



UNIVERSIDAD NACIONAL DEL ALTIPLANO DE PUNO
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN
ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN PRIMARIA



INTELIGENCIA EMOCIONAL EN ESTUDIANTES DEL 5°
GRADO DE LA IEP 70 013 BARRIO MAÑAZO DE LA CIUDAD DE
PUNO EN EL AÑO 2019

TESIS

PRESENTADA POR:

Bach. SANDRA ENCINAS FLORES

PARA OPTAR EL TÍTULO PROFESIONAL DE:
LICENCIADA EN EDUCACIÓN PRIMARIA

PUNO - PERÚ

2019



DEDICATORIA

Esta investigación se la dedico a mis queridos padres, Don Julio Rogelio y Doña Agripina por su apoyo incondicional y la confianza que depositaron en mi durante todo este tiempo guiando mis pasos para mi formación profesional.

Con mucho cariño y amor también se la dedico a mi Esposo que desde un inicio me brindó su apoyo moral e incondicional.

Dedicado a ellos porque gracias a su apoyo incondicional he logrado alcanzar una meta más en la vida.

Sandra



AGRADECIMIENTO

- A Dios por guiar mi camino, y permitirme superar los obstáculos de la vida.
- A la Universidad Nacional del Altiplano por el apoyo que me brindó a través de sus docentes en los momentos de aflicción, durante el transcurso de los estudios de pregrado.
- A los miembros del jurado: Dra. Erika Marcia Georgina Jaen Tejada, D.Sc. Danitza Luisa Sardón Ari, Dra. Damiana Flores Mamani, por sus sugerencias durante todo el proceso de esta investigación.
- De igual manera mi agradecimiento al Dr. WIDO WILLAM CONDORI CASTILLO por sus consejos y apoyo brindado desde el inicio hasta la culminación de la presente investigación.
- A la Institución Educativa Primaria N° 70013 BARRIO MAÑAZO Puno, muy especialmente a los estudiantes del quinto grado, por su colaboración durante el desarrollo, de igual forma a la dirección, subdirección y al personal docente.

Sandra



ÍNDICE GENERAL

DEDICATORIA

AGRADECIMIENTO

ÍNDICE GENERAL

ÍNDICE DE FIGURAS

ÍNDICE DE TABLAS

ÍNDICE DE ACRÓNIMOS

RESUMEN 11

ABSTRACT..... 12

CAPÍTULO I

INTRODUCCIÓN

1.1. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA 14

1.2. FORMULACIÓN DEL PROBLEMA 15

1.3. JUSTIFICACIÓN DEL ESTUDIO..... 15

1.4. OBJETIVOS DE LA INVESTIGACIÓN 15

1.4.1. Objetivo general..... 15

1.4.2. Objetivos específicos 16

CAPÍTULO II

REVISIÓN DE LITERATURA

2.1. ANTECEDENTES..... 17

2.1.1. A nivel internacional..... 17

2.1.2. A nivel nacional 18

2.1.3. A nivel regional..... 20

2.2. MARCO TEÓRICO 20

2.2.1. Concepto de emoción 20



2.2.2. Concepto de inteligencia emocional	21
2.2.3. Modelos de la inteligencia emocional	22
2.2.3.1. Modelo de habilidades	22
2.2.3.1.1. Percepción emocional	23
2.2.3.1.2. Asimilación emocional.....	23
2.2.3.1.3. Comprensión emocional.....	24
2.2.3.1.4. Regulación emocional.....	24
2.2.3.2. Modelo mixto	25
2.2.3.2.1. Modelo de Goleman.....	25
2.2.3.2.2. Modelo de Bar-On Reuven	28
2.2.4. Componentes emocionales de la inteligencia emocional de Bar-On.....	28
2.2.4.1. Componente Emocional: intrapersonal	29
2.2.4.2. Componente emocional: interpersonal.....	31
2.2.4.3. Componente emocional: adaptabilidad	32
2.2.4.4. Componente emocional: manejo de estrés	33
2.2.4.5. Componente emocional: estado de ánimo.....	34
2.2.6. Beneficios de la inteligencia emocional	36
2.3. MARCO CONCPETUAL.....	37

CAPÍTULO III

MATERIALES Y MÉTODOS

3.1. UBICACIÓN GEOGRÁFICA DEL ESTUDIO	40
3.2. PERIODO DE DURACIÓN DEL ESTUDIO.....	40
3.3. PROCEDENCIA DEL MATERIAL UTILIZADO.....	40
3.3.1. Técnicas e instrumentos de recolección de datos	41
3.3.2. Tipo y diseño de investigación	42



3.4. POBLACIÓN Y MUESTRA DE ESTUDIO	43
3.4.1. Población	43
3.4.2. Muestra	43
3.5. DISEÑO ESTADÍSTICO	44
3.6. PROCEDIMIENTO	44
3.7. VARIABLES	45
3.8. ANÁLISIS DE LOS RESULTADOS	45
3.8.1. Aspectos generales a considerar	45
3.8.2. Índice de inconsistencia	45
3.8.3. Índice de escala positiva/negativa	46
3.8.4. Escala de calificación de la inteligencia emocional	47
3.8.5. Escala de calificación de las dimensiones de la inteligencia emocional	47

CAPÍTULO IV

RESULTADOS Y DISCUSIÓN

4.1. RESULTADOS	48
4.1.1. Resultados del índice de inconsistencia del cuestionario de inteligencia emocional	48
4.1.2. Resultados del índice de escala de impresión positiva/negativa	49
4.1.3. Resultados por dimensiones de la inteligencia emocional	50
4.1.3.1. Resultados de la dimensión intrapersonal	50
4.1.3.2. Resultados de la dimensión interpersonal	51
4.1.3.3. Resultados de la dimensión adaptabilidad	52
4.1.3.4. Resultados de la dimensión manejo de estrés	53
4.1.3.5. Resultados de la dimensión estado de ánimo	54
4.1.4. Resultados generales de la variable inteligencia emocional	55



4.2. DISCUSIÓN	56
V. CONCLUSIONES.....	57
VI. RECOMENDACIONES	59
VII. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.....	61
ANEXOS.....	65

Área : Perspectivas teóricas de la educación

Tema : Calidad educativa

Fecha de sustentación: 13 / Diciembre /2019



ÍNDICE DE FIGURAS

Figura 1. Resultados del índice de inconsistencia	48
Figura 2. Resultados del índice de escala de impresión positiva/negativa	49
Figura 3. Resultados de la dimensión intrapersonal	50
Figura 4. Resultados de la dimensión interpersonal	51
Figura 5. Resultados de la dimensión adaptabilidad	52
Figura 6. Resultados de la dimensión manejo de estrés	53
Figura 7. Resultados de la dimensión estado de ánimo	54
Figura 8. Resultados generales de la variable inteligencia emocional	55



ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1	Muestra de investigación	43
Tabla 2	Escala de medición de índice de impresión positiva/negativa.....	46
Tabla 3	Escala de calificación de la inteligencia emocional.....	47
Tabla 4	Escala de calificación por dimensiones	47
Tabla 5	Resultados del índice de inconsistencia.....	48
Tabla 6	Resultados del índice de escala de impresión positiva/negativa.....	49
Tabla 7	Resultados de la dimensión intrapersonal.....	50
Tabla 8	Resultados de la dimensión interpersonal.....	51
Tabla 9	Resultados de la dimensión adaptabilidad	52
Tabla 10	Resultados de la dimensión de manejo de estrés	53
Tabla 11	Resultados de la dimensión estado de ánimo.....	54
Tabla 12	Resultados generales de la variable inteligencia emocional	55



ÍNDICE DE ACRÓNIMOS

ANOVA	:	Analysis of Variance (Análisis de varianza)
ECE	:	Examen Censal de Estudiantes
EEC	:	Estímulos Emocionalmente Competentes
IEP	:	Institución Educativa Primaria
MINEDU	:	Ministerio de Educación
SPSS	:	Statistical Package for the Social Sciences - Paquete Estadístico para las Ciencias Sociales.
UGEL	:	Unidad de Gestión Educativa Local



RESUMEN

Si cultivaran la inteligencia emocional, las personas pueden obtener diferentes habilidades como la adaptación y responder con facilidad las presiones y demandas del entorno social, siendo un tema importante y necesario la investigación cuyo título es “Inteligencia emocional en los estudiantes del 5° la IEP primaria Mañazo de la ciudad de Puno en el año 2019” tuvo como objetivo principal conocer el nivel de inteligencia emocional en los niños, la población estuvo compuesta por 13 estudiantes y la muestra por la misma cantidad de sujetos, el tipo de investigación es descriptiva simple y el diseño de investigación es descriptivo, el instrumento utilizado fue el cuestionario propuesto por Bar-on Reuven y adaptado por Nelly Ugarriza. Los resultados demuestran que la inteligencia emocional de los niños del 5° grado de primaria es promedio ya que el 69,23% de los niños se ubicó en este nivel, esto quiere decir que la inteligencia emocional que poseen les permite tener buen dominio de sus emociones sabiendo reaccionar asertivamente, seguidamente el nivel alto de inteligencia emocional obtuvo resultados del 23,08%, los niños que obtuvieron esos resultados tienen un manejo excepcional de sus emociones. Finalmente, el resultado obtenido del nivel bajo de inteligencia emocional fue del 7,69% en el que se ubica 1 estudiante; llegando a la conclusión que el nivel de inteligencia emocional de los estudiantes del 5° grado es promedio entonces los estudiantes requieren ser tomado en cuenta para tener mayor inteligencia emocional, ya que hoy en día el manejo de la inteligencia emocional es fundamental tanto para el desarrollo social, personal, es por ello la implementación de aflorar niveles de inteligencia emocional en las estudiantes en estudio.

Palabras clave: Inteligencia emocional, manejo de estrés, interpersonal, intrapersonal, adaptabilidad, estado de ánimo



ABSTRACT

If they cultivated the emotional intelligence, people can obtain different abilities like the adaptation and to respond with easiness the pressures and demands of the social environment, being an important and necessary topic the investigation whose title is emotional "Intelligence in the students of the 5° primary IEP Mañazo of the city of Puno in the year 2019" had as **main** objective to know the level of emotional intelligence in the children, the population was composed by 13 students and the sample by the same quantity of fellows, the investigation type is descriptive simple and the investigation design is descriptive, the used instrument was the questionnaire proposed for Bar-on Reuven and adapted by Nelly Ugarriza. The results demonstrate that the emotional intelligence of the children of the 5° grade of primary is since average 69,23% of the children it was located in this level, this means that the emotional intelligence that you/they possess allows them to have good domain of their emotions knowing how to react assertively, subsequently the high level of emotional intelligence obtained results of 23,08%, the children that obtained those results have an exceptional handling of their emotions. Finally, the obtained result of the low level of emotional intelligence was of 7,69% in which 1 student is located; reaching the conclusion that the level of the students' of the 5° grade emotional intelligence is then average the students requires to be taken into account to have emotional bigger intelligence, since nowadays the handling of the emotional intelligence is fundamental point for the social, personal development, it is hence the implementation of appearing levels of emotional intelligence in the students in study.

Keywords: Emotional intelligence, stress management, interpersonal, intrapersonal, adaptability, mood



CAPÍTULO I

INTRODUCCIÓN

El ser humano posee distintos tipos de inteligencia, argumento que ha sido validado por varios autores los cuales aseveran esta información. Gardner (2011) incluso plantea que existe siete inteligencias las cuales las personas poseen en mayor o menor manera y que de acuerdo a esto cada una debe potenciar las inteligencias en las que sobresale. Podemos encontrar a la inteligencia visual espacial, naturalista, lógico matemática, la inteligencia intrapersonal e interpersonal, entre otras. Sin embargo muchos investigadores consideran que existe una inteligencia que Howard Gardner no consideró de forma completa y esta es la inteligencia emocional.

La inteligencia emocional es la que ayuda al ser humano a frenar sus emociones cuando tiene que hacerlo, al igual que lo ayuda a buscar soluciones en situaciones de conflicto. Una persona con una buena inteligencia emocional sabrá resolver dificultades que se le presentan día a día, y una persona con una baja inteligencia emocional seguramente se hundirá en la tristeza. Si bien la inteligencia emocional se desarrolla a lo largo de los años es en las primeras etapas de la vida, en donde una persona forma su personalidad y también su inteligencia emocional. Muchas personas a lo largo de los años han aprendido a educar sus emociones y a reaccionar oportunamente a situaciones adversas, otras sin embargo han dejado que las dificultades las arrastren con ellos, no sabiendo controlar sus emociones y reaccionando de manera agresiva o bien pasiva.

Un niño que desde temprana edad aprende o se le enseña a manejar y educar sus emociones sabrá reaccionar adecuadamente, lo que significa que no tendrá arranques de ira, ni llanto, ni ninguna otra emoción que limite su capacidad de solucionar situaciones



de dificultad. Es en este orden que nace la idea de investigar acerca de la inteligencia emocional en los niños de V grado de primaria de la Institución Educativa 70013 Mañazo.

1.1. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

En el Perú existen situaciones adversas como la pobreza extrema en distintos lugares y otras tantas circunstancias que afectan al ser humano.

