



UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

**ESCUELA DE POSGRADO
PROGRAMA ACADÉMICO DE MAESTRÍA EN
PSICOLOGÍA EDUCATIVA**

Estrategias de intervención en Inteligencia emocional para el rendimiento académico de los estudiantes del nivel secundario de la I.E. N° 093 “Efraín Arcaya Zevallos” de la provincia de Zarumilla

TESIS PARA OBTENER EL GRADO ACADÉMICO DE:

Maestra en Psicología Educativa

AUTORA:

Br. Garay Valladares, Julissa Marianella (ORCID: 0000-0002-1099-6249)

ASESORA:

Dra. Linares Purisaca, Geovana Elizabeth (ORCID:0000-0002-0950-7954)

LÍNEA DE INVESTIGACIÓN:

Atención integral del infante, niño y adolescente

PIURA - PERÚ

2021

Dedicatoria

El presente trabajo de investigación se lo dedico a mi madre Ricardina Valladares Cruz por su apoyo incondicional y mis queridos hijos Nilo Enrique, Josué Luimarvid y Mercy Marianella quienes son el motor que me impulsan a superarme cada día más.

LA AUTORA

Agradecimiento

Mi agradecimiento en primer lugar a Dios quien nunca me abandona, por concederme vida y salud para mantenerme unida a mi familia y a la vez darme la oportunidad de lograr un nuevo objetivo en mi vida profesional, a mis hijos, quienes son mi orgullo, por su constante apoyo y sobre todo su cariño y comprensión.

Al director de la I.E. N° 093 por brindarme las facilidades para realizar esta investigación en la I.E.

A mis estudiantes por estar siempre prestos para apoyar en esta investigación.

Finalmente, a mis amigas por el aliento recibido en todo momento.

LA AUTORA

Índice de contenidos

Dedicatoria	ii
Agradecimiento	iii
Índice de gráficos y figuras	vi
Resumen	vii
Abstract.	viii
I. INTRODUCCIÓN	1
II. MARCO TEÓRICO.....	4
III. METODOLOGÍA	25
3.1 Tipo y diseño de investigación.....	25
3.2 Variables y operacionalización.....	25
3.3 Población y muestra.....	28
3.4 Técnicas e instrumentos de recolección de datos	28
3.5 Procedimientos	30
3.6 Método de análisis de datos.....	31
3.7 Aspectos éticos	31
IV. RESULTADOS.....	32
V. DISCUSIÓN DE RESULTADOS	37
VI. CONCLUSIONES	43
VII. PROPUESTA	45
VIII. RECOMENDACIONES.....	62
REFERENCIAS.....	63
ANEXOS	65

Índice de Tablas

	<i>Pág.</i>
<i>Tabla 1 Niveles de atención emocional de los estudiantes.....</i>	32
<i>Tabla 2 Niveles de claridad emocional de los estudiantes.....</i>	33
<i>Tabla 3 Niveles de reparación emocional de los estudiantes.....</i>	34
<i>Tabla 4 Niveles de Inteligencia emocional de los estudiantes.....</i>	35
<i>Tabla 5 Niveles de Rendimiento académico de los estudiantes...</i>	36

Índice de gráficos y figuras

	<i>Pág.</i>
Gráfico1 Niveles de atención emocional de los estudiantes.....	32
Gráfico2 Niveles de claridad emocional de los estudiantes.....	33
Gráfico3 Niveles de reparación emocional de los estudiantes.....	34
Gráfico4 Niveles de Inteligencia emocional de los estudiantes.....	35
Gráfico5 Niveles de Rendimiento académico de los estudiantes.....	36

Resumen

En la investigación titulada Estrategias de intervención en Inteligencia emocional para el rendimiento académico en los estudiantes del nivel secundario de la I.E. N° 093 “Efraín Arcaya Zevallos” de la provincia de Zarumilla, el objetivo fundamental es proponer un programa de intervención en inteligencia emocional para el rendimiento académico en los estudiantes. El estudio se ajusta a una investigación cuantitativa no experimental de diseño descriptivo propositivo. se trabajó con una población de 141 estudiantes de 5° grado de educación secundaria, cuya muestra fue de 104 estudiantes a quienes se les aplicó el test Trait Meta-Mood Scale 24 (TMMS-24) de Salovey y Mayer para medir la inteligencia emocional, asimismo se contó con las actas de evaluación para determinar el rendimiento académico de cada uno de los estudiantes.

Los resultados arrojaron que los estudiantes tienen un nivel bajo de desarrollo de la atención emocional, así como un nivel adecuado o medio en lo que se refiere claridad emocional y reparación emocional, asimismo en el rendimiento académico la gran mayoría se ubica en el nivel de inicio y proceso.

Se concluye proponer un proponer un programa de intervención en inteligencia emocional que permita desarrollar las capacidades emocionales y mejorar el rendimiento académico.

Palabras clave: La inteligencia emocional, rendimiento académico, emociones.

Abstract.

In research related to intervention strategies in emotional intelligence for academic performance in students at the secondary level of the I.E. N ° 093 "Efraín Arcaya Zevallos" from the province of Zarumilla, the main objective is to propose an intervention program in emotional intelligence for the academic performance of students. The study conforms to a descriptive research, in which a descriptive propositional design was used. We worked with a population of 141 students in the 5th grade of secondary education, whose sample was 104 students to whom the Trait Meta-Mood Scale 24 (TMMS-24) test by Salovey and Mayer was applied to measure emotional intelligence, Likewise, the evaluation records were available to determine the academic performance of each of the students. The results showed that students have a low level of development of emotional attention, as well as an adequate or medium level in terms of emotional clarity and emotional repair, also in academic performance the vast majority are located at the beginning level and process.

It is concluded to propose a proposal for an intervention program in emotional intelligence that allows developing emotional capacities and improving academic performance.

Keywords: Emotional intelligence, academic performance, emotions.

I. INTRODUCCIÓN

Actualmente en lo que concierne a la educación no solo se habla de lo cognoscitivo, ha tomado un papel preponderante el área emocional que influye directamente en el rendimiento académico. Hablar del área emocional, de sus características, de su desarrollo, de su relación con el entorno social y del manejo de estas involucran a lo que llamamos inteligencia emocional. (Extremera & Fernández-Berrocal, 2003; Fernández-Berrocal & Ruíz-Aranda, 2008).

El rendimiento académico de los estudiantes, es la valoración del conocimiento que estos adquieren en su periodo escolar, se dice que un estudiante ha alcanzado buen rendimiento si ha logrado desarrollar las competencias y capacidades previstas en el ciclo escolar al que pertenece.

Sin embargo, se ha podido observar que cuando el estudiante no logra desarrollar sus competencias y capacidades, su rendimiento académico es bajo y es allí cuando se convierte en un problema.

A nivel mundial cada año se desarrolla el Programa Internacional para la Evaluación de Estudiantes o informe PISA, organizado por la OCDE para determinar el rendimiento académico de los estudiantes en las áreas de matemática, ciencia y tecnología y a través de estas evaluaciones

se puede comprobar de que no todos los países se encuentran en igualdad de rendimiento, tal es así que unos están más bajos que otros y con diferencias en los resultados de manera considerable.

Entre los países más destacados se encuentran Finlandia, China y Corea, países que han desarrollado un excelente sistema educativo y que a lo largo del tiempo se mantienen siempre con buenos resultados.

En nuestro país se mide el rendimiento académico mediante una evaluación censal de estudiantes ECE, cuyo objetivo es evaluar los niveles de logro de los aprendizajes de los estudiantes, en la educación básica regular.

A través de las diferentes evaluaciones censales tomadas se puede comprobar que, dentro de nuestro territorio nacional, existe una gran diferencia entre los resultados, demostrando de esta manera que el rendimiento académico difiere mucho entre una y otra región, sin embargo, vale la pena decir que estos resultados obtenidos en cada evaluación censal, deben ser el punto de partida para poder realizar la programación de las actividades a realizar, durante el periodo escolar.

La I.E. N° 093 “Efraín Arcaya Zevallos” está ubicada en la provincia y distrito de Zarumilla, alberga aproximadamente a 2 000 estudiantes entre primaria y secundaria, los estudiantes que alberga esta institución provienen de los diferentes asentamientos humanos. La actividad económica que realizan los padres de familia es el comercio en la frontera y otros se dedican al transporte vehicular como chofer de mototaxi.

En esta I.E. existen problemas con el rendimiento académico y es una situación muy preocupante ya que se puede demostrar que, de cada 10 estudiantes, 7 no logran alcanzar el nivel de logro previsto, quedándose solo en proceso e inicio y muy escasos se ubican en un nivel de logro destacado.

La causa de que el rendimiento académico no sea alto es variable, ya que los estudiantes vienen de hogares disfuncionales, hogares con padres separados; así como también tienen escasa motivación por aprender, lo que hace pensar que los estudiantes no se poseen un equilibrio en su inteligencia emocional. Ante tal situación se puede afirmar que este desequilibrio en la inteligencia emocional va a generar como consecuencia que los estudiantes repitan de grado o lleguen a la deserción escolar.

Se hace necesaria esta investigación a fin de proponer un programa de estrategias de inteligencia emocional que permita ayudar en gran medida a superar esta situación para llevar a estos estudiantes al logro de sus aprendizajes.

Ante este problema me planteo la siguiente interrogante ¿Cómo las estrategias de intervención en inteligencia emocional mejoran el

rendimiento académico en los estudiantes del nivel secundaria de la I.E. N° 093 “Efraín Arcaya Zevallos” de la provincia de Zarumilla-Tumbes?

Es sabido por todos que para lograr un buen rendimiento escolar se hace necesario estar bien emocionalmente, ya que si estamos en paz con todos y con nosotros mismos lograremos discernir las metas que queremos alcanzar y trabajar para lograr el éxito.

El presente trabajo de investigación está orientado a que las diferentes comunidades educativas sean beneficiadas con los resultados obtenidos y tomar conciencia de la importancia del buen estado emocional que se debe tener para lograr un buen rendimiento académico.

Las estrategias de intervención en inteligencia emocional permitirán que los estudiantes de la I.E. N° 093 “Efraín Arcaya Zevallos” de la provincia de Zarumilla, logren aumentar su rendimiento académico, así como la promoción al grado superior y la continuidad en sus estudios de educación básica regular. Esto beneficiará a cada una de sus familias, ya que los estudiantes al lograr culminar sus estudios secundarios pueden acceder a estudios superiores convirtiéndose en profesionales que den bienestar a cada uno de sus hogares, mejorando su calidad de vida; así como también aportar a la sociedad.

La importancia del presente proyecto es que ayudará a contrarrestar un problema común en las diferentes instituciones educativas de nuestra provincia, de nuestra región y porque no decirlo, de nuestra nación.

OBJETIVO GENERAL

Proponer un programa de intervención en inteligencia emocional para el rendimiento académico de los estudiantes del nivel secundario de la I.E. N° 093 “Efraín Arcaya Zevallos” de la provincia de Zarumilla-Tumbes”

OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Evaluar la inteligencia emocional de los estudiantes de la I.E. N° 093 “Efraín Arcaya Zevallos” de la provincia de Zarumilla.
- Evaluar el rendimiento académico que tienen los estudiantes de la I.E. 093 “Efraín Arcaya Zevallos” de la provincia de Zarumilla

- Proponer estrategias de inteligencia emocional a los estudiantes de la I.E. N° 093 “Efraín Arcaya Zevallos” de la provincia de Zarumilla.

II. MARCO TEÓRICO

Ysern (2016) Realiza su investigación sobre la relación entre la inteligencia emocional, recursos y problemas psicológicos, en la infancia y adolescencia, cuyo objetivo principal fue identificar las relaciones e influencia existente entre la inteligencia emocional, fortalezas personales, ansiedad, depresión y quejas somáticas.

Su muestra la conformaron niños tanto del sexo masculino como del femenino entre 10 y 16 años de edad, obtuvo los datos a través de los instrumentos: Inventario de Inteligencia Emocional (EQ-i:YV), Inventario de Fortalezas Personales (PSI), cuestionario de Ansiedad Estado/Rasgo para Niños (STAIC), el Inventario de Depresión Breve para niños (CDI-S) y El Listado de Quejas Somáticas (SCL). Pudo hallar que las mujeres presentaron mayor nivel de inteligencia emocional que los hombres, así como también en la depresión y quejas somáticas. Además, presentaron que a mayor edad estos niveles de inteligencia emocional bajaban e incrementaba la ansiedad, depresión y quejas somáticas.

No existe relación entre las habilidades de Inteligencia Emocional con las emociones negativas, y hay una relación positiva con las emociones positivas.

En conclusión, la Inteligencia emocional influye directamente en la adquisición de habilidades personales que permiten estar bien emocionalmente, dejando de lado la ansiedad, depresión y quejas somáticas, en la infancia y la adolescencia.

López y Oriol, (2016). Universidad Andrés Bello-Chile: La relación entre competencia emocional, clima de aula y rendimiento académico en estudiantes de educación secundaria. Este estudio tiene dos objetivos,

el primero es, conocer las diferencias existentes entre la competencia emocional y las percepciones de los estudiantes sobre el clima del aula según sexo y nivel educativo, como segundo objetivo, analizar la relación entre competencia emocional, clima de aula y rendimiento escolar en los estudiantes. Conformaron su muestra 420 alumnos de educación secundaria y superior con una edad media de $14,29 \pm 1,52$ años. Los datos arrojaron que, en la competencia emocional, existen diferencias según sexo y nivel de educación, mientras que en el clima de aula solo se encontraron diferencias según el nivel educativo. El análisis mediacional mostró que, la competencia emocional influye directamente en el clima del aula y el rendimiento escolar.

De este estudio destaca que se hace necesario desarrollar programas de formación emocional que ayuden a los docentes a crear espacios para la motivación y mejorar el clima de aula y rendimiento escolar.

Chicaiza (2016) realiza su investigación de diseño crítico propositiva con niños y niñas de educación básica de una institución educativa de Ambato-Ecuador sobre “La motivación escolar y el rendimiento académico”, conformaron su muestra 7 docentes y 65 alumnos a quienes les aplicó un cuestionario de 4 interrogantes.

Los resultados arrojan que la gran mayoría de docentes no utilizan recursos motivadores en sus sesiones educativas, afectando de esta manera la internalización de los aprendizajes en los estudiantes. Cabe reconocer la importancia de la motivación en el proceso escolar.

Siendo conscientes de que los estudiantes deben estar bien motivados para entender las instrucciones de los trabajos a realizar en el aula, así como participar activamente en la experiencia educativa, existen estudiantes que, en algunas ocasiones se automotivan para mejorar sus aprendizajes, dando a conocer que les falta el acompañamiento tanto del docente y como de la familia, quien cumple un papel fundamental en la orientación para el logro de sus metas.

