

**UNIVERSIDAD NACIONAL DEL ALTIPLANO
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN
UNIDAD DE SEGUNDA ESPECIALIDAD**



**LA INTELIGENCIA EMOCIONAL DE LOS ESTUDIANTES
DE QUINTO GRADO DE EDUCACIÓN SECUNDARIA
DEL COLEGIO EMBLEMÁTICO MATEO PUMACAHUA
DE SICUANI - 2017**

TESIS

PRESENTADO POR:

CÉSAR NAVARRO NINA

PARA OPTAR EL TÍTULO DE SEGUNDA ESPECIALIZACIÓN EN
PSICOLOGÍA EDUCATIVA

PROMOCIÓN: 2012 – I

PUNO – PERÚ

2018

UNIVERSIDAD NACIONAL DEL ALTIPLANO
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN
UNIDAD DE SEGUNDA ESPECIALIDAD

**LA INTELIGENCIA EMOCIONAL DE LOS ESTUDIANTES DE QUINTO GRADO DE
EDUCACIÓN SECUNDARIA DEL COLEGIO EMBLEMÁTICO MATEO PUMACAHUA
DE SICUANI - 2017**

CÉSAR NAVARRO NINA

**TESIS PARA OPTAR EL TÍTULO DE SEGUNDA ESPECIALIZACIÓN EN
PSICOLOGÍA EDUCATIVA**



APROBADA POR EL SIGUIENTE JURADO:

PRESIDENTE

:

Dr. SALVADOR MAMANI CHAIÑA

PRIMER MIEMBRO

:

M.Sc. WIDO WILLIAN CONDORI CASTILLO

SEGUNDO MIEMBRO

:

M.Sc. ESTANISLAO PACOMPIA CARI

DIRECTOR

:

M.Sc. NELLY EDITH MAMANI QUISPE

ASESOR

:

M.Sc. NELLY EDITH MAMANI QUISPE

Área: Psicología

Tema: Inteligencia Emocional.

Fecha de sustentación: 14 / dic / 2018

DEDICATORIA

A la memoria de mi madre, a pesar de tu ausencia física, siento que estás conmigo siempre, sé que este momento hubiera sido tan especial para ti como lo es para mí.

A mi padre, por ser el pilar más importante y por ser mi primer maestro, y por apoyo incondicional sin importar nuestras diferencias de opiniones.

A toda mi familia; de manera especial a Sulma y Huber Misael; quienes han puesto toda su confianza para lograr un objetivo más en mi vida.

AGRADECIMIENTO

Mi profundo agradecimiento a los estudiantes y docentes del Colegio emblemático Mateo Pumacahua de Sicuani, por abrirme las puertas y permitirme realizar todo el proceso investigativo dentro de su establecimiento educativo.

Igualmente, mi hondo agradecimiento a las autoridades y docentes del Programa de Segunda Especialización de la facultad de Ciencias de la Educación de la Universidad Nacional del Altiplano, por abrirme las puertas y permitirme realizar todo el proceso investigativo dentro de su establecimiento educativo

ÍNDICE GENERAL

DEDICATORIA	
AGRADECIMIENTO	
ÍNDICE GENERAL	
ÍNDICE DE TABLAS	
ÍNDICE DE FIGURAS	
RESUMEN	9
ABSTRACT.....	10
INTRODUCCIÓN	11

CAPITULO I**PLANTEAMIENTO DE LA INVESTIGACIÓN**

1.1. Caracterización del problema.....	12
1.2. Formulación del problema	14
1.3. Objetivos de la investigación	14
1.3.1. Objetivo general.....	14
1.3.2. Objetivos específicos:	14
1.4. Importancia y justificación.....	15

CAPITULO II**MARCO TEÓRICO**

2.1. Antecedentes de la investigación	16
2.2. Sustento teórico.....	18
2.2.1. La inteligencia.....	18
2.2.2. Tipos de inteligencia	19
2.2.2.1. Según Howard Gardner	19
2.2.2.2. Según Daniel Goleman.....	22
2.2.3. Las emociones.....	23
2.2.4. La inteligencia emocional	25
2.2.5. Componentes de la inteligencia emocional.....	32
2.2.6. Coeficiente intelectual e inteligencia emocional	42
2.3. Definición de términos	43

2.4. Hipótesis.....	44
2.3.1. Hipótesis general.....	44
2.3.2. Hipótesis específicas	44
2.5. Variables de investigación	45

CAPÍTULO III

METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN

3.1. Metodología de la investigación	47
3.1.1. Tipo de investigación.....	47
3.1.2. Diseño de la investigación	47
3.2. Población y muestra de la investigación	48
3.2.1. Población.....	48
3.2.2. Muestra	49
3.3. Técnicas e instrumentos de recolección de datos.....	51
3.3.1. Técnicas de investigación	51
3.3.2. Instrumentos de la investigación.....	51
3.3.3. Diseño estadístico	52

CAPÍTULO IV

ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE RESULTADOS

4.1. Resultados de test de inteligencia emocional	53
CONCLUSIONES	63
RECOMENDACIONES.....	65
BIBLIOGRAFÍA	66
ANEXO	69

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1. Estudiantes matriculados del colegio emblemático "mateo pumacahua", año académico 2017	48
Tabla 2. Distribución muestral de estudiantes de quinto grado del colegio emblemático "mateo pumacahua de sicuani - canchis 2017.....	50
Tabla 3. Número de estudiantes de la muestra por género 2017	51
Tabla 4. Dimensión Autoconciencia	55
Tabla 5. Dimensión Automotivación	56
Tabla 6. Dimensión Autorregulación	57
Tabla 7. Dimensión Empatía.....	58
Tabla 8. Dimensión Habilidades Sociales	59
Tabla 9. Niveles de inteligencia emocional, en el componente aptitud personal ...	60
Tabla 10. Niveles de inteligencia emocional, en el componente aptitud social.....	61
Tabla 11. Inteligencia Emocional de los estudiantes de quinto grado de secundaria del Colegio Emblemático Mateo Pumacahua	62

ÍNDICE DE FIGURAS

Figura 1. Distribución muestral de estudiantes por secciones.....	50
Figura 2. Número de estudiantes de la muestra por género 2017	51
Figura 3. Dimensión autoconciencia.....	55
Figura 4. Dimensión automotivación.....	56
Figura 5. Dimensión autorregulación	57
Figura 6. Dimensión empatía.....	58
Figura 7. Dimensión habilidades sociales	59
Figura 8. Niveles de inteligencia emocional, en el componente aptitud personal	60
Figura 9. Niveles de inteligencia emocional, en el componente aptitud social	61
Figura 10. Inteligencia emocional de los estudiantes de quinto grado de secundaria del Colegio Emblemático Mateo Pumacahua	62

RESUMEN

El presente trabajo de investigación, tiene por objetivo determinar el nivel de desarrollo de la inteligencia emocional de los estudiantes de quinto grado de educación secundaria del Colegio Emblemático Mateo Pumacahua de Sicuani. En este estudio se pondera las cinco dimensiones (autoconciencia, automotivación, autorregulación, empatía y habilidades sociales), modelo planteado por Daniel Goleman.

El informe de investigación, está adecuadamente organizado y estructurado en cuatro capítulos. El primer capítulo presenta el planteamiento de la investigación, a su vez consigna caracterización, formulación, objetivos, justificación e importancia del problema de investigación. En el segundo capítulo se esboza el marco teórico, considerando antecedentes de la investigación, marco teórico propiamente dicho, hipótesis y variables de estudio. El tercer capítulo contiene, la metodología de investigación, técnicas e instrumentos de recolección de datos, técnicas de procesamiento de información, población y muestra. En el cuarto capítulo se presenta los resultados de la investigación, presentando convenientemente en tablas y figuras de las cinco dimensiones de la inteligencia emocional. El informe final concluye con la presentación de conclusiones, recomendaciones, bibliografía consultada y anexos.

Palabras clave: Inteligencia emocional, emoción, sentimientos.

ABSTRACT

This research work, aims to determine the level of development of the emotional intelligence of fifth grade of secondary education of Mateo Pumacahua emblematic School of Sichuan students. In this study, the five dimensions (awareness, motivation, self-regulation, empathy and social skills), model raised by Daniel Goleman is weighted.

Research report, is properly organized and structured in four chapters. The first chapter presents the approach of research, in turn slogan characterization, formulation, objectives, justification and importance of the research problem. The second chapter outlines the theoretical framework, whereas history of research, as such theoretical framework, hypotheses and study variables. The third chapter contains, the methodology of research, techniques and instruments of data collection, information processing techniques, population and shows. The fourth chapter presents the results of the investigation, conveniently displaying on tables and figures of the five dimensions of emotional intelligence. The final report concludes with the presentation of conclusions, recommendations, consulted bibliography and annexes.

Key words: emotional intelligence, emotion, feelings.

INTRODUCCIÓN

Actualmente, la complejidad del mundo globalizado y tecnológico en el que convivimos, hace inevitable un adecuado uso de todas nuestras capacidades para conseguir un desempeño eficiente en las diferentes actividades que a diario desarrollamos, y además, ser capaces de establecer relaciones sociales que nos ayuden a realizarnos como personas educadas.

Desgraciadamente en la mayoría de los casos, las herramientas que utilizamos para lograr dichos objetivos no son las más adecuadas y solo conducen a hundirnos en una frustración, ansiedad y estrés, consiguientemente lleva a comportarnos de manera inconveniente, creando un círculo vicioso que desgraciadamente las nuevas generaciones emulan los hechos que ejecutan los adultos y la sociedad en general.

Varios especialistas contemporáneos han advertido que una de las causas de este fenómeno, es la poca consideración que los padres y profesores prestan a las emociones, y como éstas pueden ser “educadas” durante la educación básica regular. En este contexto, emerge la idea de inteligencia emocional, donde dos conceptos que se admiten: la razón y la emoción.

Consecuentemente, el presente trabajo de investigación emprende el estudio de la inteligencia emocional de los estudiantes de quinto grado de educación secundaria del Colegio Emblemático Mateo Pumacahua de Sicuani, examinando los aportes teóricos de los psicólogos contemporáneos. Asimismo, las disquisiciones y teorías que pretenden explicarlas. En seguida, desarrollar el trabajo de campo suministrando los instrumentos de investigación para determinar el nivel de desarrollo de la inteligencia emocional de los estudiantes de quinto grado de secundaria.

CAPITULO I

PLANTEAMIENTO DE LA INVESTIGACIÓN

1.1. Caracterización del problema

Hoy por hoy, la mayoría de las actividades realizadas por ser humano están determinadas por las emociones, es decir por emoción nos enamoramos, enojamos, peleamos, casamos, divorciamos, etc. y, aunque durante mucho tiempo se ha considerado que el coeficiente intelectual es determinante para un buen desempeño académico, profesional y laboral.

No obstante, Brockert & Braun (1997), refiriéndose al cociente intelectual afirman que, “el tipo de inteligencia que se fomenta desde la escuela y también desde las instituciones educativas no asegura el éxito”(p. 14). De este modo, el cociente emocional es más importante que el cociente intelectual; porque el éxito en la vida estudiantil, profesional o laboral no lo determina el cociente intelectual, sino el cociente emocional.

En la actualidad se ha puesto de manifiesto la importancia de las emociones en la escuela, en el trabajo y en la vida cotidiana, a lo que se ha denominado como Inteligencia Emocional. Para el autor de la inteligencia emocional, Goleman (1998) sostiene que, “desde los puestos de trabajo más modestos hasta los altos cargos directivos, el factor determinante no es ni el cociente intelectual, ni los diplomas universitarios, ni la pericia técnica: es la inteligencia emocional” (p. 5).

Indudablemente, nuestras emociones no pueden ser entendidas en un vacío social y cultural. Para vislumbrar su significado es necesario aprender los valores culturales y las normas sociales de quien las expresa, los modos en que concebimos y manejamos nuestras propias emociones y las de los otros.

De este modo, se pone de manifiesto la importancia de las emociones en todas las actividades que desarrolla el ser humano. “En este sentido, hay personas que son cognitivamente muy inteligentes pero que, al adolecer de inteligencia emocional, terminan trabajando para otros con cocientes intelectuales inferiores pero que poseen una inteligencia emocional superior a la suya” (Goleman, 1998, p. 430).

En las instituciones educativas son diversos los factores que podrían influir en los resultados académicos del estudiante. Para comprender por qué los estudiantes que tienen un mismo entorno de aprendizaje (llámese aula, infraestructura, profesores, exigencias, etc.), obtienen distintos niveles de logro en el aprendizaje, consecuentemente en el rendimiento académico; es necesario indagar los factores, tales como: hábitos, su entorno familiar y social fuera de la institución educativa, su autoconcepto y las motivaciones individuales que cada alumno tiene tanto al ingresar, como la que mantiene durante el desarrollo de la misma.

En la Institución Educativa Emblemática “Mateo Pumacahua” del distrito de Sicuani de la Provincia de Canchis de la Región Cusco, se observa que existe poco conocimiento y disposición del manejo de los componentes de la inteligencia emocional por parte de los alumnos como de los profesores, esto se puede verificar en el rendimiento académico como en su comportamiento en los estudiantes. Por otra parte, se puede advertir que existen estudiantes muy destacados en cuanto a su rendimiento académico; y, por otro

lado hay estudiantes quienes con dificultades en el aprendizaje, falta de adaptabilidad a nuevas situaciones como atreverse a resolver preguntas o situaciones desafiantes.

Lo señalado líneas arriba relaciona con la práctica que algunos estudiantes con dificultades emocionales o aspectos afectivos poco desarrollados (no son asertivos o con déficit de habilidades sociales) no logran un rendimiento académico óptimo, asimismo observamos que otros alumnos establecen buenas interacciones sociales, pero no tienen estrategias adecuadas para aprender.

1.2. Formulación del problema

A partir de este problema podemos formularnos la siguiente interrogante: ¿Cuáles son los niveles de la inteligencia emocional predominantes en los estudiantes del quinto grado de Educación Secundaria del Colegio Emblemático “Mateo Pumacahua” de Sicuani – 2017?

1.3. Objetivos de la investigación

1.3.1. Objetivo general

Determinar los niveles de inteligencia emocional predominantes en los estudiantes del quinto grado de Educación Secundaria del Colegio Emblemático “Mateo Pumacahua” de Sicuani – 2017.

1.3.2. Objetivos específicos:

- a) Identificar el nivel de la inteligencia emocional, en el componente aptitud personal en los estudiantes del quinto grado de Educación Secundaria del Colegio Emblemático “Mateo Pumacahua” de Sicuani.
- b) Identificar el nivel de la inteligencia emocional, en el componente aptitud social en los estudiantes del quinto grado de Educación Secundaria del Colegio Emblemático “Mateo Pumacahua” de Sicuani.

