



UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

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

Inteligencia emocional y propuesta del programa “Yo me conozco” en
estudiantes de básica superior de una institución educativa,
Guayaquil 2022

TESIS PARA OBTENER EL GRADO ACADÉMICO DE:

Maestra en Psicología Educativa

AUTORA:

Molina Villalva, Maria Cristina (orcid.org/0000-0003-4269-9553)

DOCENTE:

Dra. Cruz Montero, Juana Maria (orcid.org/0000-0002-7772-6681)

LÍNEA DE INVESTIGACIÓN:

Innovaciones pedagógicas

LÍNEA DE RESPONSABILIDAD SOCIAL UNIVERSITARIA:

Apoyo a la reducción de brechas y carencias en la educación en todos sus niveles

**PIURA - PERÚ
2023**

Dedicatoria

A Dios, por ser quien me brinda a diario una nueva oportunidad de hacer el bien y convertirme en una mejor persona, permitiéndome llegar hasta este punto y colmándome de bendiciones en cada momento.

A mis padres, quienes hicieron todo lo posible para que me convierta en una persona de bien, responsable y preparada, y cuyo apoyo incondicional e infinito cariño fueron la clave para el desarrollo de este proyecto. Sé que desde el cielo observan con orgullo cada logro que alcanzo y guían cada paso que doy.

A mis hijos, quienes considero la mayor bendición que pudo haberme brindado Dios, y quienes son la razón principal por la que día a día procuro superarme y ser un ejemplo para seguir para ellos. Son ellos quienes le brindan un propósito a este y todos los proyectos que decido emprender.

A mi familia en general, por estar siempre dispuesta a escucharme y apoyarme en todo momento, acompañándome y compartiendo conmigo los buenos y malos momentos.

Agradecimiento

Me gustaría agradecer en primer lugar a Dios, quien es mi brújula y motor para seguir adelante en todo momento, y quien a lo largo de toda mi vida me ha acompañado y guiado a través de las diversas situaciones que he tenido que atravesar.

También me gustaría agradecer a cada una de las personas que participó en esta investigación, quienes brindaron su apoyo y su tiempo para el desarrollo de este trabajo, así como la revisión y validación de este.

De igual manera, me encuentro agradecida con mis profesores, quienes a lo largo de todo este camino compartieron sus conocimientos, valores y experiencias, y con quienes compartí momentos muy amenos. Agradezco mucho su tiempo, valor y dedicación para formar no solamente mejores profesionales, sino mejores personas.

Finalmente, me gustaría expresar mi infinita gratitud hacia mi tutora de tesis, la Dra. Juana María Cruz Montero, quien tuvo siempre el tiempo, la paciencia y la dedicación para revisar y evaluar el trabajo y cada avance realizado, brindándome en todo momento su asistencia y consejo, por lo cual no me puedo encontrar más agradecida.

Índice de contenidos

Carátula.....	i
Dedicatoria	ii
Agradecimiento	iii
índice de contenidos.....	iv
Índice de tablas	v
Índice de figuras	vi
Resumen.....	vii
Abstract.....	viii
I. INTRODUCCIÓN	1
II. MARCO TEÓRICO.....	4
III. METODOLOGÍA.....	13
3.1. Tipo y Diseño de investigación.....	13
3.2. Variables y Operacionalización	13
3.3. Población, muestra y muestreo	15
3.4. Técnicas e instrumentos de recolección de datos.....	17
3.5. Procedimientos.....	18
3.6. Método de análisis de datos.....	19
3.7. Aspectos éticos	19
IV. RESULTADOS.....	20
V. DISCUSIÓN.....	27
VI. CONCLUSIONES	33
VII. RECOMENDACIONES.....	34
REFERENCIAS.....	35
ANEXOS	41

Índice de tablas

Tabla 1 <i>Registro de educandos</i>	15
Tabla 2 <i>Tamaño de la población</i>	16
Tabla 3 <i>Jueces expertos</i>	18
Tabla 4 <i>Nivel de inteligencia emocional de los estudiantes</i>	20
Tabla 5 <i>Nivel de atención emocional de los estudiantes</i>	21
Tabla 6 <i>Aspectos que definen la atención emocional</i>	22
Tabla 7 <i>Nivel de claridad emocional de los estudiantes</i>	23
Tabla 8 <i>Aspectos que definen la claridad emocional</i>	23
Tabla 9 <i>Nivel de reparación emocional de los estudiantes</i>	24
Tabla 10 <i>Aspectos que definen la reparación emocional</i>	25

Índice de figuras

<i>Figura 1</i> Representación gráfica	13
<i>Figura 2</i> Nivel de inteligencia emocional	20
<i>Figura 3</i> Nivel de atención emocional	21
<i>Figura 4</i> Nivel de claridad emocional	23
<i>Figura 5</i> Nivel de reparación emocional	25

