. Elaboración propia (2022).

Como se aprecia en la gráfica, las edades están distribuidas de la siguiente forma: con un total del 20% para la edad de 15 años que equivale 4 estudiantes de la muestra, 25% para la edad de 16 años que equivale a 5 estudiantes, 30% para la edad de 17 años que equivale a 6 estudiantes, 20% para la edad de 18 años que equivale a 4 estudiantes y 5% para la edad de 19 años que equivale a 1 estudiante para un total de 20 estudiantes evaluados.

Inicialmente, se tomarán los resultados obtenidos de los estudiantes de 15 años de la institución educativa de Tuluá, como información se tiene que:

En la atención emocional, se presentan las siguientes respuestas:

Figura 7.

Atención emocional en estudiantes de 15 años.



Figura 7. Donde se representa la atención emocional de los estudiantes de 15 años de la I.E de Tuluá. Elaboración propia (2022).

Seguido a ello se evalúa la claridad emocional de los estudiantes de 15 años obteniendo los siguientes resultados:

Figura 8.

Claridad emocional en estudiantes de 15 años.

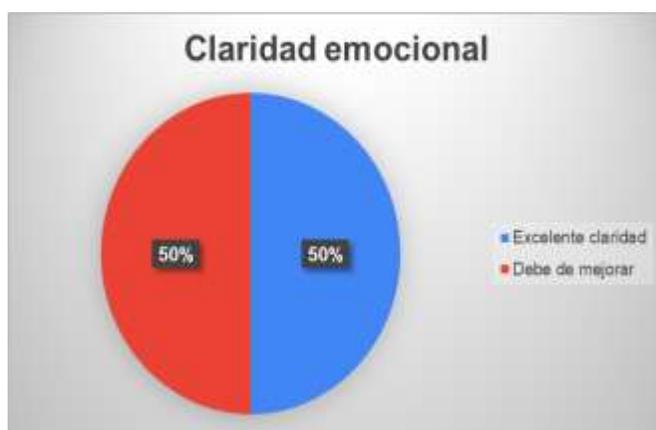


Figura 8. Donde se representa la claridad emocional. Elaboración propia (2022).

Por último se tienen los resultados de Reparación emocional de los estudiantes de 15 años de la siguiente forma:

Figura 9.

Reparación emocional en estudiantes de 15 años.



Figura 9. Donde se representa la claridad emocional. Elaboración propia (2022).

En los estudiantes de 16 años, se tiene que la atención emocional se presenta con un 60% adecuada y con un 40% que deben de mejorar su atención emocional, esto indica que dentro de la muestra tomada, hay una cierta incidencia en prestar atención aunque muchos de ellos, debe de mejorarla para que haya una mejor atención emocional y así se pueda generar empatía con sus pares.

Figura 10.

Atención emocional en estudiantes de 16 años.

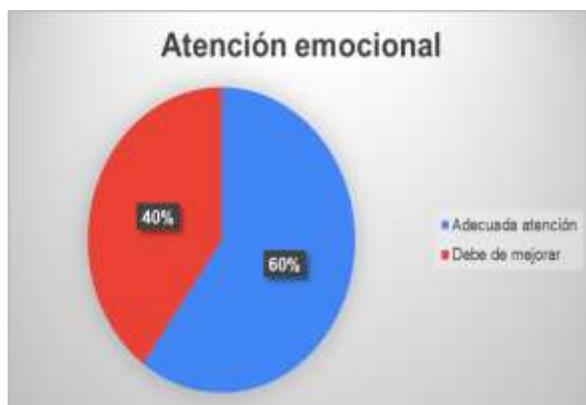


Figura 10. Donde se representa la atención emocional de los estudiantes de 16 años de la I.E de Tuluá. Elaboración propia (2022).

Con respecto a la claridad emocional, se han dado los siguientes resultados:

Figura 11.

Claridad emocional en estudiantes de 16 años.



Figura 11. Donde se representa la claridad emocional de los estudiantes de 16 años de la I.E de Tuluá. Elaboración propia (2022).

Y respecto a la reparación emocional, se tiene que:

Figura 12.

Reparación emocional en estudiantes de 16 años.



Figura 12. Donde se representa la reparación emocional de los estudiantes de 16 años de la I.E de Tuluá. Elaboración propia (2022).

Los estudiantes con edades de 17 años, registraron la siguiente información en el formulario Tmms-24, y está distribuido así:

En atención emocional, se obtuvo los siguientes datos:

Figura 13.

Atención emocional en estudiantes de 17 años.



Figura 13. Donde se representa la atención emocional de los estudiantes de 17 años de la I.E de Tuluá. Elaboración propia (2022).

Las respuestas dadas por la claridad emocional en esta muestra que abarca los estudiantes de 17 años de 10mo grado, arrojó los siguientes resultados:

Figura 14.

Claridad emocional en estudiantes de 17 años.