Concluye su investigación en:

Que, de acuerdo a los objetivos plasmados en el currículo y estándares de aprendizaje, solo el 69% de los estudiantes solo cumplen con el nivel requerido.

La motivación escolar es una de las alternativas que ayudarán a solucionar el problema presentado, la misma que debe empezar por la concientización de la comunidad educativa, especialmente del docente quien es un agente directo en el logro de los aprendizajes a lo largo del proceso educativo y pueda encaminar a la población estudiantil a tomar las mejores decisiones que beneficien su rendimiento académico y su educación integral.

Agirre; Rodríguez; Revuelta (2019). Realizó su investigación con estudiantes de educación secundaria cuyo objetivo de estudio fue determinar la influencia directa de las principales fuentes de apoyo social e inteligencia emocional en el rendimiento académico.

Conformaron su muestra 850 estudiantes, seleccionados mediante muestreo aleatorio. Se evaluó el apoyo social y la inteligencia emocional a través de los test RSI y TMMS-22 respectivamente. Y el rendimiento académico a través de las actas de evaluación.

Pudo evidenciar a través de los datos obtenidos que el acompañamiento de la familia y docentes incluyen notablemente en el rendimiento académico de los estudiantes.

Remarca que, para lograr el éxito escolar es muy importante la interacción con los docentes y sobre todo la presencia de los padres y la familia en general. En esta investigación se puede rescatar que los grupos amicales influyen negativamente en los alumnos del sexo masculino, y la atención emocional, en las estudiantes femeninas.

Usan y Mejía (2020) realizó su investigación con 1 756 estudiantes pertenecientes a 9 centros ESO, cuyo objetivo fue establecer el grado de relación entre la inteligencia emocional, el burnout académico y el rendimiento escolar. En esta investigación de diseño descriptivo utilizó MBI-SS y las actas de calificaciones de los estudiantes,

respectivamente. Según los datos obtenidos existe una relación positiva entre el rendimiento escolar y las dimensiones de comprensión y regulación emocional, así como con la eficacia académica; mientras que con agotamiento físico/ emocional y cinismo la relación es negativa.

Resultó que la regulación de las emociones disminuye la aparición del burnout, asimismo influye en el rendimiento académico.

Se evidencia la necesidad de poner en marcha programas de atención emocional que permitan actuar positivamente frente al desempeño académico y la prevención del burnout académico.

Ramos (2015) Realiza una experiencia en una institución educativa en México para evidenciar cómo desarrollan la inteligencia emocional en dicha institución. El estudio fue de diseño cualitativo con 18 estudiantes y 8 maestros de secundaria, a quienes les aplicó dos cuestionarios de 15 ítems cada uno, el primero de desarrollo de competencias y el segundo cuestionario de enseñanza de competencias, para determinar los procedimientos y estrategias empleadas en el desarrollo de las competencias emocionales y verificar si dan o no resultados.

Según los resultados, evidenció que la institución sí implementa talleres para el desarrollo de la inteligencia emocional de los estudiantes, resultando significativas las sesiones de interacción entre alumno y maestro. Con esta experiencia Ramos demuestra la importancia del docente y su hábil accionar en el desarrollo de las competencias emocionales, sólo nos queda interrogar también qué pueden hacer las instituciones educativas para que los docentes se encuentren equilibrados emocionalmente y puedan apoyar a los estudiantes.

Tovar (2019) en su investigación correlacional cuantitativa cuyo objetivo fue evidenciar si existe relación entre la inteligencia emocional y el rendimiento académico de los estudiantes del segundo año de la Escuela de Oficiales de la Policía nacional del Peru-2017

Realizó su estudio en una población de 180 alumnos; recopiló sus datos a través de un cuestionario y técnicas de observación.

Llegó a la conclusión de que la inteligencia emocional y el rendimiento académico de la muestra observada están estrechamente relacionados. Existe relación entre el rendimiento académico y las dimensiones de la inteligencia emocional: Autoconciencia, autocontrol, empatía, habilidades sociales y aprovechamiento emocional.

En sus recomendaciones propone incrementar la inteligencia emocional a fin de mejorar el rendimiento académico.

Alarcón (2018) realiza su investigación con adolescentes del 4to y 5to de secundaria en una institución educativa del distrito de San Miguel de la provincia de Lima, cuyo objetivo fue analizar qué relación se da entre el autoconcepto y la inteligencia emocional de los estudiantes. Fue un estudio descriptivo correlacional, con una población de 215 estudiantes. Se midió la inteligencia emocional y el autoconcepto aplicando los instrumentos como el test de Ice-BarOn y el cuestionario de Garley (CAG), concluyendo:

Que, el autoconcepto y la inteligencia emocional se relacionan positiva y significativamente, así como con la adaptabilidad, la dimensión interpersonal y del ánimo general; sin embargo, tiene una relación negativa con la dimensión intrapersonal, y el manejo del estrés.

Recomienda dinamizar en la escuela las acciones tutoriales a través de la ejecución de talleres.

Cifuentes (2018) realizó su investigación en la Institución Educativa José Santos Chocano el distrito de Yauli-Jauja, cuyo tema de estudio se enmarcó en el mejoramiento del desarrollo de estrategias socioemocionales para el aprendizaje, con la finalidad de mejorar la gestión escolar.

A través de la entrevista identifica las causas del problema como por ejemplo no existe monitoreo y acompañamiento adecuado a los docentes por parte del cuerpo directivo asimismo los docentes no dominan estrategias que permitan gestionar las emociones de sus estudiantes.

Propone un plan de acción para capacitar a los docentes en el manejo de estrategias para el desarrollo de habilidades socioemocionales, asimismo la implementación de un programa de habilidades socioemocionales para estudiantes, con la finalidad de complementar su formación integral, dicho plan debe ser monitoreado por el director quien es el encargado de la gestión escolar.

Curi (2017) en su investigación: La inteligencia emocional y su aplicación en el campo educativo. Cuyo objetivo fue: Determinar la fisiología, sus componentes y la importancia de la inteligencia emocional, en la formación del educando; y plantear una propuesta de programa en las Instituciones Educativas de Secundaria. La metodología utilizada en el trabajo fue de análisis y síntesis de documentos bibliográficos, para lo cual se recopiló investigaciones a nivel local, nacional e internacional, así como textos relacionados con el tema

Esta investigación permitió ahondar sobre la importancia de la educación socioemocional en los estudiantes de secundaria, así mismo, desde la práctica educativa se plantea, implementar talleres de inteligencia emocional, modelos de sesiones con sus materiales de diagnóstico, ejecución y evaluación.

Oruna (2018) Realiza su investigación con estudiantes del primer grado del nivel secundario de la I. E N° 81001 “República de Panamá”. El objetivo fue establecer la relación entre la inteligencia emocional y el rendimiento académico en los estudiantes. Realizó su investigación con una muestra de 39 estudiantes de 11 y 12 años. Utilizó el test de BarOn ICE para medir la inteligencia emocional y para analizar el rendimiento académico utilizó las actas de la I.E.

Según los resultados pudo determinar que las dos variables se relacionan. Además, en el nivel de inteligencia emocional y rendimiento académico, los estudiantes se ubican en nivel adecuado y logro previsto respectivamente.

Todas las investigaciones realizadas llegan a la conclusión que la inteligencia emocional influye preponderantemente en el rendimiento académico, para hablar de inteligencia emocional se hace hablar de las emociones, cuya palabra emoción proviene del latín *emovere*, es decir remover, dar movimiento, agitar o en su defecto excitar. La emoción viene a ser el cambio brusco en el estado de ánimo de una persona a través de las impresiones ya sean de mayor o menor intensidad y en el menor tiempo. Se dice que una emoción se diferencia de un sentimiento por el tiempo de duración.

Según Fernández-Abascal y Palmero, nos dicen que: “una emoción es una reacción que se genera en el cuerpo humano cuando este percibe alguna situación fuera de lo normal y realiza todo un proceso interno a fin de poner en marcha todos los agentes y medios de defensa para emitir una respuesta que permita tener el control.” (Fernández-Abascal y Palmero, 1999:).

Podemos decir que las emociones son reacciones que el ser humano experimenta como respuestas ante algún estímulo. Es la manera automática de actuar ante una experiencia ya sea de peligro, de alegría, de alguna pérdida, etc. por ejemplo, ante una situación de miedo podemos experimentar en nuestro cuerpo un aumento de los latidos del corazón lo que hace que los músculos se irriguen rápidamente y como respuesta será la huida; mientras que la alegría aumenta la frecuencia cardíaca, la presión sanguínea y fluctuaciones en la actividad electrotérmica, expresadas a través de la risa.

Según Freud, los elementos de la emoción son dos, el primero la reacción física y el otro elemento son los sentimientos, es decir ante un determinado sentimiento sea de placer o desagrado, hay una respuesta fisiológica que es lo que caracteriza a las emociones.

Tipos de emociones

Existen muchas opiniones sobre los diversos tipos de emociones; pero no hay algo determinante aún; al respecto.

Goleman manifiesta que en este tema de las emociones aún no hay una clasificación definida, ya que aún está en proceso de investigación. (Goleman, 2001: 419)

Sin embargo, el grupo de clasificación más empleado es el de distinguir entre emociones primarias y emociones secundarias.

Las emociones primarias

Son las que podemos identificar a través de los gestos, por los que se caracterizan.

Existe un grupo de emociones llamadas universales o innatas son aquellas que no son aprendidas, sino que son reacciones innatas resumidas en expresiones faciales del ser humano sea cual sea la cultura a la que se pertenece, por lo que las hace universales, este descubrimiento lo hizo Paul Ekman (1992). Las emociones básicas no son duraderas, inician y terminan con rapidez.

Los investigadores no se ponen de acuerdo en cuanto a la cantidad de emociones básicas, pero podemos reconocer: la alegría, la tristeza, la ira, el miedo, la sorpresa y el asco. Están presentes en todas las culturas. No son aprendidas, sino que son inherentes al ser humano. Esto se evidencia en los ciegos congénitos, ya que en ellos afloran también estas expresiones faciales. Una determinada emoción se puede escribir de maneras diferentes, sin embargo, el gesto que se expresa es el mismo.

Las emociones básicas vienen desde los genes por ello decimos que son inherentes al ser humano. Sólo una vez activada la conciencia, después de un mínimo de tiempo, se imponen los patrones culturales sobre la expresión fisiológica.

Las emociones secundarias

Son aquellas que resultan después de experimentar las emociones primarias. Por ejemplo, al experimentar la emoción de la ira, seguidamente podemos experimentar sensaciones de desprecio o agresión, estas sensaciones son las llamadas emociones secundarias, según la situación en que nos encontremos. Estas emociones son influenciadas por los valores que practiquemos.

Quien propone un cambio acerca de los tipos de emociones es Evans (2002) el mismo que sostiene que no se debe pensar que las emociones primarias y las emociones secundarias son dos clases de emociones diferentes., sino que deberíamos verlas como dos extremos de una recta. Es decir, al experimentarse una emoción básica, fisiológicamente van a aflorar las características innatas de dicha emoción, pero dependiendo del grado de la situación, de las condiciones en las que se encuentren y de los patrones culturales, esta emoción irá avanzando hacia el otro extremo de la recta, convirtiéndose en una emoción secundaria. (Evans,2002:35).

Estas emociones también las podemos encontrar agrupadas como a continuación se detalla:

Emociones positivas

Cuando las emociones nos hacen sentir bien, son saludables, entonces podemos decir que son emociones positivas. Son las que nos dan bienestar y favorecen nuestra forma de pensar y de actuar. Por ejemplo, la alegría, es una emoción que nos hace sentir bien.

Emociones negativas

Son aquellas emociones que no nos hacen sentir bien, como por ejemplo la tristeza. Son consideradas como emociones tóxicas y muchas veces no queremos experimentarlas.

Cuando las emociones negativas son mínimas, no influyen en el bienestar del ser humano, al contrario, ayudan al aprendizaje, gracias a ellas podemos recordar las consecuencias que tenemos que asumir al conducirnos la vida.

Emociones ambiguas

Son aquellas que no nos hacen sentir mal, pero tampoco bien. Son neutras.

Emociones estáticas

Las manifestaciones artísticas producen las emociones estáticas. Puede ser la música o la pintura, etc.

Por ejemplo, cuando escuchamos una canción experimentamos muchas emociones ya sean de felicidad o de tristeza, pero con una reacción pasiva, estas reacciones serían totalmente diferentes si nos encontramos en otra situación.

Emociones sociales

La familia, escuela, sociedad, medios de comunicación, etc. Son escenarios donde se aprenden estas emociones. Son emociones que se relacionan con el grado de aceptación hacia otras personas.

La inteligencia emocional

A las personas que son conscientes de sus emociones, y que saben actuar de manera eficaz cuando las experimentan, son catalogadas como inteligentes emocionalmente.

Actualmente se puede observar la crisis psicosocial por la que se está atravesando a nivel mundial, las noticias sobre escándalos, muertes, pedofilia, etc. Todo ello es causado en gran parte por un problema que es común denominador en la gran mayoría de las personas siendo este

el control de las emociones, el mismo que se debe tratar desde la época escolar. Si no sabemos controlar y regular nuestras emociones estaremos expuestos siempre a experimentar consecuencias que nos llevarán al desequilibrio tanto emocional como social. Acerca de la conceptualización de la inteligencia emocional tenemos varios autores entre los que destacan:

Gardner, quien asevera que la inteligencia emocional se demuestra cuando las personas son capaces de agenciarse de todas sus capacidades y estilos de vida para afrontar y solucionar de manera exitosa problemas de diferentes magnitudes. (Gardner, 2006)

Salovey y Mayer sostuvieron que la inteligencia emocional es la habilidad que tiene en los individuos para captar sintéticamente sus emociones y a la vez saber expresarlas de manera precisa, asimismo esa capacidad le permite comprender los sentimientos que generan las emociones para controlarlos de manera efectiva, demostrando su madurez emocional e intelectual. (Mayer y Salovey, 1997:4).

Goleman, sostiene que cuando el ser humano aprende a conocer y manejar sus propias emociones, será capaz de motivarse a sí mismo, además podrá percibir lo que sienten los demás y sabrá actuar de acuerdo a lo que percibe; entonces se puede decir que ha desarrollado la inteligencia emocional". (1995:43-44)

Según este autor hace referente a que las personas deben ser conscientes de cada emoción, lo que está sintiendo y cómo debe actuar frente a los demás, asimismo son capaces de lograr sus objetivos poniendo en práctica habilidades auto motivacionales y la empatía (Goleman, 1995)

Bar-On (1997), la conceptualiza como un "conjunto interrelacionado de competencias sociales y emocionales que ponemos en práctica para adaptarnos en la sociedad y poder enfrentar las presiones del entorno"

El autor sostiene que el ser humano al desarrollar las habilidades tanto sociales como emocionales, estas influyen de manera importante en la solución de problemas para lograr su bienestar.