Resumen

El presente estudio denominado “Inteligencia emocional y propuesta del programa “yo me conozco” en estudiantes de básica superior de una institución educativa, Guayaquil 2022” se llevó a cabo con el objetivo de determinar el nivel de inteligencia emocional en estudiantes de básica superior de una institución educativa. Para lo cual la metodología se basó en el enfoque cuantitativo con diseño no experimental de tipo básica y alcance descriptivo-propositivo. Teniendo una muestra de 183 educandos de 10mo año de educación superior básica pertenecientes a los paralelos A, B, C y D; quienes despejaron un cuestionario como medio de recolección de datos el cual tuvo un nivel de confiabilidad Alfa de Cronbach de 0,804. A nivel general se puede concluir que la mayor parte de los educandos mostró un nivel alto de inteligencia emocional (54,6%), debiendo precisar que un grupo considerable (43,7%) se enmarcó en un nivel regular por lo que es preciso implementar mejoras que reduzcan el índice mostrado.

Palabras clave: inteligencia emocional, atención emocional, claridad emocional, reparación emocional.

Abstract

The present study called "Emotional intelligence and proposal of the program "I know myself" in high school students of an educational institution, Guayaquil 2022" was carried out with the objective of determining the level of emotional intelligence in high school students of an educational institution. For which the methodology was based on the quantitative approach with a non-experimental design of basic type and descriptive-propositive scope. Having a sample of 183 students of 10th year of basic higher education belonging to parallels A, B, C and D; who filled out a questionnaire as a means of data collection, which had a Cronbach's Alpha reliability level of 0.804. At a general level, it can be concluded that most of the students showed a high level of emotional intelligence (54.6%), although a considerable group (43.7%) showed a regular level, so it is necessary to implement improvements to reduce the index shown.

Keywords: emotional intelligence, emotional attention, emotional clarity, emotional repair.

I. INTRODUCCIÓN

En el sistema educativo mundial actual son pocos los países que toman en cuenta la capacidad de los estudiantes para procesar, entender y equilibrar sus capacidades intelectuales con las emociones; pudiendo apreciarse que se le da un especial énfasis al nivel de absorción de conocimientos de los educandos, dejando totalmente de lado los sentimientos y emociones de los mismos. (Menacho et al., 2022)

Según la Organización de las Naciones Unidas para la Educación, 2021 (UNESCO, 2021), en sus memorias acerca de la educación post pandemia, recordó que la salud emocional-mental de los adolescentes en 2020 mostró que un 19% de estos presentó sentimientos de angustia y un 22% exhibió cuadros de depresión; situación que dejó ver que el modelo educativo actual era obsoleto el cual no atendía las necesidades de los estudiantes en función a los requerimientos actuales de la sociedad; por ende, donde se suponía que el educando al salir de la escuela era capaz de comprender el mundo que lo rodea y dar solución a problemas que se le presenten.

A nivel internacional, en países como europeos como España, Portugal e Italia post pandemia se puso de manifiesto la preocupación por generar en los educandos del nivel primario y secundario la aceptación y regulación de las emociones; las cuales se dispararon como secuela del paso del Covid-19; donde los bajos niveles de inteligencia emocional convergieron con la transformación física y psicológica generados por el traspaso a la adolescencia; para lo cual se implementaron diversos programas para fortalecer estas carencias mostrando resultados favorables los cuales se reflejaron en la vida académica de los estudiantes (Orozco, 2021).

En Latinoamérica se encontró que la mayor parte de los países se enfocó en recuperar la calidad educativa perdida dejando totalmente de lado el aspecto socio-emocional de los educandos del nivel secundario, debido a que se consideró que el impacto en la salud mental por la pandemia tuvo un mayor impacto en estudiantes de niveles primarios; donde lastimosamente a posterior se encontró que estos adolescentes exhibían rasgos de ansiedad, angustia y en algunos casos pánico;

situación que sólo fue abordada por Chile, México, Uruguay y Colombia. (Banco Interamericano de Desarrollo [BID], 2020)

En Ecuador, la pandemia rompió el sistema, debido a que los colegios a fin de proseguir con los procesos de enseñanza-aprendizaje mudaron sus clases a entornos virtuales gracias a la implementación forzada de las TIC trayendo consigo las ventajas y desventajas de estas; donde este drástico cambio trastocó la salud mental de los educandos; lo cual representó una dificultad para el desarrollo de las competencias académicas y sociales del estudiantado (Sacón et al., 2020). Ante esto se encontró que la manera en que los educandos eran capaces de hacer uso de sus sentimientos y transmitirlos a otros no era el ideal, desnaturalizando el clima educativo por medio de los entornos virtuales reduciendo la calidad educativa y el nivel de aprendizaje de estos. (Mina, 2022)

En la Unidad Educativa Dr. Teodoro Alvarado Olea, se pudo observar en la vuelta a clases presenciales que los educandos de 10° de educación básica superior presentan dificultades para entender las emociones de sus compañeros y en parte las propias, encontrándose casos de irritabilidad, estrés, indiferencia, agresión verbal y aislamiento; situación que afecta el trabajo en equipo y por ende, el proceso de enseñanza-aprendizaje de los estudiantes lo cual se apreció en el primer quimestre del año académico 2022. Siendo esta situación consecuencia del desconocimiento de los padres acerca de los intereses y motivaciones de sus hijos, donde en muchos casos sólo existe una figura paterna lo cual propicia el caos emocional en el educando; a lo que se le suma la presión social por parte de sus compañeros de clase y el retorno a clases presenciales la cual trae consigo una mayor carga académica que en la virtualidad.