Figura 14. Donde se representa la claridad emocional de los estudiantes de 17 años de la I.E de Tuluá. Elaboración propia (2022).

Y por último tenemos la reparación emocional representada de la siguiente forma:

Figura 15.

Reparación emocional en estudiantes de 17 años.



Figura 15. Donde se representa la reparación emocional de los estudiantes de 17 años de la I.E de Tuluá. Elaboración propia (2022).

A continuación, se presentarán los resultados obtenidos de las encuestas de los estudiantes de 18 años del grado 10mo de la institución educativa.

La atención emocional está distribuida de la siguiente forma:

Figura 16.

Atención emocional en estudiantes de 18 años.



Figura 16. Donde se representa la atención emocional de los estudiantes de 18 años de la I.E de Tuluá. Elaboración propia (2022).

En la claridad emocional se obtuvieron los siguientes resultados:

Figura 17.

Claridad emocional en estudiantes de 18 años.



Figura 17. Donde se representa la claridad emocional de los estudiantes de 18 años de la I.E de Tuluá. Elaboración propia (2022).

Y por último, se presentan los resultados obtenidos correspondientes a reparación emocional:

Figura 18.

Reparación emocional en estudiantes de 18 años.



Figura 18. Donde se representa la reparación emocional de los estudiantes de 18 años de la I.E de Tuluá. Elaboración propia (2022).

Y con el estudiante número 20 de nuestra muestra poblacional, tenemos que:

El estudiante presenta una adecuada atención emocional, pero a su vez, la claridad emocional y la reparación presentan alteraciones siendo estas bajas según el ítem usado dando los siguientes resultados:

Figura 19.

Inteligencia emocional en estudiante de 19 años.



Figura 19. Donde se representa la inteligencia emocional en estudiante de 19 años de grado 10mo. Elaboración propia (2022).

Discusión

Inicialmente, Howard Gardner (1983), introduce su teoría de las inteligencias múltiples, en la cual, propone dos temas importantes, como lo son la inteligencia intrapersonal y la inteligencia interpersonal. En sus estudios, abarca 8 tipos de inteligencias posibles pero se enfatizará en sus dos definiciones con respecto a la inteligencia emocional intrapersonal e interpersonal.

Daniel Goleman (1996), En su *Libro Inteligencia Emocional* en donde abarca lo referente a la inteligencia emocional y es desde allí, en donde las emociones tienden a cobrar fuerza como un término que debe de ser estudiado a fondo para poder comprender el cómo las emociones actúan en el ser humano y su importante relación con las decisiones que se toman, además de la forma en cómo se desarrollan en el cerebro humano dependiendo de lo que se esté sintiendo de momento.

Partiendo de lo anterior, este estudio se ha basado sobre La inteligencia emocional y su importancia para el desarrollo de los adolescentes, cuyo estudio evalúa la inteligencia emocional intrapersonal percibida de los estudiantes de un plantel educativo de Tuluá Valle. La metodología implementada ha sido seleccionada para que la investigación sea mixta, al manejar variables estadísticas y además de manejar variables según la experiencia de los estudiantes a quienes les ha sido aplicada la prueba, como también, el estudio será netamente exploratorio al no hallar investigaciones que hayan sido desarrolladas en los últimos años. Como instrumentos trabajados, se ha usado la Escala de Rasgos de Meta-conocimientos Emocionales (TMMS– 24) con el fin de evaluar la inteligencia emocional intrapersonal percibida de cada uno de los

estudiantes del grado 10mo de dicha institución y además para conocer si el manejo emocional está afectando el rendimiento escolar de los estudiantes.

Inicialmente se analizarán los resultados obtenidos con la escala aplicada, además de las categorías evaluadas en la misma y la inteligencia emocional intrapersonal de los estudiantes y si dicha información está relacionada directamente con el rendimiento académico.

La inteligencia intrapersonal es una habilidad con la cual se obtienen capacidades para lograr el autoconocimiento y así, poder adaptarse a las emociones que se vienen sintiendo en ese momento a partir de ese conocimiento.

Conocer sus estados de ánimo, las cosas que los motivan, su forma de actuar, su personalidad y sus deseos, hacen que los estudiantes adquieran habilidades para lograr manejar cada estado emocional por el cual pasan y además de desarrollar una capacidad para regular, así mismo como la autodisciplina, la autoestima y la autocomprensión. Los adolescentes que logran una inteligencia emocional constante, logran una independencia eficaz, tienden a tener metas fijas, reflexionan acerca de su vida y planifican todo lo que va a suceder con ella, aunque si bien es cierto, para que todo esto se cumpla, deben de contar con su espacio para poder pasar tiempo a solas y tener un ritmo de aprendizaje sin sentirse presionados. Goleman, (1995).