Según Mayer y Salovey (1990) la caracterizan como inteligencia social, ya que a través de ella el ser humano es capaz de diferenciar sus emociones y las de los demás, asimismo es capaz de regular sus pensamientos, acciones y conductas. (Pág. 189)

Gardner (1995), nos habla de la teoría de las inteligencias múltiples, en la cual se contraponen a la inteligencia académica como factor decisivo para medir la inteligencia. Ya que considera que una persona académicamente inteligente, no siempre tiene éxito al relacionarse con otras personas o manejarse en otras condiciones de su vida. Considera 8 inteligencias múltiples:

Inteligencia Lingüística. – Cuando se tiene la habilidad de comunicarnos con los demás a través del uso del lenguaje, nosotros aprendemos el idioma materno para comunicarnos eficazmente. Cuando hablamos de comunicarse con los demás hablamos también del lenguaje escrito y todo lo que a ello concierne como narrar, improvisar, memorizar, así como leer y escuchar y pensar.

Inteligencia Lógico Matemática. – Cuando somos capaces de utilizar los números y razonar de una manera lógica, entonces podemos decir que tenemos una inteligencia lógico-matemática. En esta inteligencia se desarrolla además el pensamiento crítico y la resolución de problemas con los números que involucra el razonar, calcular inferir, procesar y analizar.

Inteligencia visual espacial. – Aquí podemos pensar en tres dimensiones, significa que podemos dibujar lo que vemos, pensamos o soñamos. Son poseedores de esta inteligencia los artistas plásticos, fotógrafos, diseñadores.

Inteligencia corporal cinestésica. -Cuando damos a conocer nuestras ideas y sentimientos a través de movimientos corporales, por ejemplo, al bailar, actuar o realizar actividades deportivas, entonces estamos frente a la inteligencia corporal-cinestésica.

Inteligencia musical. – es dominar la música y expresarla y se demuestra al cantar, componer, bailar al ritmo de la música o tocar algún instrumento.

Inteligencia intrapersonal. – es el interno de cada uno, de nuestros estados de ánimo, temperamentos, es la capacidad comprendernos y valorarnos tal y como somos. A través de esta inteligencia somos capaces de reflexionar, razonar, pensar.

Inteligencia interpersonal. – es la capacidad de reconocer los estados de ánimo de los demás y de actuar de una manera cordial frente a ellos.

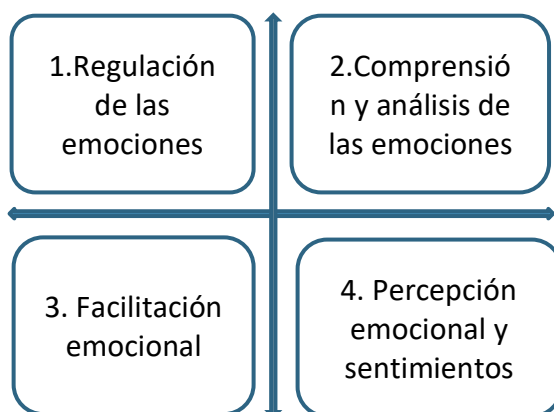
Los que desarrollan esta inteligencia son hábiles para interactuar, relacionarse, compartir, observar y sobre todo empatizar.

Inteligencia naturalista. – Aprovechar todo lo que encuentran en el medio ambiente y darle buen uso y sobre todo protegerlo.

Gardner en estas 8 inteligencias múltiples incluye dos, las cuales son la inteligencia interpersonal y la inteligencia intrapersonal que se refiere al conocimiento de nuestros estados de ánimo, es decir de nuestras emociones y de la manera cómo las expresamos al relacionamos con los demás. Estas son un factor importante ya que marcan nuestras vidas y la de los que viven a nuestro alrededor, nos hacen capaces de experimentar diferentes estados de ánimo y diversas formas de intercambiar experiencias con los demás.

Componentes de la inteligencia emocional

Mayer y Salovey (1997) resaltan que los estudiantes en el quehacer diario atraviesan por diversas experiencias ya sean positivas o negativas, a las cuales tienen que hacerles frente con comportamientos adecuados que les permitan adaptarse eficazmente en la escuela. Por tal motivo proponen cuatro componentes de la inteligencia emocional a fin de que el profesorado tenga en cuenta orientar efectivamente a los estudiantes en cuanto al control de sus emociones.



Fuente: Fernandez y Extremera, 2005

De acuerdo con Mayer y Salovey (1997) el componente de “regulación de las emociones”, permite a las personas regular las emociones, ser capaces de experimentar emociones tanto positivas como negativas, sin que ello afecte a las personas que están a su alrededor, es decir sin exagerar nuestro comportamiento como para perjudicar a otras personas y sin minimizarlo ni reprimirlo como para no perjudicarnos a nosotros mismos.

El componente de “comprensión y análisis de las emociones o conocimiento emocional”. Nos hace capaces de conocer la naturaleza de cada emoción y sobre todo comprender los cambios que se experimentan, en un momento se puede estar alegre, luego se puede estar triste, según la experiencia que se viva.

El componente de “facilitación emocional” es captar la información que nos brindan las emociones para entenderlas y tomar decisiones.

Y por último el componente “percepción emocional y sentimientos”, aquí somos capaces de reconocer nuestros sentimientos y los de los demás y expresarlos de una manera saludable; asimismo podemos diferenciar entre sentimientos honestos y deshonestos en los demás.

Desarrollo de la Inteligencia Emocional

Hablar del desarrollo de la inteligencia emocional es hablar del control que se tiene de nuestras emociones, a través del desarrollo de habilidades con las que podamos interactuar con el mundo que nos rodea. Estas habilidades ayudarán a perfilar el carácter a través de la autodisciplina, la motivación, la perseverancia y la empatía, favoreciendo la adaptación en el medio social.

Es en la escuela donde se debe priorizar el desarrollo de la inteligencia emocional poniendo en práctica diferentes programas de intervención con estrategias que permitan hacer uso de las capacidades innatas de los estudiantes a fin de lograr la educación emocional.

Intervención emocional

La intervención emocional en la escuela se puede dar de diferentes maneras, sea cual fuere la manera en que esta se dé, se hace imprescindible la presencia del docente como ente motivador. Estas competencias emocionales se pueden desarrollar a través de:

- Orientación ocasional: El docente de una manera ocasional puede impartir temas emocionales en cada una de sus clases.
- Programas en paralelo: Cuando se programan talleres en horarios alternos para que los estudiantes asistan en forma voluntaria.
- Asignaturas optativas: Existen Instituciones educativas que ofertan asignaturas optativas sobre educación emocional, para

que los alumnos escojan, vale decir que no siempre los estudiantes escogen estas asignaturas ya que optan por otras.

- Acción tutorial: El plan de Tutoría es el medio más eficaz del desarrollo de la educación emocional, por cuanto se dirige a todos los estudiantes.
- Integración curricular: Se trata de integrar en el currículo temas transversales de educación emocional.
- Integración curricular interdisciplinar: es un complemento de la "integración curricular". Donde el compromiso del docente es fundamental.

La inteligencia emocional en la escuela

Guadalajara (2003), nos hace recordar la educación de hace unos años atrás, donde se puede evidenciar que el docente era el protagonista y los estudiantes simples receptores de contenidos, eran niños conformistas. En este tipo de escuela solo importaba que el niño obtenga buenas calificaciones respondiendo todo tal y como lo decía el maestro, no se podía contradecir al maestro, se dejaba de lado a aquellos niños curiosos, con ideas diferentes, prefiriendo a aquellos niños receptores que sacaban buenas calificaciones a veces solo por estar de acuerdo con el maestro. También se encontraban casos de marginación a aquellos estudiantes que no lograban los objetivos, siendo estos ridiculizados por los mismos maestros. Ahora, hemos evolucionado, la educación dio un giro, ya que el estudiante es el ente principal de su aprendizaje y avanza de acuerdo a su ritmo, convirtiéndose el maestro en un guía. Para continuar con esta evolución debemos mantenernos con la convicción de que el niño logrará su desarrollo integral a través de la escuela. Es en la escuela donde se preparan emocionalmente para afrontar los factores de riesgo y permitan adaptarse en la sociedad.

Goleman, la considera como la educación de las emociones. Manifiesta que se debe capacitar a los estudiantes a regular sus emociones, es

decir saber cómo actuar. Los objetivos propuestos en estos programas deberían ser:

- a) Diagnóstico de casos de problemas emocionales y reconocimiento de las emociones propias y las de los demás.
- b) Gestión de las emociones.
- c) Trabajar en la prevención del consumo de estupefacientes y conductas de riesgo. Ser positivos
- d) Evitar conflictos con los demás y participar positivamente en el proceso escolar. (Goleman,1995, citado por Dávila 2018)

Para lograr estos objetivos es necesario la presencia de un docente tutor que tenga los lineamientos adecuados para llevar a cabo y de manera eficaz cada uno de los pasos propuestos. El tutor, debe demostrar un equilibrio emocional de manera que se convierta en un ejemplo para sus estudiantes, que sea empático, reflexivo y tenga la capacidad de solucionar conflictos de manera serena y justa. No sólo debe dominar los conocimientos del área que imparte, sino también debe saber llegar a sus estudiantes, practicar la empatía y la práctica de valores. Las funciones a desarrollar serán:

- a. Diagnóstico de necesidades emocionales e intereses de los estudiantes
- b. Motivarlos a trazarse metas y en la toma de decisiones de manera responsable.
- c. Ayudarlos a tomar decisiones acertadas y responsabilidad personal.
- d. Orientación personalizada, favoreciendo la autoconfianza en los estudiantes.
- e. Promover un clima emocional positivo.

Estos se proyectos en la escuela, deberán iniciar con un diagnóstico para determinar la problemática de los estudiantes, asimismo será como referente para la labor del docente.

Finalmente, cabe señalar que el estudiante debe asumir ciertos factores que le permitirán mejorar:

- Confianza en sí mismo y en sus capacidades, es decir tener la sensación de que puede lograr el éxito
- Ser curiosos, estar prestos a los nuevos descubrimientos.
- sentirse siempre capaces de poder lograr sus propósitos.
- controlar sus impulsos.
- Mantener buenas relaciones con sus compañeros.
- ser capaces de comunicarse con los demás.
- Ser cooperativo en las labores encomendadas.

La asimilación y puesta en práctica de estas actividades se verá influenciada por el ejemplo y trato que el estudiante haya recibido en el hogar. Estos factores son muy importantes para el desarrollo de la inteligencia emocional.

Rendimiento académico

evaluación que permite medir el conocimiento aprendido por los estudiantes.

César Coll, en *Psicología y currículum*, argumenta que, “el rendimiento académico es la nota que se obtiene después de demostrar los conocimientos adquiridos, los mismos que han sido impartidos por el docente”. (citado por Cooper,2008:154) Podemos decir que el rendimiento académico es la valoración de lo que el estudiante ha aprendido, conocimientos, actitudes y procesos, los cuales deben ser medidos, para determinar las necesidades y mejorar el proceso de enseñanza-aprendizaje”.

Al hablar de rendimiento académico se habla de evaluación, ya que en todos los niveles educativos se mide a través de la evaluación, sea primaria, secundaria o superior, para determinar cuánto han aprendido los estudiantes.

A aquellos estudiantes que obtienen puntajes altos en las evaluaciones se les considera con alto rendimiento, mientras que a los que obtienen puntajes bajos se les considera con bajo rendimiento.

Actualmente el ministerio de educación mide el rendimiento académico de los estudiantes basándose en una evaluación formativa, es todo un proceso formativo, integral y continuo que mide los avances y dificultades en el desarrollo de las competencias y capacidades para brindarles apoyo pedagógico (CNEB)

Tipos de rendimiento académico

Figuroa (citado por Hernández y Castro, 2014) nos presenta la siguiente clasificación:

a) Rendimiento individual

Parte de la motivación individual de querer aprender, adquiriendo conocimientos y destrezas por cuenta propia.

b) Rendimiento General

es el que se da en las escuelas.

c) Rendimiento específico

Es el que está enfocado al logro de una meta, trabajo o carrera profesional.

d) Rendimiento Social

Es la influencia que ejerce el estudiante en la sociedad, con su comportamiento y en la proyección de la escuela.

Factores que influyen en el rendimiento académico

Salinas (2010) nos habla de los factores endógenos(psicológicos) y exógenos(sociales)

a) Factores endógenos

Salinas (2010) incluye entre los factores endógenos la edad, el sexo, y los hábitos como leer, que el estudiante realiza durante su etapa escolar.

Atoche y Cora (2017) consideran al estado físico y psicológico del estudiante, en estos factores.

b) Factores exógenos

Moreira (2009) y Andrade (2000) concuerdan al decir que los docentes y las relaciones sociales influyen en el rendimiento académico.

Salinas (2010) clasifica los factores exógenos según provengan de:

- La comunidad: Por las experiencias positivas o negativas que vienen de afuera.
- La familia: Características y experiencias dentro del hogar y su relación con la escuela.
- La escuela: Características de la escuela.

Asimismo, influye las relaciones que observan en la escuela entre los agentes educativos en general, así como la forma de evaluar por parte de los docentes.

Villafuerte (citado por Atoche y Cora, 2017) coincide con los factores exógenos de Salinas, enmarcándolos en hogar, escuela y ambiente social.

También podemos mencionar dentro de los factores exógenos, el clima, el espacio geográfico, la organización de la institución educativa, así como los métodos de enseñanza.

RENDIMIENTO ACADÉMICO E INTELIGENCIA EMOCIONAL

La inteligencia emocional es la habilidad que tienen las personas para lograr su bienestar tanto personal como el éxito social en los diferentes escenarios que le toque interactuar.

En el área educativa, se han encontrado investigaciones que describen el grado de relación que hay entre la inteligencia emocional y el rendimiento académico, así como la adaptación adecuada en la sociedad. (Fernández-Berrocal, Extremera, y Palomera,2008).

(Jena abadí, 2014). Asegura que los niños que regulan su inteligencia emocional tienen la habilidad para encontrar soluciones a sus problemas, aumentando su capacidad de razonamiento.

Bar-On (2005), también dice al respecto que un niño con inteligencia emocional desarrolla su automotivación, el deseo de superarse a través de la gestión de sus propias emociones, así como la solución de sus problemas a nivel personal y con los demás.

