

*Universidad Nacional del Altiplano*

**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN**

**PROGRAMA DE SEGUNDA ESPECIALIZACIÓN**



**INTELIGENCIA EMOCIONAL DE ESTUDIANTES DE LA  
EPES MATEMÁTICA FÍSICA COMPUTACIÓN E  
INFORMÁTICA DE LA UNA PUNO**

**TESIS**

**PRESETADA POR:  
SEYLI NIESLEJNI CHOQUE MAMANI**

**PARA OPTAR EL TÍTULO DE SEGUNDA ESPECIALIDAD EN  
PSICOLOGÍA EDUCATIVA**

**PUNO- PERÚ  
2017**

# Universidad Nacional del Altiplano-Puno

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN

PROGRAMA DE SEGUNDA ESPECIALIZACIÓN EN  
PSICOLOGÍA EDUCATIVA

INTELIGENCIA EMOCIONAL DE ESTUDIANTES DE LA EPES  
MATEMÁTICA FÍSICA COMPUTACIÓN E INFORMÁTICA DE LA  
UNA PUNO

**SEYLI NIESLEYNI CHOQUE MAMANI**

TESIS PARA OPTAR EL TÍTULO PROFESIONAL DE SEGUNDA ESPECIALIDAD EN  
PSICOLOGÍA EDUCATIVA

APROBADA POR EL SIGUIENTE JURADO:

PRESIDENTE

:

Dr. Wenceslao Quispe Yapo

PRIMER MIEMBRO

:

Mg. Godofredo Huamán Monroy

SEGUNDO MIEMBRO

:

Lic. Valerio Lorenzo Arpasi

DIRECTOR

:

Dr. Francisco Marino Tipula Mamani

ASESOR

:

Dr. Lino Vilca Mamani

## DEDICATORIA

*Este trabajo está dedicado a mi madre que desde el  
cielo ella guía mis pasos día a día.*

*También va dedicado a mi familia que es el pilar  
fundamental para que siga superándome.*

## AGRADECIMIENTOS

Un profundo y sincero agradecimiento a:

- La Facultad de Ciencias de la Educación, en especial al Programa de Segunda Especialización por habernos permitido la superación profesional en el campo de la educación.
- A los docentes de dicho programa sobre todo a los de la mención Educación Psicología Educativa.
- A los Jurados del presente trabajo de Investigación.
- A los compañeros de dicho programa sobre todo a los de la mención Psicología Educativa.
- A todas las personas y amigos que apoyaron en varios aspectos para la culminación de la Segunda Especialización.

## ÍNDICE

### RESUMEN

### INTRODUCCIÓN

## CAPÍTULO I

### PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

1.1.	Descripción del Problema	10
1.2.	Definición del Problema de Investigación	11
1.3.	Justificación de la investigación	12
1.4.	Objetivos de la investigación	13
1.4.1.	Objetivo General	13
1.4.1.	Objetivos específicos	13

## CAPÍTULO II

### MARCO TEÓRICO

2.1.	Antecedentes de la Investigación.	14
2.2.	Sustento Teórico.	18
2.2.1.	Inteligencia Emocional	18
2.2.2.	Inteligencia Emocional en la Educación.	23
2.2.3.	Dimensiones de la Inteligencia Emocional	27
2.3.	Definición de Términos	34
2.4.	Sistema de Variable.	35

## CAPÍTULO III

### METODOLOGÍA DE INVESTIGACIÓN

3.1.	Tipo y diseño de investigación	36
3.2.	Población y Muestra de investigación	37

## CAPÍTULO IV

### RESULTADOS DE INVESTGIGACIÓN

4.1. INTELIGENCIA EMOCIONAL DE LOS ESTUDIANTES DE LA EPES DE LA UNA PUNO	39
CONCLUSIONES	
SUGERENCIAS	
BIBLIOGRAFÍA.	
ANEXOS	

## RESUMEN

La presente investigación nos ayuda a poder saber cuál es el nivel de inteligencia emocional de los estudiantes de la Escuela Profesional de Educación Secundaria Matemática, Física, Computación e Informática de la Universidad Nacional del Altiplano.

Esta investigación nos ayuda a saber mucho más sobre la inteligencia emocional nos permite manejar los sentimientos expresarlos adecuadamente y con efectividad, permitiendo que las personas trabajen sin roces en busca de una meta común.

La inteligencia emocional, es aprendida a medida que avanzamos por la vida y aprendemos de nuestras experiencias: nuestra aptitud, en ese sentido puede continuar creciendo. La gente mejora esta aptitud, a medida que adquiere destreza para manejar sus propias emociones e impulsos, se motiva y afina su habilidad empática y social, este crecimiento en la inteligencia emocional se designa madurez.

## INTRODUCCIÓN

El presente trabajo, tiene como objetivo de determinar el nivel de inteligencia emocional de estudiantes de la Escuela Profesional de Educación Secundaria matemática física computación e informática de la una Puno, el trabajo está estructurado en cuatro capítulos:

El primer capítulo trata sobre el problema de la investigación, en esta parte se formula con claridad y precisión el problema de la investigación, por otro lado en este capítulo se plantea el objetivo general y objetivo específico y la justificación de la investigación.

El segundo capítulo se refiere sobre el sustento teórico o marco teórico conceptual sobre el problema de la investigación en esta parte presentamos los antecedentes de estudio, es decir, trabajos que han realizado anteriormente. Por otro lado se sustenta al problema con bases teóricas y conceptuales.

El tercer capítulo se refiere al diseño metodológico de la investigación, donde se aborda los métodos y técnicas que se han empleado en el proceso investigativo. Así mismo trata sobre el tipo de investigación realizada la población de estudio, las técnicas e instrumentos de recolección de datos, el diseño estadístico para probar la hipótesis, es decir todo un procedimiento o estilo metodológico de recolección de datos, como procesamiento de datos.

Finalmente, el cuarto capítulo aborda sobre resultados de la investigación empírica donde los datos procesados pasan a ser



analizados e interpretados con el propósito de demostrar nuestra hipótesis. Finalmente se obtiene las conclusiones de la investigación y la formulación de las sugerencias pertinentes, bibliografía y anexos.

## CAPÍTULO I

### EL PROBLEMA DE LA INVESTIGACIÓN.

#### 1.1. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN

##### 1.1.1. DESCRIPCIÓN DEL PROBLEMA

La inteligencia emocional es aprendida a medida que avanzamos por la vida y aprendemos de nuestras experiencias como por ejemplo nuestra aptitud, en ese sentido, puede continuar creciendo. La gente mejora esta aptitud, a medida que adquiere destreza para manejar sus propias emociones e impulsos; se motiva y afina su habilidad empática y social; este crecimiento en la inteligencia emocional se designa madurez.

En el ser humano, la experiencia de una emoción generalmente involucra un conjunto de cogniciones, actitudes y creencias sobre el mundo, que utilizamos para valorar una situación concreta; y, por tanto, influyen en el modo en el que se percibe dicha situación.

Este nuevo criterio parte de la base de que ya disponemos de suficiente capacidad intelectual y destreza técnica para llevar a cabo

nuestro trabajo como docentes y, por el contrario, centra su atención en cualidades personales como la iniciativa, la empatía, la adaptabilidad o la capacidad de persuasión.

Se observa que existen problemas muy generalizados en el desempeño académico de los estudiantes de la Escuela Profesional de Educación Secundaria Matemática Física Computación e Informática de la Universidad Nacional del Altiplano de Puno los cuales se evidencian en los bajos promedios de aprendizaje en los cursos de especialidad, por la limitada o nula aplicación de la inteligencia emocional por parte de los estudiantes en el momento de los exámenes, muchos de ellos están acostumbrados en el uso de sus celulares, el chat, por lo que; por lo que existen motivos suficientes para desarrollar la presente Investigación que reviste mucha importancia, porque sus resultados sirven como fuente de información a los interesados en realizar investigación en didáctica de la matemática, así mismo, llenará un vacío existente en el sistema de conocimientos teóricos.

### **1.1.2. DEFINICIÓN DEL PROBLEMA**

#### **1.1.2.1. PROBLEMA GENERAL**

El problema de investigación se enuncia a través de la siguiente interrogante:

¿Cuál es el nivel de inteligencia emocional de los estudiantes de la Escuela Profesional de Educación Secundaria Especialidad Matemática, Física, Computación e Informática de la Universidad Nacional del Altiplano de Puno en el año 2017?

### 1.1.2.2. PROBLEMAS ESPECÍFICAS

- ¿Cómo expresan los estudiantes su inteligencia emocional en la dimensión intrapersonal?.
- ¿Cómo demuestran los estudiantes su inteligencia emocional en la dimensión interpersonal?.
- ¿Cómo expresan los estudiantes su inteligencia emocional en la dimensión de manejo de estrés?.
- ¿Cómo expresan los estudiantes su inteligencia emocional en la dimensión adaptabilidad?.
- ¿Cómo expresan los estudiantes su inteligencia emocional en la dimensión estado de ánimo general?.

### 1.1.3. JUSTIFICACIÓN DE LA INVESTIGACIÓN

El presente trabajo de investigación, se justifica por las siguientes razones:

La justificación teórica, se sustenta en que la investigación proporcionará evidencia científica válida acerca de las variables de estudio Inteligencia Emocional, permitiendo la adquisición de información y conocimiento preciso y confiable para la Psicología.

Del mismo modo se justifica como importancia práctica en el sentido de que la investigación brindará aportes a la solución de problemas teóricos y prácticos de carácter social, educativo y cultural, estableciendo una base sólida para futuras investigaciones, tomando en cuenta que la población mantenga características similares al estudio realizado.