- c) Identificar las diferencias de género en los componentes que integran la Inteligencia Emocional en los estudiantes del quinto grado de Educación Secundaria del Colegio Emblemático “Mateo Pumacahua” de Sicuani

1.4. Importancia y justificación

El presente trabajo de investigación permitirá teóricamente determinar los niveles de la inteligencia emocional según su género y en las cinco dimensiones de la inteligencia emocional de los estudiantes del quinto grado de Educación Secundaria de Educación Básica Regular de la Institución Educativa Emblemática “Mateo Pumacahua” del distrito de Sicuani.

Los resultados de dicha investigación contribuirán para elevar los niveles de logro en aquellos estudiantes que dificultan en el logro de los aprendizajes de la Institución Educativa y de la provincia de Canchis, región Cusco para que se tomen las decisiones pertinentes, asimismo a los docentes para que puedan apoyar en la mejora del manejo de sus emociones que tienen los alumnos con el propósito de que pueden mejorar el rendimiento académico de las áreas curriculares.

La investigación en el aspecto emocional es necesaria, porque nos permite alcanzar información relevante para tomar decisiones más apropiadas para mejorar y desarrollar metodologías pertinentes para los alumnos de la institución educativa emblemática en estudio y otras instituciones de educación secundaria de la provincia de Canchis y de la región, y además servirá de base para otras futuras investigaciones.

CAPITULO II

MARCO TEÓRICO

2.1. Antecedentes de la investigación

Los antecedentes de la investigación de la inteligencia emocional tienen que indagarse en las obras de otros investigadores que se ocupan de la inteligencia y de la emoción. Entre ellos tenemos los siguientes trabajos de investigación:

Judith Elena Bazán Cortegana, autora de la tesis: “La inteligencia emocional y su relación con el nivel de logro en el área de personal social de las niñas y niños de 5 años del Jardín de Niños N° 215, Trujillo, 2012” llegó a la siguiente conclusión: La relación entre la Inteligencia Emocional con los niveles de logro en el Área Personal Social; de las niñas y niños de 5 años, del aula Azul es: Con desarrollo de la Psicomotricidad 0.63 (Franca y Marcada), es decir en esta dimensión los niveles de relación es Buena; con Construcción de la Identidad Personal y Autonomía 0.40 (Baja y Moderada), es decir que en esta dimensión los niveles de relación son Regular; con Desarrollo de las Relaciones de Convivencia Democrática 0.23 (Baja y carente de significación), es decir que los niveles de correlación en esta dimensión son Baja. En el aula Verde es: Con desarrollo de la Psicomotricidad 0.34 (Baja y carente de significación), con respecto a esta dimensión los niveles de relación son Baja; con Construcción de la Identidad Personal y Autonomía

0.58 (Franca y Marcada), con respecto a esta dimensión los niveles de relación son Buena; con Judith Elena Bazán Cortegana Desarrollo de las Relaciones de Convivencia Democrática 0.39 (Baja y Moderada), con respecto a esta dimensión los niveles de relación son Regular.

El trabajo de investigación que titula “La inteligencia emocional en la elocución verbal inglesa de los estudiantes del tercer año del centro de idiomas de la UNA – Puno ciclo noviembre 2016”, presentado por Josmark Alexander Tito Canaza, quien plantea como objetivo identificar el nivel de inteligencia emocional: óptimo, diestro, vulnerable y cautela de los estudiantes del tercer año del centro de idiomas de la UNA– PUNO Ciclo Noviembre 2016, y arribó a la siguiente conclusión: el nivel de Inteligencia Emocional que se identificó en los estudiantes es de dimensión: Vulnerable con un 67.92%, por ello los estudiantes son frágiles, manifiestan descontrol de sus emociones dejándose abrumar por ellas, expresando ira, llanto, tristeza, etc.

Lucy Quiñonez Huarahuara sustentó el trabajo de investigación “inteligencia emocional y rendimiento académico de los estudiantes de la escuela profesional de educación secundaria, 2016”, quien plantea la siguiente hipótesis: La inteligencia emocional influye significativamente en el rendimiento académico de los estudiantes de la Escuela Profesional de Educación Secundaria UNA - Puno, 2016. Al respecto la autora concluye que: La inteligencia Emocional influye en el Rendimiento Académico. Esta conclusión se sustenta la prueba estadística chi cuadrada que es igual a 6,040. Lo que significa de es primordial desarrollar la inteligencia emocional de los estudiantes para lograr aprendizajes satisfactorios.

2.2. Sustento teórico

2.2.1. La inteligencia

Hoy en día la inteligencia es un tema que se encuentra en el punto de mira de muchas discusiones por parte de distintas disciplinas, como la psicología, la medicina, la filosofía, la educación, etc., por eso es imposible abordar el tema de manera objetiva.

Sin embargo, es ineludible argumentar que la inteligencia es una facultad humana de poder conocer, analizar, sintetizar, relacionar y comprender hechos o fenómenos naturales y/o sociales. Por su parte Brockert & Braun (1997), sostienen que la inteligencia es “la capacidad para responder de la mejor manera a las exigencias que el mundo nos presenta” (p. 15).

Describimos la inteligencia como la capacidad que tenemos los seres humanos de almacenar y asimilar información para poder analizar, sintetizar, reconocer y relacionar los hechos o fenómenos diversos. Ella nos permite controlar todas las actividades que llevamos a cabo y, por ende, emitir las respuestas más adecuadas.

Mientras que para Papalia & Wendkos Olds (1996), la inteligencia es la: Interacción activa entre las capacidades heredadas y las experiencias ambientales, cuyo resultado capacita al individuo para adquirir, recordar y utilizar conocimientos, entender conceptos concretos y abstractos, comprenderlas relaciones entre lo que los objetos, los hechos y las ideas y aplicar y utilizar todo ello con el propósito concreto de resolver los problemas de la vida cotidiana (p. 247).

Howard Gardner (1999) afirma que la inteligencia como “la capacidad de resolver problemas, o de crear productos, que sean valiosos en uno o más ambientes culturales” (p. 10). Para resolver problemas o crear productos, se requiere de imaginación,

creatividad e innovación, con el concurso de un conjunto de habilidades cognitivas, emocionales y sociales.

En consecuencia, el concepto de la inteligencia encierra un conjunto de aptitudes (aprendizaje, memoria, almacenamiento de información, percepción selectiva, habilidades personales y sociales, entre otras) que permite al ser humano adaptarse al mundo que le rodea y solucionar sus problemas con eficacia. Algo que si queda claro es que la inteligencia como tal, no es solo un don con que se nace, es un don que se debe descubrir, desarrollar, estudiar y trabajar para poder obtener los mejores resultados de él.

2.2.2. Tipos de inteligencia

2.2.2.1. Según Howard Gardner

Howard Gardner, psicólogo norteamericano y profesor universitario en la Universidad de Harvard, define la inteligencia como “capacidad de resolver problemas o elaborar productos que sean valiosos en una o más culturas” y cree que todos los seres humanos están capacitados para desarrollar ampliamente su inteligencia. Por ello, todos los seres humanos poseen los ocho tipos distintos:

Howard Gardner, propone que no hay una, sino ocho tipos de inteligencias, que son independientes entre sí. “Las personas pueden ser vistas como poseedoras de distintas habilidades, cada una igualmente valiosa y con algo que aportar a la sociedad”, dijo en exclusiva para Crónica el científico. Esto significa también que alguien puede no ser bueno en algún área, pero excelente en otra u otras, lo que nos libera de las etiquetas sobre ser inteligente o no inteligente.

a. Inteligencia lingüística: la que tienen los escritores, los poetas, los buenos redactores utiliza ambos hemisferios.

Es imprescindible una comunicación pertinente en espacios familiares y sociales. Gardner (1999), sostiene que “si bien las formas orales y escritas del lenguaje utilizan sin lugar a duda algunas de las mismas capacidades, se necesitan habilidades específicas adicionales para expresarse uno mismo en forma apropiada por escrito”.

b. Inteligencia lógica-matemática: la que se utiliza para resolver problemas de lógica y matemáticas. Es la inteligencia que tienen los científicos. Se corresponde con el modo de pensamiento del hemisferio lógico y con lo que la cultura occidental ha considerado siempre como la única inteligencia.

Para el autor de las inteligencias múltiples, “debe señalarse que en las matemáticas también existe un poderoso factor de atracción para encontrar expresiones más sencillas y para volver a las nociones fundamentales de los números. En consecuencia, puede existir un sitio en la disciplina de las matemáticas para individuos que no están dotados de manera señalada para seguir estas largas cadenas de pensamiento o estas hileras de análisis cada vez más abstractas”(1999).

c. Inteligencia espacial: la que consiste en formar un modelo mental del mundo en tres dimensiones; es la inteligencia que tienen los marineros, los ingenieros, los cirujanos, los escultores, los arquitectos o los decoradores.

Gardner (1999) manifiesta que “estas capacidades espaciales se pueden producir en diversidad de campos. Son importantes para que uno se oriente en diversas localidades, que van desde cuartos hasta océanos. Son invocadas para reconocer objetos y escenas, lo mismo cuando se encuentran en sus ambientes originales que cuando se ha alterado alguna circunstancia de la presentación original”.

- d. Inteligencia musical:** la que permite desenvolverse adecuadamente a cantantes, compositores, músicos y bailarines.

En realidad no todas las personas manejan esta inteligencia; sin embargo, para Gardner (1999), “la imagen musical significativa puede ser cualquier cosa, desde el fragmento melódico, rítmico o armónico más sencillo, hasta algo mucho más elaborado; pero en todo caso, la idea arrebatada la atención del compositor y su imaginación musical comienza a trabajar en ella”.

- e. Inteligencia corporal-cinestésica:** la capacidad de utilizar el propio cuerpo para realizar actividades o resolver problemas. Es la inteligencia de los deportistas, los artesanos, los cirujanos y los bailarines.

Gardner (1999), sostiene que “el atleta, el bailarín y el actor son sólo dos papeles en nuestra cultura que realzan la inteligencia del cuerpo. La sociedad también ha valorado mucho otras. La habilidad del atleta para destacar en la gracia, potencia, rapidez, exactitud y trabajo de equipo no sólo proporciona una fuente de placer al propio atleta, sino que también sirve, para incontables observadores, como un modo de entretenimiento, estímulo y escape”.

- f. Inteligencia intrapersonal:** la que permite entenderse a sí mismo. No está asociada a ninguna actividad concreta.

Gardner (1999), considera a la Inteligencia Intrapersonal como el conocimiento de los aspectos internos de una persona: el acceso a la propia vida emocional, a la propia gama de sentimientos, la capacidad de efectuar discriminaciones entre las emociones y finalmente ponerles un nombre y recurrir a ellas como un medio de interpretar y orientar la propia conducta.

g. Inteligencia interpersonal: la que permite entender a los demás; se la suele encontrar en los buenos vendedores, políticos, profesores o terapeutas.

A este tipo de inteligencia, Goleman denominaría aptitud social dentro de los componentes de la inteligencia emocional. Para Gardner (1999), "la Inteligencia Interpersonal se construye a partir de una capacidad nuclear para sentir distinciones entre los demás: en particular, contrastes en sus estados de ánimo, temperamentos, motivaciones e intenciones. En formas más avanzadas, esta inteligencia permite a un adulto hábil leer las intenciones y deseos de los demás, aunque se hayan ocultado... "

h. Inteligencia naturalista: la que se utiliza cuando se observa y estudia la naturaleza, con el motivo de saber organizar, clasificar y ordenar. Es la que demuestran los biólogos o los herbolarios.

2.2.2.2. Según Daniel Goleman

Daniel Goleman explicó muy bien este fenómeno en su famoso libro *Inteligencia Emocional* (1996). Él denominaba mente racional a la parte de nuestro cerebro que piensa, y mente emocional a esa otra parte más impulsiva. Ambas interactúan y forman nuestra vida mental.

La mente emocional se corresponde físicamente con el sistema límbico, mientras que la racional se corresponde con el neocórtex. El sistema límbico es la parte del cerebro que se desarrolló en primer lugar y por tanto, aunque es mucho más pequeña, es más poderosa que el neocórtex.

La mente racional es la forma de comprensión de lo que somos conscientes, la mente emocional es un sistema de conocimiento, impulsivo y poderoso aunque ilógico.

Las dos mentes operan en armonía entrelazando sus conocimientos para guiarnos por el mundo, son facultades semindependientes, cada una refleja la operación de un circuito distinto pero interconectado del cerebro. En la mayoría de los momentos estas mentes están coordinadas.

Goleman (1996), sobre el tema, expresa lo siguiente: “En un sentido muy real, tenemos dos mentes, una que piensa y otra que siente. Estas dos formas, fundamentalmente diferentes de conocimiento, interactúan para construir nuestra vida mental. Una, la mente racional, es la forma de comprensión de la que somos típicamente conscientes: más destacada en cuanto a la conciencia, reflexiva, capaz de analizar y meditar. Pero junto a este, existe otro sistema de conocimiento: impulsivo y poderoso, aunque a veces ilógico: la mente emocional”

En realidad, tenemos dos mentes, una que piensa y otra que siente. En consecuencia, para Daniel Goleman existen dos tipos de inteligencias.

- a. **La inteligencia académica:** tiene poco que ver con la vida emocional. Las personas más brillantes pueden hundirse en peligro de pasiones desenfrenadas e impulsos incontrolables; pilotos con CI pueden ser pilotos malos en su vida privada.
- b. **La inteligencia emocional:** son habilidades de ser capaz de motivarse y persistir en decepciones, controlar el impulso y demorar la gratificación, regular humor y evitar trastornos disminuyen la capacidad de pensar, mostrar empatía y abrigar esperanzas.

2.2.3. Las emociones

Un diccionario de psicología define la emoción como esa determinada categoría de experiencias, para las que utilizamos las más dispares expresiones lingüísticas: amor, odio, ira, enojo, frustración, ansiedad, miedo, alegría, sorpresa, desagrado...

Daniel Goleman (1996) expresa: “conocer y gestionar las emociones, que sin duda influyen en nosotros a diario, es un pilar clave para poder generar salud emocional en nuestros hijos, proporcionándoles un soporte emocional estable y seguro sobre el que asentar su madurez evolutiva, factor protector como veremos de numerosos problemas en los jóvenes.

Veamos cuáles son las más importantes y hacia dónde nos mueven, relacionándolas con el aprendizaje.

- a. **La ira** nos predispone a la defensa o la lucha, se asocia con la movilización de la energía corporal a través de la tasa de hormonas en sangre y el aumento del ritmo cardiaco y reacciones más específicas de preparación para la lucha: apretar los dientes, el fluir de la sangre a las manos, cerrar los puños (lo que ayuda a empuñar un arma).
- b. **El miedo** predispone a la huida o la lucha, y se asocia con la retirada de la sangre del rostro para que fluya por la musculatura esquelética, facilitando así la huida, o con la parálisis general que permite valorar la conveniencia de huir, ocultarse o atacar, y en general con la respuesta hormonal responsable del estado de alerta.