Donde de no mejorar lo observado se arriesga a formar individuos incapaces de acoplarse eficientemente a la sociedad actual y en especial a ser capaz de interrelacionarse con otros sin causar daños en el proceso. Ante la problemática mencionada, se planteó el problema de investigación consiguiente: ¿Cuál es el nivel de inteligencia emocional en estudiantes de básica superior de una institución educativa, Guayaquil 2022?

A nivel teórico el estudio brindó un aporte teórico nuevo evidenciado empíricamente, derivado del estudio de teorías de autores pasados y justado a la realidad actual, contribuyendo a un mejor entendimiento de la inteligencia emocional de una forma más dinámica. Hay que precisar que el aporte abarca tanto el punto conceptual gracias al estudio sistemático de diversos autores; así como el operacional debido al estudio de las dimensiones implementadas por el autor principal del estudio; por lo cual facilitó nuevos entendimientos de este tema para futuros interesados en el tema.

En el criterio práctico el estudio ayudó a disipar un problema real como es el desarrollo de la inteligencia emocional en estudiantes preadolescentes; por lo que los datos plasmados en el estudio serán de gran ayuda para otras instituciones educativas que pretendan mejorar el nivel emocional de sus estudiantes permitiéndoles tomar mejores decisiones en función a los datos presentados.

En cuanto a la justificación metodológica, mediante la implementación y aplicación de un dispositivo de medición nuevo, se pudo medir de forma más concreta el comportamiento de la inteligencia emocional en estudiantes que entraban a la adolescencia; pudiendo ser adaptado dicho instrumento por futuros investigadores interesados en el tema tratado en la investigación.

En cuanto al objetivo del estudio, este fue Determinar el nivel de inteligencia emocional en estudiantes de básica superior de una institución educativa, Guayaquil 2022. El cual tuvo como objetivos específicos OE¹: Caracterizar el nivel de la dimensión Atención emocional en estudiantes de básica superior de una institución educativa, Guayaquil 2022; OE²: Establecer el nivel de la dimensión Claridad emocional en estudiantes de básica superior de una institución educativa, Guayaquil 2022; OE³: Caracterizar el nivel de la dimensión Reparación emocional en estudiantes de básica superior de una institución educativa, Guayaquil 2022 y OE⁴: Diseñar el programa “Yo me conozco” para desarrollar la inteligencia emocional en estudiantes de básica superior de una institución educativa, Guayaquil 2022.

II. MARCO TEÓRICO

A continuación, se presentarán investigaciones que guardan sinergia con el tema de estudio, así como teorías epistemológicas y diversas definiciones tanto de la variable de estudio como de sus dimensiones. En tal sentido, un trabajo de interés para la investigación fue el presentado por:

Coloma (2022) quien desarrollo su trabajo con la meta de determinar en qué medida los talleres de inteligencia emocional influyen en la Gestión Escolar de una institución Educativa de Guayaquil. Cabe señalar que el estudio respondió a un enfoque cuantitativo de diseño pre experimental presentando una población/muestra de 24 educadores, mismos que desarrollaron un cuestionario como medio para la obtención de datos. Los datos mas resaltantes del estudio permitieron colegir que tras la aplicación del programa de inteligencia emocional el nivel de gestión escolar mejoró considerablemente plasmado en el pre y pos test del estudio lo cual se reafirmo con la comprobación de la hipótesis la cual mostró un valor de T de Student, p-valor de 0,000 dando a entender que el taller de inteligencia emocional fortaleció de forma muy positiva la gestión escolar. El estudio es de relevancia debido a que mostró como la aplicación de un taller de inteligencia emocional permitió optimizar la gestión educativa en un colegio de Guayaquil, lo cual favoreció la calidad educativa de todo el plantel.