Bar-On asevera que, la Inteligencia emocional desarrollada en los estudiantes, influirá en el rendimiento académico, asimismo a través de las evaluaciones se puede establecer un diagnóstico y de esta manera identificar a los estudiantes con necesidades a fin de educarlos emocionalmente, contribuyendo a la mejora de su rendimiento académico. (1997:15),

Podemos resumir que desarrollar la inteligencia emocional es hacer capaz al individuo de poder regular sus reacciones y comportamientos con los que se relacionará en su entorno, esta se debe desarrollar durante la vida escolar y permitirá a los estudiantes desarrollar habilidades que conlleven al éxito escolar.

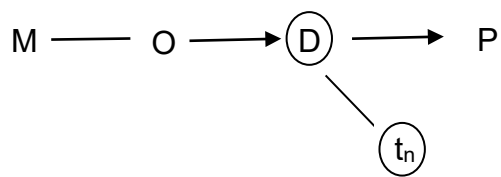
III. METODOLOGÍA

3.1 Tipo y diseño de investigación

Para esta investigación se aplicó la metodología cuantitativa

Ya que se recogieron y analizaron los datos cuantitativos sobre las propiedades de las variables de estudio.

Diseño no experimental transversal descriptivo propositivo



Dónde:

M es la muestra de investigación

O es la variable

D es el diagnóstico

t_n es el análisis de la teoría

P es la propuesta o solución

Esta investigación corresponde al diseño descriptivo por cuanto se analizó cada una de las variables para obtener sus características externas y describirlas, según los hallazgos en la investigación.

(Danhke,(1989) cfr por Hernandezm et ak (2003) p. 117)Este diseño a través de los datos recolectados, permite tener una visión detallada de los niveles de inteligencia emocional de los estudiantes en sus tres dimensiones , asi como los niveles del rendimiento académico.

3.2 Variables y operacionalización

Variable independiente: Inteligencia emocional

Definición conceptual. - es la habilidad que tienen los individuos para captar sintéticamente sus emociones y a la vez saber expresarlas de manera precisa, asimismo esa capacidad le permite comprender los

sentimientos y la raíz donde se generan las emociones para controlarlos de manera efectiva, demostrando su madurez socioemocional e intelectual". (Mayer y Salovey, 1997:4).

Definición operacional. - La variable será analizada con el test (TMMS-24) Que dará la valoración a cada una de las dimensiones de la inteligencia emocional.

Indicadores. – Atención emocional

- Le interesan sus sentimientos
- a veces lo que siente le causa preocupación.
- piensa en sus emociones.
- los pensamientos son afectados por sus sentimientos

Claridad emocional

- Tiene claro lo que siente.
- Puede conceptualizar lo que siente.
- es consciente de sus sentimientos
- Sabe lo que siente por otras personas.
- Siempre puede decir cómo se siente
- A veces reconoce sus emociones
- Comprende sus sentimientos

Reparación emocional

- A pesar de estar triste es optimista
- piensa en positivo, aun no estando bien.
- Se preocupa por estar anímicamente bien
- Al está feliz, tiene energía
- en sus enfados, intenta hacer lo opuesto.

Escalas de medición. - escala de tipo Likert de 5 puntos:

- Nada de acuerdo = 1
- Algo de acuerdo = 2
- Bastante de acuerdo = 3

- Muy de acuerdo = 4
- Totalmente de acuerdo= 5

Variable dependiente. - Rendimiento académico

Definición conceptual. - es la nota que se obtiene después de demostrar los conocimientos adquiridos, los mismos que han sido impartidos por el docente. (César Coll, en Psicología y Currículum, citado por Cooper 2008: 154),

Definición operacional. - La variable será analizada mediante la base de datos 2020 de la I.E. N° 093 E.A.Z.

Indicadores. –

“El estudiante demuestra un logro superior que va más allá del logro esperado.

El estudiante demuestra que ha logrado satisfactoriamente el desarrollo de sus competencias.

El estudiante está cerca del logro, es una señal que necesita acompañamiento por un tiempo prudencial.

El estudiante muestra un progreso mínimo en una competencia de acuerdo a lo esperado.

Evidencia muchas dificultades necesita mayor tiempo de acompañamiento e intervención del docente” (CNEB).

Escalas de medición. –

Logro destacado	18 - 20
Logro esperado	14-17
En proceso	11-13
En inicio	0-10

3.3 Población y muestra

La población estuvo conformada por los estudiantes del 5° grado de educación secundaria de la I.E. N° 093 “Efraín Arcaya Zevallos de Zarumilla” compuesta por 141 estudiantes tanto de sexo masculino como de femenino cuyas edades están entre los 16 y 1 años de edad.

La muestra estará formada por 104 estudiantes. El número de la muestra será determinada aplicando la fórmula:

$$n = \frac{N \cdot Z^2 \cdot p \cdot q}{e^2 \cdot (N-1) + Z^2 \cdot p \cdot q}$$
$$n = \frac{141 \cdot (1,96)^2 \cdot (0,5) \cdot (0,5)}{(0,05)^2 \cdot 140 + (1,96)^2 \cdot (0,5) \cdot (0,5)}$$
$$n = \frac{135,4164}{0,505 + 0,9604}$$

$n = 104$

3.4 Técnicas e instrumentos de recolección de datos

Se hizo uso de la técnica de la encuesta.

A través de la encuesta se determinó el grado de desarrollo de la inteligencia emocional de los estudiantes en cada una de sus dimensiones tanto en la dimensión de atención emocional, la dimensión de claridad emocional como en la dimensión de reparación emocional.

Asimismo, para determinar las características correspondientes a la segunda variable del rendimiento académico, se tomará en cuenta la base de datos de la I.E. a través de las actas de evaluación del año 2020. El instrumento que se aplicó a los 104 estudiantes de 5° de secundaria de la I.E. N° 093 “Efraín Arcaya Zevallos” de la provincia de Zarumilla,

región Tumbes fue el test Trait Meta-Mood Scale 24 (TMMS-24) del grupo de investigación de Salovey y Mayer, contiene las dimensiones de atención emocional que evalúa la capacidad que tienen las personas para prestar atención a sus sentimientos y emociones.

La dimensión de claridad emocional, que nos dice de qué manera los individuos llegan a entender sus estados emocionales. Y finalmente la dimensión de reparación emocional que evalúa la capacidad para regular las emociones adecuadamente.

Este test está compuesto por 24 preguntas, donde se enmarcan las tres dimensiones con la finalidad de determinar las habilidades para reconocer sus emociones y regularlas.

Las 8 primeras interrogantes corresponden a la dimensión de atención emocional, las 8 siguientes medirán la dimensión de claridad emocional y las 8 últimas corresponden a la dimensión de reparación emocional. A cada estudiante se le envió el test a través de un link y respondieron según las alternativas tipo Likert de 5 puntos, como a continuación se detalla:

- Nada de acuerdo = 1
- Algo de acuerdo = 2
- Bastante de acuerdo = 3
- Muy de acuerdo = 4
- Totalmente de acuerdo = 5

Se sumaron los puntajes de cada dimensión, hallando de esta manera el índice por dimensión. Luego se obtuvo el índice general de inteligencia emocional sumando todos los puntajes de las dimensiones.

El TMMS-24 está en su traducción española, quienes hicieron esta traducción fueron Fernández-Berrocal, Extremera y Ramos en el año 2004. donde se evidencia una correlación entre las dimensiones.

La fiabilidad por cada ítem fue la siguiente:

- Atención emocional: $\alpha = 0.90$
- Claridad emocional: $\alpha = 0.90$
- Reparación emocional: $\alpha = 0.86$

Asimismo, se hizo el método de criterio de jueces para su respectiva validación quienes determinaron que es test se adecuado. (Fernández Berrocal y Extremera, 2005).

Podemos concluir que el TMMS-24 está validado y tiene confiabilidad, siendo su uso pertinente en el presente estudio. Es adecuada ya que es fruto de las investigaciones de Salovey y Mayer, quienes son pioneros de la inteligencia emocional en los estudiantes.

Asimismo, según Fernández-Berrocal y Extremera hacen referencia que con dicho test se ha obtenido resultados precisos en poblaciones tanto españolas como latinoamericanas. (2005:63)

3.5 Procedimientos

Teniendo identificado el objetivo de la investigación, se realizaron las gestiones para aplicar el presente test, se presentó una solicitud al director de la I.E. N° 093 Efraín Arcaya Zevallos de la provincia de Zarumilla para que brinde las facilidades de coordinación con los docentes de 5° de secundaria para poder aplicar el test a sus estudiantes. Luego se coordinó con cada uno de los docentes tutores de todas las secciones de 5° grado de secundaria del turno mañana y tarde, los cuales colaboraron con la aplicación del test a sus estudiantes.

Cada docente colaborador tiene un grupo de WhatsApp con sus estudiantes con el cual ha venido trabajando durante el año 2020 con la estrategia Aprendo en casa, a través de estos grupos se envió el link del test a los estudiantes.

Los estudiantes recibieron el link y contestaron marcando una de las alternativas tipo linker, el mismo que está conformado por 24 preguntas, entre las cuales se enmarcan las 3 dimensiones como son la dimensión de atención emocional, la dimensión de claridad emocional y la dimensión de reparación emocional. Una vez resuelto el cuestionario se envió directamente al drive Google del investigador para el procesamiento de la información y su análisis.

3.6 Método de análisis de datos

Se usará el programa Excel y la aplicación de datos SPSS 24 donde se estimará la descripción de las variables a través de las frecuencias obtenidas.

3.7 Aspectos éticos

En el presente estudio, el investigador se ha encargado de mantener en reserva los datos obtenidos de cada uno de los objetos de estudio de esta investigación, practicando siempre la ética y honestidad en toda la investigación.

El procesamiento de datos se ha obtenido de manera objetiva, evitándose la falsificación de datos, proceso inaceptable de una conducta ética.

Los derechos de autor se han respetado, evitándose el plagio, teniéndose en cuenta las citas bibliográficas que han aportado el presente trabajo haciendo el uso correcto de las normas (APA)

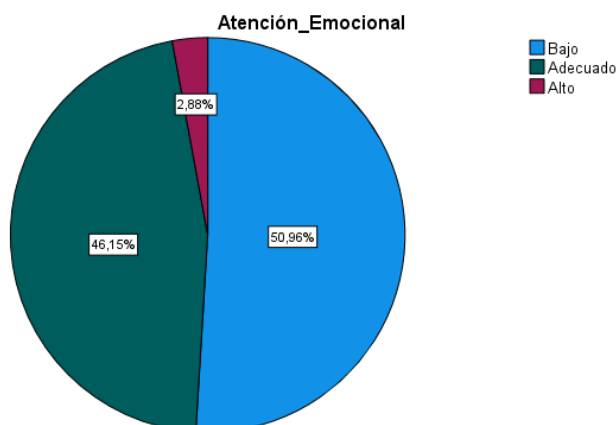
IV. RESULTADOS

Tabla 1 Dimensión 1
Niveles de Atención Emocional en los Estudiantes

		Atención_Emocional			
		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Bajo	53	51,0	51,0	51,0
	Adecuado	48	46,2	46,2	97,1
	Alto	3	2,9	2,9	100,0
	Total	104	100,0	100,0	

Fuente: Resultado de la aplicación de la escala TMMS-24

Gráfico 1 - Dimensión 1
Niveles de Atención Emocional en los estudiantes



Fuente: Resultado de la aplicación de la escala TMMS-24

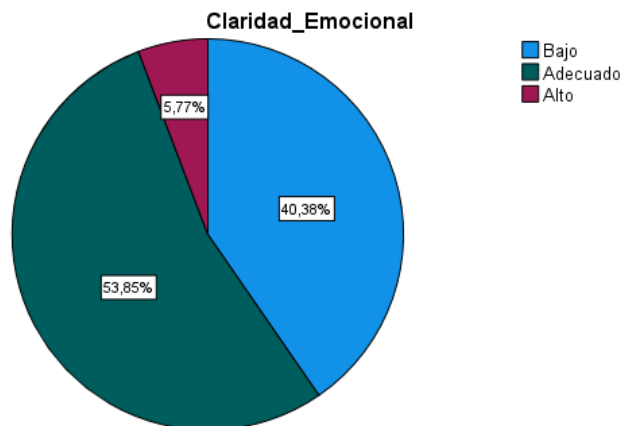
Atención emocional significa la atención que los estudiantes prestan a sus emociones. Según la tabla y gráfico 1 se evidencia que el 51% de los estudiantes presentan atención emocional baja, el 46,2% presentan atención emocional adecuada y sólo el 2,9% de los encuestados presentan una alta atención emocional.

Tabla 10. Dimensión 2
Niveles de Claridad Emocional en los Estudiantes

		Claridad_Emocional			
		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Bajo	42	40,4	40,4	40,4
	Adecuado	56	53,8	53,8	94,2
	Alto	6	5,8	5,8	100,0
	Total	104	100,0	100,0	

Fuente: Resultado de la aplicación de la escala TMMS-24

Gráfico 2. Dimensión 2
 Niveles de Claridad Emocional en los Estudiantes



Fuente: Resultado de la aplicación de la escala TMMS-24

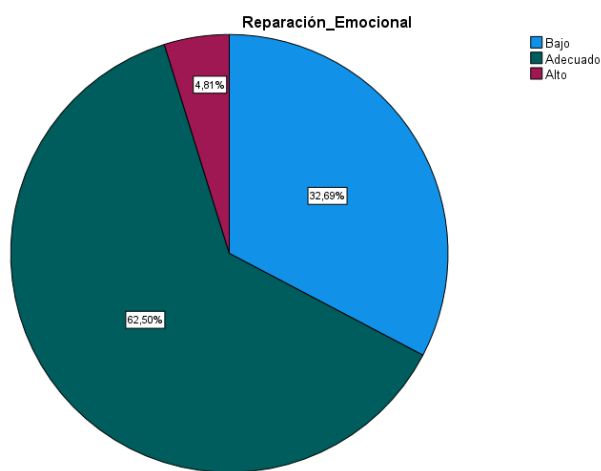
Claridad emocional significa cómo los estudiantes perciben sus emociones. Según la tabla y gráfico 2 se puede apreciar que el 40,3% de los estudiantes presentan una claridad emocional baja, el 53,85% presentan una claridad emocional adecuada y tan solo el 5,77% presentan una claridad emocional alta.