Estas dos emociones, en su manifestación extrema, están asociadas con el secuestro del cortex prefrontal gestor de la memoria operativa, obstaculizando las facultades intelectuales y la capacidad de aprender. Mientras que en intensidades moderadas, son promotores del aprendizaje (la ansiedad como activación y la ira como "coraje").

- c. **La alegría** predispone a afrontar cualquier tarea, aumenta la energía disponible e inhibe los sentimientos negativos, aquietta los estados que generan preocupación,

proporciona reposo, entusiasmo y disposición a la acción. Un el estado emocional que potencia el aprendizaje.

- d. **La sorpresa** predispone a la observación concentrada y se manifiesta por el arqueamiento de las cejas, respuesta que aumenta la luz que incide en la retina y facilita la exploración del acontecimiento inesperado y la elaboración de un plan de acción o respuesta adecuada. Podemos decir que la sorpresa está relacionada con la curiosidad, factor motivacional intrínseco.
- e. **La tristeza** predispone al ensimismamiento y el duelo, se asocia a la disminución de la energía y el entusiasmo por las actividades vitales y el enlentecimiento del metabolismo corporal, es un buen momento para la introspección y la modificación de actitudes y elaboración de planes de afrontamiento.

Daniel Goleman (1996) manifiesta que "Las personas con habilidades emocionales bien desarrolladas tienen más probabilidades de sentirse satisfechas y ser eficaces en su vida, y de dominar los hábitos mentales que favorezcan su propia productividad; las personas que no pueden poner cierto orden en su vida emocional libran batallas interiores que sabotean su capacidad de concentrarse en el trabajo y pensar con claridad".

2.2.4. La inteligencia emocional

Hoy sabemos que las personas exitosas no necesariamente son aquellas que obtuvieron las mejores calificaciones en la escuela y/o en el colegio, es decir la capacidad intelectual no es pronóstico de un óptimo desempeño personal y social, es necesario demostrar también otras competencias personales propias de la inteligencia emocional.

El término “inteligencia emocional” fue utilizado por primera vez en 1990 por los psicólogos Peter Salovey (de la Universidad de Harvard) y John Mayer (de la Universidad de New Hampshire). Quienes definen la inteligencia emocional como un “un subconjunto de la inteligencia social, que comprende la capacidad de controlar los sentimientos y las emociones propias, así como los de los demás, de discriminar entre ellos y utilizar esta información para guiar nuestro pensamiento y nuestras acciones” (Salovey & Mayer, 1990, p. 89).

Primigeniamente, Salovey & Mayer plantean tres competencias o procesos mentales de la inteligencia emocional: “a) valorar y expresar emociones en uno mismo y otros, b) regulación de la emoción en uno mismo y otros, y c) usar las emociones en formas adaptativas” (Salovey & Mayer, 1990, págs. 194-195). En otras palabras, la inteligencia emocional se entiende como una capacidad o habilidad para reconocer, percibir y valorar las propias emociones y de las demás personas, así como para controlarlas, regularlas y expresarlas en los momentos apropiados y pertinentes.

Estos autores han ido reformulando la concepción original de la inteligencia emocional, en posteriores artículos de investigación, al respecto en el año 1997, plantean de la forma siguiente:

“La inteligencia emocional implica la habilidad para percibir, valorar y expresar emociones con precisión; la habilidad para acceder y/o generar sentimientos que faciliten el pensamiento; la habilidad para comprender emociones y conocimiento emocional; y la habilidad para regular las emociones que promuevan el crecimiento intelectual y emocional” (Mayer & Salovey, 1997, p. 10).

Interpretando las cuatro grandes habilidades, propuestas por Mayer y Salovey se constituye como un modelo de cuatro capacidades que están estrechamente interrelacionadas entre sí:

1) La *percepción emocional*.

La percepción emocional viene a ser la habilidad para identificar y reconocer tanto los propios sentimientos como de los demás. Comprende “prestar atención y descodificar con precisión las señales emocionales de la expresión facial, movimientos corporales y tono de voz” (Fernández & Extremera, 2005, p. 69). Esta capacidad se refiere en que las emociones son percibidas, identificadas, valoradas y expresadas de sí mismo y de otras personas. Además, se refiere que se puede percibir, a través del lenguaje, conducta, en obras de arte, música, etc. Incluye la capacidad para expresar las emociones adecuadamente. También la capacidad de discriminar entre expresiones precisas e imprecisas, honestas o deshonestas.

2) La *facilitación emocional del pensamiento*.

Las emociones priorizan el pensamiento y dirigen la atención a la información importante. El estado de humor cambia la perspectiva del individuo, desde el optimismo al pesimismo, favoreciendo la consideración de múltiples puntos de vista. En otros términos, acceder y generar tales emociones de tal forma que faciliten el pensamiento.

La facilitación emocional comprende la habilidad para tener en cuenta las emociones cuando activamos los procesos mentales de razonamiento o cuando enfrentamos los problemas habituales. Por su parte, Fernández & Extremera (2005) sostiene que “esta habilidad se centra en cómo las emociones afectan al sistema cognitivo y cómo nuestros estados afectivos ayudan a la toma de decisiones. También ayudan a priorizar nuestros

procesos cognitivos básicos, focalizando nuestra atención en lo que es realmente importante” (p. 69).

3) La comprensión emocional.

La comprensión emocional, consiste en comprender y analizar las emociones empleando el conocimiento emocional, y la capacidad para identificar y describir las diversas emociones, y finalmente reconocer las relaciones entre las palabras y las emociones.

La comprensión emocional implica la habilidad para desglosar el amplio y complejo repertorio de señales emocionales, etiquetar las emociones y reconocer en qué categorías se agrupan los sentimientos. Además, implica una actividad tanto anticipatoria como retrospectiva para conocer las causas generadoras del estado anímico y las futuras consecuencias de nuestras acciones. Igualmente, la comprensión emocional supone conocer cómo se combinan los diferentes estados emocionales dando lugar a las conocidas emociones secundarias (Fernández & Extremera, 2005, p. 70)

La comprensión emocional involucra la habilidad para desenredar el vasto y complejo inventario de señales emocionales, identificar las emociones y reconocer en qué categorías se agrupan los sentimientos.

Por otra parte, la comprensión emocional incluye la habilidad para identificar e interpretar el significado de las emociones complejas, por ejemplo, las generadas durante una situación interpersonal (el remordimiento que surge tras un sentimiento de culpa y pena por algún daño que se ha causado a un compañero o amigo, de lo que uno se arrepiente).

4) La regulación emocional

La regulación emocional es la habilidad más compleja de la IE. Esta dimensión incluiría la capacidad para estar abierto a los sentimientos, tanto positivos como negativos, y

reflexionar sobre los mismos para descartar o aprovechar la información que los acompaña en función de su utilidad. Además, incluye la habilidad para regular las emociones propias y ajenas, moderando las emociones negativas e intensificando las positivas.

Según las versiones de Mayer & Salovey (1997), “esta habilidad alcanzaría los procesos emocionales de mayor complejidad, es decir, la regulación consciente de las emociones para lograr un crecimiento emocional e intelectual” (p. 15)

Regulación reflexiva de las emociones para promover el conocimiento emocional e intelectual. Los pensamientos promueven el crecimiento emocional, intelectual y personal para hacer posible la gestión de las emociones en las situaciones de la vida. Habilidad para distanciarse de una emoción. Habilidad para regular las emociones en uno mismo y en otros. Capacidad para mitigar las emociones negativas y potenciar las positivas, sin reprimir o exagerar la información que transmiten.

En 1995, Daniel Goleman, psicólogo y periodista norteamericano, escribió un libro titulado “La Inteligencia Emocional”. Desde entonces su obra, ha cobrado gran influencia en los investigadores, trajo consigo la discusión de la importancia del manejo de la emocionalidad en nuestras vidas, ahí Goleman sintetizó muchas de las investigaciones que sustentaban la tesis de que la racionalidad por sí sola no basta.

Goleman, ha sido muy cuidadoso en ofrecer un esclarecimiento sobre lo que es la inteligencia emocional:

El término inteligencia emocional se refiere a la capacidad de reconocer nuestros propios sentimientos, los sentimientos de los demás, motivarnos y manejar adecuadamente las relaciones que sostenemos con los demás y con nosotros mismos. Se trata de un término

que engloba habilidades muy distintas-aunque complementarias-a la inteligencia académica, la capacidad exclusivamente cognitiva medida por el cociente intelectual... (Goleman, 1998, p. 430)

Y de hecho, ésta nunca ha actuado sola, pues como se ha ido demostrando, las emociones siempre han dado dirección a todas nuestras decisiones, incluso hasta a aquellas que aparentan ser las más racionales. La inteligencia, tal como ha sido tradicionalmente concebida, es una capacidad muy valorada en nuestra cultura. Es por ello que a la hora de tomar “decisiones inteligentes” siempre se ha creído que la emocionalidad debe quedar al margen y no “interferir” en el proceso. No obstante, todos conocemos de casos de personas intelectualmente brillantes o muy bien preparadas que logran poco o nada en la vida, a la vez de saber de personas que contando con una inteligencia promedio o algo "modesta", han llegado lejos. (Damasio, 1996)

Por su parte Weisinger es más directo, la presentó en la introducción de su libro, de la siguiente forma:

La inteligencia emocional es, en pocas palabras, el uso inteligente de las emociones: de forma intencional, hacemos que nuestras emociones trabajen para nosotros, utilizándolas con el fin de que nos ayuden a guiar nuestro comportamiento y a pensar de manera que mejoren nuestros resultados.... (Weisinger, 1998, p. 14)

La inteligencia emocional, radica en las emociones. Todo gira alrededor de cómo se identifican, cómo se controlan y cómo se utilizan de manera beneficiosa, tanto en nuestro “interior”, es decir lo que podemos hacer con nuestras emociones, en nuestro comportamiento y en nuestras relaciones con los demás; así como lo que podemos hacer con las emociones de los demás, es decir, las que podemos identificar o generar en otros.

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

Daniel Goleman (1998) en su libro *La práctica de la inteligencia emocional*, expresa claramente que, la inteligencia emocional es “la capacidad de reconocer nuestros propios sentimientos, los sentimientos de los demás, motivarnos y manejar adecuadamente las relaciones que sostenemos con los demás y con nosotros mismos”. (p. 349).

Por otra parte, Daniel Goleman (1996) citado por (Maldonado & Gracia, 2017), expone que:

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

Daniel Goleman (2004) en su libro *La Inteligencia Emocional en la Empresa* ha definido el término "inteligencia emocional" se refiere a la capacidad de reconocer nuestros propios sentimientos y los ajenos, de motivarnos y de manejar bien las emociones, en nosotros mismos y en nuestras relaciones.

Por consiguiente, la inteligencia emocional es muy importante en nuestros días, ya que, si la sabemos aplicar en nuestra vida cotidiana, podremos obtener mejores resultados con respecto a los problemas que se nos presentan en la misma.

La inteligencia emocional es la clave para determinar nuestra forma de pensar, haciendo que muchos de nosotros nos demos cuenta de detalles que jamás habríamos imaginado que tuvieran tanta importancia e influencia en nuestra forma de actuar.

2.2.5. Componentes de la inteligencia emocional

La Inteligencia Emocional es un factor importante de éxito, y básicamente consiste en la capacidad para conocer, controlar e inducir emociones y estados de ánimo, tanto en uno mismo como en los demás. Goleman manifiesta que las emociones son vitales a la hora de valorar la inteligencia de las personas.

Daniel Goleman (1988) ha considerado cinco aptitudes o habilidades de la inteligencia emocional, clasificadas a su vez en dos grandes grupos: “la conciencia de uno mismo, la motivación, el autocontrol, la empatía y la capacidad de relación”. (p. 33). Los tres primeros componentes o dimensiones son habilidades de manejo de uno mismo. Los dos restantes, están relacionados con la capacidad para manejar las relaciones con los demás.

Las competencias de la inteligencia emocional, están agrupadas en dos grandes grupos: el primero hace referencia a las aptitudes personales, es decir, al reconocimiento de los estímulos del entorno social de la persona, para ello se requiere una atención sobre sí mismo y, a la vez, introspección para poder comprobarse. Y el segundo hace referencia a las aptitudes sociales, cuando la persona tiene que interactuar o relacionarse con los demás, comprendiéndolas, y que supone distinguir pensamientos, acciones y emociones.

- a. Aptitud personal:** Son las que determinan el dominio de uno mismo. Comprenden las siguientes aptitudes:
1. Autoconciencia.
 2. Autorregulación.
 3. Motivación.
- b. Aptitud social:** Son las que determinan el manejo de las relaciones. Comprenden las siguientes aptitudes:
4. Empatía.
 5. Habilidades sociales.

En el artículo *¿Qué hace a un líder?*, publicado en la revista *Harvard Business Review*, Goleman (2004) considera cinco principales componentes de la inteligencia emocional:

- 1) **La autoconciencia:** es una “aptitud para reconocer y entender los estados de ánimo, emociones e impulsos propios, así como su efecto sobre los demás (Goleman, 2004). En otros términos, es la destreza para reconocer y entender sus emociones, el estado de ánimo e impulsos, así como su efecto que genera en los demás, es decir tener conciencia de las propias emociones; reconocer un sentimiento en el momento en que ocurre. Además “la autoconciencia significa tener una profunda comprensión de las emociones, fortalezas, debilidades, necesidades y motivaciones propias” (Goleman, 2004).

Esta competencia incluye aspectos tales como la conciencia emocional, una valoración adecuada de sí mismo y la confianza en uno mismo.

Igualmente, Goleman (1998) manifiesta que, la autoconciencia radica en conocer los propios estados internos, preferencias, recursos e intuiciones. Esta aptitud emocional

denominada autoconciencia o conciencia de uno mismo, a su vez consta de tres aptitudes emocionales:

- **Conciencia emocional:** Es saber reconocer nuestras emociones y sus efectos que pueden generar éstas, de modo que pueden alterar nuestras acciones; por ello es importante examinar nuestras emociones.

Para Goleman (1998), la conciencia emocional es “la capacidad de reconocer el modo en que nuestras emociones afectan a nuestras acciones y la capacidad de utilizar nuestros valores como guía en el proceso de toma de decisiones” (pp. 83-84). Esta capacidad, desde un primer instante, permite reconocer nuestras emociones, con el proposito de actuar de manera pertinente en una situación o momento determinado.

- **Valoración adecuada de uno mismo:** Consiste en reconocer nuestras fortalezas y debilidades, respecto a nuestras emociones, para superar las dificultades y sostener los aspectos fuertes, es decir, “el reconocimiento sincero de nuestros puntos fuertes y de nuestras debilidades, la visión clara de los puntos que debemos fortalecer y la capacidad de aprender de la experiencia (Goleman, 1998, p. 84).
- **Confianza en uno mismo:** Las personas con confianza a sí mismo, manifiestan seguridad en las acciones que desarrollan, es decir, tienen certeza en sus capacidades, valores y objetivos. Además, confianza en uno mismo significa seguridad en la valoración que hacemos sobre nosotros mismos y sobre nuestras capacidades.