Según Extremera y Fernández-Berrocal (2006), expresan que las personas que tienen un nivel de inteligencia emocional bajo, por lo regular presentan inconvenientes sociales, personales y con cualquier tipo de persona que se le acerque, además de una dificultad excesiva para lograr una adaptación eficaz en un contexto social determinado y además poseen problemas de seguir la norma correctamente.

Es tanto el grado de afectación que genera la falta de inteligencia emocional, que algunas investigaciones apuntan y afirman que una de las características principales que presentan este tipo de personas es que son ansiosas, presentan depresión y en la mayoría de los casos tratados, son bastantes conflictivos.

Hay que tener presente que una alteraciones en los estados emocionales de cualquier persona tienden a atentar directamente la vida de la misma, en cuestión de sus comportamientos, pensamientos y la forma en cómo van a actuar dentro de una sociedad, además de una mejorar o empeorar su estado de salud físico y mental.

Los resultados obtenidos a través del presente estudio, que evalúan los tres factores de la inteligencia emocional intrapersonal percibida propuestos por Mayer y Salovey (1997), los cuales son: atención, claridad y reparación emocional contribuyen de manera significativa en el aprendizaje autónomo del ser, así como en la construcción del autoconcepto.

Los adolescentes prestan particular atención a las emociones que su autoconcepto les provoca (Calero et al, 2018). Es por ello que, en la evaluación de la atención emocional, los resultados obtenidos mediante la escala, no son muy favorables, ya que el 20% presenta atención emocional alta, tener altos niveles de atención emocional se asocia a mayores niveles de ansiedad, este resultado se asocia también en los perfiles de género, siendo las mujeres las más propensas a experimentar los niveles más altos de ansiedad, debido a los cambios hormonales, la cultura, el poder, el estatus desigual (Tomás-Sábado y Fernández-Castro, 2006).

Posterior a ello, el 50% de la muestra evaluada presenta una atención emocional adecuada, lo que a ello confiere que, logran tener una sintonía con su propio mundo afectivo y el de las demás personas, además, saben comprender lo que quieren comunicar las emociones

propias y las ajenas, una adecuada atención emocional se correlaciona con una mayor tendencia a suprimir pensamientos negativos y con mayor realización personal (Durán, A., Extremera, N. y Rey, L, 2001).

Por último, tenemos que el 30% de los evaluados posee una atención baja, lo que se puede asociar con la apatía, cuya característica principal es la falta de emoción, motivación y entusiasmo (Fernández-Berrocal, Extremera y Ramos, 2004).

Con respecto a la claridad emocional tenemos que tan solo 3 estudiantes obtuvieron un puntaje alto y que ello representa el 15% de la muestra total, 9 estudiantes representan una claridad baja con el 45% de la muestra y 8 estudiantes con una adecuada claridad emocional siendo el 40% de dicha muestra. Según Extremera y Fernández-Berrocal (2006) Los resultados en donde las puntuaciones de las muestras son altas y bajas en la claridad emocional están ligadas con altas puntuaciones en el rol físico-ausencia de limitaciones en las actividades cotidianas debido a problemas físicos, funcionamiento social, salud mental, con respecto a la vitalidad sugiere que se presentan altos niveles de energía y percepción de salud, buena salud personal y adecuadas expectativas de cambio respecto a la propia salud. Por tanto, las tres dimensiones que componen el instrumento poseen carácter predictivo sobre diferentes áreas que se relacionan con la salud física, social y mental.

Tomando en cuenta la reparación emocional, tenemos que el 50% de la muestra tiene baja reparación emocional, el 45% adecuada reparación y tan solo el 5% alta reparación emocional. Según Extremera y Fernández-Berrocal (2006), Los resultados en donde las puntuaciones de las muestras son bajas en la reparación de las emociones tiende a tener una afectación en la salud mental, además de relacionarse con la salud física, quiere decir que si en la

reparación emocional los resultados son bajos o sobrepasan los índices, la persona quien lo padece puede presentar alteraciones en su estado de salud mental o físico.

Los datos anteriormente obtenidos, tienen concordancia según Hernandez (2016), quien expresa en sus investigaciones que la mayoría de adolescentes tienden a presentar problemáticas emocionales y conductas desadaptativas por diferentes factores que influyen sobre ellos, siendo la adolescencia entendida como una de las etapas más complejas y la cual da paso hacia la vida adulta, tiene una característica esencial que es el cambio en la parte emocional de los adolescentes, lo que puede generar inconvenientes de autoestima como también la aparición de ansiedad ante determinadas situaciones que les sea difícil tratar o llevar con una buena reparación emocional. Los estudios anteriores dicen que dicha problemática se ve reflejada en el rendimiento educativo y en la convivencia, siendo de vital importancia el papel que juega la familia y las redes de apoyo de los adolescentes para afrontar estas situaciones y para la adquisición de estrategias que ayuden a prevenir estos sucesos.