Valdiviezo & Rivera (2022) con su artículo “Emotional intelligence in education, a systematic review in Latin America and the Caribbean”, el cual se presentó con el fin de conocer los estudios asociados a la incidencia de la educación en el desarrollo de la inteligencia emocional. Cabe señalar que el estudio respondió a un enfoque cuantitativo de diseño no experimental de alcance descriptivo/documental presentando una población/muestra de 36 artículos presentados en revistas indexadas como EBSCO Host, Scopus, OAREE del 2018-2021, de los cuales se extrajo una ficha de observación. Los datos más resaltantes del estudio permitieron colegir que no existen muchos estudios sobre el tema que aborden a profundidad el tema; asimismo, el Covid generó que se amplie la complejidad de la inteligencia emocional en educandos de diversas áreas geográficas; así como un especial interés en la dimensión claridad, atención y humanidad las cuales mostraron un bajo desarrollo de las mismas por lo que es preciso que el tutor a cargo de los

educandos le dé énfasis a estos temas a fin de potenciar el nivel de inteligencia emocional de los educandos de América Latina y el Caribe. El estudio fue de relevancia ya que mostró desde un amplio análisis documental el comportamiento de la inteligencia emocional en educandos de diferentes países del mundo por lo cual se encontró que estos presentaron un deficiente nivel de inteligencia emocional lo cual se entendió que impacto en el aprendizaje y rendimiento de un buen número de educandos, por lo que mejorar su manejo de emociones debe ser un tema primordial.

Lupaca et al. (2022) quienes trabajaron el artículo denominado “Emotional intelligence and virtual education in high school students of the I. E. 3022 Lima, 2021”, mismo que se desarrolló con la meta de establecer la relación entre la inteligencia emocional y la educación virtual en los estudiantes de la institución educativa 3022 José Sabogal. Cabe señalar que el estudio respondió a un enfoque cuantitativo de diseño no experimental y alcance correlacional presentando una población/muestra de 110 educandos, mismos que desarrollaron dos cuestionarios como medios para la obtención de datos. Los datos más resaltantes del estudio permitieron colegir que la inteligencia emocional se vincula de forma positiva, directa y moderada con la educación virtual lo cual dejo ver que esta se vio trastocada como consecuencia de la aparición del Covid, mostrando un bajo control de sus emociones lo cual se vio mejorado tras las sesiones de clase y asesoría de forma virtual. El estudio fue de gran relevancia, debido a que mostró que la inteligencia emocional se puede ver favorecida no sólo por la educación tradicional, sino también por en seguimiento académico al estudiante de forma digital, debiendo señalar que el control emocional de los educandos se distorsionó como derivado del confinamiento al que estuvieron expuestos la totalidad de estudiantes del plantel objeto de estudio.

Zela (2022) con su artículo “Emotional intelligence and family functioning in teenager high school students” quien trabajo su estudio con el objetivo de determinar si existe relación significativa entre la inteligencia emocional y el funcionamiento familiar en adolescentes del nivel secundario. Cabe señalar que el estudio respondió a un enfoque cuantitativo de diseño no experimental y alcance correlacional presentando una población/muestra de 320 educandos, mismos que

desarrollaron dos cuestionarios como medios para la obtención de datos. Los datos más resaltantes del estudio permitieron colegir que el 95% de los educandos mostraron niveles de inteligencia emocional promedio y alto, a la vez que mostraron un nivel alto en la dimensión reparación y claridad indicado por el 62,1% y 68% de los encuestados. En cuanto al grado de correlación entre las variables de estudio cabe precisar que se encontró una vinculación moderada pero significativa entre estas con un coeficiente $r=0,465^{**}$ con una $\text{Sig.}=0,000$; lo cual dejó ver que en la medida en que mejore el funcionamiento familiar lo mismo sucederá con el nivel de inteligencia emocional de educandos del nivel secundario. El estudio fue de relevancia, ya que nos deja ver como el entorno familiar puede ser sumamente beneficioso para el desarrollo de la inteligencia emocional en adolescentes, indicando que la familia es un apoyo fundamental en el crecimiento emocional de estos.

Paredes (2021) cuya investigación se llevó a cabo con el fin de generar una propuesta que permita mejorar la inteligencia emocional en estudiantes de 1° a 5° de secundaria. Cabe señalar que el estudio respondió a un enfoque cuantitativo de diseño no experimental y alcance descriptivo/propositivo presentando una población de 180 educandos, mismos que desarrollaron un cuestionario como medio para la obtención de datos. Los datos más resaltantes del estudio permitieron colegir que un alarmante 75% de los encuestados se posicionó en un nivel de capacidad emocional por mejorar, en otras palabras, presentan deficiencias en cuanto a habilidades emocionales; en cuanto a las dimensiones interpersonal e intrapersonal un 43,9% y 51,1% mostraron un nivel adecuado en estos aspectos, donde las relaciones interpersonales son las que mostraron mejores resultados en cuanto a expresar emociones; en referencia a las dimensiones manejo de estrés, adaptabilidad e impresión positiva un 58,9%, 55% y 50% de los educandos se enmarcaron en un nivel por mejorar en cuanto a estas dimensiones, lo cual indica que presentan problemas al momento de adaptarse a contextos estresante o situaciones cambiantes. El estudio es de relevancia debido a que nos muestra el comportamiento emocional de estudiantes de secundaria en vas de un grado pudiendo precisar que estos al no contar con un buen nivel de inteligencia emocional tuvieron problemas tanto a nivel académico como social, por lo que da indicios que una mala inteligencia emocional afecta al rendimiento de este.