La confianza en uno mismo nos proporciona la energía suficiente para tomar decisiones o emprender cursos de acción en los que uno cree a pesar de las posibles opiniones en contra o incluso de la desaprobación explícita de alguna persona de más autoridad. El individuo dotado de confianza en sí mismo permanece firme, sin

mostrarse arrogante ni ponerse a la defensiva y es consecuente con sus decisiones (Goleman, 1998, p. 105).

- 2) **La autorregulación:** La habilidad para manejar los propios sentimientos a fin de que se expresen de forma apropiada se fundamenta en la toma de conciencia de las propias emociones. La habilidad para suavizar expresiones de ira, furia o irritabilidad es fundamental en las relaciones interpersonales.

Por su parte Bisquerra (2003), refiriéndose a la autorregulación emocional, sostiene que “los propios sentimientos y emociones deben ser regulados. Esto incluye autocontrol de la impulsividad (ira, violencia, comportamientos de riesgo) y tolerancia a la frustración para prevenir estados emocionales negativos (estrés, ansiedad, depresión), entre otros aspectos” (p. 24). Esta competencia emocional, es sumamente importante para regular nuestras emociones y ser tolerantes a las frustraciones, con la finalidad de controlar y sofocar las emociones negativas.

“La autorregulación emocional no sólo tiene que ver con la capacidad de disminuir el estrés o sofocar los impulsos, sino que también implica la capacidad de provocarse deliberadamente una emoción, aunque ésta sea desagradable” (Goleman, 1998, p. 120). Se colige que, la autorregulación emocional consiste en controlar nuestros impulsos y la capacidad de hacer frente a nuestros sentimientos conflictivos.

La autorregulación emocional, (Goleman, 1998, p. 121) comprende a su vez, cinco aptitudes emocionales fundamentales:

- **Autocontrol:** Capacidad de manejar adecuadamente las emociones y los impulsos conflictivos
- **Confiabilidad:** Fidelidad al criterio de sinceridad e integridad
- **Integridad:** Asumir la responsabilidad de nuestra actuación personal

- **Adaptabilidad:** Flexibilidad para afrontar los cambios
 - **Innovación:** Sentirse cómodo y abierto ante las nuevas ideas, enfoques e información
- 3) **La motivación:** Una emoción tiende a impulsar hacia una acción. Por eso, emoción y motivación están íntimamente interrelacionados. Encaminar las emociones, y la motivación consecuente, hacia el logro de objetivos es esencial para prestar atención, automotivarse, manejarse y realizar actividades creativas. “La motivación surge en la interacción del hombre con su medio, y actúa según su naturaleza en busca del logro que lo ayude a satisfacer sus necesidades y lo conduzca a desarrollarse” (Peña, Macías, & Morales, 2011, pág. 5). El autocontrol emocional conlleva a demorar gratificaciones y dominar la impulsividad, lo cual suele estar presente en el logro de muchos objetivos. Las personas que poseen estas habilidades tienden a ser más productivas y efectivas en las actividades que emprenden.

Por su parte Perret y Vinasco (2016) sostienen que “uno de los grandes secretos de la motivación está en reconocer la existencia de una enorme capacidad de automotivarnos, de entender que somos capaces de lograr lo que sea que nos proponamos gracias a la motivación, esa fuerza inconmensurable que reside en nuestro interior” (pág. 19).

La motivación son las tendencias emocionales que guían o facilitan la obtención de las metas. Esta motivación comprende, a su vez, cuatro aptitudes emocionales:

- **Afán de triunfo:** Afán orientador de mejorar o responder a una norma de excelencia
- **Compromiso:** Alinearse con los objetivos de un grupo u organización
- **Iniciativa:** Disposición para aprovechar las oportunidades

- **Optimismo:** Tenacidad para buscar el objetivo, pese a los obstáculos y reveses.
- 4) **La empatía:** La empatía se constituye la base del altruismo. Las personas empáticas captan mejor con los ligeros señales que muestran lo que los demás necesitan o desean. Esto las hace apropiadas para las profesiones de la asistencia y servicios en sentido amplio (profesores, orientadores, pedagogos, psicólogos, psicopedagogos, médicos, abogados, expertos en ventas, etc.).

La empatía es la capacidad de conocer, comprender y valorar a los demás. La verdadera empatía nace, primero, de la autoestima, y, después de una reflexión personal que lleva a la persona a descubrir cuál es el valor de quienes le rodean (Hué, 2016, p. 42).

La empatía es una de las habilidades sociales más importantes en el proceso comunicativo y es indispensable para desentrañar el lenguaje gestual o no verbal y para que su mensaje llegue con claridad a la otra persona; de tal manera que, permite sentir o comprender las emociones y sentimientos de la otra persona con la que se comunica. “La empatía es la capacidad de percibir el mundo interior emocional y vivencial de otras personas, por tanto, es la raíz de la comunicación emocional y de las relaciones positivas con los otros” (Vivas, Gallego, & González, 2007, p. 57).

Según Goleman (1998) la empatía comprende cinco elementos: la comprensión de los demás, el desarrollo de los demás, la orientación hacia el servicio, el aprovechamiento de la diversidad y la conciencia política:

- **Comprender a los demás:** Percibir los sentimientos y puntos de vista de los demás e interesarse activamente por sus preocupaciones. Las personas conferidas de esta competencia, permanecen atentas a las señales emocionales y escuchan bien, son

sensibles y comprenden los puntos de vista de los demás, y ayudan a los demás basándose en la comprensión de sus necesidades y sentimientos.

- **El desarrollo de los demás:** Percibir las necesidades del desarrollo de los demás y ayudarles a fomentar sus habilidades. Las personas provistas de esta competencia, saben reconocer y recompensar la fortaleza, los logros y el desarrollo de los demás, proporcionan un feedback útil e identifican las necesidades del desarrollo de los demás., y protegen a los demás, dedican parte de su tiempo a la formación y la asignación de tareas que ponen a prueba y alientan al máximo las habilidades de éstos.
- **Orientación hacia el servicio:** Anticiparse, reconocer y satisfacer las necesidades de la otra persona. Las personas que emplean esta competencia, comprenden las necesidades de otras personas y tratan de satisfacerlas sus necesidades o servicios, buscan la manera de aumentar la satisfacción y fidelidad de otras personas, brindan desinteresadamente la ayuda necesaria, y asumen el punto de vista de otra persona, actuando como una especie de consejeros en quienes se puede confiar.
- **Aprovechamiento de la diversidad:** Cultivar las oportunidades que nos brindan las diferentes personas. Las personas dotadas de esta competencia, respetan y se relacionan bien con individuos procedentes de diferentes sustratos, comprenden diferentes visiones del mundo y son sensibles a las diferencias existentes entre los grupos, consideran la diversidad como una oportunidad, creando un ambiente en el que puedan desarrollarse personas de sustratos muy diferentes, y afrontan los prejuicios y la intolerancia.
- **Conciencia política:** Cobrar conciencia de las corrientes sociales y políticas subterráneas. Las personas que tienen desarrolladas esta competencia, advierten con

facilidad las relaciones clave del poder, perciben claramente las redes sociales más importantes, comprenden las fuerzas que modelan el punto de vista y las acciones de los consumidores, los clientes y los competidores, e interpretan adecuadamente tanto la realidad externa como la realidad interna de una organización. (pp. 87-102)

- 5) **Las habilidades sociales:** El arte de establecer buenas relaciones con los demás es, en gran medida, la habilidad de manejar las emociones de los demás. La competencia social y las habilidades que conlleva, son la base del liderazgo, popularidad y eficiencia interpersonal. Las personas que dominan estas habilidades sociales son capaces de interactuar de forma suave y efectiva con los demás.

El Sahili & Munguía (2011), señalan que “la inteligencia interpersonal es la capacidad para mantener buenas relaciones con otras personas. Esto implica dominar las habilidades sociales, capacidad para la comunicación efectiva, respeto, actitudes pro-sociales, asertividad, etc”(p. 112). Las habilidades sociales, se constituyen en unas de las dimensiones incuestionables de la inteligencia emocional, que ha permitido interactuar entre grupos humanos, por consiguiente la sobrevivencia de la especie humana. Para Goleman (2006), la inteligencia social, “puede ser considerada con una de las capacidades que más han contribuido a la supervivencia de nuestra especie (p. 497).

Aquellas personas que manejan o tienen desarrolladas estas habilidades, tiene bastante facilidad para interrelacionarse con otras personas, tal como manifiesta Goleman (2004), “las personas con habilidades sociales tienden a tener un amplio círculo de conocidos y un don para hallar puntos comunes con personas de todo tipo; un don para hacer buenas migas” (p. 10). A este tipo de habilidades o competencias Howard Hardner (1999), las denomina inteligencia interpersonal, y “es la habilidad para notar

y establecer distinciones entre otros individuos y, en particular, entre sus estados de ánimo, temperamentos, motivaciones e intenciones” (p. 288).

Para Goleman (1998) las habilidades sociales son las capacidades para inducir y movilizar convenientemente las emociones de las otras personas. Estas habilidades sociales comprenden, las siguientes competencias emocionales:

- **Influencia:** Manejar tácticas eficaces de persuasión, es ostentar herramientas eficaces de inspiración. Las personas dotadas de esta competencia: son muy persuasivas, recurren a presentaciones muy precisas para captar la atención de su auditorio, utilizan estrategias indirectas para recabar el consenso y el apoyo de los demás y, orquestan adecuadamente los hechos más sobresalientes para exponer más eficazmente sus opiniones
- **Comunicación:** La escucha abierta, franca y sincera transmite mensajes claros pertinentes. Las personas dotadas de esta capacidad: saben dar y recibir, captan las señales emocionales y sintonizan con su mensaje. abordan abiertamente las cuestiones difíciles, escuchan bien, buscan la comprensión mutua y no tienen problemas en compartir la información de que disponen, y alientan la comunicación sincera y permanecen abiertos tanto a las buenas noticias como a las malas.
- **Gestión de los conflictos:** Es fundamental negociar y resolver los desacuerdos entre las personas. Las personas que emplean esta competencia: manejan a las personas difíciles y las situaciones tensas con diplomacia y tacto, reconocen los posibles conflictos, sacan a la luz los desacuerdos y fomentan la desescalada de la tensión, alientan el debate y la discusión abierta, y buscan el modo de llegar a soluciones que satisfagan plenamente a todos los implicados

- **Liderazgo:** Inspirar, orientar y guiar a los individuos o a los grupos, es una de las habilidades sociales. Las personas que han desarrollado esta competencia: articulan y estimulan el entusiasmo por las perspectivas y los objetivos compartidos, cuando resulta necesario, saben tomar decisiones independientemente de su posición, son capaces de guiar el desempeño de los demás, y lideran con el ejemplo.
- **Catalizadores del cambio:** Iniciar, promover o controlar los cambios, es cuando las personas tienen iniciativas de innovación en equipos de trabajo. Las personas dotadas de esta capacidad: reconocen la necesidad de cambiar y eliminar barreras, desafían el status y reconocen la necesidad del cambio, promueven el cambio y consiguen que otros hagan lo mismo y modelan el cambio de los demás
- **Establecer vínculos:** Alimentar las relaciones interpersonales y grupales, es clave para el éxito del equipo de trabajo. Las personas dotadas de este talento: cultivan y mantienen amplias redes informales, crean relaciones mutuamente provechosas, establecen y mantienen las redes de amistad, y crean y consolidan la amistad personal con las personas de su entorno.
- **Colaboración y cooperación:** Trabajar con los demás en la consecución de objetivos compartidos. Las personas dotadas de esta competencia: Equilibran el trabajo con la atención a las relaciones de cooperación; colaboran y comparten planes, información y recursos; promueven un clima de amistad y cooperación, y buscan y alientan las oportunidades de colaboración.
- **Habilidades de equipo:** Creación de una sinergia laboral enfocada hacia la consecución de objetivos colectivos. Las personas dotadas de esta competencia: alientan cualidades grupales como el respeto, la disponibilidad y la cooperación,

despiertan la participación y el entusiasmo, consolidan la identidad grupal, el espíritu de corps y el compromiso, y cuidan al grupo y su reputación, y comparten los méritos.

2.2.6. Coeficiente intelectual e inteligencia emocional

Goleman (1998), afirma que, “todos nosotros tenemos dos mentes, una mente que piensa y otra mente que siente, y estas dos formas fundamentales de conocimiento interactúan para construir nuestra vida mental” (p. 27). Una de ellas es la mente académica o racional, es aquella que se previlgia en las instituciones educativas, es la mente pensante, consciente, reflexiva y lógica. La otra mente es la emocional, que siente y es ilógica.

Estas dos mentes interactúan juntos, en forma equilibrada, como señala Goleman: Habitualmente existe un equilibrio entre la mente emocional y la mente racional, un equilibrio en el que la emoción alimenta y da forma a las operaciones de la mente racional y la mente racional ajusta y a veces censura las entradas procedentes de las emociones.(1998, p. 27)

Sin embargo cuando las emociones se rebasan, entonces surge un desequilibrio entre las dos mentes, de tal manera que la mente racional (inteligencia académica) quedará opacado por la mente emocional (inteligencia racional).

La persona con una alta inteligencia racional, es más analítica y lógica, acumula datos, requiere de tiempo y calma para tomar decisiones, sopesa la información, examina, es numérica, tiende a ser frío en sus apreciaciones y utiliza mucho más el hemisferio izquierdo del cerebro. En cambio, la persona con una alta inteligencia emocional se relaciona con facilidad, gusta de ideas nuevas, decide a partir de intentos y errores, es rápida, espontánea, tiende a ser impaciente, imprecisa e ilógica, cree en sus sensaciones, es cálida y gregaria y utiliza más el hemisferio derecho del cerebro.

2.3. Definición de términos

Sentimiento: Dimensión cognitiva de la emoción que incluye Voluntad. Puede no haber alteración comportamental y neurofisiológica. Puede ser parte o no de la emoción (puede surgir en otro momento, con voluntad).

Estado De Animo: Estado emocional de mayor duración y menor intensidad que las emociones agudas. Depende de valoraciones globales sobre el mundo que nos rodea.

Temperamento: Son los fenómenos característicos de la naturaleza emocional de un individuo. Viene caracterizado por los estados de humor habituales. Dimensiones: emocionalidad, actividad, sociabilidad e impulsividad.

Sensación: Es la experiencia mental o privada de una emoción. Sólo la podemos observar en nosotros mismos cuando percibimos nuestros propios estados emocionales.

Desorden Emocional: Es un estado de ánimo desadaptativo que se puede mantener en el tiempo durante semanas o años.