Retomando lo anteriormente dicho, según lo expresan los Navor, Guadarrama, López, & Mendoza (2017), sugieren que hay una gran relevancia de problemas emocionales y de la forma en cómo actúan bajo ciertas circunstancias en una muestra que abarca los adolescentes y además de referir que en el caso de las mujeres, hay sin duda alguna un mayor riesgo de presentar estas dificultades que los hombres, lo que confiere que, en claridad emocional y reparación emocional, por lo general tienen puntajes muy altos y muy bajos y que pocas veces se presentan niveles normalmente establecidos.

El objetivo principal de esta investigación era identificar la inteligencia emocional intrapersonal percibida de estudiantes de 15 a 19 años de una institución educativa de Tuluá

Valle, en donde una vez se ha culminado el estudio, la aplicación de instrumentos, la categorización de dicha información, se tiene presente que según resultados, los estudiantes que presentan un bajo rendimiento académico puede darse por diferentes motivos, pero uno de ellos sin lugar a dudas es la falta de inteligencia emocional intrapersonal, la forma en cómo los estudiantes se perciben a ellos mismos y la forma en cómo están regulando sus emociones para evitar los desbordamientos que se han venido presentando dentro del aula de clases.

El aprendizaje de nuevas formas para obtener inteligencia emocional, cada día se hace más importante para el pleno desarrollo de los seres humanos desde su niñez, pues esto a su vez, garantiza que niños, niñas, adolescentes, en su etapa escolar, sepan cómo manejar sus emociones y cómo regular cada una de ellas ante alguna situación adversa que se presente, además de la obtención de empatía para lograr que dichos actores, se pongan en el lugar de los demás y así establezcan una relación que les permita ayudar a las demás personas cuando más lo necesiten y además de ello que logren saber cuál es el momento adecuado para bromear, estar en estado sereno o serio y qué momento requiere para cada uno de este tipo de emociones que por lo general abarcan desde la niñez hasta la vejez.

Con el objetivo específico número 3, se ha realizado una herramienta psicoeducativa para que la institución educativa la replique en cada una de las intervenciones que crean pertinentes, la cual, está añadida a los anexos para su revisión y divulgación.

Conclusiones

La adolescencia es la etapa dónde se busca obtener calma y equilibrio, predominando en ella los sentimientos de seguridad y afirmación positiva de sí mismo. Además, hay mayor conciencia de los estados emocionales (Griffa y Moreno, 2005). Por otro lado, el interés para adquirir conocimientos está influenciado por sus emociones, pues una persona con baja inteligencia emocional no logra asimilar del mismo modo la información y esto interfiere en su proceso de aprendizaje.

Teniendo en cuenta estos aspectos es importante conocer la relación que existe entre la inteligencia emocional y el rendimiento en el aula escolar y cómo esta influye en el relacionamiento con el medio donde se desarrolla. Otro factor importante es cómo la inteligencia emocional pone en juego la empatía a la hora de relacionarse con los demás y cómo permite a los individuos en general tener una buena autorregulación y capacidad de afrontamiento.

Por otro lado se tiene que el objetivo de esta investigación se cumplió a cabalidad, puesto que, fue posible analizar y categorizar los resultados arrojados por el cuestionario TMMS-24, a los 20 adolescentes participantes, dónde se pudo analizar de manera global que no solo los adolescentes requieren seguir trabajando y reforzando la inteligencia emocional, sino que, su entorno familia y escuela deben incluirse en este plan de mejora.

Recomendaciones

El diseño de esta investigación ha permitido ahondar el tema de la inteligencia emocional de los alumnos del grado 10mo de la institución educativa de la ciudad de Tuluá, en donde, según variables de estudio e instrumento aplicado nos permite recomendar lo siguiente:

- Principalmente, a las instituciones educativas que buscan siempre el bienestar de los estudiantes, comprendan y entiendan que la inteligencia emocional es muy importante para el desarrollo de los estudiantes e incluso docentes, por lo tanto, es recomendable iniciar un programa en donde se abarquen estos temas y en donde se incluyan de alguna u otra forma a los padres de familia que son tan importantes para el desarrollo de los menores.
- Recomendar a la institución la importancia de capacitar a los docentes que están inmersos en las aulas de clase, puesto que, según observaciones, algunos aún no creen en la importancia de un desarrollo emocional eficaz y además de ello carecen de empatía para con sus alumnos.
- Se recomienda que las familias al ser red principal de apoyo de los alumnos colaboren con el proceso para obtener inteligencia emocional, puntuando exactamente sobre la claridad y la reparación emocional, permitiendo espacios en donde los alumnos puedan expresar lo que sienten y puedan mejorar la forma en cómo sienten, hablan y comparten cada una de las experiencias que viven con sus demás compañeros.