En Puno se observa la misma problemática que afecta principalmente a la población más vulnerable que son los niños, y puede ocasionar distintos tipos de reacciones en ellos. Se ha observado que los niños del 5° grado de la IEP 70 013 Barrio Mañazo están en proceso de cambio por la etapa que están viviendo que es la entrada a la pubertad, la que como se sabe es acompañada por cambios físicos tanto en varones como en mujeres, presión del grupo social, así como las circunstancias propias de su entorno que van desde la pobreza a la drogadicción, violencia escolar, violencia familiar, etc, en este contexto los niños del 5° grado de esta institución ha mostrado algunas conductas poco asertivas tales como agresividad o conductas muy pasivas, así mismo se observa que no tienen un buen concepto de sí mismo, ya que no se conocen y no son capaces de responder a preguntas sencillas referentes a su personalidad, por otro lado su estado de ánimo se ve mermado. Se ha observado también un ligero desinterés por parte de los docentes de aula respecto a las situaciones que atraviesan sus alumnos, ya que la mayoría de los docentes se preocupa más por el aspecto académico sin poner énfasis en el aspecto emocional, ni darse cuenta cuanto influye el bienestar emocional de un estudiante en su correcto aprendizaje.

Es por lo cual es muy importante conocer cuál es el nivel de inteligencia emocional que poseen o tienen los estudiantes del 5° grado de la IEP 70 013 Barrio Mañazo.



1.2. FORMULACIÓN DEL PROBLEMA

¿Cuál es el nivel de inteligencia emocional que poseen los estudiantes del 5° grado de primaria de la IEP 70 013 Barrio Mañazo?

1.3. JUSTIFICACIÓN DEL ESTUDIO

La inteligencia emocional abarca distintas aptitudes no cognitivas que poseen los individuos para afrontar situaciones adversas y salir airoso de ellas. Estas aptitudes son desarrolladas desde los primeros años de vida y van a influir en el manejo de decisiones del individuo, así como su manera de enfrentar las dificultades. En este sentido una persona con una inteligencia emocional plenamente desarrollada va a ser capaz de salir airoso de cualquier situación en la que se encuentre gracias al correcto manejo de sus emociones.

Los niños que están en la transición a la adolescencia necesitan estar conscientes de su inteligencia emocional para usarla como herramienta en el proceso de cambio que atravesaran, ya que la pubertad es una de las etapas más difíciles del ser humano. Es necesario conocer el nivel de inteligencia emocional de los niños, ya que ellos son muy vulnerables a esta edad, y se debe conocer como sobrellevan los cambios ocurridos en sus cuerpos, los conflictos familiares y la vida social, entre otros, para que así la IEP, docentes y padres de familia puedan brindar el apoyo necesario que los ayude a afrontar con éxito esta etapa de su vida.

1.4. OBJETIVOS DE LA INVESTIGACIÓN

1.4.1. Objetivo general

Determinar el nivel de inteligencia emocional de los estudiantes del 5° grado de la IEP 70 013 Barrio Mañazo de la ciudad de Puno en el año 2019.



1.4.2. Objetivos específicos

- Identificar el nivel de inteligencia intrapersonal de los estudiantes del 5° grado de la IEP 70 013 Barrio Mañazo de la ciudad de Puno en el año 2019.
- Identificar el nivel de inteligencia interpersonal de los estudiantes del 5° grado de la IEP 70 013 Barrio Mañazo de la ciudad de Puno en el año 2019.
- Identificar el nivel de adaptabilidad de los estudiantes del 5° grado de la IEP 70 013 Barrio Mañazo de la ciudad de Puno en el año 2019.
- Identificar el nivel de manejo del estrés de los estudiantes del 5° grado de la IEP 70 013 Barrio Mañazo de la ciudad de Puno en el año 2019.
- Identificar el estado de ánimo de los estudiantes del 5° grado de la IEP 70 013 Barrio Mañazo de la ciudad de Puno en el año 2019.



CAPÍTULO II

REVISIÓN DE LITERATURA

2.1. ANTECEDENTES

2.1.1. A nivel internacional

En el trabajo de investigación presentado por Azurduy (2011) titulado “La inteligencia emocional en adolescentes del segundo curso de secundaria de la Unidad Educativa “Germán Busch” ejecutado en la ciudad de La Paz en donde el objetivo principal fue: “Determinar las habilidades de la Inteligencia Emocional más desarrolladas por los adolescentes de 2do de secundaria de la “Unidad Educativa Germán Busch” de la ciudad de La Paz, mediante el uso del inventario de Inteligencia Emocional TMMS-24” se concluyó que: “Los adolescentes de 2do de secundaria de la Unidad Educativa “Germán Busch” de la ciudad de La Paz tienen una positiva Inteligencia Emocional. La mayoría de los mismos fluctúan entre la adecuada y excelente inteligencia emocional, habida cuenta de que las dos categorías son consideradas como positivas. Pero, si se las analiza en sus dimensiones por separado: atención, comprensión y regulación, La afirmación es relativa. Esto porque la regulación emocional es la habilidad más desarrollada por los adolescentes y la menos desarrollada es la comprensión emocional.

Tigroso (2013) En la investigación “Inteligencia emocional en jóvenes y adolescentes españoles y peruanos: variables psicológicas y educativas. cuya finalidad fue determinar la relación entre rasgos de personalidad, estrategias de motivación y aprendizaje en alumnos de secundaria de España y Perú y universitarios de diferentes carreras de la Universidad de León, concluyo que existen relaciones positivas y estadísticamente significativas entre la percepción que los observadores (padres y profesores) y los alumnos tienen con respecto al manejo ζ del estrés de estos últimos, siendo más elevada la relación entre la percepción de padres y alumnos.



Por su parte Vásquez (2011) en una investigación titulada “Nivel de inteligencia emocional que presentan los alumnos de quinto bachillerato de un colegio privado de la ciudad capital de Guatemala” concluyo que: “Los alumnos evaluados poseen habilidades en las que prestan atención a las emociones y sentimientos, creen percibirlos y poseen la capacidad para repararlos de manera en que prolongan estados emocionales positivos. Esto indica que no existe la necesidad de implementar un Programa para el Desarrollo de la Inteligencia Emocional en Adolescentes sobre todo porque solo un alumno obtuvo un resultado menor del esperado”

2.1.2. A nivel nacional

En la investigación realizada por Arbieta (2011) desarrolló una investigación titulada “Niveles de autoestima y el clima social familiar, en un grupo de estudiantes de alto y bajo rendimiento escolar”, en una muestra de 76 alumnos del tercero de secundaria, con alto y bajo rendimiento escolar en la I E —Gran Amatal de S.M.P. Utilizó la escala Clima social familiar (FES) (Moos), el Inventario de autoestima de Coopersmith, versión escolar, y el registro de notas, llegando a la conclusión de que no existe diferencia significativa entre los niveles de autoestima y clima social familiar.

Garay (2014) en una investigación titulada “Inteligencia emocional y su relación con el rendimiento académico de los estudiantes de sexto ciclo de la facultad de educación de la Universidad Nacional Mayor de San Marcos en la ciudad de Lima” cuyo objetivo general fue determinar la relación entre la relación la inteligencia emocional y su relación con el rendimiento académico, su población estuvo conformada por 98 estudiantes. de esta investigación se concluye que “existe una correlación muy alta entre la inteligencia emocional y el rendimiento académico de los alumnos de esta facultad. Demostrando que si controlan sus emociones podrán mejorar su atención a los problemas, aclarar sus ideas y lograr buenas calificaciones”.



Huachaca y Ligas (2014) en una investigación titulada “Influencia de la inteligencia emocional en el rendimiento escolar de los niños de 5to grado de educación primaria de la Institución Educativa 3054 “La Flor” – Carabayllo” cuyo objetivo principal fue “determinar como influye la inteligencia emocional en el rendimiento escolar de los niños de 5to grado”. La población estuvo conformada por 450 niños y Su muestra estuvo conformada por 56 niños de los cuales 28 pertenecen al grupo de control y los otros 28 al grupo experimental. De esta investigación se concluye que: ”Se acepta la hipótesis general planteada para la investigación debido a que los resultados obtenidos a través de la evaluación a los niños y niñas del 5to grado de la Institución Educativa La Flor 3054 – Carabayllo indican que un alto porcentaje de ellos mejoró su rendimiento académico a través del Programa de desarrollo de inteligencia emocional para niños. Según la prueba de T Student, a un nivel de confianza de 95%, se rechazó la hipótesis nula.”

Quispe (2004) En una investigación cuyo título: “Niveles de inteligencia emocional en un grupo de estudiantes de alto y bajo rendimiento escolar, de un colegio estatal del distrito de San Juan de Miraflores”, cuya población fue de 64 alumnos a quienes se les administró el instrumento de Bar-ón. Los resultados mostraron que existe diferencia significativa en los niveles de inteligencia emocional en estudiantes con bajo rendimiento en comparación con los de alto rendimiento, en donde los estudiantes de bajo rendimiento tienden a presentar mayor inteligencia emocional.

Tobalino (2002) en un trabajo de investigación titulado “Relaciones entre la inteligencia emocional y el rendimiento académico en los estudiantes de la Universidad Nacional Enrique Guzmán y Valle” cuyo objetivo fue determinar la relación entre la inteligencia emocional y el rendimiento académico. La muestra de estudio estuvo conformada por 405 estudiantes de diversos ciclos quienes fueron evaluados a través del test de Bar-On. De esta investigación se concluye que: “la muestra de estudio alcanza un



nivel de inteligencia emocional intrapersonal promedio, interpersonal marcadamente alto, adaptación promedio, en el área de manejo de tensión promedio y en el estado de ánimo promedio. El rendimiento académico es bajo. Existe relación entre el cociente emocional interpersonal y el rendimiento académico en los estudiantes de educación inicial”.

2.1.3. A nivel regional

Quiñonez (2017) en un trabajo de investigación titulado “ Inteligencia emocional y rendimiento académico de los estudiantes de la escuela profesional de educación secundaria,2016” cuyo objetivo general fue “determinar la influencia de la inteligencia emocional en el rendimiento académico de los estudiantes de la Escuela Profesional de Educación Secundaria UNA-Puno,2016” y cuya muestra estuvo conformada por 126 estudiantes de la especialidad lengua y literatura, psicología y filosofía de la UNA-Puno. De esta investigación se concluye que: “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. MARCO TEÓRICO

2.2.1. Concepto de emoción

Las emociones son aquellas que permiten al ser humano reaccionar a diferentes estímulos, de distintas formas. Las emociones más conocidas son. Asco, miedo, preocupación, tristeza, alegría, sorpresa.

“Los mecanismos de las emociones incluso las biológicas, pueden ser conducidos hacia el bien. El temperamento es modificable por la experiencia. Ser consciente de las propias emociones es el primer paso para no dejarse arrastrar por ellas. Entre las emociones más frecuentes se encuentra la Ira, enojo, malgenio, furia, resentimiento,



hostilidad, irritabilidad y odio. La sangre Fluye en las manos y así resulta más fácil tomar un arma y golpear al enemigo; el ritmo cardiaco se eleva, lo mismo que el nivel de adrenalina, garantizándose que se puede cumplir cualquier acción vigorosa. Miedo: ansiedad, desconfianza, fobia, miedo, nerviosismo, ingratitud, terror, preocupación, remordimiento, sospecha, pánico. La sangre va a los Músculos, en especial a las piernas, facilitando la huida.” (Salazar, 2017, p.23)

2.2.2. Concepto de inteligencia emocional

La inteligencia emocional ha sido estudiada por un sin número de autores, a continuación, se presentan algunos conceptos referentes a la inteligencia emocional:

Sosa (2008) define a la inteligencia emocional como “un tipo de inteligencia social que incluye la habilidad de supervisar y entender las emociones propias y las de los demás, discriminar entre ellas, y usar la información para guiar el pensamiento y las acciones de uno” (p.118)

“...es la capacidad para identificar,diferenciar, reconocer sentimientos propios y ajenos, y la habilidad para manejarlos en función a los intereses y necesidades circunstanciales de cada persona; caracterizándose por demostrar la capacidad para motivarse así mismo, demostrar perseverancia, controlar los impulsos, regular el estado de ánimo, evitar que la angustia interfiera la habilidad racional y la capacidad para empatizar y confiar en los demás”. (Manrique , 2012, p.21)

“... es aquello que nos motiva a buscar nuestro potencial único y nuestro propósito que activa nuestros valores íntimos y aspiraciones, trasformándolos en cosas en las cuales pensamos. Es también la capacidad de sentir, entender y aplicar eficazmente el poder y la agudeza de las emociones como fuente de energía humana, información, conexión e influencia” (Cooper y Sawaf, 1998, p.29)



“...conjunto de habilidades personales, emocionales, sociales y de destrezas que influye en las habilidades permitiéndonos adaptarnos y enfrentar las demandas y presiones del medio. La inteligencia no cognitiva es relevante en la determinación de la habilidad para tener éxito en la vida, y tiene influencia directa entre el bienestar general y en la salud emocional” (Bar-On, 2000, p.76)

“...la habilidad para aceptarse e identificar los defectos, autoevaluarse para después auto motivarse, respetarse y modificar actitudes o comportamientos que no permiten alcanzar el bienestar, todo esto siempre con la particularidad de cada persona, con principios y valores que ayudarán a conseguir la meta u objetivo planteado para la vida.” (Smeke, 2006, p.10)

Goleman (1996) considerado como uno de los precursores del termino, define a la inteligencia emocional como “la capacidad de reconocer los sentimientos propios y ajenos, de poder auto-motivarse para mejorar positivamente las emociones internas y las relaciones con los demás” (p.150)

En base a estos conceptos se puede decir que la inteligencia emocional es aquella capacidad que posee el ser humano para administrar correctamente sus emociones y saber sacar provecho de ellas en el momento adecuado.