Finalmente como justificación metodológica se sustenta en que la investigación, a partir de los resultados obtenidos mediante del estudio, se pretende contribuir con la institución educativa donde se ha ejecutado la investigación, con la finalidad de obtener mejoras en las prácticas diarias, además de instituir políticas de prevención e intervención en la variable inteligencia emocional.

#### **1.4.1. OBJETIVOS DE LA INVESTIGACIÓN**

##### **1.4.1.1. OBJETIVO GENERAL**

Determinar el nivel de inteligencia emocional de estudiantes de la Escuela Profesional de Educación Secundaria Matemática, Física, Computación e Informática de la Universidad Nacional del Altiplano de Puno en el año 2017.

##### **1.4.1.2. OBJETIVOS ESPECÍFICOS**

- Describir la expresión de la inteligencia emocional en la dimensión intrapersonal de los estudiantes.
- Describir la demostración de la inteligencia emocional en la dimensión interpersonal de los estudiantes.
- Puntualizar la expresión de la inteligencia emocional en la dimensión manejo del estrés de los estudiantes.
- Detallar la expresión de la inteligencia emocional en la dimensión adaptabilidad de los estudiantes.
- Especificar la expresión de la inteligencia emocional en la dimensión estado de ánimo general de los estudiantes.

## CAPITULO II

### MARCO TEÓRICO

#### 2.1. ANTECEDENTES DE INVESTIGACIÓN.

Se consideran antecedentes del presente trabajo de investigación lo siguiente:

Martínez, J. (2011), en su tesis Diseño y validación del cuestionario de automotivación, en el marco del espacio europeo de educación superior, cuyo propósito fundamental del presente trabajo fue la construcción y validación de un cuestionario destinado a medir las acciones de automotivación que los estudiantes universitarios manifiestan desarrollar en el marco del Espacio Europeo de Educación Superior (EEES). El EEES precisamente potencia la autonomía, la responsabilidad y la autoregulación del estudiante. El análisis empírico de la fiabilidad y de la validez del instrumento se ha llevado a cabo en una muestra de 254 estudiantes universitarios de turismo, con edades comprendidas entre los 17 y los 22 años. Los datos permiten concluir que la consistencia interna y la validez del cuestionario son

satisfactorias. El instrumento puede ser empleado para analizar la automotivación de los estudiantes y para prevenir e intervenir en dicho ámbito, teniendo presente que la automotivación constituye una competencia de gran valor en el EEES. Dicha competencia, incluye aspectos cognitivos, conductuales y afectivo-sociales.

Villasmil, J. (2010), en su tesis, “El autoconcepto académico en estudiantes universitarios resilientes de alto rendimiento”: un estudio de casos. El objetivo de este estudio fue describir el proceso de construcción del autoconcepto académico en estudiantes universitarios resilientes de alto rendimiento. La resiliencia es la capacidad de la persona de sobreponerse a los riesgos de la existencia, no solo para superarlos, sino para desarrollar al máximo su potencial. El autoconcepto académico evidencia relación con el rendimiento y el desempeño académico. La investigación pertenece al paradigma cualitativo, por su propósito básico que es realizar la descripción del proceso de construcción del autoconcepto académico en estudiantes universitarios partiendo del análisis cualicuantitativo del estudio de 4 casos de sujetos resilientes. Se utilizaron como Técnicas e Instrumentos para la recolección de datos: la autobiografía y entrevista no estructurada, además del Inventario de Autoestima de Coopersmith, el MLP para evaluar la motivación al logro, el MAFI para la motivación de afiliación y el MPS para la motivación al poder. También, se utilizó un autorreporte denominado Escala Universitaria de Auto Expresión para la asertividad. Los sujetos evaluados presentaron la mayor cantidad de

indicios en la macro categoría del Autoconcepto Académico, siendo las de mayor frecuencia la “Relación con Otros”, “Enfrentamiento de Situaciones Académicas”, el “Compromiso con la Tarea y la Responsabilidad” y la “Asertividad”. En los factores Psicológicos de Prevención, las mayores frecuencias fueron la “Voluntad”, la “Iniciativa”, el “Sentido del humor”, la “Autoestima Positiva” y la “Moralidad”. Todos alcanzaron un puntaje Alto en autoestima, al igual que en la motivación al logro. Los sujetos demuestran un escaso interés en ejercer influencia sobre otros para ser percibida como una persona poderosa. Tienen un Bajo nivel de Poder Explotador y un nivel Medio alto de Asertividad.

Mendoza, G. (2009), en su tesis, “El desarrollo de la creatividad favorece el interaprendizaje de las matemáticas en los alumnos del primer curso del Colegio Nacional Técnico “Raymundo Aveiga” de la ciudad de Chone, durante el año lectivo 2007-2008”. El objetivo principal de la investigación fue determinar cómo se desarrolla la creatividad en el interaprendizaje de las matemáticas, por lo cual, se reconocen los elementos a tener en cuenta para definir un potencial creativo en el análisis de procesos de desarrollo creativos en matemáticas. Hay que tener en cuenta la importancia de considerar como influyen dos componentes del desarrollo creativo de los alumnos (pensamiento lógico matemático y pensamiento divergente lateral) en relación con los criterios básicos de creatividad (originalidad, flexibilidad, fluidez y elaboración). Se utilizó una investigación que integra métodos cuantitativos con métodos descriptivos y con estudio de caso



institucional. Un proceso de triangulación nos permitió confeccionar un sistema (instrumento) de indicadores-descriptores y rasgo útil para detectar elementos de potencial creativo en las matemáticas. Como estudio de caso, se analizó el potencial creativo de la inteligencia lógica de los alumnos, y de los rasgos observados y evaluados en los logros de los alumnos en un curso de formación específico; aplicando conocimientos matemáticos y experimentando el desarrollo creativo. En el caso acción de clase, reconocemos cinco momentos de aprendizaje creativo (preparación, incubación, inspiración, verificación y reflexión) que han permitido dar una explicación estructurada de lo ocurrido en términos de proceso creativo en las matemáticas. En el caso logros de los alumnos, los rasgos implícitos en las tareas que se eligieron para ser analizadas, se encontró al grupo experimental con inteligencia menor, pero con significativo rendimiento creativo. Sin embargo, en el grupo de control aparecen con más rasgos intelectuales en espera de desarrollar un gran potencial.

Rebollar, B. (2009), en su tesis, “La motivación en el aula para un mejor aprovechamiento escolar, en los alumnos del sexto semestre de la carrera de técnico laboratorista clínico en el colegio de estudios científicos y tecnológicos del estado de México (CECyTEM), Valle de Chalco, Solidaridad”. El objetivo fue conocer el grado de importancia de la motivación del docente en el aula y cómo influye esta, en el aprovechamiento escolar de los alumnos de sexto semestre de la carrera de técnico Laboratorista Clínico. Conclusión: no es suficiente

seguir un programa de estudio, dejando que una clase fluya por sí misma; es necesario que el docente utilice recursos y técnicas para que la impartición de conocimientos, así como el desarrollo de habilidades generen interés y gusto en los alumnos, en este caso los alumnos de sexto semestre de la carrera de técnico Laboratorista Clínico en el CECyTEM Valle de Chalco Solidaridad. Por ello, el docente debe conocer y saber utilizar diferentes técnicas que fomenten la motivación tanto individual como grupal, ya que son importantes al intentar mejorar el aprovechamiento escolar. Debido a que las técnicas introducen un componente emocional y afectivo distinto a una clase en donde el profesor sólo se basa en la transmisión de conocimientos.

## **2.2. SUSTENTO TEÓRICO.**

### **2.2.1. Inteligencia Emocional**

La inteligencia emocional, es un término acuñado por dos psicólogos de la Universidad de Yale, difundida mundialmente por el periodista y escritor Daniel Goleman; se refiere a la capacidad humana de sentir, entender, controlar y modificar estados emocionales en uno mismo y en los demás (Greenberg, 2000).

La inteligencia emocional nos permite manejar los sentimientos expresarlos adecuadamente y con efectividad, permitiendo que las personas trabajen sin roces en busca de una meta común.

La inteligencia emocional, es aprendida a medida que avanzamos por la vida y aprendemos de nuestras experiencias: nuestra aptitud, en ese sentido puede continuar creciendo. La gente

mejora esta aptitud, a medida que adquiere destreza para manejar sus propias emociones e impulsos, se motiva y afina su habilidad empática y social, este crecimiento en la inteligencia emocional se designa madurez.

De acuerdo a Goleman (2001; citado por Castro, 2007), la Inteligencia Emocional es el saber controlar nuestras emociones y manejar con mayor destreza nuestras relaciones, incluyendo las siguientes habilidades: conciencia de sí mismo y de las propias acciones, autorregulación, motivarnos y perseverar, y empatía y confianza.

La inteligencia emocional (IE) es el uso inteligente de las emociones: hacer que, intencionalmente, las emociones trabajen para nosotros, utilizándolas de manera que nos ayuden a guiar la conducta y los procesos de pensamiento, a fin de alcanzar el bienestar personal. Peter Salovey y John Mayer, de las universidades de New Hampshire y de Yale fueron de los primeros investigadores en utilizar el término "*Inteligencia emocional*" con el mismo sentido de uso actual, pero el concepto adquirió mayor notoriedad a partir de la publicación del libro "La inteligencia Emocional" escrito por Daniel Goleman, en 1995.

El concepto de inteligencia emocional es quizás la gran revelación de la psicología del siglo XX, en cuanto a los nuevos elementos que aporta para la comprensión de la inteligencia humana.

Estos nuevos conocimientos permiten una visión más realista y válida de los factores que conducen a la eficacia y adaptación personal,

ayudando a tener una visión más equilibrada del papel que juegan la cognición y la emoción en la vida de las personas. Es tal el auge de las investigaciones en este campo, que se puede afirmar que la inteligencia emocional es un concepto en amplia expansión.