Trastorno Emocional: Es un desorden con un componente patológico y que se puede prolongar a lo largo de la vida.

Cociente de Inteligencia (C. I.): Es un número índice resultado de la división entre la edad medida por diferentes test y la edad cronológica. Es una cifra indicadora del nivel de inteligencia que posee un individuo en relación con otros sujetos de su misma edad. El CI tiende a permanecer relativamente estable a lo largo del tiempo.

Cociente Emocional (C.E.): CE busca la plenitud en las habilidades siguientes: auto conciencia, auto control, motivación, empatía, habilidad social, y a diferencia del C.I. no

tiene diferentes test para medirlo. El C.E explicaría por qué un eminente científico (con un alto CI) no triunfa en su tarea de investigación al no saber buscar fondos para la misma.

2.4. Hipótesis

2.3.1. Hipótesis general

El nivel de desarrollo de la inteligencia emocional de los estudiantes del quinto grado de Educación Secundaria del Colegio Emblemático “Mateo Pumacahua” de Sicuani, se encuentran en el nivel medio y alto.

2.3.2. Hipótesis específicas

- a) El nivel de la inteligencia emocional, en el componente aptitud personal de los estudiantes del quinto grado de Educación Secundaria del Colegio Emblemático “Mateo Pumacahua” de Sicuani es alto.
- b) El nivel de la inteligencia emocional, en el componente aptitud social de los estudiantes del quinto grado de Educación Secundaria del Colegio Emblemático “Mateo Pumacahua” de Sicuani es alto.
- c) Las señoritas tienen mayor nivel de inteligencia emocional que los varones en los componentes que integran la Inteligencia Emocional de los estudiantes del quinto grado de Educación Secundaria del Colegio Emblemático “Mateo Pumacahua” de Sicuani

2.5. Variables de investigación

Variable: Inteligencia Emocional

Operacionalización de las variables

DEFINICION CONCEPTUAL	DIMENSION	INDICADOR
Capacidad de reconocer nuestros propios sentimientos, los sentimientos de los demás, motivarnos y manejar adecuadamente las relaciones que sostenemos con los demás y con nosotros mismos.	Autoconciencia	Identifica los cambios de las reacciones físicas
		Conoce, lo que piensa, lo que siente y lo que hace
		Utilizo método activo para incrementar el nivel de energía cuando nota que está decayendo
		Cada día dedica algo de tiempo a la reflexión.
		Identifica el tipo de emoción que siente en un momento dado
		Tiene muy claro cuáles son sus metas y valores
	Autorregulación	Actúa de modo fructífero cuando está enfadado o herido
		Apertura a las personas en la medida adecuada, no demasiado, pero lo suficiente
		Se abstiene dar una opinión sobre los temas sin previo conocimiento
		Cuando algo sale mal, toma las cosas con humor
		No esconde su enfado, pero tampoco lo hace con otros
		Controla sus estados de ánimo y muy raras veces lleva las emociones negativas al trabajo
	Automotivación	Existen cosas importantes en mi vida que me entusiasman
		Se sienten inspirados y animados otras personas, después de hablar conmigo
		Se siente contento (a) con la vida que lleva en la actualidad.
		Encuentra el lado positivo de cualquier situación
		Es capaz de seguir adelante en un proyecto importante, a pesar de los obstáculos
		El trabajo que hace cada día tiene sentido y aporta valor a la sociedad



	Empatía	Comprende los sentimientos de los demás
		Refleja la idea exacta de cómo percibe la otra persona
		Interactúa con otra persona y capta bastante bien cuál es su estado de ánimo en base a las señales no verbales
		Recurre y pide su ayuda a otras personas, cuando lo necesito.
		Demuestra empatía y acopla sus sentimientos a los de la otra persona en una interacción
		Centra toda mi atención en la otra persona cuando está escuchándole
	Habilidades Sociales	Facilidad para conocer o iniciar conversaciones con personas desconocidas
		Sin dificultad a la hora de hacer una presentación a un grupo o dirigir una reunión
		Afronta con calma, sensibilidad y de manera proactiva las manifestaciones emocionales de otras personas
		Los demás le respetan, incluso cuando no están de acuerdo con sus opiniones
		Expresa sus puntos de vista con honestidad y ponderación, sin agobiar
		Persuade eficazmente a otros para que adopten su punto de vista sin coacciones

CAPÍTULO III

METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN

3.1. Metodología de la investigación

3.1.1. Tipo de investigación

Según su nivel el estudio es de tipo Descriptivo, debido a que se detallan los aspectos característicos de las variables de investigación. Con respecto a los estudios descriptivos, Arias (2012), señala que “consisten en la caracterización de un hecho, fenómeno, individuo o grupo, con el fin de establecer su estructura o comportamiento. Los resultados de este tipo de investigación se ubican en un nivel intermedio en cuanto a la profundidad de los conocimientos se refiere”. (p. 24)

3.1.2. Diseño de la investigación

Hernández y otros (2014), hablan de diseño para referirse a lo que el investigador debe hacer para lograr los objetivos de estudio, dar respuestas a las interrogantes planteadas y verificar la certeza de hipótesis formuladas. Por la modalidad y las características del estudio, el diseño de la investigación es de Campo, porque las técnicas e instrumentos de recolección de datos permitieron el contacto directo con los sujetos involucrados en su ambiente natural, las instalaciones del Colegio Emblemático “Mateo Pumacahua”, con el fin de recopilar la información requerida sin alteración alguna de su contenido, para su

posterior procesamiento y análisis. Arias (2012) señala que una investigación de campo “consiste en la recolección de datos directamente de los sujetos investigados, o de la realidad donde ocurren los hechos (datos primarios) sin manipular o controlar variable alguna, es decir, el investigador obtiene la información, pero no altera las condiciones existentes”(p. 31). En este caso, se ha elaborado un test o cuestionario de 30 preguntas, que permite recoger sobre las cinco dimensiones de la inteligencia emocional. Este cuestionario se suministra a los estudiantes de la muestra.

3.2. Población y muestra de la investigación

3.2.1. Población

La población para el presente trabajo de investigación está constituida por todos los estudiantes de quinto grado de Educación Secundaria del Colegio Emblemático “Mateo Pumacahua” de Sicuani, de la jurisdicción de la UGEL Canchis. El Colegio en el año lectivo 2017 cuenta doce secciones con un promedio de 30 estudiantes de ambos géneros. La población de la investigación se presenta en la tabla N° 1.

Tabla 1

Estudiantes matriculados del colegio emblemático "Mateo Pumacahua", año académico 2017

Sección	SEXO		TOTAL
	M	F	
A	13	14	27
B	15	14	29
C	11	19	30
D	13	16	29
E	12	16	28
F	15	15	30
G	16	14	30
H	12	15	27
I	15	14	29
J	16	13	29
K	17	13	30
L	16	12	28
TOTAL	171	175	346

FUENTE: Elaboración propia de la nómina de matrícula 2017.

3.2.2. Muestra

Si la población es finita, para calcular el tamaño de la muestra suele utilizarse la siguiente fórmula:

$$n = \frac{N\sigma^2 Z^2}{(N-1)e^2 + \sigma^2 Z^2}$$

Donde:

n = el tamaño de la muestra.

N = tamaño de la población.

σ = Desviación estándar de la población que, generalmente cuando no se tiene su valor, suele utilizarse un valor constante de 0,5.

Z = Valor obtenido mediante niveles de confianza. Es un valor constante que, si no se tiene su valor, se lo toma en relación al 95% de confianza equivale a 1,96 (como más usual) o en relación al 99% de confianza equivale 2,58, valor que queda a criterio del investigador.

e = Límite aceptable de error muestral que, generalmente cuando no se tiene su valor, suele utilizarse un valor que varía entre el 1% (0,01) y 9% (0,09), valor que queda a criterio del encuestador.

Se tiene $N=346$, para el 95% de confianza $Z = 1,96$, y como no se tiene los demás valores se tomará $\sigma = 0,5$, y $e = 0,05$.

Reemplazando valores de la fórmula se tiene:

$$n = \frac{N\sigma^2 Z^2}{e^2(N-1) + \sigma^2 Z^2}$$

$$n = \frac{346 \cdot 0,5^2 \cdot 1,96^2}{0,05^2(346-1) + 0,5^2 \cdot 1,96^2}$$

$$n = \frac{346 \cdot 0,5^2 \cdot 1,96^2}{0,05^2(346-1) + 0,5^2 \cdot 1,96^2} = 182$$

La muestra está conformada por los estudiantes de Quinto Grado de Educación Secundaria del Colegio Emblemático “Mateo Pumacahua” de Sicuani, de la jurisdicción de la UGEL, distribuidos en 12 secciones. El presente cuadro representa la muestra:

Tabla 2.
Distribución muestral de estudiantes de quinto grado del colegio emblemático "Mateo Pumacahua de Sicuani - Canchis 2017

Número de Estudiantes por Secciones				
Secciones	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido A	15	8,2	8,2	8,2
B	15	8,2	8,2	16,5
C	15	8,2	8,2	24,7
D	15	8,2	8,2	33,0
E	15	8,2	8,2	41,2
F	16	8,8	8,8	50,0
G	16	8,8	8,8	58,8
H	14	7,7	7,7	66,5
I	15	8,2	8,2	74,7
J	16	8,8	8,8	83,5
K	16	8,8	8,8	92,3
L	14	7,7	7,7	100,0
Total	182	100,0	100,0	

FUENTE: Elaboración Propia de la Nómina de Matrícula 2017.

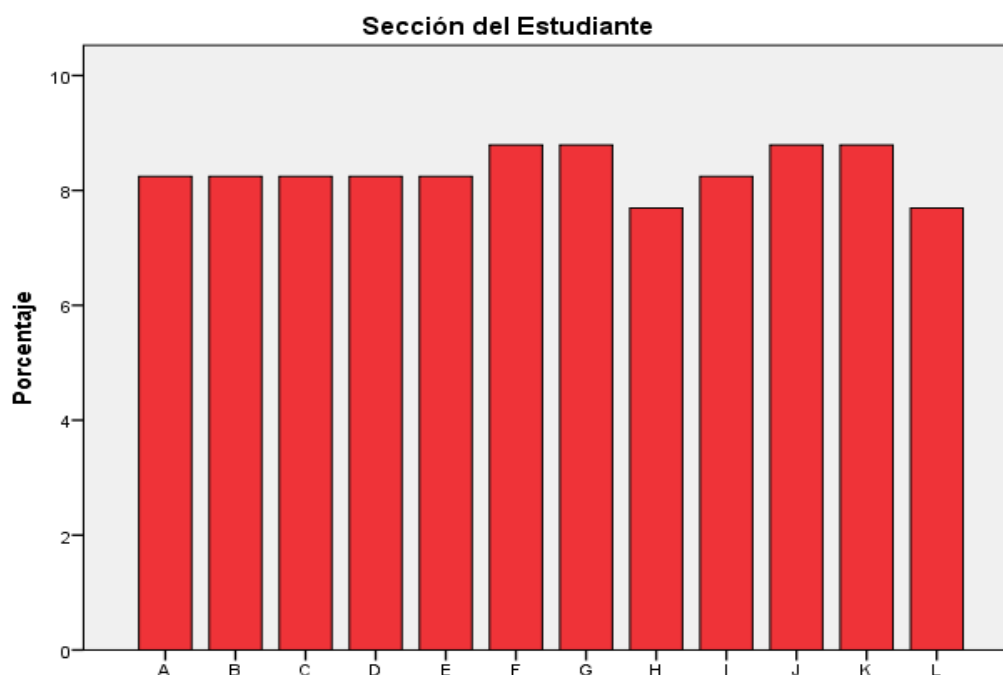


Figura 1. Distribución muestral de estudiantes por secciones

Fuente: Elaboración propia de la tabla 2

Tabla 3.
Número de estudiantes de la muestra por género 2017

Género del Estudiante					
Género	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado	
Válido Mujer	92	50,5	50,5	50,5	
Varón	90	49,5	49,5	100,0	
Total	182	100,0	100,0		

Fuente: Elaboración propia 2017

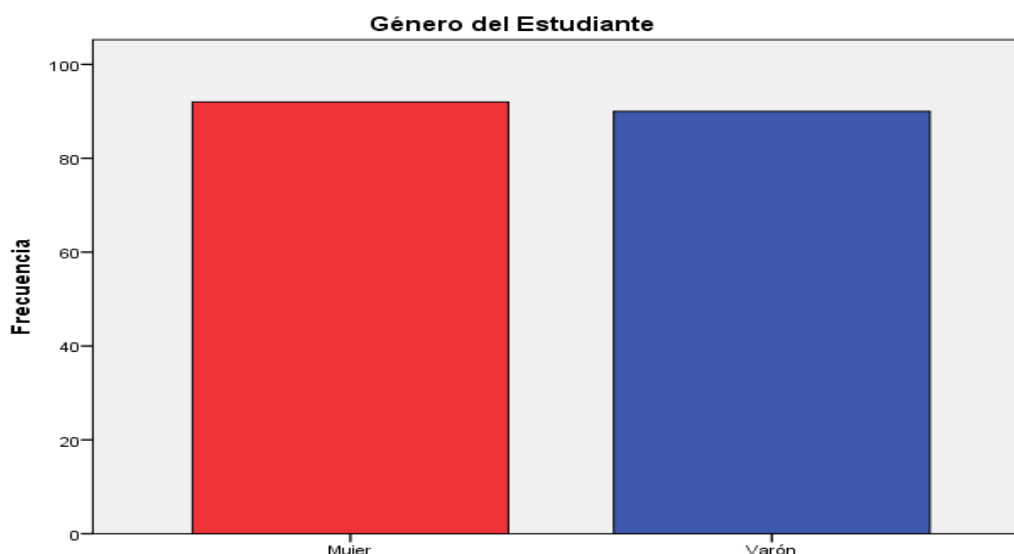


Figura 2. Número de estudiantes de la muestra por género 2017

Fuente: Elaboración propia de la tabla 3

3.3. Técnicas e instrumentos de recolección de datos

3.3.1. Técnicas de investigación

Cuestionario:

Según Neil J. Salkind en “Métodos de Investigación” (1998:149) esboza lo siguiente: Los cuestionarios son un conjunto de preguntas estructuradas y enfocadas que se contestan con lápiz y papel. Los cuestionarios ahorran tiempo porque permiten a los individuos llenarlos sin ayuda ni intervención directa del investigador.

3.3.2. Instrumentos de la investigación

El instrumento de investigación que se utilizará es cuestionario o inventario, que sirve para recoger la información sobre nivel de desarrollo de la inteligencia emocional de los

estudiantes de quinto grado de secundaria del Colegio Emblemático Mateo Pumacahua, el cuestionario está estructurada según las dimensiones e indicadores de la variable de investigación, con el propósito de obtener información pertinente para contrastar los objetivos y las hipótesis de la investigación.