2.2.3. Modelos de la inteligencia emocional

Los modelos de inteligencia emocional surgen bajo la premisa de que todos las personas poseen inteligencia emocional, sin embargo la diferencia radica en grado, y forma de manejar las emociones. Existen dos modelos referidos a la inteligencia emocional y son:

2.2.3.1. Modelo de habilidades

Conocido también como el modelo de 4 fases este modelo fue propuesto por Mayer



y Salovey (1993) y plantea la existencia de una un grupo de habilidades cognitivas o destrezas para percibir, evaluar, expresar, manejar y autorregular las emociones de un modo inteligente. Los autores plantean 4 habilidades básicas presentes en la inteligencia emocional las cuales son:

2.2.3.1.1. Percepción emocional

La percepción emocional, es la capacidad de reconocer las emociones propias de uno mismo y la de los demás. Esta fase al igual que las otras propuestas por Mayer y Salovey es jerárquica al establecer niveles que varía de acuerdo a cuan desarrollada este esta capacidad:

- *Nivel 1*, La habilidad para identificar la emoción en los estados físicos, sentimentales y reflexivos.
- *Nivel 2*, La habilidad para identificar las emociones en otras personas, objetos, situaciones, etc., a través del lenguaje, sonido, apariencia y comportamiento.
- *Nivel 3*, La habilidad para expresar las emociones con precisión y para expresar las necesidades de aquellos sentimientos.
- *Nivel 4*, La habilidad para discriminar entre sentimientos; por ejemplo, expresiones honestas versus deshonestas. (Salvador, 2010, p.26)

2.2.3.1.2. Asimilación emocional

La asimilación emocional, es la capacidad para considerar las emociones propias al momento de solucionar problemas. Los niveles de esta capacidad son:

- *Nivel 1*, Las emociones dan prioridad al pensamiento, por medio de dirigir la atención a la información importante.
- *Nivel 2*, Las *emociones* están lo suficientemente disponibles como para que puedan ser generadas como ayuda para el juicio y la memoria concerniente a los sentimientos.



- *Nivel 3*, El ánimo *emocional* modula los cambios en el individuo, de optimista a pesimista, lo cual alienta el reconocimiento de múltiples puntos de vista.
- *Nivel 4*, Los estados *emocionales* se diferencian y fomentan métodos de solución de problemas (ejemplo, la felicidad facilita el razonamiento inductivo y la creatividad).
(Salvador, 2010, p.26)

2.2.3.1.3. Comprensión emocional

La comprensión emocional, que conlleva saber cómo se interrelacionan los diferentes estados emocionales para que surjan emociones secundarias. Los niveles de esta capacidad son:

- *Nivel 1*, La habilidad para describir las emociones y reconocer las representaciones de estas en las palabras. Por ejemplo, la relación entre querer y amar.
- *Nivel 2*, La habilidad para interpretar los significados de las emociones con respecto a las relaciones (por ejemplo, la tristeza casi siempre acompaña a la pérdida)
- *Nivel 3*, La habilidad para entender los sentimientos complejos (por ejemplo, la ambivalencia).
- *Nivel 4*, La habilidad para reconocer las transiciones entre las emociones, tales como la transición de la ira a la satisfacción o de la ira a la timidez. (Salvador, 2010, p.26)

2.2.3.1.4. Regulación emocional

La regulación emocional, es la capacidad que permite frenar y controlar las emociones que producen negatividad en las personas y potenciar las positivas, los niveles de esta capacidad son:

- *Nivel 1*, La habilidad para estar abierto a los sentimientos, tanto a los placenteros como a aquellos que no lo son.



- *Nivel 2*, La habilidad para emplear reflexivamente o desprenderse de una emoción, dependiendo de su naturaleza informativa o utilitaria.
- *Nivel 3*, La habilidad para monitorear reflexivamente las emociones personales; así como el reconocimiento de cuán claras, influenciables o razonables son.
- *Nivel 4*, La habilidad para manejar las emociones en uno mismo y en otros, mediante el control de las emociones negativas y la focalización en las placenteras; tener que reprimir o exagerar la información transmitida. (Salvador, 2010, p.27)

2.2.3.2. Modelo mixto

En el modelo mixto se encuentran los autores que han propuesto características de la inteligencia emocional basados en la personalidad de los sujetos (de ahí el nombre de modelos mixtos) tales como: los impulsos, motivación, tolerancia, etc. Los modelos más importantes pertenecen a Daniel Goleman y Bar-On, los cuales se detallan a continuación.

2.2.3.2.1. Modelo de Goleman

Goleman (1996) plantea que la inteligencia emocional es una capacidad que se puede desarrollar y potenciar, tal y como sucedió en las anécdotas narradas en su libro, además afirma que la inteligencia emocional es un factor predominante en el éxito de las personas en su vida personal y profesional. Propone 5 competencias:

A. Autoconciencia emocional

Es la habilidad para ser conciente del estado interno, es decir de lo que pasa dentro de uno mismo. Esta capacidad permite explorar las emociones hasta hallar el origen de las mismas. Esto ayuda a la toma de decisiones. Dentro de la autoconciencia emocional se encuentran 3 sub aptitudes las cuales son:

- Conciencia emocional



- Autoevaluación precisa
- Confianza en uno mismo

B. Autoregulación

Es la habilidad que poseen las personas de poder controlar sus sentimientos y emociones frenando los impulsos, en esta habilidad se encuentran 5 sub aptitudes, las cuales son:

- Autocontrol
- Confiabilidad
- Escrupulosidad
- Adaptabilidad
- Innovación

C. Motivación

Es la habilidad para mantener el interés en las cosas , personas y metas propiuestas. La motivación que viene de uno mismo al proponerse metas y objetivos se llama motivación intrínseca y es la más difícil de quebrantar. Dentro de esta habilidad se encuentran 4 sub aptitudes las cuales son:

- Afán de triunfo
- Compromiso
- Iniciativa
- Optimismo

D. Empatía

Es la habilidad que permite al ser humano de ponerse en los zapatos de otra persona, es decir interpretar y entender los sentimientos ajenos. Dentro de esta habilidad se encuentran 5 sub habilidades:



- Comprender a los demás
- Ayudar a los demás a desarrollarse
- Orientación hacia el servicio
- Aprovechar la diversidad
- Conciencia política

E. Habilidades sociales

Es la habilidad que permite relacionarse con las demás personas de manera exitosa, forjando relaciones duraderas. Dentro de la habilidad social se encuentran 8 sub componentes los cuales son:

- Influencia
- Comunicación
- Manejo de conflictos
- Liderazgo
- Catalizador de cambio
- Establecer vínculos
- Colaboración
- Cooperación
- Trabajo en equipo

A lo largo de los años Goleman a través de la investigación fue variando los componentes, siendo al final solo 4 componentes que de forma precisa y detallada caracterizan a la inteligencia emocional los cuales son:

- Conciencia de si mismo
- Autogestión (La competencia motivación fue incluida en esta nueva competencia)
- Conciencia social



- Gestión de las relaciones

2.2.3.2.2. Modelo de Bar-On Reuven

Bar-On (2000) afirma que la inteligencia emocional no es estática, por lo que va cambiando a lo largo de los años, siendo en la niñez en donde se forma. A pesar de que puede ser mejorada a través de talleres y terapias, es importante que desde pequeños se tenga una educación sobre las emociones, para que así en un futuro no se tengan que recurrir a sesiones para mejorarla. El modelo de Bar-On posee 5 componentes son:

- Interpersonal
- Intrapersonal
- Adaptabilidad
- Manejo del estrés
- Estado de ánimo en general

Existen muchísimos modelos referidos a la inteligencia emocional, sin embargo como se ha mencionado antes se han considerado las más importantes, las cuales pertenecen al modelo mixto (Goleman / Bar-On) y al modelo de habilidades (Mayer y Salovey). Para esta investigación se ha visto pertinente hacer uso del modelo mixto perteneciente a Bar-On, ya que se considera como más completo, preciso y detallado y es el que evalúa de manera más específica la inteligencia emocional. Al ser el modelo elegido sus componentes van a ser detallados de manera más profunda y detallada, para el correcto entendimiento de las mismas.

2.2.4. Componentes emocionales de la inteligencia emocional de Bar-On

Bar-On (2000) manifiesta que la inteligencia emocional está formada por un grupo de habilidades de distinta índole y que estos se conocen como componentes emocionales. A continuación se presentan los componentes emocionales propuestos por Bar-On:



2.2.4.1. Componente Emocional: intrapersonal

Este componente está referido al yo interior, es decir el como una persona se ve a sí misma, el aprecio que se tiene y el como maneja sus sentimientos y emociones y la forma que expresa estos a las demás personas. El autoconocimiento también pertenece a la competencia intrapersonal, ya que una persona que tiene una imagen real de sí misma tiene más oportunidades de potenciar sus cualidades y mejorar sus debilidades. Personas capaces de expresar abiertamente sus sentimientos, ser independientes, fuertes que confían en la realización de sus ideas y creencias. Dentro de este componente se encuentran los siguientes subcomponentes:

- *Asertividad*, es la capacidad para expresar los sentimientos propios sin ofender a otros pero tampoco dejándose acorralar por otras personas, o permitir que se impongan ideas ajenas a las propias. Está compuesta por: la capacidad de manifestar los sentimientos, la capacidad de expresar las creencias y pensamientos abiertamente y la capacidad de defender los derechos personales. Los individuos seguros de sí mismos no son personas que estén siempre a la defensiva o agachen siempre la cabeza, mas bien son personas capaces de manifestar de forma abierta sus sentimientos y emociones, sin llegar a ser agresivos o abusivos, que es la forma en la que reaccionan las personas que no poseen la asertividad.
- *Autoconcepto*, es la capacidad que poseen las personas para realizar una autoevaluación de su persona de manera objetiva, tiene una cercana relación con el autoestima, la satisfacción personal y la confianza en sí mismo. Este componente de la inteligencia emocional tiene una relación con los sentimientos de seguridad, fuerza interior, autoconfianza y los de autoadecuación. Sentirse seguro de uno mismo tiene su base en el autorrespeto y la autoestima, que se basan en un sentido muy bien desarrollado de identidad. Una persona con una buena autoestima tiene sentimientos



de realización personal y de satisfacción por las metas propuestas y logradas. En el lado opuesto se encuentran las personas que poseen sentimientos de inferioridad e inconformidad.

- *Autorealización*, Es la capacidad para cumplir las metas propuestas, a través de actividades que potencien el talento o la habilidad que poseen. La autorrealización es un proceso en el cual se requiere un gran esfuerzo para poder lograr el mayor desarrollo de las aptitudes, habilidades y talentos pertenecientes a los individuos. Este componente tiene una marcada relación con el pensamiento de las personas de intentar permanentemente dar lo mejor de uno mismo, así como también marca su relación con la superación en general. La perseverancia es una clara característica de este subcomponente ya que solo las personas más perseverantes pueden lograr una plena realización personal. La autorrealización está relacionada con los sentimientos de autosatisfacción.
- *Comprensión emocional de sí mismo*, es la capacidad que se posee cuando uno sabe diferenciar las emociones y de esta manera conocer su origen. No sólo es la capacidad de ser conscientes de los propios sentimientos y emociones, sino también de establecer diferencias entre ellos, tener pleno conocimiento de los sentimientos que se tiene y saber reconocer el porque, es decir saber que ocasionó dichos sentimientos. En el lado opuesto se encuentran las personas alexitimicas, que son las que no pueden expresar sus sentimientos de forma verbal.
- *Independencia*, Es la capacidad que poseen las personas para actuar de forma autónoma y de esta manera no generar dependencia emocional. En esencia, la independencia permite a las personas desempeñarse autónomamente en contraposición a la necesidad de protección y apoyo. Las personas independientes



evitan apoyarse en otras para satisfacer sus necesidades emocionales y por el contrario buscan resolver sus dificultades de manera autónoma. El ser independiente radica en el propio nivel de autoconfianza, fuerza interior y deseo de lograr las expectativas.

2.2.4.2. Componente emocional: interpersonal

Este componente esta referido a las habilidades y desempeño interpersonal que poseen las personas, es decir la componenete interpersonal es la capacidad que tienen las personas para relacionarse con otras personas y desarrollar de esta manera sus habilidades sociales. En este componente se ubican 3 subcomponente los cuales se detallan a continuación:

- *Empatía*, Es la capacidad para entender los sentimientos y emociones de otras personas, es decir esta capacidad permite “ponerse en los zapatos” de otras. Es ser sensible a lo que otras personas sienten, cómo lo sienten y por qué lo sienten. Ser empático significa poder “entender emocionalmente” a otras personas. Las personas que poseen esta capacidad cuidan de las demás, muestran interés y preocupación por otros.
- *Relaciones interpersonales*, Es la capacidad de relacionarse de manera afectiva y crear vinculos emocionales sanos con otras personas, este sub componente esta relacionado más al aspecto social del individuo. Esta capacidad permite a las personas mantener relaciones interpersonales positivas, se caracteriza por la habilidad de dar y recibir aprecio y afecto, e implica un grado de intimidad con otro ser humano. Este sub componente tiene su relacion con el deseo de cultivar buenas relaciones de amistad y de sentir tranquilidad, comodidad con dichas relaciones y manifestar expectativas optimistas relacionadas con el intercambio social del que se es participe dia con dia como parte del a convivencia.