Referencias Bibliográficas

- Kliewer, W. (1991). Coping in middle childhood: relations to competence, type A behaviour, monitoring, blunting, and locus of control. *Developmental Psychology*, 27, 689-697.
- Goleman, D. (1995). *Emotional Intelligence*. New York, England: Bantam Books. Inc.
- Repositorio Digital: Inteligencia emocional intrapersonal en estudiantes de Educación Básica Superior de la Unidad Educativa Municipal “Oswaldo Lombeyda
- Calero, A. D., Barreyro, J. P., & Injoque-Ricle, I. (2017). Inteligencia emocional durante la adolescencia: su relación con la participación en actividades extracurriculares. *Psicodebate*, 17(2), 43-54. <https://doi.org/10.18682/pd.v17i2.693>
- Terrones,R. (2020).Inteligencia emocional en la autoestima de estudiantes del sexto grado de primaria de la Institución Educativa San Gerardo, Lima Este, 2020. repositorio de la Universidad César Valle. <https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/64804>
- Barbosa, S.P., López, C.A(2020).El poder de la inteligencia emocional contra el acoso escolar entre compañeros. Institución universitaria politécnico Grancolombiano. Sistema Nacional de Bibliotecas SISNAB,1-71. <https://uonline.mx/comunidadead/application/views/repositoriodesis/GIRALDOGIRALDODIANAMARIA.pdf>
- Martínez Duque, A. B. ., & Noguera Morales, T. . (2020). Inteligencia Emocional y bullying: un estudio en población universitaria del suroccidente colombiano. *Colección Académica De Ciencias Sociales*, 7(1), 74–86. Recuperado a partir de <https://revistas.upb.edu.co/index.php/cienciassociales/article/view/3668>
- Inteligencia Emocional y bullying: un estudio en población universitaria del suroccidente colombiano <https://revistas.upb.edu.co/index.php/cienciassociales/article/view/3668>
- Torres Azcárate, A. S. ., Núñez Bernal, C. A. ., & Roncancio Moreno, M. . (2020). Medición de la inteligencia emocional en estudiantes de dos instituciones educativas públicas en dos

contextos sociales diferentes. *Colección Académica De Ciencias Sociales*, 7(1), 36–58.

Recuperado a partir de

<https://revistas.upb.edu.co/index.php/cienciassociales/article/view/3666>

Carrillo-Ramírez, E. D. U. A. R. D. O., Pérez-Verduzco, G. E. R. M. Á. N., Laca-Arocena, F. A., & Luna-Bernal, A. C. A. (2020). *Inteligencia emocional percibida y autoconcepto en adolescentes estudiantes de bachillerato*. *Revista de Educación y Desarrollo*, 55, 33-40. https://www.cucs.udg.mx/revistas/edu_desarrollo/antiores/55/RED_55_Completa.pdf#page=34

Cazalla-Luna, Nerea, & Molero, David (2016). Inteligencia emocional percibida, disposición al optimismo-pesimismo, satisfacción vital y personalidad de docentes en su formación inicial. *Revista de Investigación Educativa*, 34(1),241-258.[fecha de Consulta 23 de Septiembre de 2022]. ISSN: 0212-4068. Disponible en: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=283343416014>

Wang, Y., Xie, G., & Cui, X. (2016). Effects of Emotional Intelligence and Selfleadership on Students' Coping with Stress. *Social Behavior and Personality*, 44(5), 853-864. doi: 10.2224/sbp.2016.44.5.853

Gutiérrez, N. (2020). Inteligencia emocional percibida en estudiantes de educación superior: análisis de las diferencias en las distintas dimensiones. *Actualidades en Psicología*, 34(128), 17-33.

Gómez PO, Calleja BN. Regulación emocional: definición, red nomológica y medición. *Rev Mex Invest Psic*. 2016;8(1):96-117.

López Curbelo, M., Acosta Pérez, I., García García, L- A., y Fumero, A. (2006). Inteligencia Emocional en policías locales. *Ansiedad y Estrés*, Vol. 12 (2-3), pp. 463-477.

Hernández-Sampieri, R., Fernández Collado, C., & Baptista Lucio, P. (2018). *Metodología de la investigación* (Vol. 4, pp. 310-386). México: McGraw-Hill Interamericana.

Baja activación emocional: síndromes y trastornos depresivos - PSISE

Durán, A., Extremera, N. y Rey, L (2001). Burnout en profesionales de la enseñanza: un estudio en Educación primaria, secundaria y superior. *Revista de Psicología del Trabajo y de las organizaciones*. 17, 45-62.