Cáceres et al. (2020) en su artículo "The management of emotional intelligence in high school students. An exploratory study at a telesecundaria in México" trabajo el objetivo de diagnosticar como manejan la inteligencia emocional los educandos adolescentes de la escuela Telesecundaria 268. Cabe señalar que el estudio respondió a un enfoque cuantitativo de diseño no experimental y alcance descriptivo presentando una población de 30 educandos, mismos que respondieron un cuestionario como medio para la obtención de datos. Los autores pudieron colegir que muestran una limitada inteligencia emocional por lo que les es difícil interactuar con sus compañeros de clase donde un 64% de estos prefieren realizar los trabajar en solitario que en grupo; en cuanto a la dimensión intrapersonal un 78,1% mostro que no se conocen a sí mismos y se muestran inseguros al momento de intentar resolver alguna situación controversial en el aula de clase; en cuanto a la dimensión interpersonal se observó que no entienden las emociones de sus compañeros y son muy pocos los que intentan llevarse bien o apoyar a sus compañeros. El estudio es de suma importancia debido a que muestra como unos bajos niveles de inteligencia emocional pueden ocasionar que el desarrollo social y educativo de un estudiante se vea limitado debido a que no se genera en este un aprendizaje colaborativo, el cual es de suma importancia para poder crecer académicamente en el ámbito escolar.

Cisneros (2020) quien trabajo su estudio con el fin de determinar de qué manera influye el programa de habilidades de procesamiento emocional en el incremento de la inteligencia emocional en educandos de 3° de secundaria. Cabe precisar que el estudio respondió a un enfoque cualitativo de diseño cuasi experimental presentando una muestra de 58 educandos distribuidos entre 3ro A y B, mismos que respondieron el dispositivo TMMS 24 como medio para la recabación de datos. Tras obtener los hallazgos del grupo control y experimental se pudo colegir que no hubo diferencias significativas entre el grupo experimental y control en el pretest; sin embargo, en el post test la diferencia fue considerable donde el grupo control supero por mucho al experimental; información que permitió demostrar que la aplicación de un programa de inteligencia emocional es sumamente beneficioso para desarrollar la inteligencia emocional de estudiantes del nivel secundario. El estudio también es de relevancia debido a que muestra como tras aplicar un programa para potenciar la inteligencia emocional en

adolescentes con edades entre 12-14 años mostrando que es un atino desarrollar estrategias para mejorar los índices de equilibrio emocional en los educandos.

Una vez mencionados trabajos de interés para el estudio, se continuará con la mención de teorías epistemológicas que se relacionan con el tema. En tal sentido, es de consideración hacer mención de la Teoría conductista en la cual Watson como uno de sus mayores representantes, quien vio a la inteligencia emocional como una variante de la conducta del educando en la cual los esfuerzos del educando deberían orientarse a atender sus relaciones interpersonales y pericias sociales, gracias a la utilización sesiones de aprendizaje las cuales en esta sociedad actual son presenciales y digitales ampliando la gama de herramientas de interacción del educando; donde este pueda aprender mientras interactúa en colaboración con sus compañeros buscando no limitarse a sólo atender lo que expresan los demás. (Jarrin, 2021)

Otra teoría que no puede faltar es la de las herramientas de la mente de Jonassen, la cual indica que por medio de la utilización de dispositivos digitales el educando tiene más chance de interactuar con otros individuos de su misma edad mientras asimila conocimientos nuevos de forma colaborativa-grupal; acciones que propician el florecimiento de relaciones interpersonales de forma casi natural lo cual es sumamente beneficioso para educandos con problemas de timidez, mientras este participa en la solución de problemas al ser miembro de un grupo, ya que si el educando es incapaz de expresar lo que piensa o siente provoca que el grupo lo excluya o deje a un lado por no poder comunicarse con este. (Valdez, 2012)

Asimismo, se consideró la teoría constructivista, la cual tiene por fin en la educación actual finiquitar la brecha entre la tecnología y la educación, por medio de la búsqueda de una constante innovación ya que hay que admitir que la educación en estos días puede considerarse como tecnologizada y en ese sentido constructivista, por lo que la mente del adolescente actúa a manera de filtro de la información del exterior o ajena a este con la meta de potenciar los procesos al construir nuevos saberes como resultante de objetos del entorno y su colisión con el educando a fin de generar una vinculación de “construcción” donde convergen el mundo digital y el educando, ya que a fin de cuentas la construcción de nuevos conocimientos pende a cabalidad de procesos mentales, en tal sentido, el

constructivismo acepta que en la educación escolar se generan aprendizajes organizados, sistemáticos y por ende, significativos. (Rubio & Jiménez, 2021)

En cuanto a la definición de inteligencia emocional, Robalino (2020) tienen en cuenta que es la forma en la que el alumno controla o adecúa sus emociones en total lucides donde los actos que realiza traerán consigo efectos positivos o negativos en su existencia escolar principalmente en base al grado de complejidad del estado de cosas que le ha tocado vivir.