De acuerdo con Goleman (2001), las personas emocionalmente desarrolladas, es decir, las personas que gobiernan adecuadamente sus emociones y que también saben interpretar y relacionarse efectivamente con las emociones de los demás, disfrutan de una situación ventajosa en todos los dominios de la vida. Estas personas suelen sentirse más satisfechas, son más eficaces y más capaces de dominar los hábitos mentales que determinan la productividad. Quienes, por el contra rio, no pueden controlar su vida emocional, se debaten en constantes luchas internas que socavan su capacidad de trabajo y les impiden pensar con suficiente claridad.

Del mismo modo, Guilera (2007; citado por Torrabadella, 2012) refiere que la Inteligencia Emocional es la capacidad natural que tienen los humanos para gestionar sus emociones a fin de adaptarse a las circunstancias del entorno, además que se puede mejorar con la introspección y la práctica.

Mayer y Salovey (1997, citado en Torre y Vélez, 2010) consideran que la Inteligencia Emocional es la habilidad para percibir emociones, para acceder y generar emociones, para entender las emociones y el conocimiento emocional para regular reflexivamente las emociones, así como para promover el crecimiento emocional e intelectual. Es la

capacidad de manejar adecuadamente los sentimientos propios y ajenos y de utilizarlos para guiar el pensamiento y la acción.

Según Robles (2002; citado por Córdolo, 2010) define a la Inteligencia Emocional en términos concretos: es el enriquecer y complementar el hemisferio izquierdo con el derecho, la razón con la emoción.

Del mismo modo, Reuven Bar-On (1997; citado por Saldaña y Vega, 2013) define inteligencia emocional como un conjunto de habilidades emocionales, personales e interpersonales que influyen en nuestra habilidad general para afrontar las demandas y presiones del medio ambiente. La expresión Inteligencia Emocional hace referencia a la capacidad o facultad humana que le permite al hombre reconocer sus sentimientos y emociones, y a la vez emplearlas de manera productiva haciendo uso de destrezas, actitudes y habilidades, las mismas que determinan la conducta del adolescente y le permite establecer óptimas relaciones con su entorno. “Las personas emocionalmente inteligentes son capaces de reconocer y expresar sus emociones, comprenderse a sí mismos, actualizar sus capacidades potenciales, llevar una vida saludable y feliz” (Reuven Bar-On, 1997; citado por Saldaña y Vega, 2013).

A partir de lo referido por los autores en mención, comprendemos como Inteligencia Emocional a la habilidad propia del ser humano para manejar sus experiencias emocionales de forma asertiva, es decir, tiene la capacidad de conocer, identificar, diferenciar, manifestar y controlar

sus emociones propias como para con los demás; siendo ello un factor que repercute en el éxito y satisfacción personal en diversas dimensiones de su vida.

Alrededor de la década de los 80's, se apertura el gran avance de la Psicología, al ingresar un nuevo constructo: La Inteligencia Emocional. En este periodo se empieza a hablar de las inteligencias no cognitivas y se intenta encontrar sus mediciones (Almeyda y Veliz, 2010).

Con el concepto introducido el colectivo, se desarrolla el término Inteligencia Emocional, que fue empleado formalmente por primera vez en 1990 por Peter Salovey de Harvard y John Mayer de la New Hampshire. Utilizan este término señalando que es la capacidad de controlar y regular los sentimientos de uno mismo y de los demás y utilizarlos como guía del pensamiento y de la acción. La inteligencia emocional se concreta en un amplio número de habilidades y rasgos de personalidad: empatía, expresión y comprensión de los sentimientos, autocontrol, independencia, capacidad de adaptación, empatía, capacidad de resolver situaciones conflictivas de manera interpersonal, intrapersonal con amabilidad y responsabilidad.

Asimismo, señalaron que las emociones tienen un alto grado de relación con la inteligencia, y que las personas disponen de habilidades cognitivas para percibir las y expresarlas, facilitar su juicio usando información proveniente de él, comprenderlos y regularlos (Almeyda y Veliz, 2010).

Pero fue Goleman en 1996 (citado en Córdolo, 2010) quien lo popularizó y convirtió en un best-seller, haciendo referencia a las siguientes habilidades:

Conciencia de sí mismo y de las propias acciones, autorregulación, motivarnos y perseverar, y empatía y confianza.

La inteligencia emocional es un conjunto de habilidades emocionales, personales e interpersonales, que influyen en nuestra capacidad general para afrontar demandas, presiones del medio ambiente; así mismo, indica que está conformada por cinco componentes: Intrapersonal, Interpersonal, Adaptabilidad, Manejo del Estrés y Estado de Ánimo General (Saldaña y Vega, 2013).

### **2.2.2. Inteligencia Emocional en la Educación.**

La autoestima es la abstracción que la persona hace desarrollar acerca de sus atributos, capacidades, objetos y actividades que posee o persigue; esta abstracción es presentada por el símbolo mí, que consiste en la idea que la persona posee de sí misma.

El autoconcepto según Tamayo la concibe como un proceso psicológico cuyos contenidos y dinamismos son determinados socialmente y que le permiten comprender el conjunto de percepciones, sentimientos, autoatribuciones y juicios de valor referentes a uno mismo.

Otras maneras para el control de las emociones son las siguientes:

Lograr expresar con palabras lo que sentimos. verbalizar. Cuando logramos expresar en palabras lo que sentimos damos un gran paso hacia el gobierno de nuestros sentimientos.

Pensar, leer y hablar sobre los sentimientos.

Identificar nuestros defectos y valores dominantes.

Actitud crítica hacia el origen de la preocupación o problema.

Reflexionar sobre las causas que la originan.

Evitar pensamientos negativos.

Desahogo con quien nos pueda ayudar.

Esforzarse en ver lo positivo de cualquier situación.

Descansar.

Pensar en los demás.

Descargar el enfado casi nunca es positivo.

Hay que aprender a buscar una salida a los enfados que no perjudique a los demás. De acuerdo a Goleman (2001; citado por Castro, 2007), refiere que las personas con una adecuada inteligencia emocional poseen las siguientes características:

- Aprenden a identificar sus propias emociones.
- Manejan sus reacciones emocionales identificando las adecuadas de expresarlas.
- Desarrollan aceptación incondicional de sí mismos y los demás.
- Desarrollan autocontrol y empatía, ponerse en el lugar del otro.



- Desde pequeños aprenden que existen distintos tipos de situaciones y que cada una les exigirá unas u otras respuestas: resolución de problemas.

Por otro lado, Mayer y Salovey (1997, citado en Torre y Vélez, 2010) indican que la Inteligencia Emocional es por tanto un conjunto de talentos o capacidades organizadas por 4 dominios:

- Capacidad para percibir emociones de forma precisa (percepción).
- Capacidad aplicar las emociones para facilitar el pensamiento y razonamiento.
- Capacidad para comprender las propias emociones y la de los demás (empatía).
- Capacidad para controlar las propias emociones.

Así también, Bisquerra R. (2000; citado en Vázquez, 2012) plantea las siguientes características que posee una persona emocionalmente inteligente:

- Actitud positiva: valoran más aciertos que los errores, más las cualidades que los defectos, buscan el equilibrio entre la tolerancia y la exigencia.
- Reconocer los sentimientos y emociones: implica conocerse a sí mismo.
- El autoanálisis ayuda a que la persona pueda reconocerse y contribuya al desarrollo de su inteligencia emocional.

- Capacidad para expresar sentimientos y emociones: emociones positivas y negativas necesitan canalizarse a través de algún medio de expresión. La persona emocionalmente inteligente sabe reconocer el canal más apropiado y el momento más oportuno para expresar sus emociones.
- Capacidad para controlar sentimientos y emociones: la persona emocionalmente madura sabe encontrar el equilibrio entre la expresión de emociones y su control. Es necesario saber cuándo expresarla, tolerar la frustración y tener capacidad para demorar gratificaciones.
- Empatía: significa hacer nuestros sentimientos y emociones de los demás. La empatía es un indicador de haber superado el egocentrismo y haber llegado a cierta madurez emocional.
- Ser capaz de tomar decisiones adecuadas: ello implica integrar lo racional y lo emocional.
- Motivación, ilusión e interés: el deseo suscita la motivación; la pasividad, la pereza, aburrimiento demuestra un nivel bajo de madurez emocional.
- Autoestima: tener sentimientos positivos hacia sí mismo y confianza en las propias capacidades para hacer frente los retos que se planteen.
- Saber dar y recibir: tanto las cosas materiales, valores personales (escucha, compañía, atenciones, tiempo).
- Tener valores alternativos: tener valores que den sentido a la vida.

- Ser capaz de superar las dificultades y frustraciones.
- Ser capaz de integrar las polaridades: cohesionando la tolerando y la exigencia, la soledad y compañía.

### 2.2.3. Dimensiones de la Inteligencia Emocional

De acuerdo a Bar-On (1997; citado por Saldaña y Vega, 2013), los componentes de la Inteligencia Emocional son:

#### A) Dimensión Intrapersonal (CIA)

Es el componente que evalúa el sí mismo y el yo interior. Las personas están en contacto con sus sentimientos se sienten bien consigo mismos y se sienten positivos con respecto a lo que están haciendo de su vida.

Así también, son capaces de expresar sus sentimientos, son fuertes e independientes y experimentan confianza en relación a sus ideas y creencias. Este componente reúne los siguientes subcomponentes:

- Comprensión Emocional de sí mismo (CM): es la habilidad para percatarse y comprender nuestros sentimientos y emociones, diferenciarlos y conocer el porqué de los mismos.
- Asertividad (AS): Es la habilidad para expresar sentimientos, creencias y pensamientos sin dañar los sentimientos de los demás, y defender nuestros derechos de una manera no destructiva.
- Autoconcepto (AC): es la habilidad para comprender, aceptar y respetarse a sí mismo, aceptando nuestros aspectos positivos y negativos, como también nuestras limitaciones y posibilidades.
- Autorrealización (AR): es la habilidad para realizar lo que realmente podemos, deseamos y disfrutamos hacer.