Tabla 17. Dimensión 3
Niveles de Reparación Emocional en los Estudiantes

		Reparación_Emocional			
		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Bajo	34	32,7	32,7	32,7
	Adecuado	65	62,5	62,5	95,2
	Alto	5	4,8	4,8	100,0
Total		104	100,0	100,0	

Fuente: Resultado de la aplicación de la escala TMMS-24

Gráfico 3. Dimensión 3
Niveles de Reparación Emocional en los Estudiantes



Fuente: Resultado de la aplicación de la escala TMMS-24

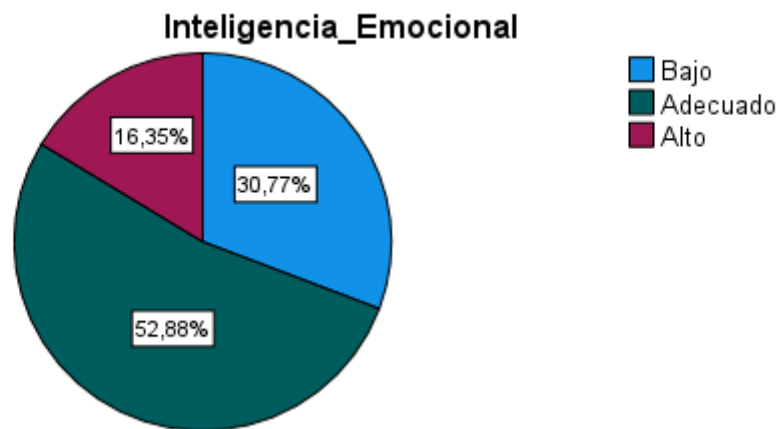
Reparación emocional es la capacidad que los estudiantes poseen para interrumpir y regular los estados emocionales. Según la tabla y gráfico 3 se puede observar que el 32,7% de los estudiantes presentan una reparación emocional baja, el 62,5 un nivel de reparación emocional adecuada y solo el 4,8% presentan un alto nivel de reparación emocional.

Tabla 4
Niveles de Inteligencia Emocional en los estudiantes

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Bajo	32	30,8	30,8	30,8
	Adecuado	55	52,9	52,9	83,7
	Alto	17	16,3	16,3	100,0
	Total	104	100,0	100,0	

Fuente: Resultado de la aplicación de la escala TMMS-24

Gráfico 4
Niveles de Inteligencia Emocional en los Estudiantes



Fuente: Resultado de la aplicación de la escala TMMS-24

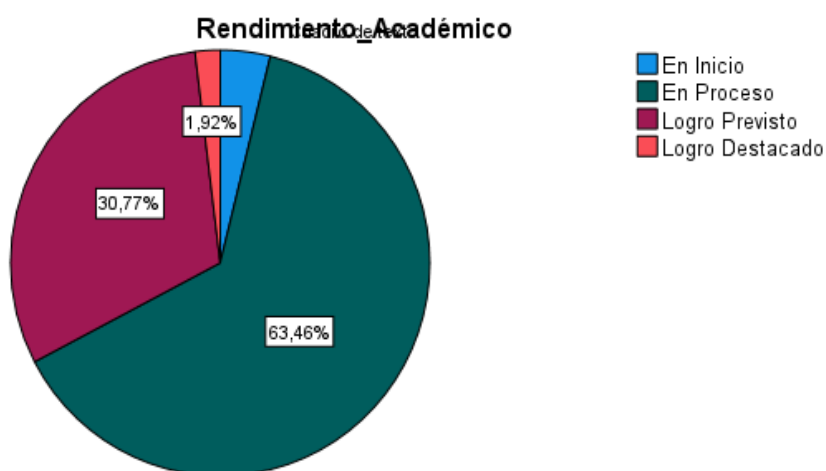
Según tabla y gráfico 4 correspondiente a la inteligencia emocional se destaca que el 30,77% de los estudiantes están ubicados en el nivel bajo, el 58,88% se encuentra en nivel adecuado o medio y el 16,35% se ubican en nivel alto.

Tabla 5.
Niveles de Rendimiento Académico en los Estudiantes

		Rendimiento_Académico			
		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	En Inicio	4	3,8	3,8	3,8
	En Proceso	66	63,5	63,5	67,3
	Logro Previsto	32	30,8	30,8	98,1
	Logro Destacado	2	1,9	1,9	100,0
	Total	104	100,0	100,0	

Fuente: Actas de evaluación I.E. N° 093 E.A.Z.

Gráfico 5.
Niveles de Rendimiento Académico en los Estudiantes



Según tabla y gráfico 5 correspondiente al rendimiento académico se observa que el 3,8% de los estudiantes se encuentran en el nivel de inicio, el 63,5% se encuentra en nivel de proceso, el 32% están ubicados en nivel de logro esperado y el 1,9% están ubicados en el nivel de logro destacado.

V. DISCUSIÓN DE RESULTADOS

En la presente investigación se ha realizado un estudio de diseño descriptivo propositivo sobre estrategias de intervención en inteligencia emocional para el rendimiento académico de los estudiantes de la I.E. N° 093 “Efraín Arcaya Zevallos” de la provincia de Zarumilla Tumbes. El objetivo es proponer un programa de intervención para el desarrollo de la inteligencia emocional y mejorar el rendimiento académico en los estudiantes del nivel secundario de la I.E. N° 093 “Efraín Arcaya Zevallos” de la provincia de Zarumilla-Tumbes”, de igual manera se desarrolló el proceso estadístico que muestra las frecuencias de cada una de las variables considerando la teoría existente respecto a la variable de estudio.

Se analizó estadísticamente los datos de la muestra que corresponde a 104 estudiantes, con el propósito de determinar en qué nivel se encuentran los estudiantes de 5° grado de secundaria de la I.E. N° 093 Efraín Arcaya Zevallos de la provincia de Zarumilla en cada una de las variables.

Para esto se consideraron las dimensiones de la primera variable que corresponde a la inteligencia emocional, las cuales son: La dimensión de atención emocional, la dimensión de claridad emocional y la dimensión de reparación emocional; así como también los niveles de la segunda variable que corresponde al rendimiento académico.

A través de estos resultados se puede demostrar que en el desarrollo de la inteligencia emocional 32 estudiantes se encuentran en el nivel bajo que corresponde al 30,8%, en el nivel medio o adecuado se encuentran 55 estudiantes que corresponde al 52,9% y 17 estudiantes se ubican en el nivel alto que corresponde al 16,3%.

Lo que corresponde a la dimensión de atención emocional se ha podido observar que 53 estudiantes se encuentran en un nivel bajo que corresponde al 51%, en el nivel medio o adecuado se encuentran 48 estudiantes que corresponde al 46,2% y 3 estudiantes se encuentran en el nivel alto que corresponde al 2,9%.

En la dimensión de claridad emocional tenemos como resultado que 42 estudiantes están ubicados en el nivel bajo que corresponde al 40,4%, 56 estudiantes se ubican en el nivel adecuado que corresponde al 53,8% y 6 estudiantes se ubican en el nivel alto llegando al 5,8%.

Los resultados en cuanto a la dimensión de reparación emocional nos dicen que 34 estudiantes se encuentran en un nivel bajo correspondiendo un 32,7%, mientras que en el nivel adecuado se ubican 65 estudiantes llegando al 62,5% y 5 estudiantes se ubican en el nivel alto ocupando el 4,8%.

En cuanto al rendimiento académico los resultados nos muestran que 4 estudiantes se ubican en el nivel de inicio ocupando el 3,8%, 66 estudiantes están en el nivel de proceso correspondiendo al 63,5%, 32 estudiantes los encontramos en el rubro de nivel de logro previsto ocupando el 30,8% y 2 estudiantes se ubican en logro destacado llegando al 1,9%.

De acuerdo a lo observado en lo que corresponde a la dimensión de atención emocional el más alto porcentaje (51%) se encuentra en el nivel bajo lo que significa que más de la mitad de los estudiantes no tienen habilidades para identificar y atender sus emociones personales y la de los demás, expresar acertadamente sus sentimientos y discernir entre expresiones emocionales honestas y deshonestas.

Asimismo, en la dimensión de claridad emocional el más alto porcentaje (56,8) se encuentran en el nivel adecuado o medio, lo que significa que los estudiantes adecuadamente han logrado desarrollar las habilidades para comprender emociones complejas y sentimientos simultáneos como de amor y odio además de reconocer los cambios de unos estados emocionales a otros, cabe resaltar que si bien un 56,8% están en un nivel adecuado es preocupante que en el nivel bajo se encuentra el 40,4% que es un porcentaje considerable y al cual se debe prestar atención, sin dejar de fortalecer a los estudiantes que se encuentran en el nivel adecuado. Por consiguiente, en la dimensión de reparación emocional el mayor porcentaje (62,5%) se encuentra en el nivel

adecuado, dichos estudiantes adecuadamente han desarrollado las habilidades para comprender bien sus estados emocionales tanto positivos como negativos, son conscientes de sus emociones y dando sentido a lo que estas dan a conocer, asimismo son capaces de reflexionar sobre sus emociones y las de los demás, regulándolas. Al igual que en la dimensión anterior es preocupante saber que en el nivel bajo hay un porcentaje considerable (32,5%), por lo que se debe brindar apoyo a estos estudiantes que se encuentran en el nivel bajo y fortalecer a los que se encuentran en los niveles adecuado y los que mínimamente se encuentran en un nivel alto.

Cabe resaltar que en las tres dimensiones el nivel alto tiene los mínimos porcentajes.

Esto significa que los estudiantes no han desarrollado la capacidad de reconocer sus sentimientos y emociones, mucho menos saben lo que estos significan; sin embargo, si pueden diferenciar unas emociones de otras y conceptualizarlas en su pensamiento; asimismo, se puede observar que no son capaces de regular sus emociones tanto positivas como negativas.

Por otro lado, en cuanto a lo que se refiere al rendimiento académico los resultados arrojan que el 67,3% de estudiantes no logran llegar al nivel de logro previsto, ya que la mayoría están divididos entre el nivel de inicio (3,8%) y proceso (63,5%) y solo el 32,7% se considera en el nivel de logro previsto y logro destacado.

Esto significa que la inteligencia emocional, a pesar de ser uno de los factores que influye en el rendimiento académico, si juega un papel preponderante, ya que como se ha observado si los estudiantes no se encuentran emocionalmente estables, no estarán motivados y no lograrán superar los indicadores previstos en su labor académica.

Ante tales resultados se hace necesario proponer estrategias de intervención en inteligencia emocional para acompañar a los estudiantes en el desarrollo de cada una de las dimensiones que le corresponden.

El desarrollo de la inteligencia emocional Según Mayer y Salovey, nos hace capaces de percibir las emociones tanto las propias como las de los demás, lo que permitirá que seamos conscientes de nuestros pensamientos para poder conducirnos y comportarnos eficazmente en la sociedad. (1990:43)

Conuerdo con Cifuentes (2018) con su tesis: *“Comunidades profesionales de aprendizaje para mejorar la gestión en el uso de estrategias socio emocionales para el aprendizaje”*, cuando dice: si se brinda especial y permanente atención a las capacidades socioemocionales se logrará un mejor rendimiento académico, así como la mejora de las relaciones sociales, la pérdida del miedo y la consolidación de la solvencia moral. Con esto afirma que la inteligencia emocional al ser brindada en la escuela es llamada también como soporte emocional, es fundamental en el proceso académico de los estudiantes.

Asimismo, Curi (2017) en su tesis: *“La inteligencia emocional y su aplicación en el campo educativo”*, donde ahonda sobre la importancia de la educación socioemocional en los estudiantes de secundaria, plantea un programa de inteligencia emocional, modelos de sesiones con sus materiales de diagnóstico, ejecución y evaluación. Como medio para mejorar la situación actual de los estudiantes. Afirmando de esta manera que es imprescindible desarrollar o implementar en la escuela, talleres que permitan el desarrollo de las capacidades emocionales.

Ramos (2015) en su tesis *“Desarrollo de la competencia inteligencia emocional en una institución de educación básica del nivel de secundaria”*. Con esta experiencia Ramos demuestra la importancia del docente y su hábil accionar en el desarrollo de las competencias emocionales, sólo nos queda interrogar también qué pueden hacer las instituciones educativas para que los docentes se encuentren equilibrados emocionalmente y puedan apoyar a los estudiantes.

Tal como lo dice Goleman (1995) Para lograr estos objetivos se hace necesaria la presencia de un docente tutor que tenga el perfil para llevar

a cabo cada uno de los pasos eficazmente. El tutor, debe demostrar un equilibrio emocional de manera que se convierta en un ejemplo para sus estudiantes, que sea empático, reflexivo y tenga la capacidad de solucionar conflictos de manera serena y justa. No sólo debe dominar los conocimientos del área que imparte, sino también debe saber llegar a sus estudiantes a través de la empatía. Cabe la interrogante para una posible investigación ¿están preparados los docentes para impartir programas de inteligencia emocional en las instituciones educativas?

Por su parte, López y Oriol (2016) en su tesis: *“La relación entre competencia emocional, clima de aula y rendimiento académico en estudiantes de secundaria”*, destaca la urgencia de desarrollar talleres de formación que ayuden a los docentes a promover experiencias socioemocionales positivas para desarrollar sus habilidades y a la vez mejoren su rendimiento escolar.

En conclusión, es necesario complementar programas que desarrollen la inteligencia emocional. Asimismo, se puede asegurar que los individuos que demuestran una estabilidad emocional tienen una alta autoestima y gozan de bienestar manteniendo buenas relaciones con los demás, practican la empatía.

Respaldada en lo que sostiene Salovey y Mayer un programa de intervención para el desarrollo de la inteligencia emocional de los estudiantes de la I.E. 093, favorecerá a dicha comunidad estudiantil en la medida que los estudiantes desarrollarán capacidades que les permitirá estar emocionalmente en equilibrio, mostrando autoestima positiva, disminuyendo los comportamientos violentos y sobre todo ayudando a superar los niveles en su rendimiento escolar.

De la misma manera Goleman (1995), sostiene que la inteligencia emocional hace que seamos conscientes de nuestras emociones y favorece las relaciones interpersonales, afirma que el desarrollo de un programa de intervención en inteligencia emocional ayudará en la

convivencia con los demás al desarrollar capacidades de habilidades sociales.

El programa propuesto va dirigido a los estudiantes de la secundaria de la I.E. N° 093 Efraín Arcaya Zevallos de la provincia de Zarumilla - Tumbes, el mismo que se enmarca en el desarrollo de las habilidades de la teoría de Salovey y Mayer (1997), correspondientes a las necesidades de atención emocional, claridad emocional y regularidad emocional.

Dentro de las limitaciones que se presentaron en la presente investigación fue al momento de aplicar el test TMSS-24, ya que los estudiantes estaban en sus últimas sesiones de aprendizaje y muchos habían salido de vacaciones, por lo que fue un poco trabajoso localizarlos y con el apoyo de los docentes tutores se pueda superar este impase y darle viabilidad a la aplicación del test.