Rubiños et al. (2021) afirma que la IE es un eje cardinal para el logro social, del círculo familiar y personal del educando, donde estos factores presentan una relevancia extra sobre la lucidez intelectual, la IE colisiona a su vez en numerosos aspectos de la sociedad y la manera de actuar del educando, suministrando como ejemplo más práctico las decisiones que se toman y que chocan de forma directa con el desempeño académico del educando.

La IE es igualmente vista como un límite vivificante con el que cuenta el alumno para comprender la aquiescencia de sus amigos, padres y de sí mismo, además de la data necesaria para poder afrontarlos, interiorizar decepciones, deleites, motivaciones y temperamento, manteniendo alejados los problemas que tienden a interferir en su existencia familiar o escolar (Quispe, 2020). Por otro lado, la IE es igualmente vista como un conglomerado de habilidades emocionales las cuales son adaptativas, mismas que permiten al alumno tener manipulación sobre sus emociones, sentimientos y deseos (Cabrera, 2021).

Habib (2020) ven la IE como la capacidad precisa de todo individuo para tecnificar y comprender las emociones de terceros y las propias, promoviendo en el sujeto (alumno) a generar verdaderas relaciones interpersonales.

La IE puede ser considerada como la habilidad del alumno para monitorear sus impulsos emocionales, ayudando a remediar las condiciones conflictivas a la vez que imparte tranquilidad al mismo (Cervantes y Castro, 2021). Por otro lado, Pazmiño (2022) declaran que la IE es la capacidad del alumno de mirar los sentimientos de los demás y los suyos propios, mostrando la capacidad de dirigirlos y, en consecuencia, ser capaz de aprender en equipo.

La IE, en términos de Goleman (2002), es visible como un rasgo humano completamente único para comprender, modificar, controlar y sentir diversos estados de ánimo, ya sea del alumno o de los demás, saber que no siempre se trata de sofocar los sentimientos, sino de estabilizarlos y prestarles atención basándose totalmente en los deseos del alumno.

La IE le da al alumno la opción de empatizar con los demás (compañeros) incluso siendo capaz de hablar con ellos, comprendiendo los estados de ánimo convergentes que esta persona también pueda tener, facilitando al alumno a mantener o establecer lazos sociales y en consecuencia ser capaz de ejercer un papel concreto en la sociedad. (Guerri, 2016)

Por ende, el educando al contar con una IE estable logra empatizar con sus semejantes, no limitándose únicamente a miembros de su familia o conocidos; sino también con personas ajenas a su entorno pero que pudiesen entrar en contacto con este de forma temporal, tales como docentes o alumnos invitados a intercambios culturales-educativos. (Contreras & Sandoval, 2019)

Desde otro ángulo, la IE es apreciada como una teoría que en el ámbito educativo facilita la estructuración de técnicas didácticas que apuntan a fomentar asertivamente el comportamiento del alumno (Ruiz, 2020). Especialmente tras la aparición del Covid-19 en la que el alumno ha presentado diversos traumas mentales que han sobresaltado su convivencia personal y social, donde es vital comenzar a metodizar la formación desde un enfoque emocional. (Rosero et al., 2021)

Ahora, según Salovey y Mayer (1997) la inteligencia emocional es el arte de gestionar las emociones, los sentimientos, diferenciarlos y utilizar este conocimiento para realizar los propios movimientos y pensamientos. También incluye la pericia de expresar las emociones con precisión en un determinado entorno ya sea educativo o social.

Bajo la premisa anterior la inteligencia emocional podría entenderse como una particularidad notable para el incremento no público y su acoplamiento en la sociedad, que, como resultado de su perfeccionamiento, incorpora el cumplimiento de sus deseos en todas las etapas de su vida (Anzelin et al., 2020). Lo cual, revela

un mayor control, al momento de iniciar el desarrollo del control de las emociones en los jóvenes, recalcando que, con ello, pueden tener la capacidad de repararse emocionalmente a sí mismos. (Barrios & Gutiérrez, 2020)

Refiriéndonos a lo anterior, es un proceso de ajustes y variaciones, donde forman los educandos su identidad a través de diversas costumbres adquiridas o ya presentes, pasando por situaciones sociales y de exigencia intelectual, construyendo rasgos personales para su mejora personal y social, donde es importante aceptar la importancia de la mejora de la inteligencia emocional a través de numerosos recursos o estrategias de relajación. (Menacho et al., 2022)

Para efectos del estudio Salovey y Mayer (1997; citado por Anzelin et al., 2020) tras estudiar el comportamiento de la inteligencia emocional; así como los efectos de esta en educandos, estos dimensionaron la variable mencionada de la forma consiguiente: Dimensión Atención emocional, la cual es vista como el acto lucido (consciente) de las emociones lo cual implica contar con la facultad para poder reconocer eficientemente los sentimientos u emociones de los demás mientras es capaz de identificar e interiorizar el significado de estos. Lo cual implica que el educando debe ser capaz de percibir imparcialmente las emociones de las personas de su entorno a fin de poder entenderlas a posterior y ser capaz de adecuarse al contexto que se le presente.