- Independencia (IN): es la habilidad para autodirigirse, sentirse seguro de sí mismo, en nuestros pensamientos, acciones y ser independientes emocionalmente para tomar nuestras decisiones.

En relación a este componente Guilera (2007; citado en Torrabadella, 2012) afirma que la Inteligencia intrapersonal es esencial para el conocimiento de uno mismo, la capacidad de detectar y comprender emociones propias, la conciencia de los estados de ánimo y de los pensamientos que uno tiene.

Así también, Goleman (2001, citado en Muñoz, 2007) lo denomina competencia personal, el cual está determinado por la conciencia emocional, la autorregulación y la motivación que posea cada persona. De modo similar, Gardner (1998; citado en Castro, 2007) refiere que la inteligencia intrapersonal está relacionada con el autoconocimiento a través del contacto consigo mismo, de descubrirse, darse cuenta lo que sucede, que está experimentando y la capacidad de distinguirlos y aceptarlos.

### **B) Dimensión Interpersonal (CIE)**

Bar-On (1997; citado por Saldaña y Vega, 2013) afirma que el componente interpersonal abarca las habilidades y el desempeño con el entorno.

Personas responsables y confiables que poseen buenas habilidades sociales que comprenden, interactúan y se relacionan bien con los demás. Está conformado por los siguientes subcomponentes:

- Empatía (EM): es la habilidad de percatarse, comprender y apreciar los sentimientos de los demás.

- Relaciones Interpersonales (RI): es la habilidad para establecer y mantener relaciones mutuas satisfactorias que son caracterizadas por una cercanía emocional e intimidad.

- Responsabilidad social (RS): es la habilidad de mostrarse a sí mismo como una persona que coopera, contribuye y que es un miembro constructivo del grupo social.

Guilera (2007; citado en Torrabadella, 2012), comenta que la empatía es una de las habilidades fundamentales de la Inteligencia Emocional, definida como la percepción de emociones, sentimientos, necesidades y preocupaciones ajenas; es también el arte de saber escuchar, de saber sintonizar las señales verbales y no verbales que dan información sobre el estado de ánimo y las emociones de los demás.

Respecto a este componente, Goleman (2001, citado en Muñoz, 2007) lo denomina competencia social, considerando la empatía como la conciencia de los sentimientos, necesidades y preocupaciones ajenas, y a las habilidades sociales como la capacidad para producir respuestas deseables en los demás.

Así mismo, Gardner hace un aporte a este tema (1998; citado en Castro, 2007) manifestando que la inteligencia interpersonal es la capacidad de interactuar con los demás a través de su comprensión.

### **C) Dimensión Manejo de Estrés (CME)**

Bar-On (1997; citado por Saldaña y Vega, 2013) afirma que las personas que manejan su estrés son capaces de resistir al estrés sin desmoronarse o perder el control. Por lo general son personas calmadas, rara vez impulsivas y trabajan bien bajo presión. Comprende los siguientes subcomponentes:

- Tolerancia al estrés (TE): es la habilidad para soportar eventos adversos, situaciones estresantes y fuertes sin desmoronarse, enfrentando activa y positivamente el estrés.
- Control de Impulsos (CI): es la habilidad para resistir o postergar un impulso o tentaciones para actuar, y controlar nuestras emociones.

Guilera (2007; citado en Torradadella, 2012), en relación al estrés comenta que esta es una actitud biológica necesaria para la adaptación del organismo a una nueva situación. El exceso de estrés o una respuesta fuerte y continua con el tiempo puede llegar a ser dañino para la mente y el cuerpo.

### **D) Dimensión Adaptabilidad (AD)**

Para Bar-On (1997; citado por Saldaña y Vega, 2013), la adaptabilidad permite apreciar cuan exitosa es la persona para adecuarse a la exigencia del entorno evaluando y enfrentando de manera efectiva las situaciones problemáticas. Estas personas son por lo general flexibles, realistas, efectivas para entender situaciones problemáticas. Podemos encontrar los siguientes subcomponentes:

- Solución de Problemas (SP): es la habilidad para identificar y definir los problemas como también para generar e implementar soluciones efectivas.

- Prueba de la realidad (PR): es la habilidad para evaluar la correspondencia entre lo que experimentamos (lo subjetivo) y lo que en realidad existe (lo objetivo).

- Flexibilidad (FL): es la habilidad para realizar un ajuste adecuado en nuestras emociones, pensamientos, y conductas a situaciones y condiciones cambiantes.

Valdés (2007; citado en Cosavalente y Cosanacán, 2013), afirma que si existe una buena comunicación entre los padres y sus hijos, estos aprenderán las reglas de interacción necesarias para la convivencia social; siendo la familia el contexto social para desarrollar el manejo del poder, adaptación a los cambios y enfrentar de forma adecuada las etapas de crisis. Del mismo modo, Montalvo (2009; citado en Cosavalente y Cosanacán, 2013) asegura que la adaptabilidad es la habilidad de un sistema familiar para cambiar su estructura de poder, relaciones de roles y reglas de las relaciones, en respuesta al estrés situacional y propia del desarrollo.

#### **E) Dimensión del estado de Ánimo General (CAG):**

Bar-On (1997; citado por Saldaña y Vega, 2013) manifiesta que es la capacidad de la persona que tiene para disfrutar la vida y la perspectiva que tenga de ella, y sentirse contenta en general. Además de ser un elemento esencial para la interacción con los demás, es un componente

motivacional que influye en la habilidad para solucionar los problemas y ser tolerantes ante el estrés. Este componente reúne los siguientes subcomponentes:

- Felicidad (FE): es la habilidad para sentirse satisfecho con la vida, para disfrutar de sí mismo y de otros, así como para divertirse y expresar sentimientos positivos.
- Optimismo (OP): es la habilidad para ver el aspecto más brillante de la vida y mantener una actitud positiva a pesar de la adversidad y los sentimientos negativos.

#### **2.2.4. Factores que influyen en el comportamiento emocional**

Es evidente que la edad influye en los recursos de interpretación y control de la emoción. Sin embargo, parece imposible hablar de emociones sin aludir también a la socialización de emociones por parte de agentes tan importantes como la familia, los iguales o los profesores. En este sentido, la mayor o menor habilidad de los progenitores para conducir o guiar a sus hijos puede ser fundamental. En general, los estudios muestran que un estilo parental dominado por la expresión negativa, la persistencia de conflictos en la pareja, o la falta de seguridad aportada a los hijos – con la consiguiente aparición de un apego inseguro – son factores que, de forma reiterada, se han asociado, entre otros aspectos negativos, con un desarrollo insuficiente de estrategias de regulación emocional y con sesgos en la interpretación de las expresiones ajenas (Begoña y Contreras, 2010).



Las investigaciones tienden a constatar que los niños y adolescentes con apego seguro toleran mejor las circunstancias adversivas y recurren en mayor medida a estrategias de afrontamiento constructiva. Por el contrario, los niños y adolescentes con apegos evitantes parecen haber aprendido a minimizar su emoción; su afrontamiento activo de los problemas y búsqueda de apoyo parecen haber sido cortocircuitados en la infancia (Delgado y Contreras, 2010; citado en Guerra, 2011).

Por último, hay que considerar el peso de la cultura y el género en el análisis de la expresión y control emocional del niño y adolescente. Más allá de las familias, en las sociedades mismas existen normas implícitas y arraigadas que regulan el comportamiento y que se filtran en casi todos los contextos educativos. Además, muchas normas sociales están sexualmente tipificadas; como cuando en culturas occidentales se observa una tendencia femenina por buscar apoyo social y cuidado en no herir los afectos de otros, mientras que los varones tienden a ocultar sus emociones de miedo y tristeza (Delgado y Contreras, 2010; citado en Guerra, 2011).

En definitiva, el comportamiento emocional responde fundamentalmente a un compendio de factores entre los que se encuentra la edad y los recursos cognitivos disponibles, los patrones culturales y los modelos que se ofrecieron en el seno de la familia (Vivas, Gallego y González, 2013).

## **2.3. DEFINICIÓN DE TÉRMINOS**

### **2.3.1. EMOCIONES**

Las emociones son reacciones a las informaciones (conocimiento) que recibimos en nuestras relaciones con el entorno. La intensidad de la reacción está en función de las evaluaciones subjetivas que realizamos sobre cómo la información recibida va a afectar nuestro bienestar.

### **2.3.2. INTELIGENCIA**

Una capacidad mental muy general que, entre otras cosas, implica la habilidad de razonar, planear, resolver problemas, pensar de manera abstracta, comprender ideas complejas, aprender rápidamente y aprender de la experiencia.

### **2.3.4. AUTOCONCIENCIA**

La autoconciencia implica reconocer los propios estados de ánimo, los recursos y las intuiciones. Así como conocer nuestras propias emociones y cómo nos afectan, cuáles son nuestras virtudes y nuestros puntos débiles.

### **2.3.5. AUTOMOTIVACIÓN**

La definición de la automotivación es darse a uno mismo las razones, impulso, entusiasmo e interés que provoca una acción específica o un determinado comportamiento.

### **2.3.6. EMPATIA**

La palabra comunicación deriva de común, lo que tenemos en común. Por lo tanto, empatía es la capacidad de ver cada vez más aspectos

positivos del otro, tener más aspectos en común. Eso depende de uno mismo.