- *Responsabilidad social*, Es la capacidad que poseen las personas para involucrarse de manera positiva dentro de la sociedad a través de la cooperación y las buenas maneras. Este sub componente tiene relacion con la capacidad de realizar proyectos para y con los demás, aceptar a otros, actuar de acuerdo con la propia conciencia y cumplir con los edictos sociales. Las personas que tiene desarrollada de manera pena esta capacidad poseen sensibilidad interpersonal y son capaces de aceptar a otros y utilizar sus aptitudes para el bienestar de la sociedad a la que pertenecen y no sólo de sí mismos. Las personas que no tienen desarrollada de forma adecuada esta capacidad muestran actitudes asociales, e incluso pueden llegar a comportarse de forma abusiva con los demás y solo utilizarlos para sacar provecho de ellos.

2.2.4.3. Componente emocional: adaptabilidad

Este componente esta referido a la capacidad de las personas para poder adaptarse a distintas situaciones y cumplir con las exigencias del entorno, lidiando de manera efecgtiva con las circunstancias estresantes o cambios producidos. Dentro de este componente se encuentran 3 sub componentes los cuales se detallan a continuación:

- *Flexibilidad*, es la capacidad de usar las emociones a favor de cada situación que se presenta. Lo cual implica adaptarse a las circunstancias impredecibles, que no le son familiares. La flexibilidad requiere tener una mente abierta y ser tolerante a las circunstancias, así como a las personas que opinan o acutan distintamente a uno.
- *Prueba de realidad*, es la capacidad que posee el ser humano para ver las cosas tal y como son sin dejarse influenciar por el entorno, ni por los propios sentimientos y puntos de vista. Un aspecto importante de este sub componente es el nivel de claridad de percepción que se tiene al tratar de manejar las situaciones, esto implica la capacidad de concentración. Lo contrario de esta capacidad es el optimismo



exagerado que no permite ver las cosas de manera objetiva y el pesimismo que hace que las personas pierdan las esperanzas o no tengan convicción en sus metas pues piensan que fracasaran.

- *Solución de problemas*, es la capacidad para salir airoosamente de las dificultades que se presentan en la vida. Además está relacionada con la capacidad de ser consciente, disciplinado, metódico y sistemático para preservar y plantear los problemas; así como implica el deseo de entregar lo mejor de uno mismo y enfrentar los problemas más que evitarlos.

2.2.4.4. Componente emocional: manejo de estrés

Este componente indica la resistencia que muestra una persona a situaciones de estrés sin perder los impulsos ni reaccionar de manera agresiva o emocional. Las personas con esta capacidad desarrollada suelen ser pacíficas, y rara vez sufren de ataques de impulsividad. Dentro de este componente se encuentran 2 sub componentes, los cuales se detallan a continuación:

- *Control de los impulsos*, es la capacidad para manejar correctamente las emociones y de esta manera no dejarse llevar por ellas. Las personas que muestran una falta de control de impulsos muestran una poca tolerancia a la frustración, la impulsividad, la dificultad para controlar la ira, el comportamiento abusivo, la pérdida del autocontrol y la conducta explosiva e impredecible, así como un poco control sobre sus emociones haciendo que muchas veces exploten en un llanto incontrolable producto de la rabia o tristeza.
- *Tolerancia al estrés*, es la capacidad para enfrentar situaciones difíciles no dejándose llevar por emociones negativas o que impidan de alguna manera salir de circunstancias difíciles. Esta capacidad se basa en: la manera de elegir cursos de



acción para enfrentar la tensión, una disposición optimista hacia las experiencias nuevas y el cambio, así como hacia la propia habilidad de sobrellevar oportunamente una dificultad, y la sensación de que uno mismo puede controlar e influir en la situación que origina la situación de estrés. Esto significa tener un sin número de respuestas pertinentes a las diversas circunstancias tensionales, encontrándose relacionada con la capacidad para mantener un perfil relajado y tranquilo el cual sirve para enfrentar de manera objetiva y calmada las circunstancias adversas sin ser presa de las emociones fuertes que a veces embargan al ser humano.

2.2.4.5. Componente emocional: estado de ánimo

Este componente está referido a la capacidad que posee el ser humano para disfrutar momentos de la vida en general. En este componente se ubican 2 subcomponentes, los cuales se detallan a continuación:

- *Felicidad*, es la capacidad de sentirse bien con uno mismo y disfrutar de los momentos de la vida. Este sub componente implica la habilidad de disfrutar de distintos aspectos de la vida. Muy seguido, las personas felices se sienten bien y contentas trabajando y también descansando; son capaces de dejar todo tipo de inhibición o sentimiento de vergüenza y disfrutar de las oportunidades de diversión que surgen.
- *Optimismo*, es la capacidad de ver lo positivo a la vida y siempre tratar de esperar momentos buenos de esta. Es obtener una visión positiva de cada momento o circunstancia sin dejar de lado la objetividad misma.

2.2.5. Educación emocional

Como se ha mencionado anteriormente la inteligencia emocional es un proceso que se da a lo largo de los años pudiendo ser modificada con distintas técnicas como los talleres, sesiones con psicólogos, etc. Es por lo cual es importante recalcar que las



emociones pueden ser educadas y de esta manera va a permitir a las personas tener más control sobre ellas.

“...el proceso educativo planificado y desarrollado a través de programas, con carácter de prevención primaria inespecífica dirigido tanto a desarrollar la IE como las competencias socioemocionales a corto, medio y largo plazo, y a potenciar el desarrollo integral de la persona, con la finalidad última de aumentar el bienestar personal y social.”

(Pérez-González, 2008, p.527)

Bizquerra (2012) resume los objetivos de la educación emocional en:

- Adquirir noción de las emociones propias.
- Identificar las emociones de otras personas.
- Prevenir los efectos de las emociones negativas.
- Desarrollar la habilidad para producir emociones positivas.
- Generar una mayor competencia emocional.
- Generar la motivación intrínseca.
- Ser optimista.
- Aprender a dejar ir las cosas.

De la misma forma Bizquerra (2012) plantea una serie de beneficios fruto de la educación emocional, las cuales son:

- Aumento de las habilidades interpersonales.
- Relaciones sociales satisfactorias.
- Disminución de formas de pensar de indole negativo.
- Mejor autoestima y concepción de uno mismo.
- Menor conducta o comportamiento asocial.



- Mayor adaptación a situaciones sociales.
- Disminución de sentimientos de tristeza.
- Disminución del estrés y la ansiedad.
- Menor sentimiento de desolación.

2.2.6. Beneficios de la inteligencia emocional

Como se ha mencionado antes la inteligencia emocional es de gran ayuda en el día a día de las personas, ya que ayuda a regular y conocer las emociones. A continuación se muestran algunos beneficios los cuales han sido recopilados de distintos autores y agrupados por Caal et al.(2013)

- *Aumenta el bienestar psicológico*, una vida emocionalmente equilibrada mejora el entorno social y por tanto las relaciones establecidas (amor, amigos, trabajo, etc).
- *Incrementa la autociencia*, al aumentar la inteligencia emocional se es más consciente de uno mismo y las preguntas ¿Quién soy, que siento, como actúo en situaciones emocionales? Son más fáciles de responder.
- *Favorece al equilibrio emocional*, al tener pleno uso de las emociones y saber manejarlas hará que las personas reaccionen de manera más calma y serena.
- *Facilita la buena salud*, Saberse pleno emocionalmente, sin conflictos, momentos estresantes, entre otros se reflejará en la salud.
- *Brinda defensas para la reacción positiva ante la tensión y el estrés*, el equilibrio emocional actúa como una barra protectora ante situaciones de alta tensión que permite al ser humano actuar de forma pensante sin ser llevado o manejado por sus emociones, lo cual quiere decir que toda dificultad será tomada de la mejor manera.



- *Potencia el rendimiento laboral*, ya que mejora las relaciones laborales y la tolerancia al estrés. Se ha visto que muchos problemas ocurridos en el trabajo más que ver con la productividad laboral se ha dado por la poca inteligencia emocional de los trabajadores.
- *Aumenta la motivación y el entusiasmo*, ayuda a crear objetivos racionales lo cual aumenta el entusiasmo del ser humano y las ganas de desarrollarse como persona.
- *Otorga capacidad de influencia y liderazgo*, La mayoría de las personas toman por ejemplo a seguir a sujetos con una alta empatía desarrollada, emocionalmente estables, colaboradores, asertivos; características innegables de aquellos que poseen inteligencia emocional y la mayoría de veces se postulan como líderes innatos.
- *Mejora la empatía y las habilidades de análisis social*, conocer los sentimientos propios es importantísimo así como lo es conocer los sentimientos de los demás para poder comprender situaciones que de otra manera las personas pasarían por alto. Una persona empática muestra solidaridad con las personas de su entorno y entiende o trata de entender el parecer de otras personas.
- *Fomenta las relaciones armoniosas*, en todo lugar es importante que exista un buen clima social ya que de esta manera se dan las buenas relaciones de amistad y compañerismo.

2.3. MARCO CONCEPTUAL

Adaptabilidad: La capacidad para acomodarse a los cambios en las situaciones sin que ello redunde en una reducción de eficacia y su compromiso. A su vez, esta capacidad está relacionada con la relativa a entender y apreciar perspectivas diferentes de una situación y la capacidad para adaptarse a nuevas circunstancias que modifican las ya



conocidas. Supone la posibilidad de cambiar o adaptar nuevos enfoques en función de los requerimientos, evaluando y cuestionando lo que se estaba realizando para encontrar nuevas ideas o alternativas de mejora.

Auto concepto: Es la capacidad de valoración de uno mismo, tratando de conocer las propias fortalezas y debilidades. El auto concepto es la opinión que una persona tiene sobre sí misma, que lleva asociado un juicio de valor. Cabe destacar que el auto concepto no es lo mismo que la autoestima, sin embargo, su relación es muy estrecha y no podría entenderse uno sin la presencia del otro. El auto concepto puede definirse como todas aquellas ideas, hipótesis y creencias que tenemos de nosotros mismos, es decir, la forma en la que nos percibimos. Mientras que la autoestima es la valoración que realizaremos a nuestros auto conceptos.

Autocontrol: Es la capacidad consciente de regular los impulsos de manera voluntaria, con el objetivo de alcanzar un mayor equilibrio personal y relacional. Una persona con autodomínio (autocontrol) puede manejar sus emociones y regular su comportamiento.

Autoestima: Autoestima es la valoración, percepción o juicio positivo o negativo que una persona hace de sí misma en función de la evaluación de sus pensamientos, sentimientos y experiencias

Comprensión emocional: Es el reconocimiento de las emociones de uno mismo

Emoción: Conjunto de reacciones orgánicas que experimenta un individuo cuando responden a ciertos estímulos externos que le permiten adaptarse a una situación con respecto a una persona, objeto, lugar, entre otros.



Empatía: La empatía es la intención de comprender los sentimientos y emociones, intentando experimentar de forma objetiva y racional lo que siente otro individuo. La palabra empatía es de origen griego “empáttheia” que significa “emocionado”.

Inteligencia: La inteligencia es una capacidad mental muy general que implica habilidad para razonar, planificar, resolver problemas, pensar de forma abstracta, comprender ideas complejas, aprender con rapidez y aprender de la experiencia.

Inteligencia intrapersonal: Es una capacidad que está vinculada al autoconocimiento. A través de esta inteligencia, un ser humano puede operar sobre su propia psique de acuerdo a sus necesidades e intereses.

Optimismo: Disposición positiva frente a una circunstancia o a la existencia en general, es decir, el optimismo es una tendencia que pueden tener algunos individuos y que por ella tienden a ver y a juzgar cualquier situación, acontecimiento o persona, siempre desde su aspecto más favorable..

Relación Interpersonal: Hace referencia a aquello que se establece o se lleva a cabo entre, al menos, dos personas. El término se utiliza para elaborar diferentes conceptos y expresiones.



CAPÍTULO III

MATERIALES Y MÉTODOS

3.1. UBICACIÓN GEOGRÁFICA DEL ESTUDIO

La investigación tuvo lugar en el barrio Mañazo, en la Institución Educativa de nivel Primario 70013 “Mañazo”, perteneciente a la UGEL Puno de gestión pública (estatal) y cuya dirección es: Jirón Francisco Choquehuanca S/N. Esta Institución Educativa está catalogada como periférica, y es de carácter mixto. Sus aulas están ocupadas por más de 60 estudiantes, y cuenta con docentes para cada sección, es decir es polidocente, además de contar con docente de educación física.

Los niños que ocupan las aulas de la IEP 70013 Mañazo, son provenientes de familias dedicadas en su mayoría al negocio y comercialización de carne, contando a su vez con familias con estudios superiores. Muchas de estas familias tienen dificultades de carácter económico, personal, entre otros que afecta de distintas formas a los miembros más vulnerables de estas que son los niños, púberes y adolescentes.

3.2. PERIODO DE DURACIÓN DEL ESTUDIO

La investigación tuvo una duración de 2 meses, los cuales se llevaron a cabo en los meses de junio y julio del año 2019, en los que se evaluó la inteligencia emocional en los niños de 5° grado de la IEP 70013 Mañazo.

3.3. PROCEDENCIA DEL MATERIAL UTILIZADO

La variable de investigación es: Inteligencia emocional, para la cual se ha hecho uso del instrumento elaborado por Bar-On (2000) el cual pretende evaluar la inteligencia emocional de adultos a través de más de 130 preguntas. Este instrumento fue adaptado a la realidad peruana y fue modificado para su posterior uso en niños y adolescentes por Ugarriza y Pajares (2003), el cual fue reducido a 60 ítems. El cuestionario adaptado



pretende evaluar la inteligencia emocional en general, así como también evalúa sus componentes: intrapersonal, interpersonal, adaptabilidad, manejo de estrés, y estado de ánimo. Posteriormente este instrumento fue nuevamente adaptado por la investigadora, y validado a través de juicio de expertos por dos psicólogos pertenecientes a la ciudad de Puno. A continuación se presenta la ficha técnica del instrumento.