VI. CONCLUSIONES

De acuerdo a los datos y resultados obtenidos en la investigación sobre las estrategias de intervención emocional para el rendimiento académico en estudiantes del nivel secundario de la I.E. N° 093 Efraín Arcaya Zevallos de la provincia de Zarumilla-Tumbes, se concluye que:

- Las estrategias de intervención en inteligencia emocional tienen como eje fundamental el desarrollo de la gestión de las emociones de los estudiantes y lograr la madurez emocional que se verá reflejado en la mejora de su rendimiento académico.
- Se cumplió con los objetivos descriptivos obteniendo que en la escala de la evaluación emocional (inteligencia emocional) los porcentajes fueron 30,77% nivel bajo, 52,88 % nivel adecuado y 16,35 % nivel alto. En atención emocional, 51% bajo, 46,2 % adecuado y 2,9 % alto. Dentro de claridad emocional, 40,3 % nivel bajo, 53,85% nivel adecuado y 5,77 % nivel alto. Finalmente, en la dimensión de reparación emocional, 32,7 % nivel bajo, 62,5% nivel adecuado y 4,8% nivel alto.
- De acuerdo a los resultados obtenidos se puede concluir que un porcentaje considerable de los estudiantes no presta atención a sus emociones, por lo cual se hace necesario fortalecer la dimensión de atención emocional; asimismo se debe fortalecer las dimensiones de claridad emocional y reparación emocional ya que si bien es cierto los porcentajes no superan a la primera dimensión, hay un porcentaje considerable que necesita apoyo.
- Se cumplió con los objetivos descriptivos obteniendo que en la escala de rendimiento académico el 3,8% se encuentra en nivel de inicio, el 63,5% se encuentra en nivel de proceso, el 32% se encuentra en nivel de logro esperado y el 1,9% se encuentra en el nivel de logro destacado. Se puede observar que casi el 70% de estudiantes no llegan al nivel de logro esperado, ya que se encuentran en los niveles

de inicio y proceso, se hace necesario fortalecerlos en estrategias que ayuden a mejorar el rendimiento académico.

- Se hace necesario la propuesta de un programa de estrategias de intervención en inteligencia emocional, a fin de coadyuvar a los estudiantes en la mejora de sus relaciones con sus pares, así como en su rendimiento académico.

VII. PROPUESTA

Denominación: “Programa de intervención en inteligencia emocional”

Fundamentación:

El presente programa denominado programa de intervención en inteligencia emocional, nace de la necesidad de desarrollar la inteligencia emocional de los estudiantes de educación secundaria de la I.E. N° 093 de la provincia de Zarumilla.

Ante los resultados obtenidos en la presente investigación se hace necesario elaborar este proyecto para que desde la escuela ayudar a los estudiantes a superar los niveles de inteligencia emocional, así como la regulación de sus emociones y por ende las relaciones interpersonales y por qué no decirlo la mejora en el rendimiento escolar.

Este proyecto es una recopilación de manuales psicológicos donde se encuentran pautas que están orientadas a mejorar las dimensiones de atención emocional, claridad emocional y regulación emocional, ejes fundamentales que se deben desarrollar para la buena convivencia en la sociedad.

OBJETIVO:

- Ofrecer a la comunidad de la I.E. N° 093 un programa práctico, orientador y transversal para el desarrollo de la inteligencia emocional para los estudiantes del nivel secundario.
- Desarrollar en los estudiantes competencias emocionales en las dimensiones de atención emocional, claridad emocional y regulación emocional.
- Desarrollar en los estudiantes habilidades que permitan tener una vida emocional de calidad, sobre todo al relacionarse con los demás.

DURACIÓN: el presente programa consta de 12 sesiones que están repartidas en cada una de las dimensiones, tiene una duración de 12 semanas ya que es una sesión semanal.

PÚBLICO OBJETIVO: Estudiantes de educación secundaria de la I.E. N° 093 “Efraín Arcaya Zevallos” de la provincia de Zarumilla-Tumbes.

RECURSOS: se necesitará del apoyo de los docentes tutores para que impartan las sesiones del programa dentro de la hora de tutoría. Asimismo, los materiales a utilizar serán agenciados por el/la docente y los estudiantes, ya que son parte de su material educativo.

ACTIVIDADES

PARA LA DIMENSION DE ATENCIÓN EMOCIONAL

- Mis emociones
- Conozco mis emociones
- Conozco las emociones de los demás.
- ¿y tú, qué sientes?

PARA LA DIMENSIÓN DE REGULACIÓN EMOCIONAL

- Actuamos como pensamos
- Expresión emocional
- Trato de regular mis emociones
- Voy a expresarlo

PARA LA DIMENSIÓN DE CONCIENCIA EMOCIONAL

- Y tú, ¿cómo me ves?
- Porque soy lo que soy
- ¿Cómo ves la botella?
- Dime la cara que pones y te diré cómo estás.

Atención emocional – Actividad 1 - Mis emociones	
<p>Introducción. – constantemente pesamos y sentimos, en todo momento tenemos emociones a veces sin darnos cuenta, pero las emociones están siempre presentes en nuestro trajinar diario.</p>	
<p>Objetivos. - - Aprender a identificar emociones y qué es lo que sentimos en cada una de ellas.</p>	
<p>Metodología. Individualmente:</p> <p>Cada estudiante, en silencio, va a describir un hecho real de una situación en la que haya experimentado una emoción. Pueden ayudar las preguntas:</p> <ul style="list-style-type: none"> - ¿Dónde te encontrabas? - ¿Qué estaba pasando? - ¿con quién estabas? - ¿Cómo decidiste actuar? - ¿las demás personas cómo actuaron? - ¿cómo reaccionaba tu cuerpo? - ¿qué sentías? - ¿Cuál será el motivo de que hayas sentido esa emoción? - ¿En otro momento, te ha pasado algo parecido? - ¿crees que sentirías lo mismo si te volviera a suceder? - ¿has compartido con alguien, esta experiencia? 	
<p>En grupos pequeños:</p> <p>En pareja, compartirán lo experimentado.</p> <ul style="list-style-type: none"> - ¿Qué sentimientos han aflorado en ti, al revivir esta situación? - ¿Qué sentías mientras relatabas? ¿y luego de relatarlo? - ¿Te irrita que las personas sepan las emociones que experimentas? <p>Para terminar en forma voluntaria compartirán su vivencia al grupo. Todos escuchan atentamente y con respeto.</p>	
<p>Recursos: Papel y lapicero</p>	<p>Duración: 45 min.</p>
<p>Orientaciones: El/la docente debe pedir a los estudiantes que escriban el suceso. Al trabajar de manera individual se recomienda que las preguntas sean respondidas por escrito. Al trabajar en parejas, es conveniente que los estudiantes decidan con quién trabajar. A nivel grupal, es voluntario los que quieran compartir su experiencia.</p>	

CUADRO DE ACTIVIDADES -Sesión 2

Atención emocional – Actividad 2 – Conozco mis emociones	
<p>Introducción. – En nuestras actividades diarias constantemente nos relacionamos con otras personas, experimentando sin saber por qué emociones que nos hacen sentir unas veces bien y otras veces mal.... sin embargo ¿estamos siendo conscientes de lo que estamos sintiendo? Entonces...es hora de reflexionar: ¿Qué siento en este momento? ¿Cómo estoy? ¿Qué experimento en mi cuerpo?</p>	
<p>- Objetivos. Darnos cuenta de nuestras emociones, qué hace que aparezcan y expresarlas con los demás .</p>	
<p>Metodología. Trabajar de manera Individual:</p> <p>El/la docente les dará la frase: “Hacemos remembranza acerca de una experiencia que me irrita”. Los/as estudiantes escribirán en una hoja las respuestas de las preguntas:</p> <ul style="list-style-type: none">- ¿Quién empieza la situación?- ¿Cuándo y dónde sucede?- ¿Cómo respondo?- ¿cómo son mis sentimientos en ese momento? - Esa situación hace que yo... <p>Luego indicará trabajar con la frase: “Hacemos remembranza acerca de una experiencia que me alegra”</p> <ul style="list-style-type: none">- ¿Quién empieza la situación?- ¿Cuándo y dónde sucede?- ¿Cómo respondo?- ¿cómo son mis sentimientos en ese momento? - Esa situación hace que yo... <p>Ahora “Hacemos remembranza acerca de una experiencia que me hace sentir miedo”</p> <ul style="list-style-type: none">- ¿Quién empieza la situación?- ¿Cuándo y dónde sucede?- ¿Cómo respondo?- ¿cómo son mis sentimientos en ese momento? - Esa situación hace que yo... <p>Ahora “Hacemos remembranza acerca de una experiencia que me entristece”</p> <ul style="list-style-type: none">- ¿Quién empieza la situación?- ¿Cuándo y dónde sucede?- ¿Cómo respondo?- ¿cómo son mis sentimientos en ese momento? - Esa situación hace que yo...	
<p>En grupos pequeños:</p> <p>Cada estudiante compartirá a otro compañero(a) cada una de las situaciones. El compañero(a) debe escuchar atentamente. Al final se invita a que compartan con todo el grupo las experiencias.</p>	
<p>Recursos: hojas bond y lapicero</p>	<p>Duración: 45 min.</p>
<p>Orientaciones: Los estudiantes deben expresar sus respuestas. Los ejercicios se deben hacer sin interrupciones.</p>	

CUADRO DE ACTIVIDADES -Sesión 3

Atención emocional	Actividad 3	—
Conozco las emociones de los demás		
<p>Introducción. - Es de suma importancia que entendamos nuestras emociones y las de los demás.</p>		
<p>- Objetivos. -comprender lo que están sintiendo los demás y discernir las expresiones gestuales.</p>		
<p>Metodología.</p> <p>Tener fotos propias y recortar de revistas y/o periódicos rostros que estén expresando diferentes emociones como miedo, alegría, enfado y tristeza.</p> <p>En grupos pequeños</p> <p>Se hará un collage con las fotos y recortes seleccionados, luego a cada emoción le daremos un color, más adelante confeccionaremos marcos con hojas de los colores seleccionados y colocaremos en cada marco una foto según la emoción que le corresponda. En cada imagen colocaremos el nombre de la emoción que está expresando diciendo qué es lo que causa esa emoción.</p>		
<p>Con todo el grupo</p> <p>Grupo por grupo irá presentando su collage colocándolo en la pared. Luego explicará las emociones de cada rostro y porqué se le ha colocado el nombre de la emoción, contarán las situaciones por las que han podido haber pasado para que pongan esa cara. Al final se reflexionará acerca de la sesión.</p>		
<p>Recursos: Fotos - Revistas - Tijeras - goma - Cartulinas u hojas de colores</p>		
<p>Duración: 45 min.</p>		
<p>Orientaciones:</p> <p>El/la docente comunicará con anterioridad acerca de esta sesión para tener listos los materiales, es necesario trabajar con las fotos de los estudiantes para que puedan hablar de sus emociones.</p>		

CUADRO DE ACTIVIDADES -Sesión 4

Atención emocional	Actividad 4 ¿Y tú qué sientes?						
<p>Introducción. Es de suma importancia que cada persona identifique y comprenda sus emociones, pero sobre todo practicar la empatía.</p>							
<p>Objetivos. -identificar los sentimientos y Saber interpretar los gestos.</p>							
<p>Metodología.</p> <p>De manera individual se elegirá una emoción positiva y otra negativa</p> <table border="1" style="margin-left: auto; margin-right: auto;"> <tbody> <tr> <td style="padding: 2px;">Emoción</td> <td style="width: 150px;"></td> </tr> <tr> <td style="padding: 2px;">Contexto</td> <td></td> </tr> <tr> <td style="padding: 2px;">Diálogo</td> <td></td> </tr> </tbody> </table> <p>En grupos de tres –</p> <p>En la ficha presentada los estudiantes describirán un contexto y diálogo donde se desarrolla dicha emoción. Sin escribir el nombre de la emoción guardarán las fichas en una caja. Luego cada estudiante representante de cada grupo saca una ficha de la caja e interpretará las situaciones allí descritas, a través de un juego de roles.</p>		Emoción		Contexto		Diálogo	
Emoción							
Contexto							
Diálogo							
<p>Con toda la clase</p> <p>Cada grupo representará teatralmente la situación que ha escrito en la ficha. Al término los grupos reflexionarán a través de las interrogantes: ¿Cómo se han sentido al actuar en cada situación? ¿Por qué? ¿Qué han hecho para expresar sus emociones? ¿cuáles son las consecuencias?</p>							
<p>Recursos: hojas bond y lapicero. Duración: 45 min.</p>							
<p>Orientaciones: se les debe dar un tiempo prudencial para la representación de las situaciones.</p>							

CUADRO DE ACTIVIDADES -Sesión 5

Regulación emocional	Actividad 5
Actuamos como pensamos	
<p>Introducción. Nuestros estados de ánimo no siempre son los mismos, sin embargo, debemos aprender a comportarnos de una manera adecuada, modificando nuestras emociones.</p>	
<p>Objetivos. – aprender a controlar las emociones y el comportamiento por el pensamiento.</p>	
<p>Metodología.</p> <p>El/la docente presenta la situación:</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 10px; margin: 10px 0;"> <p style="color: #00a0e3;"><i>“Pedro, se ha levantado tarde y se ha demorado en, ponerse el uniforme y no le da tiempo para tomar desayuno. Su papá se ha enojado mucho y ha levantado la voz diciendo: -Es un bueno para nada, otra vez llegará tarde al colegio, que está harto de su desgano y... Pedro está muy acongojado, siente un nudo en el estómago y ganas de llorar por todo lo que le ha dicho su padre. Él piensa que su padre desconoce que él se ha quedado toda la noche terminando su trabajo de CTA. Le ha explicado el porqué de su demora, pero...molesto, ha tirado la puerta y salió para el colegio sin tomar desayuno”</i></p> </div> <p>Analícemos individualmente: -</p> <ul style="list-style-type: none"> ¿Qué pensamientos ha tenido el papá de Pedro? - ¿Qué ha sentido? - ¿Qué comportamiento ha demostrado? - ¿Qué pensamientos ha tenido Pedro - ¿Qué ha sentido? - ¿Qué comportamiento ha demostrado? - ¿Qué consecuencias resultaron con el accionar del papá? - ¿Qué consecuencias resultaron con el accionar de Pedro? <p>Rellenemos los espacios vacíos con diferentes emociones, pensamientos y comportamientos:</p> <p>“Cuando supe esa situación sentí mucho temor y.....” ” (¿cómo reaccionaste?) “cuando te saludé y no me escuchaste, pensé que no querías hablarme y sentí.....” </p> <p>“En la mañana, mi primer pensamiento ha sido....., por lo que me he sentido muy bien y he dado brincos.”</p>	
<p>Juego de roles</p> <p>En grupos pequeños</p> <p>En dúos, inventarán una representación para cada situación.</p> <p>Con todo el grupo reflexionarán acerca de las situaciones presentadas.</p>	
<p>Recursos: Ficha</p> <p>Duración: 45 min.</p>	
<p>Orientaciones: todos los estudiantes deben participar, es importante crear historias o situaciones para darse cuenta de las emociones y poder reflexionar.</p>	