**2.3.7. RELACIONES INTERPERSONALES**

Es aprender a interrelacionarse con las demás personas respetando su espacio y aceptando a cada uno como es, con sus defectos y sus virtudes, recordando que nuestros derechos terminan cuando comienzan los de los demás.

**2.4. SISTEMA DE VARIABLE.**

**2.5.1. VARIABLE DE INVESTIGACIÓN.** Inteligencia Emocional

**OPERACIONALIZACIÓN DE VARIABLES.**

VARIABLE	DIMENSIONES	INDICADORES	ESCALA
INTELIGENCIA EMOCIONAL	1) Intrapersonal. Ítems: 1, 2, 9, 26, 27, 31, 32, 40, 44, 47, 56, 60	a) Comprensión emocional de sí mismo CM b) Asertividad AS c) Auto concepto AC d) Autorrealización AR e) Independencia IN	<ul style="list-style-type: none"> <li>• SIEMPRE = 4</li> <li>• CASI SIEMPRE=3</li> <li>• A VECES=2</li> <li>• NUNCA=1</li> </ul>
	2) Interpersonal. Ítems: 5, 7, 10, 14, 17, 20, 24, 28, 36, 43, 45, 53, 55, 59	a) Empatía EM b) Relaciones interpersonales RI c) Responsabilidad social RS	
	3) Manejo de estrés. Ítems: 3, 6, 11, 15, 21, 35, 37, 39, 46, 49, 51, 54, 58	a) Tolerancia al estrés b) Control de impulsos	
	4) Adaptabilidad. Ítems: 12, 16, 18, 22, 30, 33, 34, 38, 41, 48	a) Solución de problemas SP b) Prueba de realidad PR c) Flexibilidad FL	
	5) Estado de ánimo. Ítems: 4, 8, 13, 19, 23, 25, 29, 42, 50, 51, 57	a) Felicidad b) Optimismo	

Fuente: Fernández (2015)

## CAPITULO III

### METODOLOGÍA DE INVESTIGACIÓN

#### 3.1. TIPO Y DISEÑO DE LA INVESTIGACIÓN.

##### TIPO.

La investigación es de tipo no experimental, debido a que en este tipo de trabajo se describen las dimensiones de cada variable sin ninguna manipulación por parte del investigador.

##### DISEÑO.

El diseño de investigación que corresponde es el descriptivo simple o de diagnóstico, que según Sierra Bravo (1994), el diseño descriptivo simple se caracteriza porque comprende los siguientes pasos:

- a) Se recoge datos respecto a la variable para describirlos en función a sus dimensiones.
- b) Se aplica un modelo estadístico de frecuencia para hallar su magnitud.

El esquema que corresponde a la investigación es:

M.....O

**Donde:**

M : Muestra de Estudio.

O : observación

**3.2. POBLACIÓN DE LA INVESTIGACIÓN.****TABLA 1: POBLACIÓN DE ESTUDIANTES DE LA ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN SECUNDARIA MATEMÁTICA FÍSICA COMPUTACIÓN E INFORMÁTICA DE LA UNA PUNO 2017**

Semestre	Número	Porcentaje
PRIMERO	18	24,32%
SEGUNDO	10	13,51%
TERCERO	7	9,46%
CUARTO	8	10,81%
QUINTO	6	8,11%
SEXTO	6	8,11%
SETIMO	6	8,11%
OCTAVO	4	5,41%
NOVENO	5	6,76%
DÉCIMO	4	5,41%
<b>TOTAL</b>	<b>74</b>	<b>100%</b>

Fuente: Nómina de matrícula 2016

La población está constituida por los 74 estudiantes de la Escuela Profesional de Educación Secundaria Matemática Física Computación e Informática de la Universidad nacional del Altiplano de Puno.

**3.3. DISEÑO ESTADÍSTICO PARA EL TRATAMIENTO DE DATOS.****A) MEDIA ARITMETICA:**

$$\bar{X} = \frac{\sum_{i=1}^n x_i}{n}$$

Donde:

$\bar{X}$  = Media Aritmética

$X_i$  = Calificativos Obtenidos

$n$  = Muestra Investigada

### 3.4. TÉCNICAS E INSTRUMENTOS DE RECOLECCIÓN DE DATOS.

Para la presente investigación se empleará las siguientes técnicas e instrumentos:

**TÉCNICA:** Se ha aplicado la técnica de la encuesta.

**INSTRUMENTO:** Se ha utilizado un cuestionario de encuesta.

El instrumento que se ha aplicado en la investigación fue tomado del trabajo de investigación de Saldaña, L. & Vega, G. (2013), quien ha experimentado un Programa de Inteligencia Emocional en el Manejo de las Relaciones Interpersonales de los alumnos del segundo grado de secundaria de la I.E. Juan Ignacio Gutiérrez Fuente del Distrito de Paiján de Trujillo. Tesis para optar el título de Licenciado en Psicología. Universidad César Vallejo. Trujillo, Perú.

## **CAPITULO IV**

### **RESULTADOS DE LA INVESTIGACIÓN**

#### **4.1. INTELIGENCIA EMOCIONAL DE LOS ESTUDIANTES DE LA EPES MATEMÁTICA FÍSICA COMPUTACIÓN E INFORMÁTICA DE LA UNA PUNO**

En este capítulo, organizamos los datos obtenidos a través de la encuesta del anexo N° 01 sobre nivel de inteligencia emocional existente en los estudiantes de la Escuela Profesional de Educación Secundaria Matemática, Física, Computación e Informática de la Universidad Nacional del Altiplano de Puno en el año 2017.

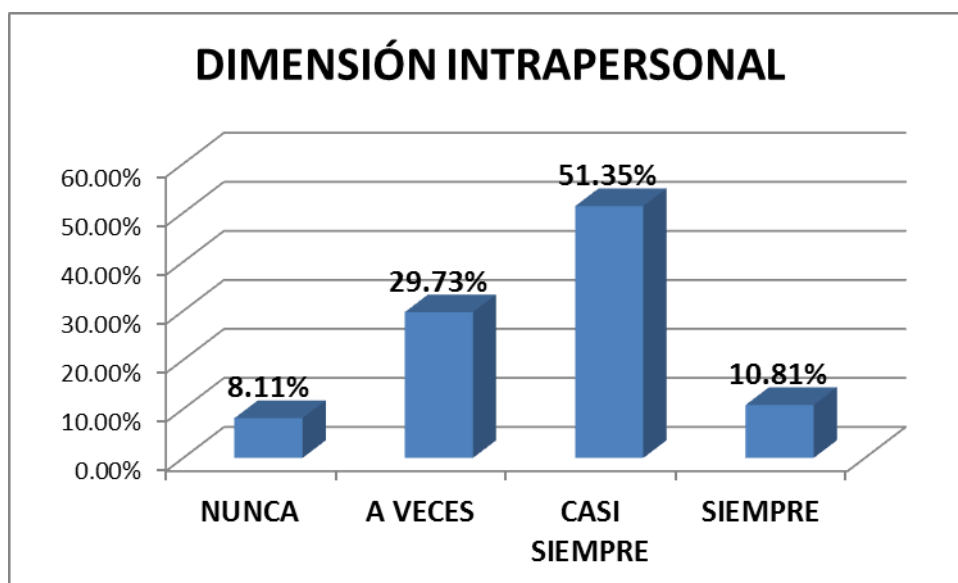
##### **4.1.1. INTELIGENCIA EMOCIONAL DE LOS ESTUDIANTES EN LA DIMENSIÓN INTRAPERSONAL**

**TABLA 2:** INTELIGENCIA EMOCIONAL DE LOS ESTUDIANTES DE LA EPES MATEMÁTICA FÍSICA COMPUTACION E INFORMÁTICA EN LA DIMENSIÓN INTRAPERSONAL 2017

ESCALA	Ítems: 1, 2, 9, 26, 27, 31, 32, 40, 44, 47, 56, 60	
	FRECUENCIA	%
NUNCA	6	8,11
A VECES	22	29,73
CASI SIEMPRE	38	51,35
SIEMPRE	8	10,81
<b>TOTAL</b>	<b>74</b>	<b>100</b>

Fuente: Encuesta anexo 1

**FIGURA 1:** INTELIGENCIA EMOCIONAL DE LOS ESTUDIANTES DE LA EPES MATEMÁTICA FÍSICA COMPUTACION E INFORMÁTICA EN LA DIMENSIÓN INTRAPERSONAL 2017



Fuente: Tabla 2

**ÍTEMS:**

- 1. Me gusta divertirme.
- 2. Soy muy bueno (a) para comprender cómo la gente se siente.
- 9. Me siento seguro (a) de mí mismo (a).
- 26. Tengo mal genio.
- 27. Nada me molesta.
- 31. Puedo fácilmente describir mis sentimientos.
- 32. Sé cómo divertirme.
- 40. Me siento bien conmigo mismo (a).



44. Cuando respondo preguntas difíciles trato de pensar en muchas soluciones.

47. Me siento feliz con la clase de persona que soy.

56. Me gusta mi cuerpo.

60. Me gusta la forma como me veo.

En la Tabla 2 y figura 1, observamos que de un total de 74 estudiantes, el 10,81% manifiestan que siempre se identifican con los ítems referentes a la dimensión intrapersonal; seguido del 51,35% que manifiestan que casi siempre se identifican con los ítems mencionados; como también el 29,73% manifiestan que a veces se identifican con dichos ítems.

Esta información significa que referentes a la dimensión intrapersonal, de la inteligencia emocional, los estudiantes tienen niveles regulares de inteligencia intrapersonal.