FICHA TÉCNICA

Nombre original	:	EQi-YV BarOn Emotional Quotient Inventory
Autor	:	Reuven Bar-On
Procedencia	:	Toronto-Canada
Adaptación	:	Ugarriza Nelly, Pajares Liz
Administración	:	Individual o colectiva
Duración	:	20-25 minutos aproximadamente
Sujetos de aplicación	:	Niños y adolescentes entre 8 y 18 años
Objetivo	:	Evaluar la inteligencia emocional
Usos	:	Educacional, psicológico, jurídico, etc.
Componentes emocionales	:	Intrapersonal, interpersonal, adaptabilidad, manejo de estrés, estado de ánimo
Material	:	Cuestionario impreso

3.3.1. Técnicas e instrumentos de recolección de datos

Técnicas de recolección de datos: La técnica utilizada fue la encuesta, las cuales son preguntas objetivas utilizadas para obtener información de los encuestados. Esta preguntas son utilizadas para organizar datos y de esta forma determinar resultados estadísticos.

Instrumento de recolección de datos: El instrumento del que se ha hecho uso es un cuestionario. Al respecto Sanchez et al. (2018) manifiesta que el cuestionario es un es un



instrumento escrito el cual sirve de ayuda para analizar las variables de estudio. El instrumento elegido para evaluar la inteligencia emocional a los niños del 5° grado de la IEP 70013 Barrio Mañazo, fue el propuesto por Bar-On (2000) y adoptado por Ugarriza y Pajares (2003)

3.3.2. Tipo y diseño de investigación

El tipo de investigación: el estudio es cuantitativo. Al respecto Sanchez et al. (2018) manifiestan que este tipo de investigación trata sobre la “...recolección y el análisis de datos para contestar preguntas de investigación y probar hipótesis establecidas previamente, y confían en la medición numérica, en el conteo y, frecuentemente, en el uso de la estadística, para establecer con exactitud patrones de comportamiento de una población”. (p.59)

Dentro de la investigación cuantitativa existen distintos tipos de investigación, la que se ha utilizado en esta investigación es de carácter descriptivo no experimental. Sanchez et al. (2018) manifiestan que la investigación descriptiva “Se orienta a describir el fenómeno e identificar las características de su estado actual”. (p.80)

El diseño de investigación: del cual se ha hecho uso es descriptivo simple. Al respecto Sanchez et al. (2018) manifiestan que este tipo de diseño: “El propósito inicial de la ciencia es describir el fenómeno en estudio y, a partir de ello, poder explicarlo. Asimismo, es la exposición o relato objetivo de lo observado mediante técnicas directas o indirectas”. (p.45).

El esquema de este tipo de diseño, es el siguiente:

M → O

En donde: **M:** Muestra de investigación

O: Variable de investigación



3.4. POBLACIÓN Y MUESTRA DE ESTUDIO

3.4.1. Población

La población de estudio está conformada por los niños y niñas pertenecientes al 5° grado de la IEP 70013 Mañazo.

“Conjunto formado por todos los elementos que posee una serie de características comunes. Es el total de un conjunto de elementos o casos, sean estos individuos, objetos o acontecimientos, que comparten determinadas características o un criterio; y que se pueden identificar en un área de interés para ser estudiados, por lo cual quedarán involucrados en la hipótesis de investigación.

Cuando se trata de individuos humanos es más adecuado denominar población; en cambio, cuando no son personas, es preferible denominarlo universo de estudio”. (Sanchez et al.,2018, p.102)

3.4.2. Muestra

Según Sanchez et al.(2018) una muestra es “Conjunto de casos o individuos extraídos de una población por algún sistema de muestreo probabilístico o no probabilístico”. (p.93)

Bajo este contexto la muestra de investigación es de carácter censal, ya que todos los individuos de la población pertenecen también a la muestra. Se ha dispuesto a trabajar con una muestra censal ya que los individuos pertenecientes a la población son escasos.

Tabla 1
Muestra de investigación

Estudiantes del 5° grado de la IEP 70013 Mañazo	
Varones	9
Mujeres	4
Total	13 estudiantes pertenecientes al 5° grado

Fuente: Nomina de matriculados en el 5° grado



3.5. DISEÑO ESTADÍSTICO

Para analizar los datos se siguió el siguiente procedimiento:

- Los datos obtenidos se codificaron en el programa estadístico SPSPS. V.25.
- Los ítems negativos existentes en la prueba fueron tratados con el programa estadístico mencionado anteriormente y convertidos a positivos para el correcto uso del cuestionario d inteligencia emocional.
- Se obtuvo el índice de inconsistencia, el cual está formado por 10 pares de ítems.
- Los resultados por impresión positiva y/o negativa se obtuvieron, seguidamente de los obtenidos por el índice de inconsistencia.
- Se obtuvo el resultado por componentes emocionales.
- Se obtuvo los resultados de la inteligencia emocional en general.

3.6. PROCEDIMIENTO

Para la recolección de datos se siguieron los siguientes pasos:

- Se presentó al director de la IEP 70013 Barrio Mañazo los documentos que acreditaron la aprobación del proyecto y la seriedad de la investigación, los cuales son: proyecto de investigación, instrumentos, acta de aprobación.
- Se coordinó de forma oral con el docente de aula de la IEP para poder ejecutar la prueba, ya que su duración fue de 25 minutos.
- Se ejecutó la prueba en los 13 niños de la IEP pertenecientes al quinto grado.
- Se organizaron los datos en el programa estadístico SPSS V. 25
- Se obtuvieron los resultados de la variable estado emocional así como de sus dimensiones.

3.7. VARIABLES

Variable	Dimensiones	Indicadores	Escala de medición
Inteligencia emocional	Intrapersonal	Comprensión emocional de sí mismo	Muy baja Baja Promedio Alta Muy alta
		Asertividad	
		Auto concepto	
		Autorrealización	
	Interpersonal	Empatía	
		Relaciones interpersonales	
		Responsabilidad social	
	Adaptabilidad	Solución de problemas	
		Prueba de realidad	
		Flexibilidad	
	Manejo de estrés	Tolerancia al estrés	
		Control de impulsos	
	Estado de ánimo	Felicidad	
Optimismo			

Fuente: Cuestionario de Inteligencia emocional de Bar-On (2001)

3.8. ANÁLISIS DE LOS RESULTADOS

3.8.1. Aspectos generales a considerar

Para obtener los resultados de la variable inteligencia emocional que se extrajo a través del instrumento (cuestionario) adaptado de Bar-on Reuven se siguieron los procedimientos mostrados a continuación:

3.8.2. Índice de inconsistencia

La prueba adaptada por Bar-On Reuven cuenta con 60 ítems, al ser una cantidad amplia de preguntas muchas veces las personas y sobre todo los niños no responden a conciencia el cuestionario por lo que muchos marcan al azar. El índice de inconsistencia



ayuda a identificar a estos sujetos de investigación que de acuerdo a los resultados obtenidos validan o invalidan la prueba.

Para obtener el índice de inconsistencia se realiza el siguiente procedimiento:

- La prueba cuenta con 10 pares de ítems repartidos por la prueba de manera estratégica, que facilitan la identificación de inconsistencia de respuestas. Los cuales son: 17 y 43; 7 y 31; 55 y 59; 20 y 51; 30 y 22; 38 y 48; 26 y 35; 3 y 11; 40 y 47; 56 y 60.
- Los pares de ítems tienen contenido similares por lo que las respuestas obtenidas por cada par de ítems se restan.
- Resultados mayores o iguales a 10 se consideran inconsistentes, por lo que la prueba se invalida.

3.8.3. Índice de escala positiva/negativa

Este índice sirve para identificar a aquellos sujetos que dan o pretender dar una impresión muy positiva de sí mismos, como si nada los molestara y fueran felices siempre, y en el otro lado están los sujetos que pretenden dar una impresión demasiado negativa de sí mismo, es por tal motivo que el índice de escala positiva/negativa permite hallar a estos sujetos.

Tabla 2

Escala de medición de índice de impresión positiva/negativa

Escala de medición de impresión positiva/negativa	Impresión Negativa	Impresión real	Impresión positiva
	0-9	10-15	16-24

Fuente: Instrumento de inteligencia emocional

La prueba es válida solo cuando se obtienen resultados de impresión real, si los resultados salen o indican que el sujeto pretende dar una impresión positiva o negativa se invalida la prueba.

3.8.4. Escala de calificación de la inteligencia emocional

Para obtener los resultados de la inteligencia emocional, en primer lugar, se consideran únicamente 54 ítems, sin contar aquellos que se utilizan para conocer si existe un índice de escala positiva/negativa. Posteriormente, los ítems de carácter negativo los cuales son: 28, 6, 15, 21, 26, 35, 39, 46, 49, 58, 37; se convierten en el programa estadístico SPSS versión 25, en positivos. Después de realizar estos procedimientos la escala de calificación de la inteligencia emocional es la siguiente:

Tabla 3
Escala de calificación de la inteligencia emocional

Calificación cuantitativa	Calificación cualitativa
181-216	Inteligencia emocional muy alta
150-180	Inteligencia emocional alta
99-149	Inteligencia emocional promedio
66-98	Inteligencia emocional baja
54-65	Inteligencia emocional muy baja

Fuente: Instrumento de inteligencia emocional

3.8.5. Escala de calificación de las dimensiones de la inteligencia emocional

Al tener cada dimensión de la inteligencia emocional diferentes números de ítems cada una de estas dimensiones tiene su forma de calificación la cual es mostrada a continuación:

Tabla 4
Escala de calificación por dimensiones

Dimensión	Calificación de las dimensiones		
	Bajo	Promedio	Alto
Intrapersonal (6 ítems)	6-11	12-18	19-25
Interpersonal (12 ítems)	12-20	21-35	36-48
Adaptabilidad (10 ítems)	10-18	19-33	34-40
Manejo de estrés (12 ítems)	12-20	21-35	36-48
Estado de ánimo (14 ítems)	12-22	23-39	40-56

Fuente: Cuestionario de inteligencia emocional Bar-On (2000)

CAPÍTULO IV

RESULTADOS Y DISCUSIÓN

4.1. RESULTADOS

4.1.1. Resultados del índice de inconsistencia del cuestionario de inteligencia emocional

Tabla 5

Resultados del índice de inconsistencia

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido
Válido	1	3	23,1 %	23,1 %
	2	2	15,4 %	15,4 %
	3	4	30,8 %	30,8 %
	4	3	23,1 %	23,1 %
	8	1	7,7 %	7,7 %
	Total	13	100,0 %	100,0 %

Fuente: Cuestionario de inteligencia emocional



Figura 1. Resultados del índice de inconsistencia

Fuente: Tabla 5

Interpretación: Como se ha manifestado en el capítulo III el índice de inconsistencia permite conocer si existen incoherencias en las respuestas de los alumnos, a través de preguntas pares con carácter similar. Los resultados obtenidos del índice de inconsistencia señalan resultados menores a 10 puntos, lo cual válida la prueba ya que se consideran resultados negativos a partir de 10 puntos. En la Tabla 5 y Figura 1 se aprecia que el índice de inconsistencias de respuesta de los alumnos es 3 puntos ya que el 30.77% siendo la mayoría de los niños que se ubicaron en este resultado.

4.1.2. Resultados del índice de escala de impresión positiva/negativa

Tabla 6

Resultados del índice de escala de impresión positiva/negativa

	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido
Impresión negativo	0	0,0%	0,0%
Válido Impresión real	13	100,0%	100,0%
Impresión positiva	0	0,0%	0,0%
Total	13	100,0	100,0%

Fuente: Cuestionario (instrumento) de inteligencia emocional

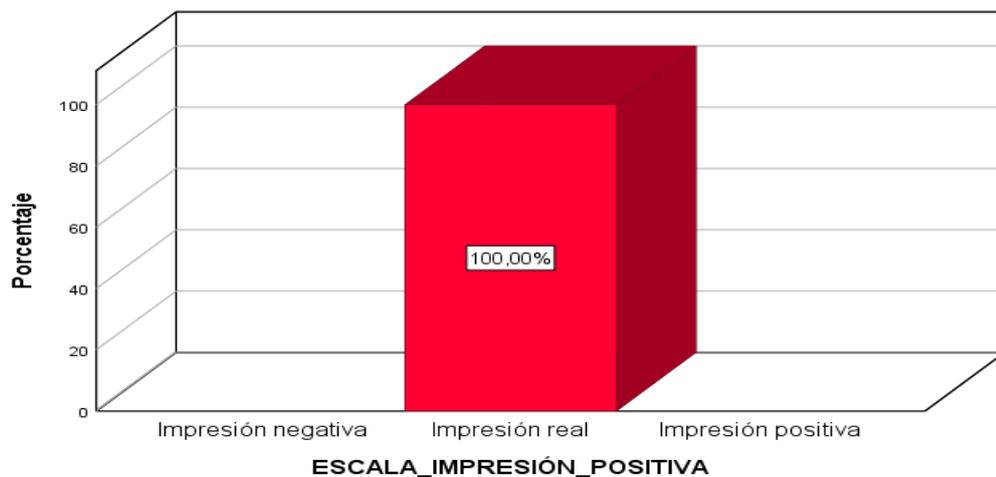


Figura 2. Resultados del índice de escala de impresión positiva/negativa

Fuente: Tabla 6

Interpretación: Como se ha mencionado en el capítulo III el índice de escala de impresión positiva o negativa ayuda a identificar a los niños que intentan dar una impresión muy positiva de sí mismo o por el contrario una impresión muy negativa.