Dimensión Claridad emocional, concebida como la atribución del conocimiento y entendimiento de las emociones propias del educando, el cual debe ser capaz de diferenciar las unas de las otras; mientras entiende la evolución y nacimiento de estas en su interior y como estas se integran a la forma en que piensa y actúa el educando. Lo cual implica que el educando debe tener la pericia para conocerse a sí mismo a fin de poder recién entender a los demás de forma efectiva y empática. (Salovey y Mayer, 1997; citado por Anzelin et al., 2020)

Dimensión Reparación emocional, la cual implica que el educando tras conocerse a sí mismo y los demás a la vez que entiende las emociones y comportamiento de los demás, este debe ser más que capaz para regular sus emociones ante cualquier situación de cualquier índole que se le presente mientras este controla eficientemente las emociones positivas y negativas que se presenten

como derivado del contexto que le toque experimentar al educando. (Salovey y Mayer, 1997; citado por Anzelin et al., 2020)

Es fundamental hacer mención de la importancia de la propuesta de un programa para fortalecer el nivel de inteligencia emocional porque la inspiración de este está dirigida a adolescentes de los primeros años de educación secundaria, por lo tanto, personas que están dentro del desarrollo corporal y emocional, como parte de los cambios propios de la adolescencia (Morales et al., 2018). En cuanto a las investigaciones analizadas, establecen una distinción emocional y social entre chicos y chicas, en la que se observó que los varones son los que maduran antes desarrollando su autoestima de mejor forma que las mujeres y son menos impetuosos que aquellos alumnos que presentan una madurez tardía. Las mujeres, por su parte, opinan sentirse más felices si maduran al mismo tiempo que sus demás compañeros, mientras que aquellas chicas que maduran antes, presentan una disminución en sus talentos interpersonales, acarreando en carencias comunicativas con sus compañeros a la vez que exhiben un comportamiento negativo ante las situaciones que se le pudiesen presentar en su vida diaria. (Rodríguez, 2022)

III. METODOLOGÍA

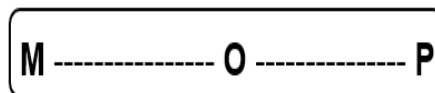
3.1. Tipo y Diseño de investigación

La investigación reconoció un tipo de investigación básica ya que esta se centró en observar el comportamiento de los fenómenos que conciernen a la inteligencia emocional sin profundizar en los detalles. (Concytec, 2018)

El enfoque se acogió al enfoque cuantitativo debido a que los resultados se consiguieron con la ayuda de métodos estadísticos sin falsear los hallazgos alcanzados; limitando a presentar los datos encontrados mientras se documentaron los mismos (Arias y Covinos, 2021). El diseño erigido fue no experimental teniendo como exigencia que la variable de estudio no fue alterada intencionalmente por el investigador (Arias, 2020a). Además, tuvo un corte seccional o transversal ya que la tesis se llevó a cabo en un lapso de tiempo corto y controlado (Corbetta, 2007). Finalmente, el estudio fue de alcance descriptivo/propositivo, por el hecho de que plasmó los hallazgos alcanzados y se brindaron iniciativas para corregir los problemas descubiertos por medio de una propuesta. (Estela, 2020)

Figura 1

Representación gráfica



Dónde:

M= Muestra a estudiar de la U.E. a analizar

O= Observaciones de interés que fueron extraídas de la muestra

P= Propuesta para el fortalecimiento de la inteligencia emocional en educandos del nivel secundaria

3.2. Variables y Operacionalización

Variable Teórica: Programa “yo me conozco”

Un programa derivado de la inteligencia emocional busca potenciar el control emocional de los educandos por medio del despliegue de estrategias didácticas que aborden tanto el nivel académico como cognitivo del educando a fin de que este se conozca a sí mismo, comprendiendo a los demás en el proceso, lo cual le permitirá crecer académicamente y disfrutar su vida escolar. (Vera, 2019)

Definición operacional

Para efectos del trabajo se desarrolló una propuesta didáctica que permitirá potenciar el desarrollo de la inteligencia emocional de los educandos, donde se estructuraron 15 sesiones de trabajo para potenciar la teoría de la propuesta.