3.3.3. Diseño estadístico

Considerando los objetivos de la investigación y la operacionalización de las variables del presente estudio, se realizará el análisis e interpretación de la información haciendo uso de la estadística descriptiva. Para ello se hace uso del software SPSS, que un paquete estadístico, que permite organizar, analizar e interpretar los datos estadísticos.

Castañeda y otros (2010), sobre el paquete estadístico SPSS, declaran que “el programa estadístico SPSS (Statistical Package for the Social Sciences) es uno de los programas de mayor uso en los Estados Unidos de Norteamérica así como en América Latina” (p. 15). Para el presente trabajo de investigación se hace uso de este paquete, para el procesamiento, análisis e interpretación de los datos estadísticos.

En consecuencia, “SPSS es un paquete estadístico que integra un conjunto de programas y subprogramas organizados de forma que cada uno de ellos está interconectado con todos los demás” (López-Roldán & Fachelli, 2015, p. 8). Este programa no solo permite obtener cuadros estadísticos, sino también gráficos; estas particularidades ayudan a realizar un análisis más objetivo e interpretar adecuadamente los datos previamente suministrados y tabulados, y así alcanzar los objetivos previstos en la presente investigación.

CAPÍTULO IV

ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE RESULTADOS

Luego de la recopilación de datos mediante las técnicas e instrumentos de investigación, en seguida se realiza el análisis e interpretación de los datos. Para Ander-Egg (1978), “el análisis consiste en descomponer y examinar cada elemento del conjunto; analizar, es lo mismo que separar, clasificar, cribar y tamizar”. Entre tanto “la interpretación, esta supone un juicio, pues busca un significado y una explicación que trasciende los hechos” (p. 146).

4.1. Resultados de test de inteligencia emocional

Para validar las hipótesis y los objetivos de la presente investigación, se aplicó el instrumento denominado test de inteligencia emocional en estudiantes de Quinto Grado de Educación secundaria del Colegio Emblemático Mateo Pumacahua de Sicuani, comprensión de la provincia de Canchis, Región Cusco. Dicho instrumento de investigación consta de 30 ítem, y pretende medir las cinco dimensiones (Autoconocimiento, autoregulación, motivación, empatía y habilidades sociales) de la inteligencia emocional. Los resultados se presentan en cuadros y gráficos de barras de cada uno de los ítems, y sus respectivas dimensiones.

En la actualidad no contamos con una prueba estandarizada que nos permita evaluar la inteligencia emocional, es decir, obtener un Cociente Emocional (C.E) como se hizo con el Cociente Intelectual (C.I).

Aunque sabemos que las emociones se producen en las personas y podemos observarlas, ya que existen indicadores conductuales y psicofisiológicos que las ponen de manifiesto, es muy difícil cuantificarlas.

El instrumento contiene 30 ítems, distribuidos en cinco dimensiones claves los cuales medirán la inteligencia emocional de los estudiantes de quinto grado de secundaria, los cuales son:

- Autoconciencia
- Autorregulación
- Automotivación
- Empatía
- Habilidades sociales

Este cuestionario cuenta con cinco opciones de respuesta:

Siempre Con frecuencia A veces Rara vez Nunca

A continuación se presenta las tablas y figuras de las cinco dimensiones de la inteligencia emocional de los de estudiantes de quinto grado de educación secundaria de educación básica regular del Colegio Emblemático Mateo Pumacahua de Sicuani, al final se agrega los resultados de las aptitudes personales que corresponde a los tres primeros componentes o dimensiones de la inteligencia emocional, mientras que las aptitudes sociales a las dos dimensiones restantes.

Tabla 4.
Dimensión autoconciencia

			Tabla cruzada Autoconciencia (Agrupada)*Género		
			Género		
			Mujer	Varón	Total
Autoconciencia (Agrupada)	Regular	Recuento	17	40	57
		% del total	9,3%	22,0%	31,3%
	Alta	Recuento	65	48	113
		% del total	35,7%	26,4%	62,1%
	Muy Alta	Recuento	10	2	12
		% del total	5,5%	1,1%	6,6%
Total		Recuento	92	90	182
		% del total	50,5%	49,5%	100,0%

Fuente: Elaboración propia

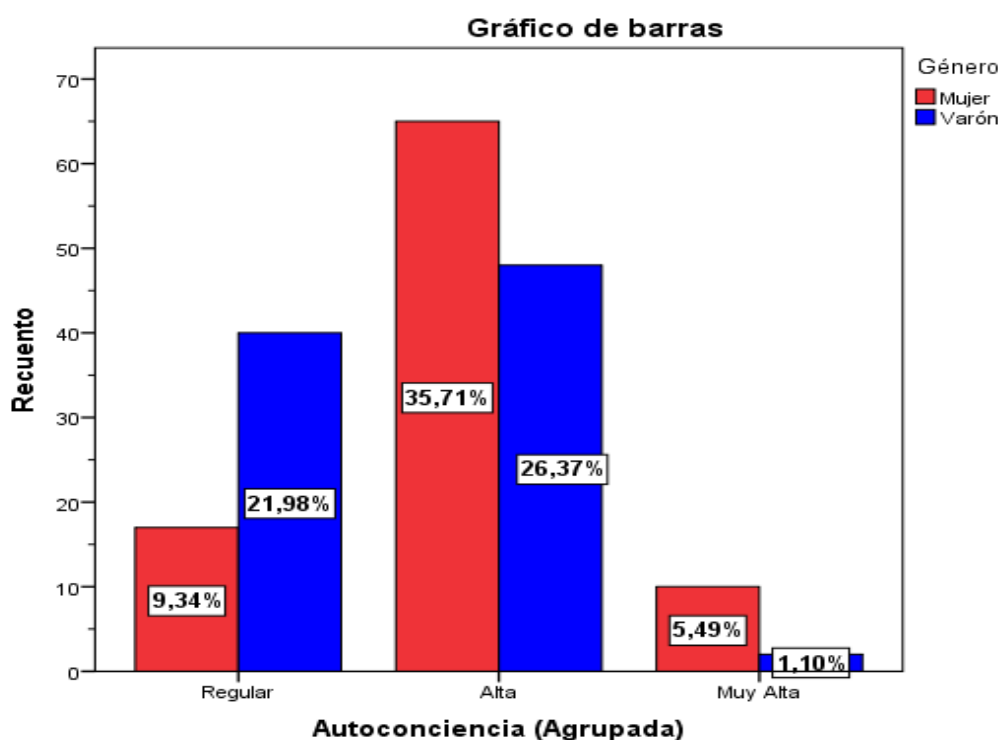


Figura 3. Dimensión autoconciencia

Fuente: Elaboración propia de la tabla 4

En la tabla 4 y la figura 3 se observa que, 62,10% de los estudiantes de quinto de educación secundaria tienen una autoconciencia alta; mientras que 31,30% tienen una autoconciencia regular o media y 6,60% tienen una autoconciencia muy alta. Se puede observar que ningún estudiante tiene autoconciencia baja ni muy baja. Asimismo se observa la mayor predominancia de las señoritas, donde las señoritas tienen una autoconciencia alta y muy alta.

Tabla 5.
Dimensión Automotivación

Tabla cruzada Automotivación (Agrupada)*Género

		Género		Total
		Mujer	Varón	
Automotivación (Agrupada)	Baja	Recuento	0	1
		% del total	0,0%	0,5%
	Regular	Recuento	19	36
		% del total	10,4%	19,8%
	Alta	Recuento	66	49
		% del total	36,3%	26,9%
	Muy Alta	Recuento	7	4
		% del total	3,8%	2,2%
Total	Recuento	92	90	
	% del total	50,5%	49,5%	

Fuente: Elaboración propia

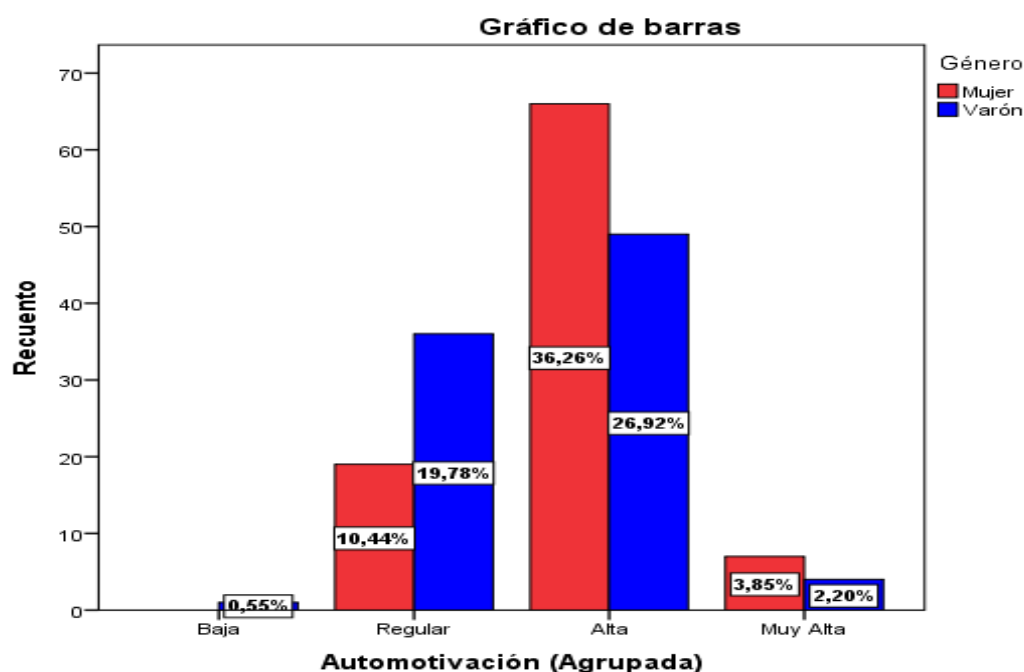


Figura 4. Dimensión automotivación

Fuente: Elaboración propia de la tabla 5

En la tabla 5 y la figura 4 se observa que, 63,20% de los estudiantes tienen una automotivación alta; mientras que 30,20% tienen una automotivación regular o media y el 6,00% tienen una automotivación muy alta. Se puede observar que solo 0,50% de estudiantes tiene autoconciencia baja y ninguno una automotivación muy baja. De esta manera se observa la mayor predominancia de las señoritas, es decir la mayoría de las señoritas estudiantes tienen una automotivación alta y muy alta.

Tabla 6.
Dimensión Autorregulación

Tabla cruzada Autorregulación (Agrupada)*Género

			Género		
			Mujer	Varón	Total
Autorregulación (Agrupada)	Baja	Recuento	0	1	1
		% del total	0,0%	0,5%	0,5%
	Regular	Recuento	32	30	62
		% del total	17,6%	16,5%	34,1%
	Alta	Recuento	55	57	112
		% del total	30,2%	31,3%	61,5%
	Muy Alta	Recuento	5	2	7
		% del total	2,7%	1,1%	3,8%
Total	Recuento	92	90	182	
	% del total	50,5%	49,5%	100,0%	

Fuente: Elaboración propia

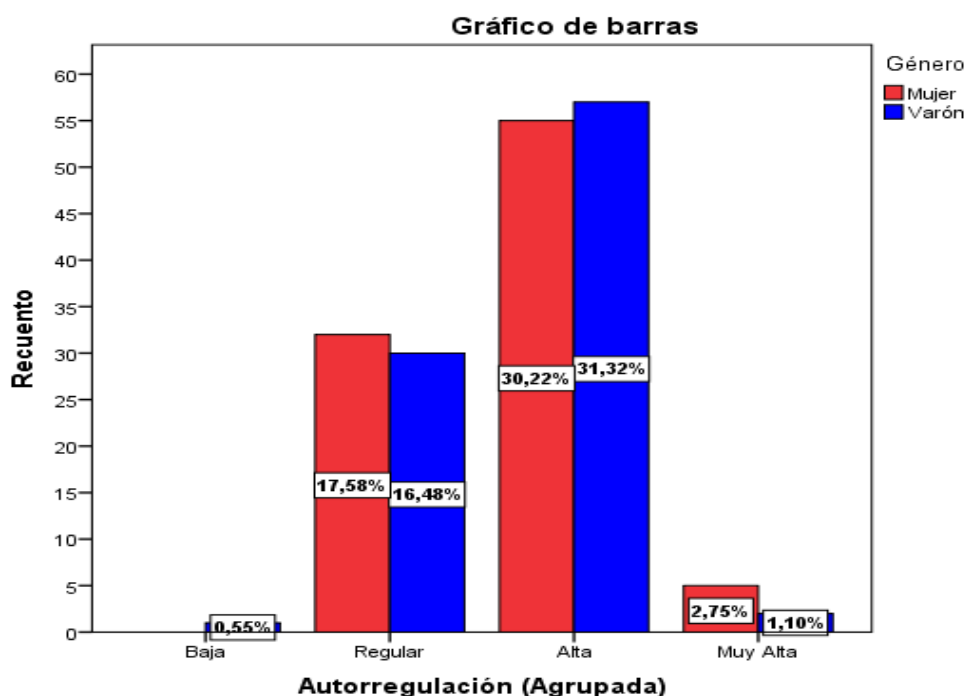


Figura 5. Dimensión autorregulación

Fuente: Elaboración propia de la tabla 6

En la tabla 6 y la figura 5 se puede observar que, 61,50% de los estudiantes de quinto de educación secundaria tienen una autorregulación alta; mientras que 34,10% tienen una autorregulación regular o media y 3,80% tienen una autorregulación muy alta. Se puede observar que solo 0,50% de estudiantes tienen autorregulación baja y ningún estudiante se ubica en muy baja. Aquí se observa que relativamente los varones tienen mejor manejo de la dimensión autorregulación.