Resultados mayores de 15 sugieren que el alumno intenta dar una impresión positiva, y resultados menores de 10 indican que el alumno da una impresión negativa, por lo cual se invalida la prueba. Según se observa en la Tabla 6 y Figura 2 los resultados obtenidos en el índice de escala de impresión positiva y/o negativa, el 100% de los alumnos se ubica en la impresión real, es decir los alumnos no tratan de aparentar imágenes demasiado positivas de sí mismo ni tampoco imágenes negativas, por lo que obtenidos estos resultados se da por válida la prueba realizada.

4.1.3. Resultados por dimensiones de la inteligencia emocional

4.1.3.1. Resultados de la dimensión intrapersonal

Tabla 7

Resultados de la dimensión intrapersonal

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido
Válido	Bajo	6	46,2%	46,2%
	Promedio	7	53,8%	53,8%
	Alto	0	0,0%	0,0%
	Total	13	100,0%	100,0%

Fuente: Cuestionario de inteligencia emocional

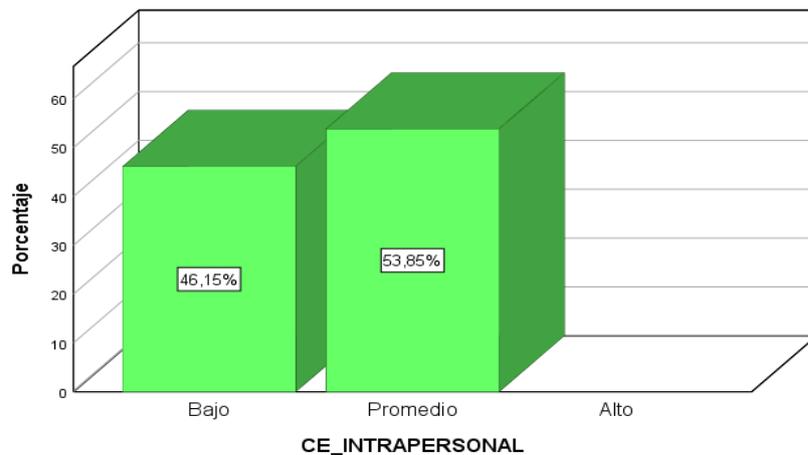


Figura 3. Resultados de la dimensión intrapersonal

Fuente: Tabla 7

Interpretación: Se observa en la Tabla 7 y Figura 6 que el 53, 85% del total de alumnos en el cual pertenecen 7 niños tiene un cociente emocional intrapersonal promedio, y el 46,15% en el cual se ubican 6 niños obtuvieron resultados bajos en el cociente emocional intrapersonal. En el nivel alto no se obtuvieron resultados, es decir ningún niño se ubicó en ese nivel.

Estos resultados indican que la mayoría de niños tiene conocimiento de sus emociones y sentimientos, saben el valor que poseen y son capaces de darse cuenta de los sentimientos negativos y el efecto negativo que tienen en su ser. Los otros niños que se ubicaron en el nivel bajo de cociente emocional intrapersonal no se conocen a sí mismo, lo cual es un tanto preocupante ya que de esa manera se origina la baja autoestima, y el mal autoconcepto.

4.1.3.2. Resultados de la dimensión interpersonal

Tabla 8

Resultados de la dimensión interpersonal

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido
Válido	Bajo	1	7,7	7,7
	Promedio	10	76,9	76,9
	Alto	2	15,4	15,4
	Total	13	100,0	100,0

Fuente: Cuestionario de inteligencia emocional

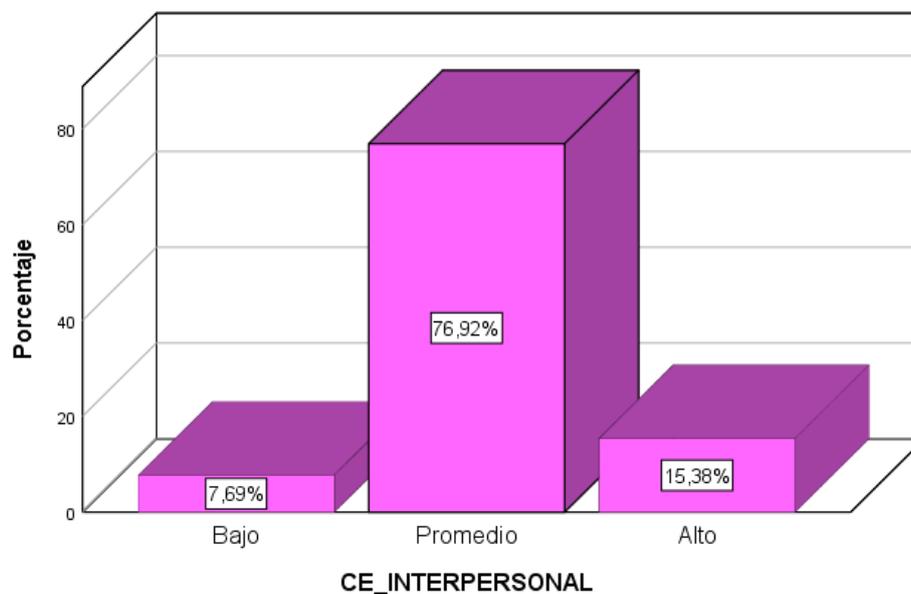


Figura 4. Resultados de la dimensión interpersonal

Fuente: Tabla 8

Interpretación: En la Tabla 8 y Figura 4 se observa que el nivel del cociente emocional interpersonal en los alumnos del 5° grado es promedio ya que el 76,92% se ubica en este nivel; el 7,69% de los niños se ubica en el nivel bajo y el 15,38% de los niños se ubica en el nivel alto.

Estos resultados indican que el alumno tiene buenas relaciones sociales con sus compañeros y otras personas, así mismo los alumnos que se ubicaron en el nivel alto tienen mayor éxito al entablar relaciones sociales. Los alumnos que se ubicaron en el nivel bajo del cociente emocional interpersonal son más propensos a la timidez y no son capaces de hacer amigos fácilmente o entablar relaciones sociales positivas.

4.1.3.3. Resultados de la dimensión adaptabilidad

Tabla 9

Resultados de la dimensión adaptabilidad

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido
Válido	Bajo	1	7,7	7,7
	Promedio	12	92,3	92,3
	Total	13	100,0	100,0

Fuente: Cuestionario de inteligencia emocional

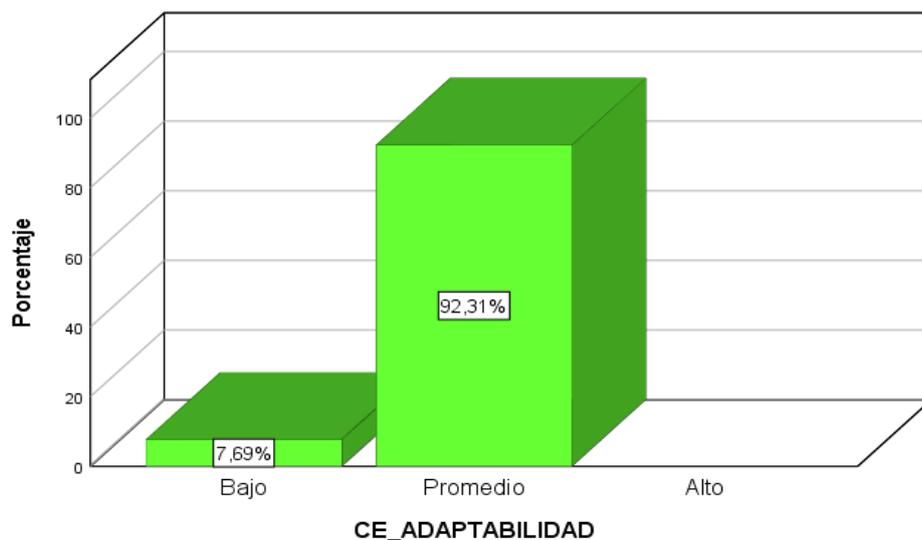


Figura 5. Resultados de la dimensión adaptabilidad

Fuente: Tabla 9

Interpretación: Según se observa en la Tabla 9 y Figura 5 el nivel de adaptabilidad de los alumnos es promedio ya que el 92,31% en el que se ubican 12 niños del total pertenece a este nivel. En el nivel bajo se ubica 1 niño perteneciente al 7,69% y en el nivel alto de adaptabilidad no se encuentran resultados es decir ningún niño se ubica en ese nivel.

Según estos resultados los niños en su mayoría tienen un nivel de adaptabilidad aceptable, y los alumnos que se ubicaron en este nivel son capaces de solucionar sus problemas y no dejarse embargar por ellos, son conscientes de la realidad y la ven tal y como es, sin ideas fantasiosas o pesimismo exagerado. Los alumnos que se ubicaron en el nivel bajo de adaptabilidad aún les cuesta ver las cosas tal y como son, no son capaces de encontrar soluciones a muchos problemas y se ahogan en un vaso de agua.

4.1.3.4. Resultados de la dimensión manejo de estrés

Tabla 10

Resultados de la dimensión de manejo de estrés

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido
Válido	Bajo	1	7,7	7,7
	Promedio	9	69,2	69,2
	Alto	3	23,1	23,1
	Total	13	100,0	100,0

Fuente: Cuestionario de inteligencia emocional

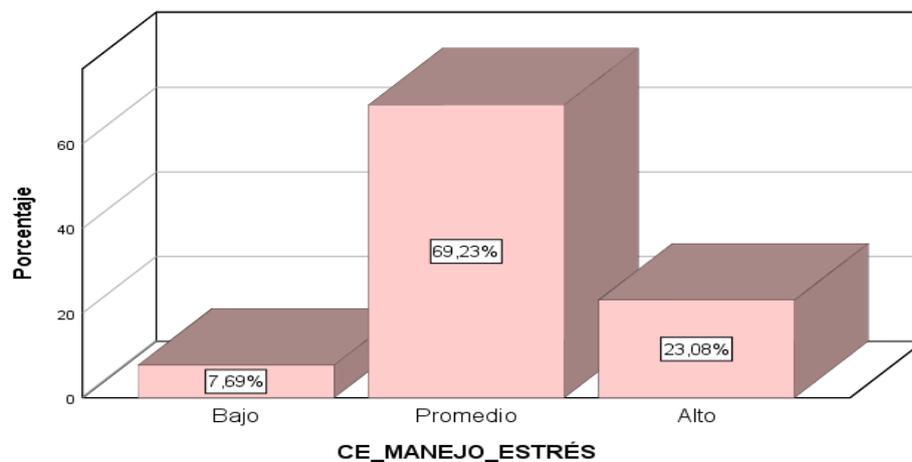


Figura 6. Resultados de la dimensión manejo de estrés

Fuente: Tabla 10

Interpretación: Según se observa en la Tabla 10 y Figura 6 el nivel de manejo de estrés en los alumnos del 5° grado es promedio ya que el 69,23% se ubicaron en este nivel. Seguidamente se encuentra el nivel alto en el que se ubicaron 3 alumnos pertenecientes al 23,06%, finalmente se encuentra el nivel bajo con 7,69%. Estos resultados indican que la mayoría de los niños tienen un buen nivel de manejo de estrés lo que les permite controlar los impulsos sobre todo aquellos que tienen carácter agresivo y tolerar las situaciones frustrantes en donde se ven envueltos en mucho estrés. Los alumnos que se ubicaron en el nivel alto se conducen de manera asertiva y saben manejar muy bien situaciones estresantes. Por otro lado, los alumnos que se ubicaron en el nivel bajo de manejo de estrés aún les cuesta dominar sus impulsos y por tanto poseen un carácter más agresivo. Estos alumnos no saben actuar ante situaciones que les produzcan estrés o tensión.