CUADRO DE ACTIVIDADES - Sesión 6

Regulación emocional	Actividad 6
.	Expresión emocional
<p>Introducción. Nuestros estados de ánimo no siempre son los mismos, sin embargo, debemos aprender a comportarnos de una manera adecuada, modificando nuestras emociones.</p>	
<p>Objetivos. - aprender a controlar las emociones y el comportamiento por el pensamiento.</p>	
<p>Metodología.</p> <p>El profesorado presenta la situación:</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 10px; margin: 10px 0;"> <p style="color: #0070c0;"><i>“Pedro, se ha levantado tarde y se ha demorado en, ponerse el uniforme y no le da tiempo para tomar desayuno. Su papá se ha enojado mucho y ha levantado la voz diciendo: -Es un bueno para nada, otra vez llegará tarde al colegio, que está harto de su desgano y... Pedro está muy acongojado, siente un nudo en el estómago y ganas de llorar por todo lo que le ha dicho su padre. Él piensa que su padre desconoce que él se ha quedado toda la noche terminando su trabajo de CTA. Le ha explicado el porqué de su demora, pero...molesto, ha tirado la puerta y salió para el colegio sin tomar desayuno”</i></p> </div> <p>Analicemos personalmente: -</p> <ul style="list-style-type: none"> ¿Qué pensamientos ha tenido el papá de Pedro? - ¿Qué ha sentido? - ¿Qué comportamiento ha demostrado? - ¿Qué pensamientos ha tenido Pedro - ¿Qué ha sentido? - ¿Qué comportamiento ha demostrado? - ¿Qué consecuencias resultaron con el accionar del papá? - ¿Qué consecuencias resultaron con el accionar de Pedro? <p>Expresando emociones</p> <p>Al estar molesto actúo..... y pienso.....</p> <p>Al estar con miedo actúo..... y pienso.....</p> <p>Al estar alegre actúo y pienso.....</p> <p>Al sentir tristeza actúo..... y pienso.....</p> <p>Al estar avergonzado actúo..... y pienso.....</p>	
<p>Juego de roles</p> <p>En dúos representar cada situación, preparando diálogos</p> <p>Con todo el grupo</p> <p>Reflexionar acerca de las situaciones representadas.</p>	
<p>Recursos: Ficha</p> <p>Duración: 45 min.</p>	
<p>Orientaciones: Continuamos con la sesión anterior. Todos los estudiantes deben participar, es importante crear historias o situaciones para darse cuenta de las emociones y poder reflexionar.</p>	

CUADRO DE ACTIVIDADES - Sesión 7

Regulación emocional	Actividad 7 Trato de regular mis emociones
Introducción. A través de las emociones respondemos de manera diferente en cada situación que experimentamos. Es muy importante aprender a regularlas ya que de ello dependerá nuestro bienestar.	
Objetivos. – aprender a regular nuestras emociones	
Metodología.	
El profesorado expondrá la siguiente situación:	
<p>“Hoy, Pedro se ha levantado muy temprano y ha preparado el desayuno para él y su papá. Su papá se ha sorprendido y se siente apenado. Pedro lo mira y le dice que se siente molesto por lo ocurrido días atrás, le dice que no debió enfadarse ya que se había levantado tarde porque había trasnochado haciendo un trabajo de CTA, le recalca que se le hace difícil olvidar las palabras que le gritó, pero a la vez lo entiende ya que tiene muchos problemas en el trabajo. Pedro reconoce que no se portó bien al tirar la puerta y salir...Pero no podía controlar ese sentimiento de ira. Ahora lo ve todo más claro.</p> <p>El papá abraza a Pedro, en su mirada se le notaba arrepentido con ganas de llorar, estaba emocionado... Juntos han ido a la escuela y al despedirse el papá le guiña el ojo a Pedro, entendiendo Pedro lo que le ha querido decir. Le levanta la mano despidiéndose y entra a su colegio.”</p>	
individualmente: - contestamos cada interrogante: <ul style="list-style-type: none">- ¿Qué ha pensado Pedro dominar el sentimiento de ira que estaba experimentado hacia su progenitor y para comportarse de una manera diferente?- ¿cómo es ahora su comportamiento, en qué cambió? ¿Cuál ha sido el comportamiento de Pedro con su padre? - ¿qué emociones experimenta ahora?- Y el padre, ¿qué emociones siente con los hechos ocurridos hoy?- ¿De qué manera ha mostrado las emociones que siente?- ¿Qué sentimientos ha experimentado su papá?- ¿Cuál habrá sido su reflexión acerca de lo ocurrido?- Tras analizar lo ocurrido durante los tres días, ¿qué conclusiones extraerías?- ¿Qué ha provocado el cambio: ¿la emoción, el comportamiento o el pensamiento?	
En grupos pequeños En dúos, preparemos un guion para estas situaciones. En forma grupal representarán dichas situaciones. Finalmente se reflexionará acerca de las emociones reconociendo las emociones y pensamientos que salgan a través de los diálogos.	
Recursos: Ficha Duración: 45 min.	
Orientaciones: En las situaciones se debe identificar el comportamiento más correcto. Finalmente se colocará un alumno en frente de otro y se harán señas y gestos que transmitan emociones positivas, como por ejemplo darle una palmada o guiñarle el ojo, etc.	

CUADRO DE ACTIVIDADES -Sesión 8

Regulación emocional	Actividad 8
<p>• Voy a expresarlo</p>	
<p>Cuando las emociones no se expresan nos pueden causar enfermedades, por eso, es preferible expresarlas.</p>	
<p>Objetivos. Aprender a expresar las emociones tanto positivas como negativas.</p>	
<p>Metodología.</p>	
<p>Lee los siguientes tres textos y contesta a las preguntas.</p>	
<p>Mercedes, estos últimos días ha estado muy irresponsable a la hora de despertarse, ya que no se levanta en cuanto suena el despertador, ella piensa que tiene que estar aburrída en la escuela y mejor está en su cama. Al final se levanta casi a la hora y tiene que andar apurada alistándose para ir a la escuela sin tener tiempo de dejar tendiendo su cama y desayunar.</p> <p>Toda la semana lo pasó en ese plan, el día viernes su prima Isabel llega a su casa para dormir con ella, se da con la sorpresa de que su habitación está muy desordenada, la cama destendida, con ropa por todas partes, libros, hojas, todo fuera de lugar...</p> <p>Al llegar su papá y se da cuenta de cómo está su habitación se enoja mucho y castiga a Mercedes quitándole el celular.</p> <p>Mercedes al oír el castigo, frunce el ceño, se retira y no le habla a nadie toda la semana.</p>	
<p>Miguel tiene nuevos amigos y amigas y solo piensa estar con ellos en todo momento, ni bien sale de la escuela averigua donde se encuentran para ir con ellos rápido. Él se siente contento al tener nuevas amistades, sin embargo, está olvidándose de las responsabilidades que tiene en su casa. Hoy, no ha cumplido con una tarea de producción de textos con el profesor de comunicación. El profesor al darse cuenta que no ha hecho la tarea le ha llamado la atención diciéndole que si sigue así va a desaprobado y que tiene que ser más responsable ya que no es la primera vez. Miguel ha estado en silencio hasta el término de la clase y en la salida ha pateado la carpeta, rompiéndola.</p>	
<p>Por donde vive Janet, en su cuadra quieren celebrar la llegada de los carnavales, quieren hacer un reencuentro con antiguos amigos. Han tenido la gran idea de hacer el compartir en el patio de Janet, a cada uno le ha tocado una responsabilidad, desde las invitaciones hasta la decoración, todos han estado trabajando arduamente, pero Jessica</p>	

no se ha reportado en nada, siendo ella la de la idea, piensan que no está bien que no ayude en nada y han decidido hablar con ella. Amira la ha encontrado en la calle y le ha dicho que es una fresca ya que todos están trabajando para el compartir y ella no apoya en nada.
- Jessica le dice que la verdad no se había acordado ya que su mamá estaba delicada y no podía salir de casa ya que no tiene quien le ayude. Amira reconoce que no le habían dicho nada de los preparativos y le pide disculpas por criticarla sin antes averiguar qué le pasaba. Llegó el día del compartir y todos disfrutaron muy alegres.

1. ¿Qué emociones se experimentan en cada situación?
2. ¿Qué maneras de comportarse han aflorado en cada situación?
3. ¿Cuál de los comportamientos representa ser el más adecuado, según tu análisis?
4. ¿De qué manera Mercedes hubiese mejorado las cosas?
5. ¿De qué manera Mercedes hubiese mejorado las cosas?
6. ¿cuál es la diferencia entre las tres experiencias?

En grupos de tres

Van a dramatizar una situación, crearán los diálogos de cada personaje. Esta situación la harán con tres finales diferentes.

Descripción de la situación:

Diálogo:

Final:

*
*
*

Encada representación se analizará cómo han demostrado cada una de las emociones y se preguntará a cada integrante del grupo cómo se han sentido al actuar en el personaje que le ha tocado, qué cambiarían para sentirse mejor

Recursos: Ficha

Duración: 45 min.

Orientaciones: darles el tiempo prudencial para prepararse.

CUADRO DE ACTIVIDADES -Sesión 9

Conciencia emocional –	Actividad 9 –
¿Y tú, cómo me ves?	
Introducción. Es importante la imagen que proyectamos.	
- Objetivos. Reforzar mi autoestima, resaltando mis capacidades.	
Estrategia	
<p>Tener música y el ambiente acondicionado De manera individual cada estudiante anotará en una hoja sus cualidades y capacidades. Han de utilizar papel de colores.</p> <p>Luego formarán pequeños grupos y cada estudiante deberá tener en la espalda una hoja. Recorrerán toda el aula y en el camino cada estudiante escribirá en la hoja que llevan en la espalda una cualidad de su compañero. Luego de haber escrito las cualidades, cada estudiante agarra la hoja de su espalda y lee lo que le han escrito y compara con lo que él escribió de sí mismo.</p>	
Con todo el grupo	
<p>Finalmente darán respuesta a las interrogantes:</p> <ul style="list-style-type: none">- ¿Me veo a mí mismo/a como me ven el resto?- ¿Qué sentimientos he experimentado cuando mis compañeros han plasmado en la hoja esas características?- ¿Qué enseñanzas me deja esta experiencia? <p>Los estudiantes escribirán sus cualidades en una hoja decorada, le pondrán un marco para ponerlo en un lugar de su casa donde puedan leerlo todos los días. Antes de irse a dormir.</p>	
Recursos: - Hojas – Música - Papel especial Duración: 45 min.	
Orientaciones: todos deben participar sin ser interrumpidos.	

CUADRO DE ACTIVIDADES -Sesión 10

Conciencia emocional –	Actividad 10 – Porque soy lo que soy		
Introducción. – es imprescindible valorarnos a nosotros mismos para poder valorar a los demás.			
Objetivos. – sentirnos contentos con nosotros mismos.			
Primer ejercicio Colocar un aspa en SI o NO, en el medidor de la autoestima de cada estudiante.			
	SI	NO	
1. A veces me gustaría ser otra persona			
2. Me cuesta hablar ante el resto de compañeros y compañeras.			
3. Si pudiera, cambiaría muchos de mis aspectos.			
4. Me cuesta tomar decisiones			
5. No soy nada agradable			
6. Me enfado mucho con mi familia.			
7. Me cuesta adaptarme a nuevas situaciones.			
8. No soy nada conocido/a entre compañeros/as de mi edad.			
9. Mi familia no espera mucho de mí.			
10. Mi familia no respeta mis sentimientos			
11. Me resigno con facilidad.			
12. No es fácil ser como yo.			
13. Existe mucha confusión en mi vida			
14. A la gente no le importan mis ideas			
15. No tengo una buena opinión sobre mí mismo/a.			
16. A veces me gustaría irme de mi casa.			
17. A veces me hartó de lo que hago.			
18. Soy feo/a.			
19. Cuando tengo que decir algo me callo			
20. Mi familia no me entiende			
21. El resto están mejor aceptados/as que yo			
22. Mi familia me angustia.			
23. Cuando hago algo, me resigno con facilidad.			
24. Las cosas me preocupan mucho.			
25. No soy de fiar			
Segundo ejercicio Mis piropos ocultos Para mejorar la autoestima, los estudiantes tomarán de la lista 5 palabras que más les agraden:			
Soy AGRADABLE	Vivo FELIZ	Me QUIEREN	Vivo A GUSTO
Soy NOBLE	Soy LISTO/A	Me RESPETAN	Soy BUEN/A AMIGO/A
Soy GUAPO/A	Soy DIVERTIDO/A	Soy APLICADO/A	Soy AMIGO/A DE MIS AMIGOS/AS
Soy INTERESANTE	Soy ALEGRE	Soy CHARLATÁN/A	Soy ORDENADO/A

Soy DE FIAR	Me ESFUERZO	Soy VIVO/A	Soy TRANQUILO/A
Soy MUNDIAL	Soy BUENO/A
.....

Cinco palabras que me agradan

-
-
-
-
-

Tercer ejercicio

Estoy orgulloso/a de mi retrato

(Material: Cartulina blanca, un espejo, tijeras, goma, pinturas).

Cada estudiante tendrá un espejo y un pedazo de cartulina con el doble de dimensiones del espejo. Luego, doblará la cartulina por la mitad, pegando el espejo en el lado derecho. En el lado izquierdo de la cartulina en la parte interior anotará las palabras tomadas en el ejercicio anterior, las escribirá al revés y de derecha a izquierda. Así, las palabras se podrán leer en el espejo, viéndose el rostro de cada estudiante al leer las características escogidas. En la portada escribirán como título "Mi retrato" y su nombre. Lo pueden adornar.

Se les recomienda poner su retrato en una parte visible de su casa para recordar sus características positivas, siempre

Con todo el grupo

Reflexionamos todos ¿qué nos pareció? ¿Qué sentimos?

Recursos: Ficha - Cartón blanco - Un espejo - Tijeras – goma-colores

Duración: Dos sesiones

Orientaciones: Observar siempre el retrato.