Tabla 7.
Dimensión Empatía

			Género		
			Mujer	Varón	Total
Empatía (Agrupada)	Regular	Recuento	24	27	51
		% del total	13,2%	14,8%	28,0%
	Alta	Recuento	64	61	125
		% del total	35,2%	33,5%	68,7%
	Muy Alta	Recuento	4	2	6
		% del total	2,2%	1,1%	3,3%
Total	Recuento		92	90	182
	% del total		50,5%	49,5%	100,0%

Fuente: Elaboración propia

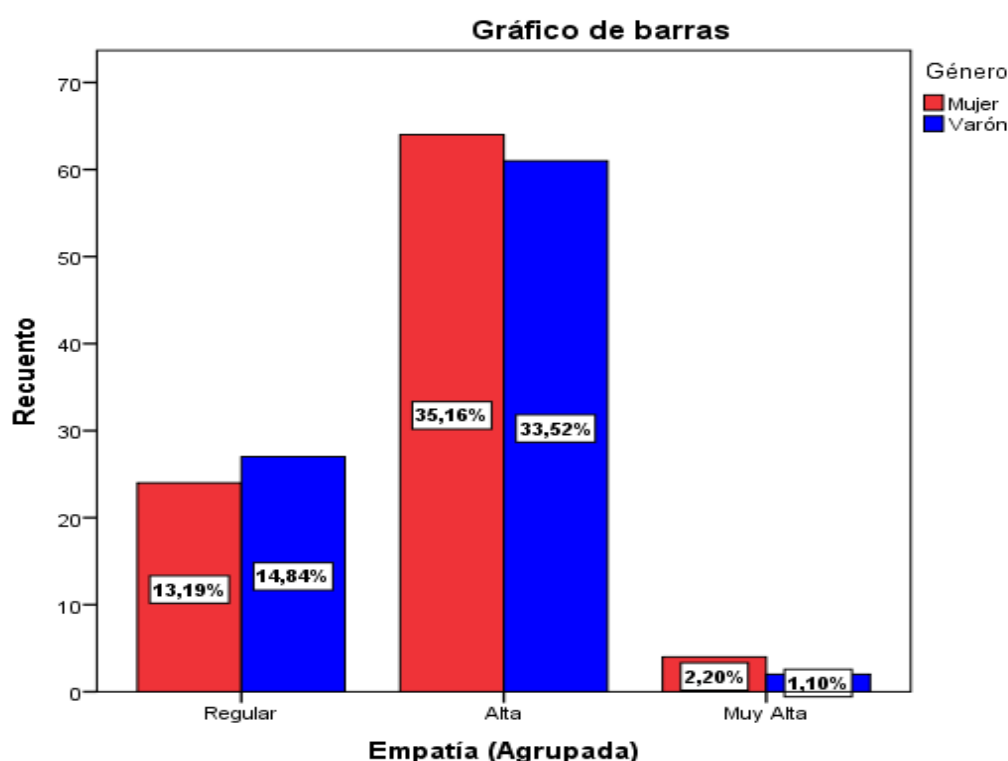


Figura 6. Dimensión empatía

Fuente: Elaboración propia de la tabla 7

En la tabla 7 y la figura 6 se puede observar que, 68,70% de los estudiantes de quinto de educación secundaria tienen un manejo de empatía alta; mientras que 28,00% tienen una empatía regular o media y 3,30% tienen una empatía muy alta. Se observa que ningún estudiante tiene empatía baja y muy baja. Se infiere que, la mayoría de los estudiantes tienen mejor desarrollado la dimensión empatía.

Tabla 8.
Dimensión Habilidades Sociales

Tabla cruzada Habilidades Sociales (Agrupada)*Género

		Género			
			Mujer	Varón	Total
Habilidades Sociales (Agrupada)	Regular	Recuento	14	29	43
		% del total	7,7%	15,9%	23,6%
	Alta	Recuento	73	59	132
		% del total	40,1%	32,4%	72,5%
	Muy Alta	Recuento	5	2	7
		% del total	2,7%	1,1%	3,8%
Total	Recuento	92	90	182	
	% del total	50,5%	49,5%	100,0%	

Fuente: Elaboración propia

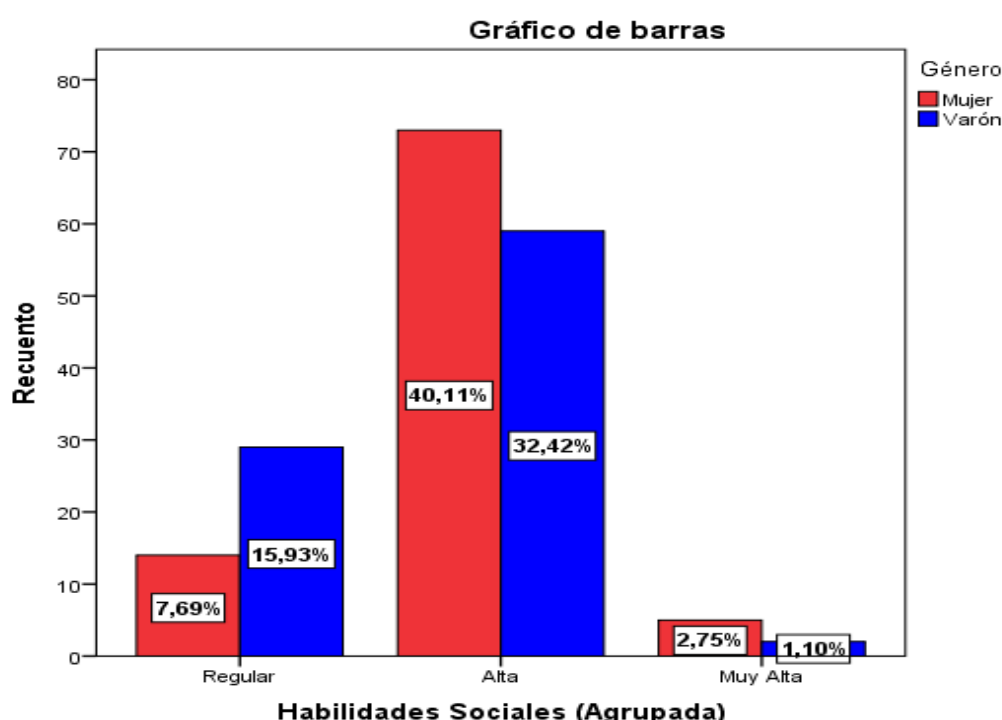


Figura 7. Dimensión habilidades sociales

Fuente: Elaboración propia de la tabla 8

En la tabla 8 y la figura 7 se observan que, el 72,50% de los estudiantes de quinto grado de educación secundaria tienen desarrolladas las habilidades sociales a nivel alta; mientras que 23,60% tienen habilidades sociales regulares o medias y 3,80% tienen habilidades sociales muy altas. Se observa que ningún estudiante tiene habilidades sociales bajas y muy bajas. De donde se deduce que, la mayoría de los estudiantes tienen mejor desarrollada la dimensión de habilidades sociales.

Tabla 9.
Niveles de inteligencia emocional, en el componente aptitud personal

		Género		
		Mujer	Varón	Total
Aptitud Personal Regular (Agrupada)	Recuento	7	29	36
	% del total	3,8%	15,9%	19,8%
Alta	Recuento	85	61	146
	% del total	46,7%	33,5%	80,2%
Total	Recuento	92	90	182
	% del total	50,5%	49,5%	100,0%

Fuente: Elaboración propia

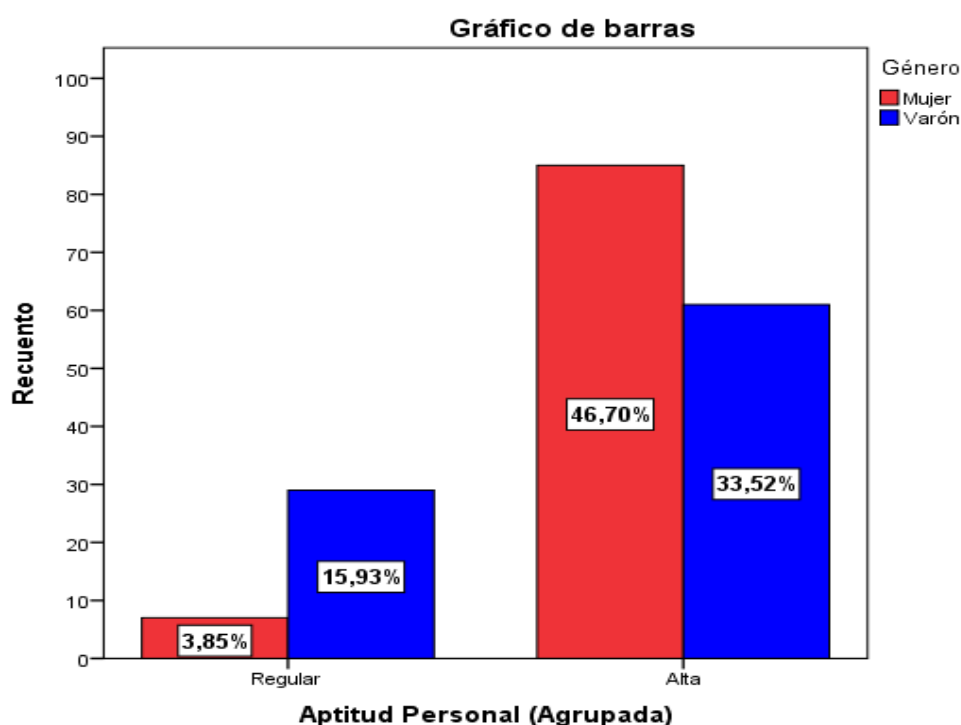


Figura 8. Niveles de inteligencia emocional, en el componente aptitud personal

Fuente: Elaboración propia de la tabla 9

En la tabla 9 y la figura 8 se observa que, el 80,20% de los estudiantes de quinto grado de educación secundaria tienen desarrollado la aptitud personal a nivel alta; mientras que 19,80% tienen aptitud personal regular o media y 3,80% tienen aptitud personal muy alta. Se observa que ningún estudiante tiene aptitud personal baja ni muy baja. De donde se deduce que, la mayoría de los estudiantes tienen mejor desarrollado la aptitud personal (autoconciencia, automotivación y autorregulación).

Tabla 10.
Niveles de inteligencia emocional, en el componente aptitud social

			Género		
			Mujer	Varón	Total
Aptitud Social (Agrupada)	Regular	Recuento	13	16	29
		% del total	7,1%	8,8%	15,9%
	Alta	Recuento	75	72	147
		% del total	41,2%	39,6%	80,8%
	Muy Alta	Recuento	4	2	6
		% del total	2,2%	1,1%	3,3%
Total	Recuento	92	90	182	
	% del total	50,5%	49,5%	100,0%	

Fuente: Elaboración propia

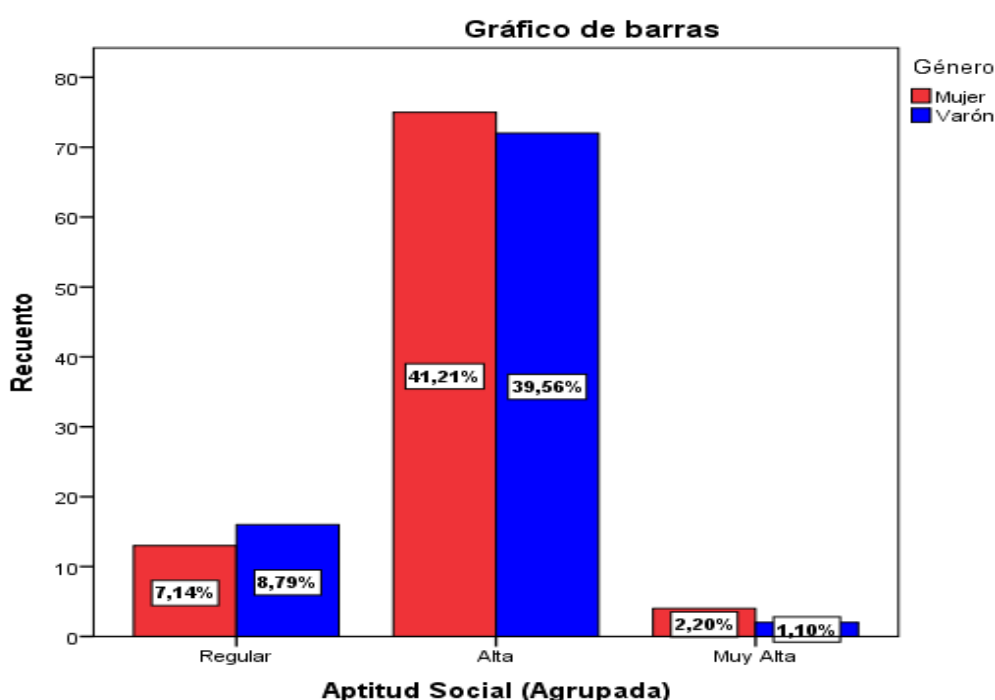


Figura 9. Niveles de inteligencia emocional, en el componente aptitud social

Fuente: Elaboración propia de la tabla 10

En la tabla 10 y la figura 9 se observa que, el 80,80% de los estudiantes de quinto grado de educación secundaria tienen desarrollado la aptitud social a nivel alto; mientras que 15,90% tienen aptitud social regular o media y 3,30% tienen aptitud social muy alta. Se observa que ningún estudiante tiene aptitud social baja ni muy baja. De donde se deduce que, la mayoría de los estudiantes tienen mejor desarrollado la aptitud social (empatía y habilidades sociales).

Tabla 11.

Inteligencia Emocional de los estudiantes de quinto grado de secundaria del Colegio Emblemático Mateo Pumacahua

			Género		
			Mujer	Varón	Total
Inteligencia Emocional (Agrupada)	Regular	Recuento	2	16	18
		% del total	1,1%	8,8%	9,9%
	Alta	Recuento	90	74	164
		% del total	49,5%	40,7%	90,1%
Total		Recuento	92	90	182
		% del total	50,5%	49,5%	100,0%

Fuente: Elaboración propia

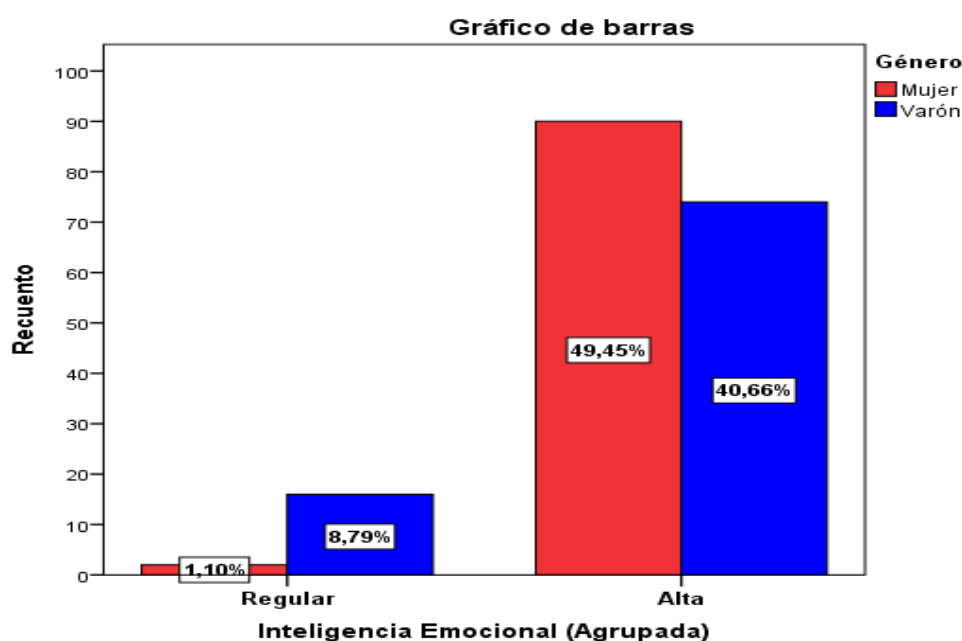


Figura 10. Inteligencia emocional de los estudiantes de quinto grado de secundaria del Colegio Emblemático Mateo Pumacahua

Fuente: Elaboración propia de la tabla 11

En la tabla 11 y la figura 10 se observa que, el 90,10% de los estudiantes de quinto grado de educación secundaria tienen un nivel de inteligencia emocional alta; mientras que 09,90% tienen nivel regular o media. Se observa que ningún estudiante tiene inteligencia emocional baja, muy baja ni muy alta. De donde se deduce que, la mayoría de los estudiantes tienen mejor desarrollado la inteligencia emocional, en sus cinco dimensiones: autoconciencia, automotivación, autorregulación, empatía y habilidades sociales.