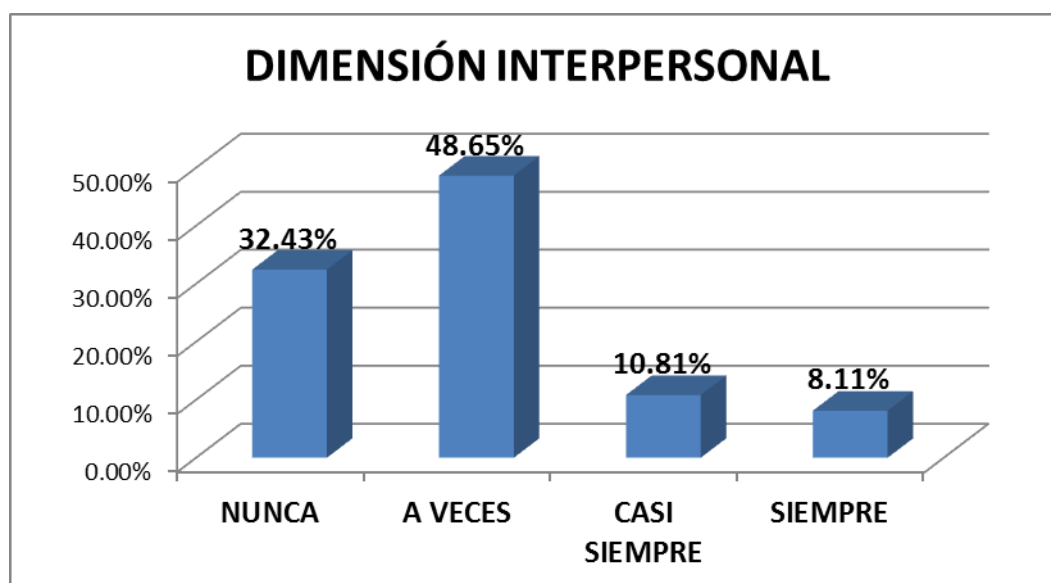
#### 4.1.2. INTELIGENCIA EMOCIONAL DE LOS ESTUDIANTES EN LA DIMENSIÓN INTERPERSONAL

**TABLA 3:** INTELIGENCIA EMOCIONAL DE LOS ESTUDIANTES DE LA EPES MATEMÁTICA FÍSICA COMPUTACION E INFORMÁTICA EN LA DIMENSIÓN INTERPERSONAL 2017

ESCALA	Ítems: 5, 7, 10, 14, 17, 20, 24, 28, 36, 43, 45, 53, 55, 59	
	FRECUENCIA	%
NUNCA	24	32,43
A VECES	36	48,65
CASI SIEMPRE	8	10,81
SIEMPRE	6	8,11
<b>TOTAL</b>	<b>74</b>	<b>100</b>

Fuente: Encuesta anexo 1

**FIGURA 2:** INTELIGENCIA EMOCIONAL DE LOS ESTUDIANTES DE LA EPES MATEMÁTICA FÍSICA COMPUTACION E INFORMÁTICA EN LA DIMENSIÓN INTERPERSONAL 2017



Fuente: Tabla 3

#### ÍTEMS:

- 5. Me importa lo que les sucede a las personas.
- 7. Es fácil decirle a la gente cómo me siento.
- 10. Sé cómo se sienten las personas.
- 14. Soy capaz de respetar a los demás.
- 17. Puedo hablar fácilmente sobre mis sentimientos.
- 20. Tener amigos es importante.
- 24. Intento no herir los sentimientos de las personas.
- 28. Es difícil hablar sobre mis sentimientos más íntimos.
- 36. Me agrada hacer cosas para los demás.
- 43. Para mí es fácil decirle a las personas cómo me siento.
- 45. Me siento mal cuando las personas son heridas en sus sentimientos.
- 53. Me es difícil decirle a los demás mis sentimientos.
- 55. Puedo darme cuenta cuando mi amigo se siente triste.
- 59. Sé cuándo la gente está molesta aun cuando no dicen nada.

En la tabla 3 y figura 2, observamos que de un total de 74 estudiantes, el 48,65% manifiestan que a veces se identifican con los ítems referentes a la dimensión interpersonal; seguido del 32,43% que manifiestan que nunca se identifican con los ítems mencionados; como también el 10,81% manifiestan que casi siempre se identifican con dichos ítems. Esta información significa que

referente a la dimensión interpersonal de la inteligencia emocional, los estudiantes tienen niveles regulares de inteligencia interpersonal.

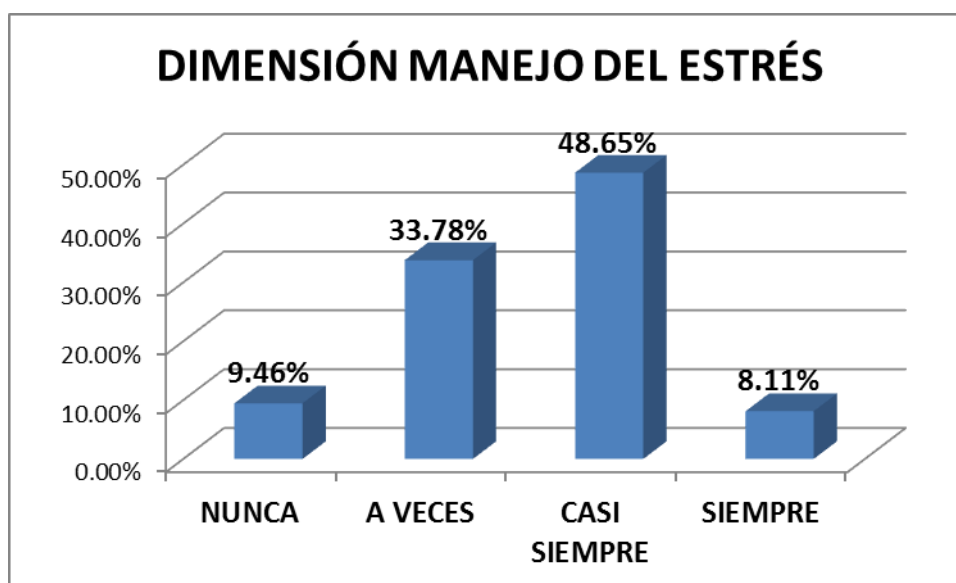
### 4.1.3. INTELIGENCIA EMOCIONAL DE LOS ESTUDIANTES EN LA DIMENSIÓN MANEJO DEL ESTRÉS

**TABLA 4:** INTELIGENCIA EMOCIONAL DE LOS ESTUDIANTES DE LA EPES MATEMÁTICA FÍSICA COMPUTACION E INFORMÁTICA EN LA DIMENSIÓN MANEJO DEL ESTRÉS 2017

ESCALA	Ítems: 3, 6, 11, 15, 21, 35, 37, 39, 46, 49, 51, 54, 58	
	FRECUENCIA	%
NUNCA	7	9,46
A VECES	25	33,78
CASI SIEMPRE	36	48,65
SIEMPRE	6	8,11
<b>TOTAL</b>	<b>74</b>	<b>100</b>

Fuente: Encuesta anexo1

**FIGURA 3:** INTELIGENCIA EMOCIONAL DE LOS ESTUDIANTES DE LA EPES MATEMÁTICA FÍSICA COMPUTACION E INFORMÁTICA EN LA DIMENSIÓN MANEJO DEL ESTRÉS 2017



Fuente: Tabla 4

**ÍTEMS:**

- 3. Puedo mantener la calma cuando estoy molesto.*
- 6. Me es difícil controlar mi cólera.*
- 11. Sé cómo mantenerme tranquilo (a).*
- 15. Me molesto demasiado de cualquier cosa.*
- 21. Peleo con la gente.*
- 35. Me molesto fácilmente.*
- 37. No me siento muy feliz.*
- 39. Demoro en molestarme.*
- 46. Cuando estoy molesto (a) con alguien, me siento molesto (a) por mucho tiempo.*
- 49. Par mí es difícil esperar mi turno.*
- 51. Me agradan mis amigos.*
- 54. Me disgusto fácilmente.*
- 58. Cuando me molesto actúo sin pensar.*

En la tabla 4 y figura 3, observamos que de un total de 74 estudiantes, el 48,65% manifiestan que casi siempre se identifican con los ítems referentes a la dimensión manejo del estrés; seguido del 33,78% que manifiestan que a veces se identifican con los ítems mencionados; como también el 8,11% manifiestan que siempre se identifican con dichos ítems.

Esta información significa que referente a la dimensión manejo del estrés de la inteligencia emocional, los estudiantes tienen niveles altos de inteligencia emocional en la dimensión manejo del estrés.