4.1.3.5. Resultados de la dimensión estado de ánimo

Tabla 11

Resultados de la dimensión estado de ánimo

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido
Válido	Promedio	6	46,2	46,2
	Alto	7	53,8	53,8
	Total	13	100,0	100,0

Fuente: Cuestionario de inteligencia emocional

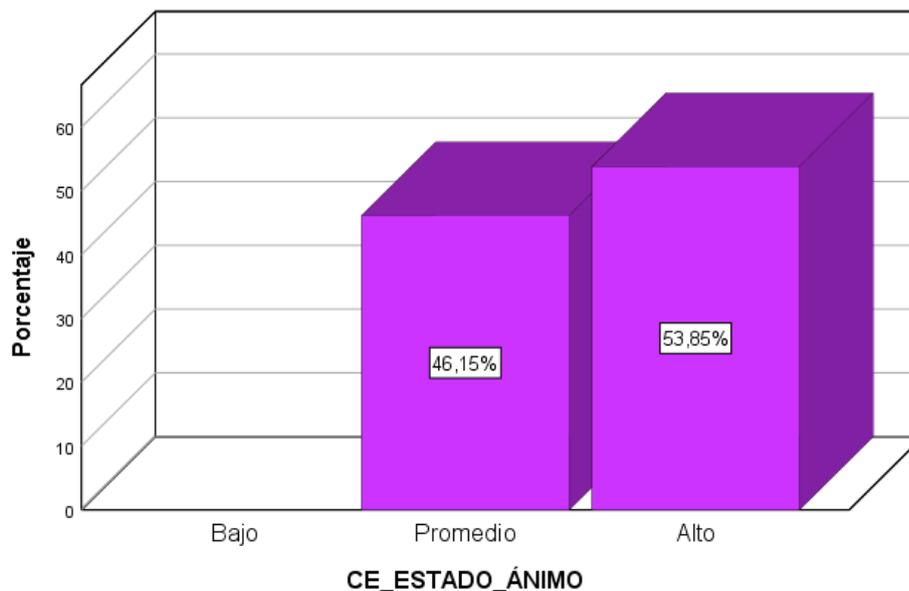


Figura 7. Resultados de la dimensión estado de ánimo

Fuente: Tabla 11

Interpretación: Según la Tabla 11 y Figura 7 se observa que el nivel de estado de ánimo en los alumnos es alto ya que 7 niños se ubican en ese nivel, en el nivel promedio se ubican 6 alumnos pertenecientes al 46,15% y en el nivel bajo se ubican 0 estudiantes, por lo que su porcentaje es de 0,00%. Los resultados indican que el estado de ánimo de los niños es muy bueno ya que ningún estudiante se ubicó en el nivel bajo de cociente emocional de estado de ánimo. Los alumnos que se ubicaron en el nivel alto de cociente emocional estado de ánimo son optimistas por naturaleza y se sienten conformes y contentos la mayor parte del tiempo, disfrutan jugar con sus amigos, divertirse, pasear, etc. De la misma medida los alumnos que obtuvieron resultados de cociente emocional de estado de ánimo promedio.

4.1.4. Resultados generales de la variable inteligencia emocional

Tabla 12

Resultados generales de la variable inteligencia emocional

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido
Válido	Bajo	1	7,7	7,7
	Promedio	9	69,2	69,2
	Alto	3	23,1	23,1
	Total	13	100,0	100,0

Fuente: Cuestionario de inteligencia emocional

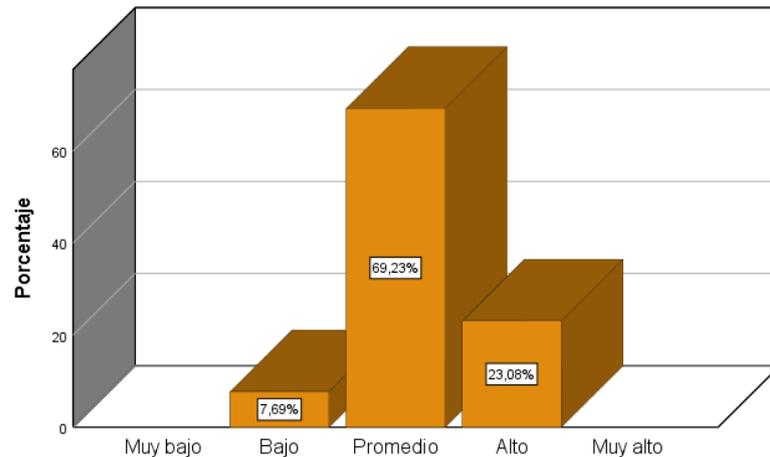


Figura 8. Resultados generales de la variable inteligencia emocional

Fuente: Tabla 12

Interpretación: Según se observa en la Tabla 12 y Figura 8 la inteligencia emocional en los alumnos del 5° grado de la IEP 70013 Mañazo es promedio ya que el 69,23% de los alumnos pertenece a este nivel. Seguidamente se encuentra el nivel alto en el que 3 niños se ubican en este nivel los cuales pertenecen al 23,08%. En el nivel bajo se ubican 1 estudiante el cual pertenece al 7,69%, los niveles muy alto y muy bajo obtuvieron 0 alumnos por lo que su porcentaje es de 0,00% para ambos.

Los resultados obtenidos son positivos en su mayoría ya que un gran porcentaje de niños tiene una inteligencia emocional alta o promedio lo que significa que son capaces de manejar situaciones estresantes y conocen y dominan a sus emociones tanto positivas como negativas, la inteligencia emocional es lo que hace al ser humano reaccionar de distintas maneras, siendo la adecuada la manera asertiva que solo logran las personas con una inteligencia emocional desde promedio a alta.



4.2. DISCUSIÓN

Los resultados de esta investigación indican que los estudiantes del 5° grado de la IEP 70013 Mañazo es promedio. Estos resultados difieren con los obtenidos por Azurduy (2011), quién obtuvo resultados meramente positivos en su investigación. Esto se debe a las condiciones propias de la muestra, ya que como se sabe la inteligencia emocional esta condicionada por el entorno que lo rodea.

Goleman (1996) plantea que la inteligencia emocional es incluso más importante que otro tipo de inteligencias ya que esta permite al ser humano controlar sus emociones y saber recurrir a ellas en el momento oportuno. Esta afirmación se considera correcta y oportuna pues una persona con una buena inteligencia emocional a base de esta va a poder desarrollar otras habilidades; sin embargo una persona con una inteligencia emocional baja por más aptitudes y talentos que tenga no va a sobresalir de manera adecuada ya que las mismas emociones negativas, el comportamiento pasivo o el mal manejo de emociones como la ira, agresividad, rabia van a hacer que la persona reaccione de manera errática, sin tener en cuenta que las personas con inteligencia emocional baja no son capaces de manejar el estrés.

Por tal motivo se considera importante procurar desarrollar la inteligencia emocional desde niños, ya que tal y como Bar-On (2000) afirma la inteligencia emocional es algo que se desarrolla desde la infancia. Sin embargo es oportuno conocer la inteligencia emocional de las personas en cualquier edad ya que esta puede ser potenciada con el uso de talleres, charlas o asistencia psicológica. La familia es otro factor importante en el desarrollo emocional de los niños, por lo que el buen trato y la confianza que se le da a los niños es fundamental para un buen desarrollo y que de esta forma los estudiantes puedan convertirse en ciudadanos de bien capaces de actuar asertivamente, con pleno conocimiento de sí mismos, y con un buen estado de ánimo.



V. CONCLUSIONES

Primera: La inteligencia emocional de los niños del 5° grado de primaria es promedio ya que el 69,23% de los niños se ubicó en este nivel, esto quiere decir que la inteligencia emocional que poseen les permite tener buen dominio de sus emociones sabiendo reaccionar asertivamente, seguidamente el nivel alto de inteligencia emocional obtuvo resultados del 23,08%, los niños que obtuvieron esos resultados tienen un manejo excepcional de sus emociones. Finalmente, el resultado obtenido del nivel bajo de inteligencia emocional fue del 7,69% en el que se ubica 1 estudiante.

Segunda: El nivel de la dimensión intrapersonal es promedio ya que el 53,85% en el cual pertenecen 7 niños se ubicaron en este nivel, lo cual significa que los niños tienen buen conocimiento de ellos mismos y saben reconocer el origen de las emociones que se producen en ellos. El nivel bajo obtuvo resultados del 46,15% ya que 6 niños se ubicaron en este nivel.

Tercera: El nivel de la dimensión interpersonal obtuvo resultados de 76,92% pertenecientes al nivel promedio, esto significa que los niños mantienen relaciones favorables con sus compañeros de clase siendo empáticos con las dificultades que estos presenten. Seguidamente del nivel alto en el cual se ubicaron 3 niños haciendo un porcentaje de 15,38%, el nivel bajo obtuvo un porcentaje de 7,69% en el que se ubica un niño.

Cuarta: El nivel de la dimensión adaptabilidad fue promedio ya que el 92,31% se ubicó en este nivel, lo cual quiere decir que los niños se adaptan favorablemente a distintas circunstancias y ambientes, así como también a distintas personas. El nivel bajo obtuvo resultados de 7,69% ya que 1 alumno



se ubicó en este nivel, lo cual quiere decir que este alumno está en proceso de construir la adaptabilidad.

Quinta: El nivel del cociente emocional manejo de estrés en los niños del 5° grado de la IEP 70013 Mañazo fue de 69,23% perteneciente al nivel promedio, esto indica que los niños saben sobrellevar con situaciones que les generen estrés y lidian con conflictos. Seguidamente se encuentra el nivel alto en el cual 3 niños hace un porcentaje de 23,08%, finalmente el nivel bajo obtienen un resultado de 7,69% ya que 1 solo estudiante se ubicó en este nivel.

Sexta: El nivel del cociente emocional de estado de ánimo obtuvo resultados del 53,85% en el que se ubican 7 niños pertenecientes al nivel alto; seguidamente el nivel promedio obtuvo resultados de 46,15% en el que se ubicaron 6 niños.



VI. RECOMENDACIONES

- Primera:** La inteligencia emocional es un aspecto fundamental en el desarrollo emocional del ser humano ya que permite reaccionar asertivamente a distintos conflictos presentes en la vida diaria, se recomienda a la IEP, directores, profesores y padres de familia apoyar a los niños en su desarrollo personal y sobre todo al a escuela planificar junto con su plana docente charlas motivacionales a los estudiantes y talleres para mejorar la inteligencia emocional en los niños.
- Segunda:** Se recomienda a los niños, docentes, personal educativo y en general a todos los agentes educativos fomentar a través de sesiones, charlas, talleres la mejora de la autoestima en sus estudiantes.
- Tercera:** Se sugiere a todos los miembros de la institución educativa primaria 70013 Mañazo procurar generar situaciones de confraternidad entre estudiantes ya que la escuela es el lugar donde los niños establecen relaciones sociales.
- Cuarta:** Se recomienda a la IEP tratar de educar a los estudiantes de tal manera que sea capaces de resolver sus problemas solos y sean más capaces de adaptarse a distintas situaciones
- Quinta:** Se recomienda a los niños, docentes, estudiantes y plana educativa en general prestar atención a los estudiantes que no controlen bien sus impulsos, sean irritables, y un tanto agresivos por lo que no tendría un buen manejo de estrés y esto en mayor o menor medida dificulta su relación con sus demás compañeros, profesores y otros que lo rodean.



Sexta: Se recomienda a los padres de familia, docentes, estudiantes, agentes educativos en general manera motivados a sus estudiantes para que de esta manera no pierda la autoestima, la alegría y el optimismo.



VII. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Aguado, L. (2005). *Emoción, afecto y motivación. Un enfoque de procesos*. Madrid: Alianza.
- Alzina, R. (2003). *Educación emocional y competencias básicas de la vida*. Mexico: RIE.
- Arbieto, C. (2011). *Niveles de autoestima, clima social familiar en un grupo de estudiantes de secundaria de alto y bajo rendimiento escolar del distrito de San Martín de Porres*. Lima: Universidad San Martín de Porres.
- Arias, F. (2012). *El proyecto de investigación: Introducción a la investigación científica*. Caracas: Episteme.
- Azurduy, J. (2011). *La inteligencia emocional en adolescentes del segundo curso de secundaria de la Unidad Educativa Germán Busch*. La Paz: Universidad Mayor de la Universidad San Andrés Bolivia.
- Bar-On, R. (2000). *Emotional and social intelligence. Insights from the emotional quotient inventory*. Toronto: Jossey-Bass.
- Bartolomé, E. (2006). *Educación emocional en veinte lecciones*. México: Paidós.
- Bazán, J. (2012). *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*. Trujillo.
- Caal, T., Cruz, N., De León, P., & Hernández, L. (8 de Junio de 2013). Beneficios de la inteligencia emocional. Guatemala. Obtenido de <https://comunicacionorganizacional2013.files.wordpress.com/2013/04/beneficios-inteligencia-emocional-2.pdf>
- Cifuentes, E. (2017). *La influencia de la inteligencia emocional en el rendimiento matemático de alumnos de educación secundaria. Aplicación de un programa de intervención psicopedagógica de educación emocional*. Madrid: Universidad Camilo José Cela.
- Consejería de educación, cultura y deporte. (2014). *Cultivando emociones*. España: AZORÍN



- Cooper, R., & Sawaf, A. (1998). *La inteligencia emocional aplicada al liderazgo y a las organizaciones*. Berlin: Medimops.
- Ekman, P. (1972). *Emotion in the human face: Guidelines for research and an integration of*
- Fernandez-Abascal, E. (2009). *Emociones positivas, psicología positiva y bienestar*. Madrid: Pirámide.
- Garay, C. (2014). *Inteligencia emocional y su relación con el rendimiento académico de los estudiantes del sexto ciclo de la facultad de educación de la Universidad Nacional Mayor de San Marcos en la ciudad de Lima*. Lima: Universidad Nacional Mayor de San Marcos.
- Goleman, D. (1995). *La inteligencia emocional, por qué es más importante que el coeficiente intelectual*. New York: Kairós.
- Goleman, D. (1996). *Emotional Intelligence: Why it can matter more than IQ*. EE.UU.: Bantam Books.
- Gutierrez, & Villanueva. (2013). *Inteligencia emocional y rendimiento académico*.
- Hernandez Sampieri, R., Fernandez Collado, C., & Baptista Lucio, M. (1991). *Metodología de la investigación*. Mexico: The McGraw-Hill.
- Huachaca, S., & Ligas, R. (2014). *Influencia de la inteligencia emocional en el rendimiento escolar de los niños de 5to grado de educación primaria de la Institución Educativa 3054 "La Flor"-Carabayllo*. Chosica: Universidad Nacional de Educación Enrique Guzmán y Valle.
- Manrique, F. (2012). *Inteligencia emocional y rendimiento académico en estudiantes del V ciclo primaria de una institución educativa de Ventanilla-Callao*. Lima: Universidad San Ignacio del Oyala.
- Mayer, J., & Salovey, P. (1993). *The intelligence of emotional intelligence*. EE.UU.: The intelligence.