Sanjuán Quiles, Á., & Ferrer Hernández, ME (2008). Perfil emocional de los estudiantes en prácticas clínicas: Acción tutorial en enfermería para apoyo, formación, desarrollo y control de las emociones. *Investigación y educación en enfermedad* , 26 (2), 226–235. Perfil emocional de los estudiantes en prácticas clínicas: Acción tutorial en enfermería para apoyo, formación, desarrollo y control de las emociones *Inteligencia Emocional en la escuela* Elaborado Por: Andrés Felipe Laguna Martínez Daniel Estiben López Mendoza Asesor Académico

Suárez, P., Vélez, M. (2018). El papel de la familia en el desarrollo social del niño: una mirada desde la afectividad, la comunicación familiar y estilos de educación parental. *Revista Psicoespacios*, 12(20): 173- 198, Disponible en <https://doi.org/10.25057/issn.2145-2776> <https://dialnet.unirioja.es/download/articulo/6573534.pdf>

Buitrago, R. (2012). Contexto escolar e inteligencia emocional en instituciones educativas públicas del ámbito rural y urbano del departamento de Boyacá (Tesis doctoral). Universidad de Granada. España. Recuperado de:

<https://hera.ugr.es/tesisugr/20956575.pdf>

Gallardo, P. (2007). El desarrollo emocional en la educación Primaria (6-12 años). *Cuestiones pedagógicas*, 18, pp. 143-159. Recuperado de:

<http://institucional.us.es/revistas/cuestiones/18/09%20desarrollo%20emocional.pdf>

Lozada, D y Segura, D. (2013). Influencia de la inteligencia emocional en el rendimiento académico del área de personal social en los niños de 3 años.

Pozo, M. (2013). La inteligencia emocional, según Daniel Goleman y, el liderazgo transformador, según Bernard Bass, como elementos clave en la formación y desarrollo de equipos efectivos en la fuerza comercial de microfinanzas CREDI FE Zona Quito (Tesis posgrado). Universidad Andina Simón Bolívar, Quito- Ecuador. Recuperado de:

<http://repositorio.uasb.edu.ec/handle/10644/3305>

Sonsa, C. (2017). “La inteligencia emocional en los estudiantes del primer grado de educación secundaria de la Institución Educativa almirante Miguel Grau seminario del centro poblado de almirante Grau, distrito de bajo biavo, provincia de Bellavista, región san martín 2016”. Universidad César Vallejo, Perú. Recuperado de:

http://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/UCV/932/pinedo_pl.pdf?sequence=1

Vintimilla, E. (2015). La inteligencia emocional y su relación con el desarrollo de la empatía en los niños de 4 a 5 años de edad del Centro de Desarrollo Infantil “Safari Kids” (tesis de pregrado). Universidad técnica de Ambato, Ecuador. Recuperado de:

<http://repo.uta.edu.ec/bitstream/123456789/13758/1/TESIS%20ESTEFAN%C3%8DA%20VINTIMILLA%20MANCHENO.pdf>

Perpiñán, S. (2013). La salud emocional en la infancia. Madrid: Narcea, S.A. Ediciones

Vallés, A (2008). La inteligencia emocional de los padres y de los hijos. Madrid, España: Pirámide.

Uribe Flórez, L. (2016) La influencia de la familia en la inteligencia emocional en la primera infancia. (Trabajo de grados inédito). Corporación Universitaria Minuto de Dios, Bello
Recuperado de:

http://repository.uniminuto.edu:8080/xmlui/bitstream/handle/10656/5258/TTS_UribeFlor ezLina_2016.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Salas Vélez, M.A., Sánchez Mejía. J.D. & Saavedra Estrada, M.M. (2015) Descubriendo y Fomentando la Inteligencia Emocional en los niños desde la Imaginación y la Fantasía (trabajo de grado inédito). Corporación Universitaria Minuto de Dios, Bello. Recuperado de

http://repository.uniminuto.edu:8080/xmlui/bitstream/handle/10656/4831/TLPI_SalasVel %C3%A9zM%C3%B3nicaAlexandra_2015.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Ruiz, E., Salazar, I., & Cabello, V. (2012) Inteligencia emocional, regulación emocional y estilos/trastornos de personalidad. Revista researchGate, 20 (2), 281-304. Recuperado de

<https://www.researchgate.net/publication/230704262> Emotional intelligence emotional regulation and personality styles disorders Inteligencia emocional regulacion emocional y estilostrastornos de personalidad

Vargas, M., & Muñoz-Martínez, M. (2013). La regulación emocional: precisiones y avances conceptuales desde la perspectiva conductual. *Psicología USP*, 24 (2), 225-240.

Anexos

Figura 20.

Consentimiento informado.



Pregunta *

Día, mes, año 

Autorizo que sea utilizada la información que brinden las pruebas aplicadas a mi hijo(a) y los talleres lúdicos para fines académicos únicamente y como práctica del trabajo como opción de grado que adelantan los estudiantes José Manuel Zapata y Angie Julieth Méndez. Aseguro que se me ha sido notificado que la información aportada a los psicólogos(as) en formación, está sujeta a secreto profesional y que, por lo tanto, no puede ser divulgada a terceras personas sin mi consentimiento y que será utilizada con fines netamente académicos. Finalmente afirmo que me han explicado y aclarado todas las dudas pertinentes. En constancia de lo anteriormente dicho, firmo autorizando.