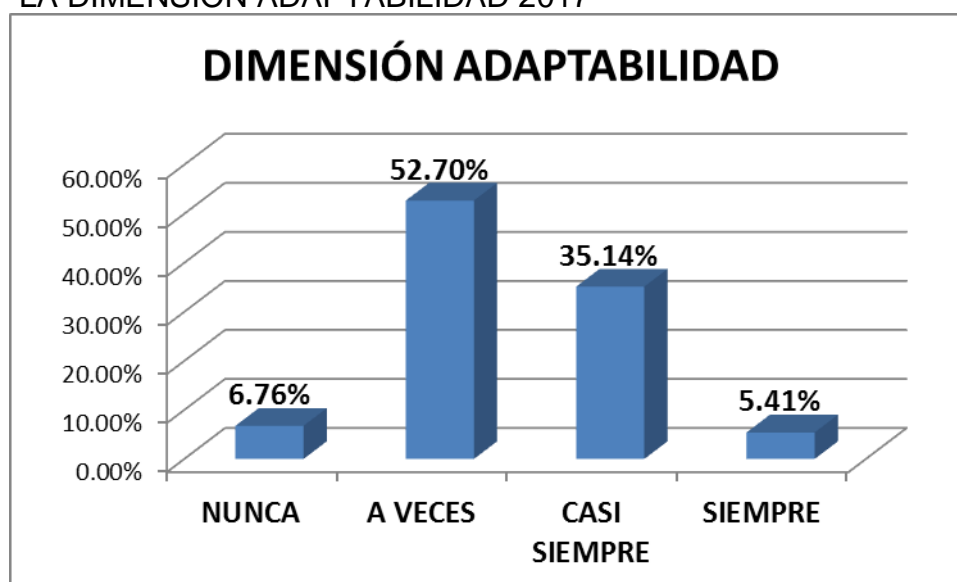
#### **4.1.4. INTELIGENCIA EMOCIONAL DE LOS ESTUDIANTES EN LA DIMENSIÓN ADAPTABILIDAD**

**TABLA 5:** INTELIGENCIA EMOCIONAL DE LOS ESTUDIANTES DE LA EPES MATEMÁTICA FÍSICA COMPUTACION E INFORMÁTICA EN LA DIMENSIÓN ADAPTABILIDAD 2017

ESCALA	Ítems: 12, 16, 18, 22, 30, 33, 34, 38, 41, 48	
	FRECUENCIA	%
NUNCA	5	6,76
A VECES	39	52,70
CASI SIEMPRE	26	35,14
SIEMPRE	4	5,41
<b>TOTAL</b>	<b>74</b>	<b>100</b>

Fuente: Encuesta anexo 1

**FIGURA 4:** INTELIGENCIA EMOCIONAL DE LOS ESTUDIANTES DE LA EPES MATEMÁTICA FÍSICA COMPUTACION E INFORMÁTICA EN LA DIMENSIÓN ADAPTABILIDAD 2017



Fuente: Tabla 5

**ÍTEMES:**

- 12. Intento usar diferentes formas de responder las preguntas difíciles.
- 16. Es fácil para mí comprender las cosas nuevas.
- 18. Pienso bien de todas las personas.
- 22. Puedo comprender preguntas difíciles.
- 30. Puedo dar buenas respuestas a preguntas difíciles.
- 33. Debo decir siempre la verdad.
- 34. Puedo tener muchas maneras de responder una pregunta difícil
- 38. Puedo usar fácilmente diferentes modos de resolver los problemas.
- 41. Hago amigos fácilmente.
- 48. Soy bueno (a) resolviendo problemas.

En la tabla 5 y figura 4, observamos que de un total de 74 estudiantes, el 52,70% manifiestan que a veces se identifican con los ítems referentes a la dimensión adaptabilidad; seguido del 35,14% que manifiestan que casi siempre se identifican con los ítems mencionados; como también el 5,41% manifiestan que siempre se identifican con dichos ítems.

Esta información significa que referente a la dimensión adaptabilidad de la inteligencia emocional, los estudiantes tienen niveles regulares de inteligencia emocional en la dimensión adaptabilidad.

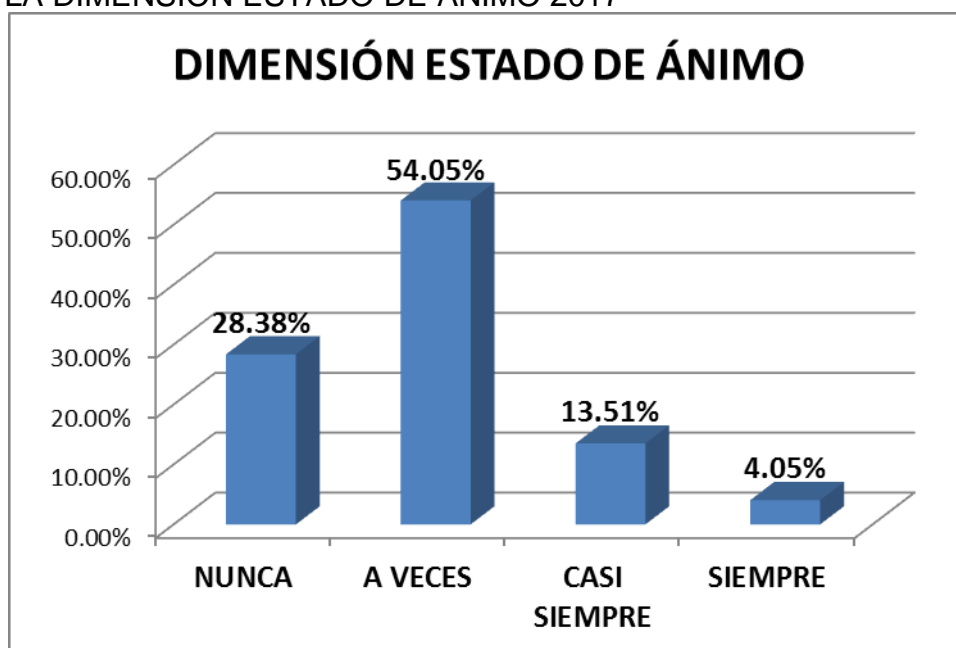
#### 4.1.5. INTELIGENCIA EMOCIONAL DE LOS ESTUDIANTES EN LA DIMENSIÓN ESTADO DE ÁNIMO

**TABLA 6:** INTELIGENCIA EMOCIONAL DE LOS ESTUDIANTES DE LA EPES MATEMÁTICA FÍSICA COMPUTACION E INFORMÁTICA EN LA DIMENSIÓN ESTADO DE ÁNIMO 2017

ESCALA	Ítems: 4, 8, 13, 19, 23, 25, 29, 42, 50, 51, 57	
	FRECUENCIA	%
NUNCA	21	28,38
A VECES	40	54,05
CASI SIEMPRE	10	13,51
SIEMPRE	3	4,05
<b>TOTAL</b>	<b>74</b>	<b>100</b>

Fuente: Encuesta anexo 1

**FIGURA 5:** INTELIGENCIA EMOCIONAL DE LOS ESTUDIANTES DE LA EPES MATEMÁTICA FÍSICA COMPUTACION E INFORMÁTICA EN LA DIMENSIÓN ESTADO DE ÁNIMO 2017



Fuente: Tabla 6

**ÍTEMES:**

- 4. Soy feliz.
- 8. Me gustan todas las personas que conozco.
- 13. Pienso que las cosas que hago salen bien.
- 19. Espero lo mejor.
- 23. Me agrada sonreír.
- 25. No me doy por vencido (a) ante un problema hasta que lo resuelvo.
- 29. Sé que las cosas saldrán bien.
- 42. Pienso que soy el (la) mejor en todo lo que hago.
- 50. Me divierte las cosas que hago.
- 51. Me agradan mis amigos.
- 57. Aun cuando las cosas sean difíciles, no me doy por vencido.

En la tabla 6 y figura 5, observamos que de un total de 74 estudiantes, el 54,05% manifiestan que a veces se identifican con los ítems referentes a la dimensión estado de ánimo; seguido del 28,38% que manifiestan que nunca se identifican con los ítems mencionados; como también el 13,51% manifiestan que casi siempre se identifican con dichos ítems.

Esta información significa que referente a la dimensión estado de ánimo de la inteligencia emocional, los estudiantes tienen niveles regulares de inteligencia emocional en la dimensión estado de ánimo.

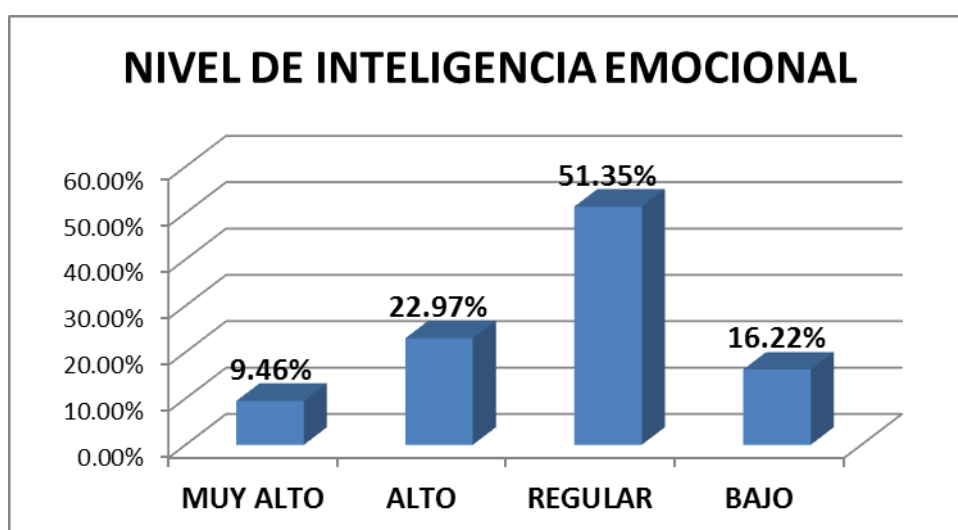
**4.1.6. NIVEL DE INTELIGENCIA EMOCIONAL DE LOS ESTUDIANTES DE LA EPES MATEMÁTICA FÍSICA COMPUTACION E INFORMÁTICA 2017**

**TABLA 7: INTELIGENCIA EMOCIONAL DE LOS ESTUDIANTES DE LA EPES MATEMÁTICA FÍSICA COMPUTACION E INFORMÁTICA 2017**

ESCALA	FRECUENCIA	
	FRECUENCIA	%
MUY ALTO	7	9,46
ALTO	17	22,97
REGULAR	38	51,35
BAJO	12	16,22
<b>TOTAL</b>	<b>74</b>	<b>100</b>

Fuente: Encuesta anexo 1

**FIGURA 6: INTELIGENCIA EMOCIONAL DE LOS ESTUDIANTES DE LA EPES MATEMÁTICA FÍSICA COMPUTACION E INFORMÁTICA 2017**



Fuente: Tabla 7



En la tabla 7 y figura 6, observamos que de un total de 74 estudiantes, el 51,35% tiene el nivel regular de inteligencia emocional; seguido del 22,97% que tienen el nivel alto de inteligencia emocional; como también el 16,22% tienen el nivel bajo y finalmente el 9,46% tienen el nivel muy alto en inteligencia emocional.