- Palacios, V. (2010). *Inteligencia emocional y logro académico en los alumnos de educación secundaria de una institución pública de Ventanilla-Callao*. Callao: USIL.
- Pineda, B. (1994). *Metodología de la investigación, manual para el desarrollo de personal de salud* (Vol. 2 edición). Washington: Organización Panamericana de la Salud.
- Quiñonez, L. (2017). *Inteligencia emocional y rendimiento académico de los estudiantes de la escuela profesional de educación secundaria, 2016*. Puno: Universidad Nacional del Altiplano.
- Quispe, M. (2004). *Inteligencia emocional en estudiantes de alto y bajo rendimiento académico escolar del quinto grado de la Institución Educativa de San Juan de Miraflores*. Lima: Universidad San Martín de Porres.
- Ramirez Gonzales, A. (2004). *Metodología de la investigación científica*. Colombia: Universidad Pontificia Javeriana.
- Rodriguez Macuna, L. (2015). *Desarrollo de la inteligencia emocional en los niños y niñas de pre jardín del jardín infantil de la UPTC*. Boyacá: UPTC.
- Rodriguez, L. (2015). *Desarrollo de la inteligencia emocional en los niños y niñas de pre jardín del jardín infantil de la UPTC*. Boyacá: UPTC.
- Salazar, M. (2017). *Inteligencia emocional y rendimiento académico en estudiantes del cuarto grado de educación primaria de la institución educativa 7077 "Los Reyes Rojos" de Chorrillos, 2015*. Lima: Universidad César Vallejo.
- Salvador, C. (2010). *Análisis transcultural de la inteligencia emocional*. España: Editorial Universal de Almería.
- Sampieri, R. (2003). *Metodología de la investigación* (Vol. 4 edición). México: McGraw-Hill Interamericana.
- Sanchez, H., & Reyes, C. (2006). *Metodología y diseño en la investigación científica*. Peru: Vios.



- Sanchez, H., Reyes, C., & Mejía, K. (2018). *Manual de términos en investigación científica, tecnológica y humanística* (1° ed.). Lima: Universidad Ricardo Palma.
- Sierra Bravo, R. (1998). *Técnicas de investigación social*. Madrid: Paraninfo.
- Sosa, M. (2008). *Escala autoinformada de inteligencia emocional*. Madrid: Universidad de Complutense Madrid.
- Soto, N. (2007). *Características de los rasgos y personalidad de los niños y niñas con bajos logros académicos de 7 a 12 años de edad*. Medellín: Universidad San-Buena Aventura.
- Tamayo, M. (2007). *El Proceso de la Investigación Científica: incluye evaluación y administración de proyectos de investigación* (Vol. 4a. ed.). México: Limusa.
- Tobalino, L. (2002). *Relaciones entre la inteligencia emocional y rendimiento académico de los estudiantes de la Universidad Nacional de Educación Enrique Guzmán y Valle*. Lima: Universidad San Martín de Porres.
- Ugarriza, N., & Pajares, L. (2003). *Adaptación y Estandarización del Inventario de Inteligencia Emocional de BarOn Ice: en niños y adolescentes*. Perú: Libro amigo.
- Valles Arandiga, A. (2006). *Programa de técnica cognitiva y metacognitiva para comprender textos escritos*. España: Escuela Española.
- Vásquez, M. (2011). *Nivel de inteligencia emocional que presentan los niños del 5° grado de un colegio privado de la ciudad capital der Guatemala*. Guatemala: Universidad Rafael Landivar.



ANEXOS



ANEXO 1

CUESTIONARIO DE INTELIGENCIA EMOCIONAL DE BAR-ON INTELIGENCIA EMOCIONAL

Nombre: Edad: Sexo:.....

Grado y sección: Fecha:.....

Lee cada oración y elige la respuesta que mejor te describe, hay cuatro posibles respuestas:

1. **Muy rara vez**
2. **Rara vez**
3. **A menudo**
4. **Muy a menudo**

Dinos cómo te sientes, piensas o actúas LA MAYOR PARTE DEL TIEMPO EN LA MAYORÍA DE LUGARES. Elige una, y solo UNA respuesta para cada oración y coloca un ASPA sobre el número que corresponde a tu respuesta.

Por ejemplo, si tu respuesta es "Rara vez", haz un ASPA sobre el número 2 en la misma línea de la oración. Esto no es un examen; no existen respuestas buenas o malas. Por favor haz un ASPA en la respuesta de cada oración.

	muy rara vez	rara vez	a menudo	muy a menudo
1. Me gusta divertirme.	1	2	3	4
2. Soy muy bueno (a) para comprender cómo la gente se siente.	1	2	3	4
3. Puedo mantener la calma cuando estoy molesto.	1	2	3	4
4. Soy feliz.	1	2	3	
5. Me importa lo que les sucede a las personas.	1	2	3	4
6. Me es difícil controlar mi cólera.	1	2	3	4
7. Es fácil decirle a la gente cómo me siento.	1	2	3	4
8. Me gustan todas las personas que conozco.	1	2	3	4
9. Me siento seguro (a) de mí mismo (a).	1	2	3	
10. Sé cómo se sienten las personas.	1	2	3	4
11. Sé cómo mantenerme tranquilo (a).	1	2	3	4
12. Intento usar diferentes formas de responder las preguntas difíciles.	1	2	3	4



13. Pienso que las cosas que hago salen bien.	1	2	3	4
14. Soy capaz de respetar a los demás.	1	2	3	
15. Me molesto demasiado de cualquier cosa.	1	2	3	4
16. Es fácil para mí comprender las cosas nuevas.	1	2	3	4
17. Puedo hablar fácilmente sobre mis sentimientos	1	2	3	4
18. Pienso bien de todas las personas	1	2	3	4
19. Espero lo mejor.	1	2	3	4
20. Tener amigos es importante.	1	2	3	4
21. Peleo con la gente.	1	2	3	4
22. Puedo comprender preguntas difíciles.	1	2	3	4
23. Me agrada sonreír.	1	2	3	4
24. Intento no herir los sentimientos de las personas.	1	2	3	4
25. No me doy por vencido (a) ante un problema hasta que lo resuelvo.	1	2	3	4
26. Tengo mal genio.	1	2	3	4
27. Nada me molesta.	1	2	3	4
28. Es difícil hablar sobre mis sentimientos más íntimos.	1	2	3	4
29. Sé que las cosas saldrán bien.	1	2	3	4
30. Puedo dar buenas respuestas a preguntas difíciles.	1	2	3	4
31. Puedo fácilmente describir mis sentimientos.	1	2	3	4
32. Sé cómo divertirme.	1	2	3	4
33. Debo decir siempre la verdad.	1	2	3	4
34. Puedo tener muchas maneras de responder una pregunta difícil, cuando yo quiero.	1	2	3	4
35. Me molesto fácilmente.	1	2	3	4
36. Me agrada hacer cosas para los demás.	1	2	3	4
37. No me siento muy feliz.	1	2	3	4
38. Puedo usar fácilmente diferentes modos de resolver los problemas.	1	2	3	4
39. Demoro en molestarme.	1	2	3	4
40. Me siento bien conmigo mismo (a).	1	2	3	4
41. Hago amigos fácilmente.	1	2	3	4
42. Pienso que soy el (la) mejor en todo lo que hago	1	2	3	4
43. Para mí es fácil decirle a las personas cómo me siento.	1	2	3	4



44. Cuando respondo preguntas difíciles trato de pensar en muchas soluciones.	1	2	3	4
45. Me siento mal cuando las personas son heridas en sus sentimientos.	1	2	3	4
46. Cuando estoy molesto (a) con alguien, me siento molesto (a) por mucho tiempo.	1	2	3	4
47. Me siento feliz con la clase de persona que soy.	1	2	3	4
48. Soy bueno (a) resolviendo problemas.	1	2	3	4
49. Para mí es difícil esperar mi turno.	1	2	3	4
50. Me divierte las cosas que hago.	1	2	3	4
51. Me agradan mis amigos.	1	2	3	4
52. No tengo días malos	1	2	3	4
53. Me es difícil decirle a los demás mis sentimientos.	1	2	3	4
54. Me disgusto fácilmente.	1	2	3	4
55. Puedo darme cuenta cuando mi amigo se siente triste.	1	2	3	4
56. Me gusta mi cuerpo.	1	2	3	4
57. Aun cuando las cosas sean difíciles, no me doy por vencido	1	2	3	4
58. Cuando me molesto actúo sin pensar.	1	2	3	4
59. Sé cuándo la gente está molesta aun cuando no dicen nada	1	2	3	4
60. Me gusta la forma como me veo.	1	2	3	4

Autor: Bar-On (2000)

Adaptación: Ugarriza y Pajares (2003)

ANEXO 2
INTELIGENCIA EMOCIONAL EN ESTUDIANTES DEL 5° GRADO DE LA IEP 70 013 BARRIO MAÑAZO DE LA CIUDAD DE PUNO EN EL AÑO 2019

PROBLEMA	OBJETIVO	VARIABLES	TÉCNICA E INSTRUMENTO	METODOLOGÍA
<p>GENERAL:</p> <ul style="list-style-type: none"> - ¿Cuál es el nivel de inteligencia emocional que poseen los estudiantes del 5° grado de primaria de la IEP 70 013 Barrio Mañazo? 	<p>GENERAL:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Determinar el nivel de inteligencia emocional de los estudiantes del 5° grado de la IEP 70 013 Barrio Mañazo de la ciudad de Puno en el año 2019. <p>ESPECÍFICOS:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Identificar el nivel de la competencia intrapersonal de los estudiantes del 5° grado de la IEP 70 013 Barrio Mañazo de la ciudad de Puno en el año 2019. • Identificar el nivel de la competencia interpersonal de los estudiantes del 5° grado de la IEP 70 013 Barrio Mañazo de la ciudad de Puno en el año 2019. • Identificar el nivel de la competencia adaptabilidad de los estudiantes del 5° grado de la IEP 70 013 Barrio Mañazo de la ciudad de Puno en el año 2019. • Identificar el nivel de la competencia manejo del estrés de los estudiantes del 5° grado de la IEP 70 013 Barrio Mañazo de la ciudad de Puno en el año 2019. 	<p>Variable 1:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Inteligencia emocional 	<p>Técnica:</p> <ul style="list-style-type: none"> -Encuesta <p>Instrumento:</p> <ul style="list-style-type: none"> -Cuestionario. 	<p>Tipo de estudio:</p> <ul style="list-style-type: none"> -Descriptivo. <p>Diseño:</p> <ul style="list-style-type: none"> -Simple <p>Población:</p> <ul style="list-style-type: none"> -Estudiantes del 5° grado de la IEP 70013 Mañazo <p>Muestra:</p> <ul style="list-style-type: none"> -Censal

ANEXO 3

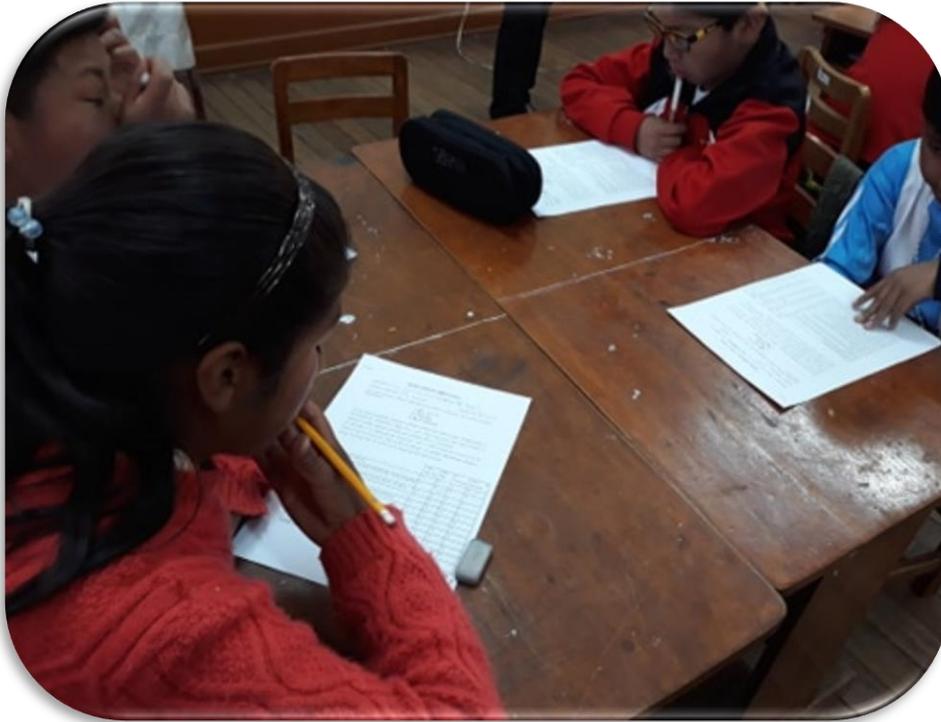
EVIDENCIAS FOTOGRÁFICAS



En la IEP
70013
MAÑAZO



En el 5° grado
de la IEP
70013
Mañazo
Repartiendo
los exámenes
y dando las
indicaciones
correspondien
tes



Los niños y
niñas de la
IEP 70013
Mañazo
dando su
examen





Recogiendo los
exámenes y
despidiéndome
de los niños