Sí

No

Nombre completo (Padre o Madre) *

Texto de respuesta breve

Número de cédula *

Texto de respuesta breve

Nombre del menor a intervenir *

Texto de respuesta breve

Edad *

Texto de respuesta breve

Género *

Femenino

Masculino

LGTBIQ+

Figura 20. Consentimiento informado. Elaboración propia (2022).

Figura 21.*Escala del metaconocimiento*

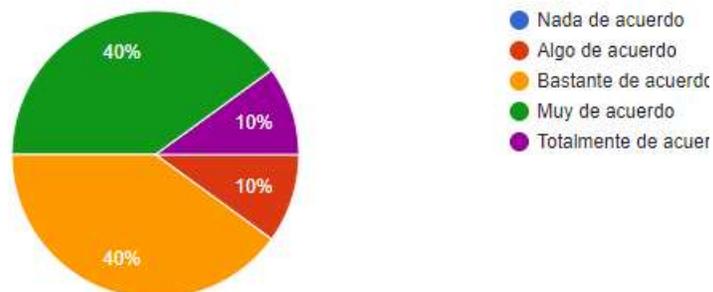
	Nada de acuerdo	Algo de acuerdo	Bastante de acuerdo	Muy de acuerdo	Totalmente de acuerdo	
	1	2	3	4	5	
				Nada de acuerdo	Totalmente de acuerdo	
				Algo de acuerdo		
				Bastante de acuerdo		
				Muy de acuerdo		
1	Presto mucha atención a los sentimientos.	1	2	3	4	5
2	Normalmente me preocupo mucho por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

Figura 21. Escala del metaconocimiento Tmms-24. Adaptada por Fernández-Berrocal et al. (2004).

Figura 22.*Respuestas Tmms-24*

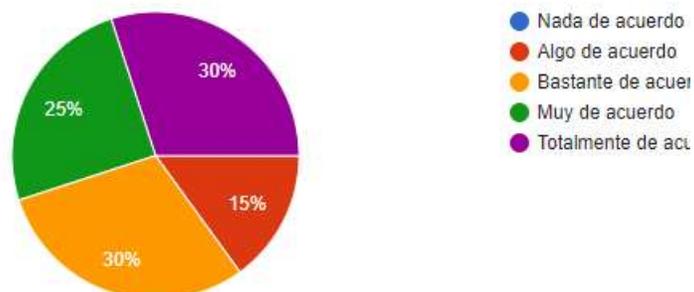
1. Presto mucha atención a los sentimientos.

20 respuestas



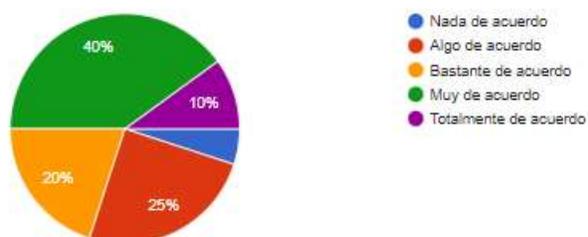
2. Normalmente me preocupo mucho por lo que siento.

20 respuestas



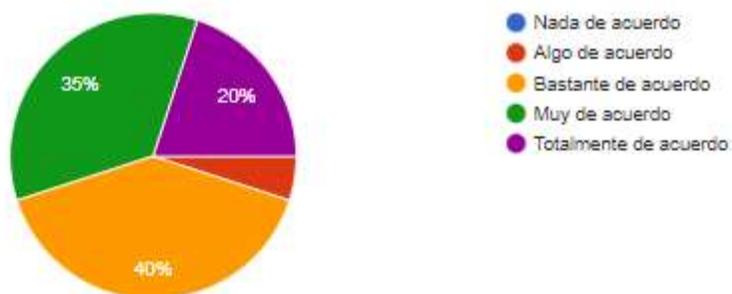
3. Normalmente dedico tiempo a pensar en mis emociones.

20 respuestas



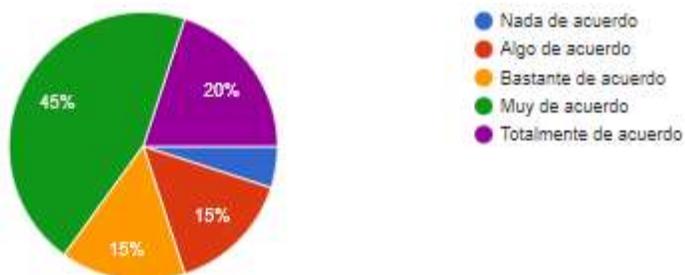
4. Pienso que merece la pena prestar atención a mis emociones y estado de ánimo