Esta información significa que los estudiantes no están desarrollando su inteligencia emocional en forma adecuada y que requieren de la intervención de los especialistas en esta materia a fin de remediar las conductas demostradas que se han descrito en el problema en el capítulo I.

## CONCLUSIONES

**PRIMERA:** De acuerdo la tabla 7 y figura 6, el nivel de inteligencia emocional de los estudiantes es regular en el 51,35% y alto en el 22,97% debido a que no han desarrollado los componentes intrapersonales, interpersonales, manejan regularmente el estrés, tienen dificultades en las habilidades de adaptación y demuestran bajos estados de ánimo.

**SEGUNDA:** Los estudiantes son alegres y que demuestran casi siempre y a veces sus habilidades intrapersonales, esto significa que ellos comprenden sus emociones, son asertivos, son independientes según el tabla2 y figura1.

**TERCERA:** los estudiantes son introvertidos por ello que a veces y nunca demuestran sus habilidades interpersonales, por ello desarrollaron regularmente sus emociones de empatía, relaciones interpersonales y responsabilidad social según tabla3 y figura2.

**CUARTA:** Los estudiantes casi no están estresados porque ellos actúan en grupo, generalmente están jugando entre compañeros dan tolerancia al estrés y controlan sus impulsos según tabla 4 y figura 3.

**QUINTA:** Los estudiantes regularmente desarrollaron su estado de adaptabilidad debido a que son regularmente flexibles y resuelven sus problemas de manera regular, según el tabla 5 y figura 4.

**SEXTA:** Los estudiantes tienen dificultades en desarrollar sus estados de ánimo para realizar actividades de optimismo, sin embargo regularmente demuestran ser felices, según tabla 06 y figura 5.

## SUGERENCIAS

**PRIMERA:** A la Directora de Escuela Profesional de Educación Secundaria de la Facultad de Ciencias de la Educación de la Universidad Nacional del Altiplano de Puno a que pueda diagnosticar el nivel de inteligencia emocional de todos los estudiantes de la EPES a fin de tomar decisiones en beneficio de los estudiantes y remediar las dificultades para evitar mayores consecuencias.

**SEGUNDA:** A los docentes de Escuela Profesional de Educación Secundaria de la Facultad de Ciencias de la Educación de la Universidad Nacional del Altiplano de Puno, a que puedan contribuir al desarrollo de las habilidades que eleven el nivel de inteligencias emocionales que garanticen aprendizajes de calidad.

**BIBLIOGRAFÍA.**

- Abiko, C. (2012). Conducta Social y Rasgos Depresivos en estudiantes ingresantes de Universidad Privada de la ciudad de Trujillo. Tesis para optar el título de Licenciado en Psicología. Universidad Privada Antenor Orrego. Trujillo, Perú.
- Almeyda, O. y Veliz, F. (2010). Manual de Inteligencia Emocional. Lima, Perú: Editorial MV Fénix E.I.R.L.
- Anticona, F. (2012). Inteligencia Emocional y su relación con la Calidad de Vida en alumnos de secundaria, Trujillo. Tesis para optar el grado de Licenciada en Psicología. Universidad César Vallejo. Trujillo, Perú.
- Arévalo, E. (2003). Adaptación y estandarización de la Batería de Socialización BAS-3. Universidad Privada César Vallejo, Escuela Profesional de Psicología. Trujillo, Perú.
- Bar-ON, R. (1997). La evaluación de la Inteligencia Emocional a través del inventario Bar-On ICE. Madrid, España: TEA Ediciones.
- Begoña, E. & Contreras, A. (2010). Desarrollo Social y Emocional. Madrid, España: Editorial Pirámide.
- Castro, A. (2007). Inteligencia Emocional. Colombia: Revista Latinoamericana Tecnológica. XIV Edición, Capítulo 3. Editorial Extracorp.
- Cerón, D., Pérez-Olmos, I. & Ibáñez, M. (2010). Inteligencia Emocional en adolescentes de dos colegios de Bogotá. Tesis para optar el grado de Licenciado en Psiquiatría. Escuela de Medicina y Ciencias de la Salud, Universidad del Rosario. Bogotá, Colombia.

- Córdolo, T. (2010). Inteligencia Emocional y Rendimiento Académico de los alumnos de 5to año de educación secundaria de la Institución Educativa María Inmaculada APREC del distrito San Martín de Porres. Tesis para optar el grado de licenciado en Psicología. Universidad Inca Garcilaso de la Vega. Lima, Perú.
- Contini, E. (2008). Las habilidades sociales en la adolescencia temprana: perspectivas desde la Psicología Positiva.
- Coon, D. (2010). *Fundamentos de psicología*. México D.F., México: Editorial Thomson.
- Cosavalente, L. & Cosanacán, M. (2013). Correlación entre las Habilidades Sociales y la Inteligencia Emocional de los niños y niñas de sexto grado de educación primaria de la I.E. Víctor Márquez Elorreaga en Sausal. Tesis para optar el grado de Maestro en Psicología. Universidad César Vallejo. Trujillo, Perú.
- Chomba, K. & Rivasplata, K. (2011). Asertividad y Socialización en las estudiantes adolescentes del quinto grado de secundaria. Tesis para optar el grado de Licenciado en Psicología. Universidad César Vallejo. Trujillo, Perú.
- Ecured (2001). *Conducta social*. Recuperado el 24 de noviembre de 2012, de [http://www.ecured.cu/index.php/Comportamiento\\_social](http://www.ecured.cu/index.php/Comportamiento_social).
- Goleman, D. (2001). Inteligencia Emocional. Editorial Kairos. España.
- Guerra, J. (2011). Inteligencia Emocional y Estilos de Aprendizaje en alumnos del Centro Preuniversitario PREUNC. Tesis para optar el grado de Licenciado. Universidad César Vallejo. Trujillo, Perú.

- Hernández, R., Fernández, C. y Baptista, P. (2010). Metodología de la Investigación. Editorial McGraw-Hill. México D.F., México.
- Morales, C. (2010). Relación entre Clima Social Familiar y la Inteligencia Emocional en los alumnos del 3ero, 4to y 5to grado de educación secundaria de la Institución Educativa San Pedro de la ciudad de Chimbote. Tesis para optar el título de Licenciado en Psicología. Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote. Chimbote, Perú.
- Morris, C. y Maisto, A. (2005). *Psicología*. Naucalpan de Juárez, México: Editorial Pearson.
- Muñoz, A. (2007). Inteligencia Emocional en la escuela. Barcelona, España: Revista electrónica El portal de la inteligencia Emocional, recuperada el 14 de abril de 2014 .
- Muñoz, J. (2009). La importancia de la socialización en la educación actual. España: Recuperado el 26 de mayo de 2014.
- Núñez, K. (2008). Conducta social y Clima Social Familiar en alumnos secundarios de la Institución Educativa José Faustino Sánchez Carrión de la ciudad de Trujillo, 2006. Tesis para optar el grado de Licenciado en Psicología. Universidad César Vallejo. Trujillo, Perú.
- Quispe, L. & Descalzi, J. (2011). Inteligencia Emocional y Valores Interpersonales en adolescentes de albergues de Trujillo- 2011. Tesis para optar el grado de Licenciado en Psicología. Universidad César Vallejo. Trujillo, Perú.
- Ríos, A. (2009). Clima Social Escolar e Inteligencia Emocional en alumnas de primer y segundo año de la Institución Educativa Santa Rosa de la

provincia de Trujillo, 2008. Tesis para optar el grado de licenciado en Psicología. Universidad Cesar Vallejo. Trujillo, Perú.

Saldaña, L. & Vega, G. (2013). Programa de Inteligencia Emocional en el Manejo de las Relaciones Interpersonales de los alumnos del segundo grado de secundaria de la I.E. Juan Ignacio Gutiérrez Fuente del Distrito de Paiján. Tesis para optar el título de Licenciado en Psicología. Universidad César Vallejo. Trujillo, Perú.

Torrabadella, P. (2012). Cómo desarrollar la Inteligencia Emocional. Barcelona, España: Editorial Vía Libro.

Torre, E. & Vélez, C. (2010). Calidad de Vida e Inteligencia Emocional en alumnos del nivel secundaria de una Institución Educativa Particular. Tesis para optar el grado de Maestro en Psicología. Universidad Santiago de Cali. Cali, Colombia.

Trianes, M., Muñoz, A. y Jiménez, M. (2009). Las relaciones sociales en la infancia y la adolescencia. Sus problemas. Editorial pirámide. España.

Vázquez, J. (2012). Inteligencia Emocional y Rendimiento Académico en estudiantes adolescentes. Tesis para optar el grado de Licenciado en Psicología. Universidad Nacional Autónoma de México. México.

Vivas, M., Gallego, D. y González, B. (2013). Educar las emociones. Mérida, Venezuela: Producciones Editoriales. 4ta Edición.

ANEXOS

ANEXO Nº 01

ENCUESTA PARA IDENTIFICAR EL NIVEL DE INTELIGENCIA  
EMOCIONAL.

INSTRUCCIONES

Lea con atención cada uno de los items y elija la respuesta con la que este Ud. esté de acuerdo o que más se aproxime marcando con (X.) el número que mejor exprese su opinión, de acuerdo a la siguiente escala:

**4-Siempre, 3-Casi Siempre, 2-Algunas veces, 1-Nunca.**

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





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