CONCLUSIONES

PRIMERA: La Inteligencia Emocional, en sus cinco dimensiones los estudiantes tiene desarrollado a nivel regular, alto y muy alto. La mayoría alcanza un nivel alto, y una minoría se ubica en el nivel regular. No perder de vista, que la mayoría de estudiantes del quinto grado de secundaria, tienen una adecuada autoconciencia, autorregulación, motivación, empatía y habilidades sociales. Mientras que un sector minoritario de estudiantes, deben mejorar su inteligencia emocional.

SEGUNDA: El nivel de desarrollo de la inteligencia emocional de los estudiantes del quinto grado de Educación Secundaria del Colegio Emblemático “Mateo Pumacahua” de Sicuani es alto, este resultado indica que la mayoría de los estudiantes tienen un manejo adecuado de sus emociones. Por ende, es un indicador favorable para elevar los niveles de logro en cuanto a su aprendizaje de las áreas curriculares.

TERCERA: En cuanto a la inteligencia emocional en el componente aptitud personal, la mayoría de los estudiantes tienen un alto, relativamente mejor con respecto a la del componente aptitud social. La aptitud social se irá desarrollando y mejorando con las interacciones en las relaciones sociales.

CUARTA: En cuanto al género se puede prestar atención que, las señoritas tienen una inteligencia emocional relativamente superior a la de los varones. En las dimensiones autoconciencia, automotivación, empatía y habilidades sociales, las señoritas superan a los varones; mientras que los varones solo superan en autorregulación en un pequeño porcentaje.

QUINTA: En definitiva, las señoritas son más sensibles que los varones, es decir tienen más desarrollado la inteligencia emocional. Son más sentimentales que los varones, por consiguiente son más empáticos y manejan mejor su autoconciencia y automotivación. Pero, los varones mejor manejo tienen en cuanto al control de sus emociones de autorregulación. Estas habilidades, a lo largo de la vida, sentarán las bases para que los estudiantes se conviertan en adultos felices, relajados, responsables, plenos, entre otras muchas cualidades.

RECOMENDACIONES

PRIMERA: Los resultados obtenidos en la presente investigación sirvan de motivación para desarrollar investigaciones posteriores, ya que es significativo afianzar las dimensiones de la inteligencia emocional estudiadas, considerando otras variables o aspectos en el nivel educación secundaria de Educación Básica Regular.

SEGUNDA: La instrucción Educativa como tal, debe iniciar, en un primer momento con los responsables de la crianza de los niños, es decir, padres de familia, luego con los profesores; con la finalidad de superar las dificultades con que tropiezan los estudiantes de educación secundaria.

TERCERA: Es trascendental que los padres de familia presten la atención necesaria sobre los aspectos de las emociones; ayudar a sus hijos y orientarlos en este ámbito de sus vidas, como en todos los demás, tendrá un efecto positivo dentro de su desarrollo integral, en esta etapa de la vida (edad escolar).

CUARTA: Es conveniente realizar estos estudios en colegios de diferentes estratos económicos y sociales, sectores que no se han considerado en esta muestra. Nos serviría para contrastar los resultados que hemos encontrado en la Institución educativa motivo de estudio.

BIBLIOGRAFÍA

- Ander-Egg, E. (1978). *Introducción a las Técnicas de Investigación Social*. Buenos Aires Argentina: Editorial Grijalbo.
- Arias, F. G. (2012). *El Proyecto de Investigación: Introducción a la metodología científica*. Caracas - Venezuela: Editorial Episteme.
- Bazán C., J. (2012). *Judith Elena BaLa inteligencia emocional y su relación con el nivel de logro en el área de personal social de las niñas y niños de 5 años del Jardín de Niños N° 215, Trujillo, 2012*. Trujillo.
- Bisquerra Alzina, R. (2003). Educación Emocional y Competencias Básicas para la Vida. *Revista de investigación educativa*, 21, 7-43.
- Brockert, S., & Braun, G. (1997). *Los tests de la inteligencia emocional*. Barcelona España: Robinbook.
- Castañeda, M., Cabrera, A., Navarro, Y., & de Vries, W. (2010). *Procesamiento de datos y análisis estadísticos utilizando SPSS: Un libro práctico para investigadores y administradores educativos*. Porto Alegre - Brasil: EDIPUCRS – Editora Universitária da PUCRS.
- Damasio, A. (1996). *El Error de Descartes: La emoción, la razón y el cerebro humano*. Santiago - Chile: Andres Bello.
- El Sahili, L. F., & Munguía, P. G. (2011). *Desarrollo Humano: Otro enfoque para el desarrollo personal*. Guanajuato: Universidad de Guanajuato.
- Fernández, P., & Extremera, N. (2005). La Inteligencia Emocional y la educación de las emociones desde el Modelo de Mayer y Salovey. *Interuniversitaria de Formación del Profesorado*, 63-93.
- Gardner, H. (1999). *Estructuras de la mente: La Teoría de Las Inteligencias Múltiples*. Bogotá Colombia: Fondo de cultura económica.
- Goleman, D. (1998). *La Inteligencia Emocional*. Buenos Aires - Argentina: Javier Vergara Editor S.A.

- Goleman, D. (1998). *La práctica de la inteligencia emocional*. Barcelona España, , España: Editorial Kairós. S.A.
- Goleman, D. (Enero de 2004). ¿Qué hace a un líder? (I. M. S.A., Ed.) *Harvard Business Review*, Vol. 82(Nº 1), Págs. 72-80.
- Goleman, D. (2006). *Inteligencia social: La nueva ciencia de las relaciones humanas*. Barcelona: Editorial Kairós.
- Hernández, R., Fernández, C., & Baptista, M. (2014). *Metodología de la investigación* (Sexta edición ed.). México D.F.: McGRAW-HILL / INTERAMERICANA EDITORES, S.A. DE C.V.
- Hué García, C. (2016). Inteligencia emocional y bienestar. En J. L. Soler, L. Aparicio, O. Díaz, E. Escolano, & A. Rodríguez, *II Congreso Internacional de Inteligencia Emocional y Bienestar: Reflexiones, experiencias profesionales e investigaciones* (págs. 32-44). Zaragoza España: Ediciones Universidad San Jorge.
- López-Roldán, P., & Fachelli, S. (2015). *Metodología de la Investigación Social Cuantitativa*. Barcelona España: Universitat Autònoma de Barcelona.
- Maldonado, C., & Gracia, M. (2017). *Experiencias y reflexiones pedagógicas en Ciencia Política y Relaciones Internacionales*. Bogotá - Colombia: Editorial Universidad del Rosario.
- Mayer, J. D., & Salovey, P. (1997). What is emotional intelligence? (P. Salovey, & D. Sluyter, Edits.) *Emocional Development and Emotional Intelligence: educational implications*, 3-31.
- Papalia, D. E., & Wendkos Olds, S. (1996). *Psicología*. México: Editorial McGraw Hill.
- Peña , J. A., Macías, N. I., & Morales, F. L. (2011). *Manual de práctica básica: Motivación y emoción* (2da Ed. ed.). México: El Manual Moderno S.A. de C.V.
- Perret, R., & VINASCO, Z. (2016). *El secreto de la motivacion*. México.
- Salkind, N. J. (1998). *Métodos de Investigación*. México: Prentice Hall,.

- Salovey, P., & Mayer, J. D. (1990). Emotional intelligence. *Imagination, Cognition, and Personality*(9), 185-211.
- Serrano, M. (2000). *Inteligencia Emocional en adolescentes de ambos sexos*. Trabajo de ascenso: Universidad del Zulia.
- Vivas, M., Gallego, D., & González, B. (2007). *Educación de las emociones*. Mérida Venezuela: Producciones Editoriales C. A.
- Weisinger, H. (1998). *La inteligencia emocional en el trabajo*. Buenos Aires - Argentina: Javier Vergara Editor.



ANEXO

TEST DE INTELIGENCIA EMOCIONAL

ESTIMADO(A) ALUMNO(A): Responde a todas las preguntas con sinceridad, márkela con una “x” la alternativa que más se acerque a su situación en particular.

Género: Masculino Femenino

Grado y Sección

1. Soy consciente de las reacciones físicas (gestos, dolores, cambios súbitos) que señalan una reacción “visceral” emocional.
 - a) Siempre
 - b) Con frecuencia
 - c) A veces
 - d) Rara vez
 - e) Nunca

2. Me conozco a mí mismo, sé lo que pienso, lo que siento y lo que hago.
 - a) Siempre
 - b) Con frecuencia
 - c) A veces
 - d) Rara vez
 - e) Nunca

3. No me aferro a los problemas, enfados o heridas del pasado y soy capaz de dejarlos atrás para avanzar.
 - a) Siempre
 - b) Con frecuencia
 - c) A veces
 - d) Rara vez
 - e) Nunca

4. Normalmente tengo una idea exacta de cómo me percibe la otra persona durante una interacción específica.
 - a) Siempre
 - b) Con frecuencia
 - c) A veces
 - d) Rara vez
 - e) Nunca

5. Hay varias cosas importantes en mi vida que me entusiasman y lo hago patente
 - a) Siempre
 - b) Con frecuencia
 - c) A veces
 - d) Rara vez
 - e) Nunca

6. Tengo facilidad para conocer o iniciar conversaciones con personas desconocidas cuando tengo que hacerlo.
 - a) Siempre
 - b) Con frecuencia
 - c) A veces
 - d) Rara vez
 - e) Nunca

7. Me tomo un descanso o utilizo otro método activo para incrementar mi nivel de energía cuando noto que está decayendo.
 - a) Siempre
 - b) Con frecuencia
 - c) A veces
 - d) Rara vez
 - e) Nunca

8. Comprendo los sentimientos de los demás.
 - a) Siempre
 - b) Con frecuencia
 - c) A veces
 - d) Rara vez
 - e) Nunca

9. Me abro a las personas en la medida adecuada, no demasiado, pero lo suficiente como para no dar la impresión de ser frío y distante.
 - a) Siempre
 - b) Con frecuencia
 - c) A veces
 - d) Rara vez
 - e) Nunca

10. Puedo participar en una interacción con otra persona y captar bastante bien cuál es su estado de ánimo en base a las señales no verbales que me envía.
 - a) Siempre
 - b) Con frecuencia
 - c) A veces
 - d) Rara vez
 - e) Nunca

11. Normalmente, otros se sienten inspirados y animados después de hablar conmigo.
 - a) Siempre
 - b) Con frecuencia
 - c) A veces
 - d) Rara vez
 - e) Nunca

12. No tengo ningún problema a la hora de hacer una presentación a un grupo o dirigir una reunión.
- a) Siempre
 - b) Con frecuencia
 - c) A veces
 - d) Rara vez
 - e) Nunca
13. Cada día dedico algo de tiempo a la reflexión.
- a) Siempre
 - b) Con frecuencia
 - c) A veces
 - d) Rara vez
 - e) Nunca
14. Se siente contento (a) con la vida que lleva en la actualidad.
- a) Siempre
 - b) Con frecuencia
 - c) A veces
 - d) Rara vez
 - e) Nunca
15. Me abstengo de formarme una opinión sobre los temas y de expresar esa opinión hasta que no conozco todos los hechos.
- a) Siempre
 - b) Con frecuencia
 - c) A veces
 - d) Rara vez
 - e) Nunca
16. Cuento con varias personas a las que puedo recurrir y pedir su ayuda cuando lo necesito.
- a) Siempre
 - b) Con frecuencia
 - c) A veces
 - d) Rara vez
 - e) Nunca
17. Intento encontrar el lado positivo de cualquier situación.
- a) Siempre
 - b) Con frecuencia
 - c) A veces
 - d) Rara vez
 - e) Nunca

18. Soy capaz de afrontar con calma, sensibilidad y de manera proactiva las manifestaciones emocionales de otras personas.
- Siempre
 - Con frecuencia
 - A veces
 - Rara vez
 - Nunca
19. Normalmente soy capaz de identificar el tipo de emoción que siento en un momento.
- Siempre
 - Con frecuencia
 - A veces
 - Rara vez
 - Nunca
20. Cuando algo no me sale como lo esperaba, toma las cosas con humor.
- Siempre
 - Con frecuencia
 - A veces
 - Rara vez
 - Nunca
21. No escondo mi enfado, pero tampoco lo pago con otros.
- Siempre
 - Con frecuencia
 - A veces
 - Rara vez
 - Nunca
22. Puedo demostrar empatía y acoplar mis sentimientos a los de la otra persona en una interacción.
- Siempre
 - Con frecuencia
 - A veces
 - Rara vez
 - Nunca
23. Soy capaz de seguir adelante en un proyecto importante, a pesar de los obstáculos.
- Siempre
 - Con frecuencia
 - A veces
 - Rara vez
 - Nunca
24. Los demás me respetan y les caigo bien, incluso cuando no están de acuerdo conmigo.
- Siempre
 - Con frecuencia
 - A veces
 - Rara vez

- 25.** Tengo muy claro cuáles son mis propias metas y valores.
- a) Siempre
 - b) Con frecuencia
 - c) A veces
 - d) Rara vez
 - e) Nunca
- 26.** Expreso mis puntos de vista con honestidad y ponderación, sin agobiar.
- a) Siempre
 - b) Con frecuencia
 - c) A veces
 - d) Rara vez
 - e) Nunca
- 27.** Puedo controlar mis estados de ánimo y muy raras veces llevo las emociones negativas al trabajo.
- a) Siempre
 - b) Con frecuencia
 - c) A veces
 - d) Rara vez
 - e) Nunca
- 28.** Centro toda mi atención en la otra persona cuando estoy escuchándole.
- a) Siempre
 - b) Con frecuencia
 - c) A veces
 - d) Rara vez
 - e) Nunca
- 29.** Creo que el trabajo que hago cada día tiene sentido y aporta valor a la sociedad.
- a) Siempre
 - b) Con frecuencia
 - c) A veces
 - d) Rara vez
 - e) Nunca
- 30.** Puedo persuadir eficazmente a otros para que adopten mi punto de vista sin coacciones.
- a) Siempre
 - b) Con frecuencia
 - c) A veces
 - d) Rara vez
 - e) Nunca