20 respuestas



5. Dejo que mis sentimientos afecten a mis pensamientos.

20 respuestas



6. Pienso en mi estado de ánimo constantemente.

20 respuestas

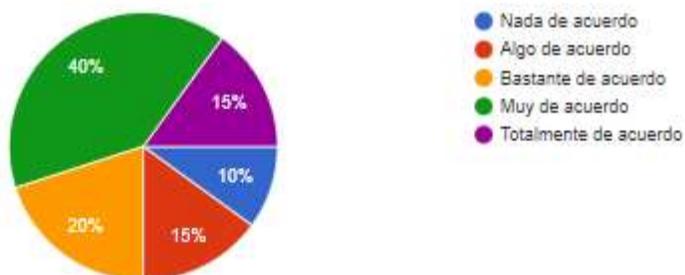
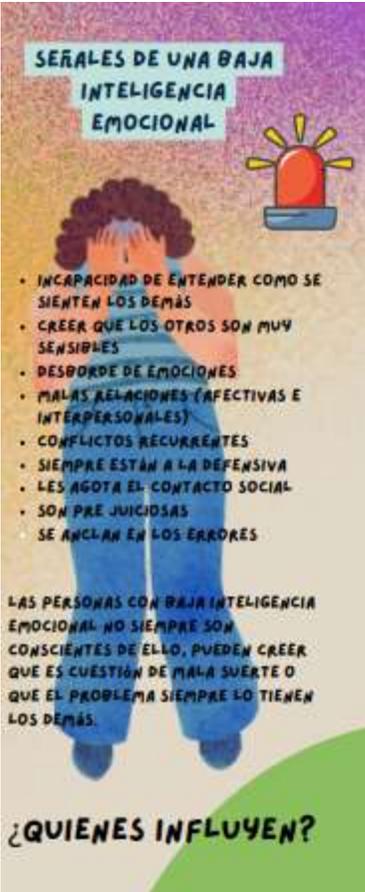


Figura 22. Respuestas Tmms-24. Elaboración propia.

Figura 23.

Folleto.





SEÑALES DE UNA BAJA INTELIGENCIA EMOCIONAL

- INCAPACIDAD DE ENTENDER COMO SE SIENTEN LOS DEMÁS
- CREER QUE LOS OTROS SON MUY SENSIBLES
- DESBORDE DE EMOCIONES
- MALAS RELACIONES (AFECTIVAS E INTERPERSONALES)
- CONFLICTOS RECURRENTES
- SIEMPRE ESTÁN A LA DEFENSIVA
- LES AGOTA EL CONTACTO SOCIAL
- SON PRE JUICIOSAS
- SE ANCLAN EN LOS ERRORES

LAS PERSONAS CON BAJA INTELIGENCIA EMOCIONAL NO SIEMPRE SON CONSCIENTES DE ELLO, PUEDEN CREER QUE ES CUESTIÓN DE MALA SUERTE O QUE EL PROBLEMA SIEMPRE LO TIENEN LOS DEMÁS.

¿QUIENES INFLUYEN?



ENTORNO FAMILIAR

ES EL SISTEMA INICIAL DONDE LOS NNA. ESTABLECEN SU PRIMER VÍNCULO, ESTE DEBE FORMAR UNA BUENA COMUNICACIÓN, BRINDAR AFECTIVIDAD Y APOYO, YA QUE DE AQUÍ SE FAVORECEN LAS HABILIDADES SOCIALES Y EL DESARROLLO INTEGRAL DE LOS NIÑOS.

ENTORNO SOCIAL

EN ESTE ENTORNO LA INTELIGENCIA EMOCIONAL MOTIVA, PUES ES LA CAPACIDAD DE RESISTIR ANTE POSIBLES FRUSTRACIONES, OTORGA EL CONTROL DE LOS IMPULSOS, FOMENTA LA COMUNICACIÓN ASERTIVA Y AFECTIVA Y FACILITA LA CONVIVENCIA A NIVEL SOCIAL Y FAMILIAR.

ENTORNO ESCOLAR

TENER UNA INTELIGENCIA EMOCIONAL ALTA AYUDA A CONECTAR CON OTRAS PERSONAS, FORJA LA EMPATÍA, AYUDA A RESOLVER CONFLICTOS. POR EL CONTRARIO UNA IE BAJA, EN ESTE ENTORNO INTERFIERE CON EL APRENDIZAJE Y LAS RELACIONES SOCIALES, PUES SE VAN A PRESENTAR CONDUCTAS DESADAPTATIVAS Y EL BULLYING.

ESTRATEGIAS PARA DESARROLLAR UNA BUENA IE.

- ENSEÑAR CON EL EJEMPLO
- DEDICAR TIEMPO Y ATENCIÓN
- ENSEÑAR A RECONOCER LAS EMOCIONES
- FOMENTAR INTERACCIONES LIBRES (JUEGOS)
- TRABAJAR LA EMPATÍA
- PERMITIR LA EXPRESIÓN DE SENTIMIENTOS



ANGIE JULIETH MENDEZ C.
JOSE MANUEL ZAPATA F.

Figura 23. Folleto realizado para entregar en la institución educativa para ser replicado cuando se hable de inteligencia emocional y sus repercusiones. Elaboración propia (2022).