CUADRO DE ACTIVIDADES -Sesión 11

Conciencia emocional –	Actividad 11 ¿Cómo ves la botella?
Conforme desarrollamos nuestras actitudes, estas influyen en la manera que somos y vemos las cosas. ¿Cómo ves tú la botella?	
- Objetivo. Rescatar las actitudes positivas	
Metodología. Individualmente:	
<p>En esta lista presentamos actitudes positivas, completa la lista, según tus actitudes Actitudes para enfrentar situaciones en nuestro contexto</p> <ul style="list-style-type: none">• Quisiera estar rodeada de amistades• Me gusta dar mi ayuda a los necesitados• Recibo el aprecio de mis amistades• Mis proyectos los finalizo con mucho esfuerzo• Cuando es no, es no• conozco los dones que me caracterizan• reconozco las cualidades de los demás• Soy una buena persona• me desenvuelvo en un ambiente de felicidad• Me gusta ser como soy• Me quiero a mí mismo/a• Soy solidario/a• La vida es de color claro• Estoy complacido/a con lo que se refleja en el espejo• Los que me conocen, conocen mis cualidades• soy honrada•***** <p>Ahora selecciona las características que pones en práctica</p> <ul style="list-style-type: none">•••••••• <p>Cada estudiante hará un “árbol de su vida”. En el tronco del árbol, pegarán su foto y, en las raíces y ramas, escribirá las siete características que te representan.</p>	



Con todo el grupo

El grupo caminará por todo el salón. Al cruzarse con algún compañero se dirán una nueva actitud positiva, Por ejemplo: “Me gusta ser como soy”. Y el otro/a, “soy honesto/a”. Y así sucesivamente hasta cruzarse con todos los compañeros/as. Al final compartirán cómo se han sentido con la experiencia.

Recursos: Ficha - Foto - Sala grande

Duración: 45 min.

Orientaciones: esta sesión se revisará con anterioridad para que los estudiantes puedan llevar la foto.

CUADRO DE ACTIVIDADES -Sesión 12

Conciencia emocional –		Actividad 12 –
Dime la cara que pones y te diré cómo estás		
Rescatemos la parte buena de cada situación.		
- Objetivos. – actuar positivamente y motivarnos siempre.		
Metodología. Individualmente:		
Es importante descubrir las emociones que nos hacen sentir las personas que se encuentran en nuestro entorno. Completa la tabla.		
Color que me proporciona energía	Paisaje que me transmite tranquilidad	
Palabras que utilizo para animarme a mí mismo/a	Olor que me hace sentir bien	
 En grupos pequeños		
Los estudiantes van a escoger una canción de su agrado a la que le cambiarán la letra con mensajes positivos.		
 Con todo el grupo		
Cada grupo, cantará la canción con la nueva letra. Los demás escuchan atentamente.		
Recursos: Hojas con canciones – USB - parlante -		Duración: 1 hora.
Orientaciones: pasarla bien.		

VIII. RECOMENDACIONES

Se plantean las siguientes recomendaciones

1. A la institución educativa a través de la coordinación de tutoría implementar proyectos que ayuden en el desarrollo de la inteligencia emocional en los estudiantes.
2. Desarrollar proyectos de desarrollo de inteligencia emocional en los docentes, para que puedan ser entes mediadores eficaces de la educación emocional de los estudiantes.
3. Se hace necesario educar a los padres de familia en competencias emocionales para que colaboren con la educación de sus hijos, desde sus hogares.

REFERENCIAS

- Alarcón, O. (2018) "Inteligencia emocional y autoconcepto en adolescentes del 4to y 5to año de educación secundaria en una institución educativa del distrito de San Miguel de la provincia de Lima" [Tesis de pregrado, Universidad Inca Garcilaso de la Vega]. Repositorio.uigv.edu.pe
- Bisquerra, R. (2000). *Educación emocional y bienestar*(2º ed.). Barcelona: Praxis.
- Chicaiza, M.(2016). "La motivación escolar y el rendimiento académico de los niños y niñas de educación general básica de la unidad educativa "Luis Martínez" del cantón Ambato". [Tesis de pregrado, Universidad Técnica de Ambato]. Repositorio.uta.edu.ec
- Cifuentes, U. (2018) "Comunidades profesionales de aprendizaje para mejorar la gestión en el uso de estrategias socio emocionales para el aprendizaje" [Tesis de segunda especialidad, Universidad San Ignacio de Loyola] <http://repositorio.usil.edu.pe/handle/USIL/7329>
- Curi, T. & Ortega, M. (2017) "La inteligencia emocional y su aplicación en el campo educativo" [Tesis de segunda especialidad, Universidad Nacional de Huancavelica]. - <http://repositorio.unh.edu.pe/handle/UNH/1421>
- Ekman, P. (1992). *Expresiones faciales de emoción: nuevos hallazgos, nuevas preguntas*. Ciencias psicológicas, 3(1), 34-38. <https://doi.org/10.1111/j.1467-9280.1992.tb00253.x>
- Evans, D. (2002). *Emoción la ciencia del sentimiento*. España: Taurus.
- Extremera, N. y Fernández Berrocal, P. (2002): *Autocontrol emocional*. Ed. Arguval, Málaga.
- Fernández- Berrocal, P. & Extremera, N. (2005). *La Inteligencia Emocional y la educación de las emociones desde el Modelo de Mayer y Salovey*. Universidad de Málaga. Revista Interuniversitaria de Formación del Profesorado, 19(3), 63-93. Recuperado de

http://emotional.intelligence.uma.es/documentos/pdf61modelo_de_mayer_salovey.pdf

Gardner, H. (1995). *Inteligencias múltiples*. La teoría en la práctica. Barcelona. Editorial Paidós.

Goleman, D. (1996). *Inteligencia emocional*. Barcelona. Editorial Kairós

Mayer, J. D., Salovey, P., y Caruso, D. (2000). *Emotional Intelligence*. En Bisquerra Alzina, R. (2003): Educación emocional y competencias básicas para la vida. *Revista de Investigación Educativa* (21), 7-43.

Ministerio de Educación (2016). *Programa Curricular de educación secundaria*. Recuperado de:

<http://www.minedu.gob.pe/curriculo/pdf/programa-curriculareducacion-secundaria.pdf>

Salinas, F. (2010). *Estudio sobre los factores que influyen en el rendimiento escolar*. Recuperado de

<http://evaluacion.educacionbogota.edu.co/files/Factores%20que%20influyen%20en%20el%20rendimiento%20escolar.pdf>

Oruna, Luis (2018) "*Inteligencia emocional y rendimiento académico en estudiantes de educación secundaria*" [Tesis de pregrado, Universidad Nacional de Trujillo]. Repositorio institucional UNITRU.

Ramos, A. (2015) "*Desarrollo de la competencia Inteligencia Emocional en una institución de educación básica del nivel de secundaria*." [Tesis de Maestría, Tecnológico de Monterrey]. Repositorio.tec.mx

Ysern, Luisa (2016) "Relación entre la inteligencia emocional, recursos y problemas psicológicos en la infancia y adolescencia" [Tesis de doctoral, Universidad de Valencia].

ANEXOS

“AÑO DE LA UNIVERSALIZACIÓN DE LA SALUD”

SOLICITO: PERMISO PARA REALIZAR ENCUESTA

JULISSA MARIANELLA GARAY VALLADARES, identificada con DNI N° 00370992, estudiante del programa de Tesis de la Universidad Cesar Vallejo, ante usted con el debido respeto me presento y expongo que:

Al estar llevando el curso de tesis para optar el grado de Maestría de la Universidad Cesar Vallejo de Piura y mi tesis se titula **“Estrategias de Intervención en Inteligencia emocional para el rendimiento académico de los estudiantes de educación secundaria de la I.E. N° 093 Efraín Arcaya Zevallos de la provincia de Zarumilla-Tumbes”**, es que solicito a usted me brinde las facilidades para coordinar con los docentes de 5° grado de educación secundaria de la I.E. N° 093 EAZ que usted dirige, para aplicar una encuesta a los estudiantes de dicho grado, ya que los estudiantes de 5° grado son la muestra de mi investigación.

Espero señor director acceda a mi petición.

Zarumilla, 03 de diciembre de 2020

Atentamente,



JULISSA M. GARAY VALLADARES
DNI N° 00370992



"AÑO DE LA UNIVERSALIZACIÓN DE LA SALUD"

OFICIO N° 0123-RT-DRET-UGELZ-IE093"EAZ"-Z-AND-D

DE : Dr ALDO NAVARRO DIAZ
Director de la I.E. N° 093 "Efraín Arcaya Zevallos"

A : JULISSA MARIANELLA GARAY VALLADARES
Estudiante del programa de tesis de la UCV

ASUNTO : Respuesta a solicitud

FECHA : 10 de diciembre de 2020

Es grato dirigirme a usted para saludarla y a la vez darle respuesta a la solicitud presentada a mi despacho el día 03 de diciembre del pte donde solicita permiso para aplicar una encuesta a los estudiantes de 5° grado de secundaria para su investigación y optar el grado de magister.

Le comunico que cuenta con todo mi apoyo y respaldo, asimismo le **concedo el permiso para que coordine con los docentes** y pueda realizar su trabajo con los estudiantes, con toda libertad y profesionalismo.

Es todo cuanto tengo que informarle a usted, esperando que su investigación sea una propuesta para mejorar la educación de nuestra región.

Atentamente,



DRET - UGEL - ZARUMILLA
I.E. N° 093 "EFRAIN ARCAYA ZEVALLOS"

Dr. ALDO ALEJANDRO NAVARRO DIAZ
DIRECTOR

Ficha técnica Test TMMS-24 Salovey y Mayer

Nombre	TMMS-24 Salovey y Mayer
Autores	Adaptación de Fernández-Berrocal, P., Extremera, N. y Ramos, N. (2004) del Trait Meta-Mood Scale (TMMS-24) de Salovey, Mayer, Goldman, Turvey y Palfai (1995)
Estandarización	Estandarizado para las poblaciones de España por Fernández-Berrocal, Extremera y Ramos (2004)
Aplicación	Individual-Colectiva
Ámbito de aplicación	Adolescentes y adultos
Duración	20 minutos
Finalidad	Medir la inteligencia emocional
Material	Un formulario de 24 ítems con una escala de medición tipo Likert de 05 alternativas
Normas de calificación	En primer lugar, deben sumarse las puntuaciones asignadas a los ítems que componen cada una de las escalas o dimensiones. A continuación, presentamos cómo se agrupan estos ítems y entre paréntesis, las puntuaciones máximas y mínimas que pueden obtenerse. Atención a las emociones (percepción): ítem1 al ítem8 (8-40). Claridad emocional (comprensión): ítem 9 al ítem16 (8-40). Reparación emocional (regulación): ítem 17 al ítem 24 (8-40).
Confiabilidad - población peruana	La confiabilidad de la dimensión: atención emocional es de 0.837, claridad emocional de 0, 866 y de reparación emocional 0.883. (Chang, 2017). Asimismo, en el estudio piloto realizado arrojó un nivel de confiabilidad 0,928

Fuente: Ficha técnica de la escala TMMS-24 Salovey y Mayer

TEST DE INTELIGENCIA EMOCIONAL (TMMS-24)

Instrucciones: A continuación, encontrará algunas afirmaciones sobre sus emociones y sentimientos. Lea atentamente cada frase e indique por favor el grado de acuerdo o desacuerdo con respecto de las mismas. Señale con una "X" en el número que corresponde a la respuesta que más se aproxime a sus preferencias.

No hay respuestas correctas o incorrectas, ni buenas o malas.

No emplee mucho tiempo en cada respuesta.

1	2	3	4	5
Nada de acuerdo	Algo de acuerdo	Bastante de acuerdo	Muy de acuerdo	Totalmente de acuerdo

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

MATRIZ DE OPERACIONALIZACIÓN DE VARIABLES

VARIABLE	DEF. CONCEPTUAL	DEF. OPERACIONAL	DIMENSIONES	INDICADORES	ESCALAS
Inteligencia emocional	"Es un sub conjunto de la inteligencia social, que comprende la capacidad de controlar los sentimientos y las emociones propias, así como la de los demás de discriminar entre ellos y utilizar esta información para guiar nuestros pensamientos y nuestras acciones. Mayer y Salovey (1990)	La variable será analizada mediante la aplicación de un test de 24 ítems a los estudiantes de 1° de secundaria de la I.E. N° 093	Atención emocional	<ul style="list-style-type: none"> • Presta mucha atención a los sentimientos • Normalmente me preocupo por lo que siente • Normalmente dedica tiempo a pensar en sus emociones • Piensa que merece la pena prestar atención a sus emociones y estados de ánimo • Deja que sus sentimientos afecten a sus pensamientos • Piensa en su estado de ánimo constantemente • A menudo piensa en sus sentimientos • Presta mucha atención a cómo se siento 	Si/No
			Conciencia emocional	<ul style="list-style-type: none"> • Tiene claro sus sentimientos • Frecuentemente puede definir sus sentimientos • Casi siempre sabe cómo se siente • Normalmente conoce sus sentimientos sobre las personas • A menudo se da cuenta de sus sentimientos en diferentes situaciones • Siempre puede decir cómo se siente • A veces puede decir cuáles son sus emociones • Puede llegar a comprender sus sentimientos 	
			Reparación emocional	<ul style="list-style-type: none"> • Aunque a veces se siente triste, suele tener una visión optimista • Aunque se sienta mal, procura pensar en cosas agradables • Cuando esta triste, piensa en todos los placeres de la vida • Intenta tener pensamientos positivos, aunque se sienta mal • Si da demasiadas vueltas a las cosas, complicándolas, trata de calmarse • Se preocupa por tener un buen estado de ánimo • Tiene mucha energía cuando se siente feliz • Cuando está enfadado intenta cambiar su estado de animo 	

Rendimiento académico	Evaluación que permite medir el conocimiento aprendido por los estudiantes.	La variable será analizada mediante la base de datos 2020 de la I.E. N° 093 E.A.Z.	Logro destacado	El estudiante evidencia un nivel superior a lo esperado respecto a la competencia. Esto quiere decir que demuestra aprendizajes que van más allá del nivel esperado.	AD
			Logro esperado	El estudiante evidencia el nivel esperado respecto a la competencia, demostrando manejo satisfactorio en todas las tareas propuestas y en el tiempo programado.	A
			En proceso	El estudiante está próximo o cerca al nivel esperado respecto a la competencia, para lo cual requiere acompañamiento durante un tiempo razonable para lograrlo.	B
			En inicio	El estudiante muestra un progreso mínimo en una competencia de acuerdo al nivel esperado. Evidencia con frecuencia dificultades en el desarrollo de las tareas, por lo que necesita mayor tiempo de acompañamiento e intervención del docente.	C