Dimensiones

Las cuales se derivaron de los aportes de Vera (2019) quien se basó en las nociones de Baron Ice; por lo que las dimensiones/componentes de la propuesta fueron: intrapersonal, interpersonal, adaptabilidad, manejo de estrés y estado de ánimo.

Variable Fáctica: Inteligencia emocional

Definición conceptual

Según Salovey y Mayer (1997; citado por Anzelin et al., 2020) la inteligencia emocional es el arte de gestionar las emociones, los sentimientos, diferenciarlos y utilizar este conocimiento para realizar los propios movimientos y pensamientos. También incluye la pericia de expresar las emociones con precisión en un determinado entorno ya sea educativo o social.

Definición operacional

La cual se considera como la capacidad para procesar emociones, por lo que se estructuró un cuestionario que constó de 24 ítems que evalúan las dimensiones de estudio.

Dimensiones

Las cuales se derivaron del estudio de Salovey y Mayer (1997; citado por Anzelin et al., 2020) y fueron: Atención emocional, Claridad emocional y Reparación emocional.

Escala de medición

Ordinal.

3.3. Población, muestra y muestreo

Población: Vista con la ayuda de los investigadores como un conglomerado de entidades pertenecientes a una zona geográfica evidente, en un momento seleccionado, que presenta rasgos específicos que consintieron considerarlos como parte de un estudio en una etapa científica para hacer evidente un fenómeno particular. (Arias, 2012)

En suma, el estudio tuvo por población la totalidad de educandos inscritos en los paralelos concernientes al 10mo año de educación superior básica de la Unidad Educativa Dr. Teodoro Alvarado Olea los cuales ascendieron a 350 estudiantes. El detalle de los mismo se plasma en la tabla consiguiente:

Tabla 1

Registro de educandos de la UE Teodoro Alvarado Olea

Paralelo	N° educadores	%
A	85	24,30%
B	92	26,30%
C	87	24,90%
D	86	24,50%
Total	350	100.00%

Nota: Registro de educadores en planilla de una unidad educativa T.A.O.

Criterios de Inclusión

Se tomaron en consideración a todo educando que esté debidamente matriculado en el 10mo año de educación superior en la unidad educativa Teodoro Alvarado Olea; a la vez que se encuentre presente al momento de suministrar los dispositivos de medición.

Criterios de Exclusión

Se consideró como excluido a todo educando que no esté matriculado en el

10mo año del plantel mencionado; así como aquellos que hayan faltado el día de la realización del estudio y aquellos que no resolvieran el cuestionario enviado mediante un enlace a sus debidos correos.

Muestra: Acorde a Tamayo y Tamayo (2003), la muestra tiene su idea dentro de la falta de activos del investigador como una alternativa para echar un vistazo a la totalidad de las entidades concretadas como "población"; por lo que se distingue una fracción de la misma; y por lo tanto se convertirá en la representante de las personas estudiadas mientras tengan la cantidad mínima pedida para asegurar el análisis preciso de los registros extraídos de estas. (Arias, 2020b)

Para efectos del estudio y el tamaño de la población, se prefirió tomar por muestra 183 educandos de 10mo año de educación superior básica de la Unidad Educativa Dr. Teodoro Alvarado Olea los cuales fueron 45 del paralelo A, 46 del B, 46 del C y 46 del D; empleándose la fórmula siguiente para la obtención de la cantidad total de la muestra.

Tabla 2

Tamaño de la población

$$n = \frac{z \frac{\alpha^2}{2} \delta^2 N}{e^2(N - 1) + z \frac{\alpha^2}{2} \delta^2 N}$$

$$n = \frac{1.96^2 \times 0.50^2 \times 350}{0.05^2(350 - 1) + 1.96^2 \times 0.50^2 \times 350}$$

$$n = 183$$

Dónde:

N= Tamaño de la población

δ^2 = Varianza de la población

e= error de tolerancia

$Z_{\alpha^2/2}$ = valor de distribución normal, para nivel de confianza (1- α)

3.3.3. Muestreo

Para efectos del estudio se trabajó con un muestreo probabilístico y en específico un muestreo aleatorio simple finito, para lo cual se empleó una fórmula para establecer el tamaño de la muestra. (Arias, Villasís y Miranda, 2016).

3.4. Técnicas e instrumentos de recolección de datos

Técnicas: La Encuesta donde para Danel (2015), la encuesta es un método cuya razón es lograr registros de un grupo de sujetos previamente determinados a través del envío de una herramienta de interrogación seleccionada que puede ser diseñada de acuerdo con lo que se quiere adquirir de estos sujetos, derivados de una temática seleccionada.

Instrumentos: El Cuestionario, donde Levin y Rubín (2008) revelaron que esta variedad de dispositivo es la agrupación de ítems que tienen su idea en dimensiones-indicadores de una(s) variable(s) a estudiar, consintiendo alcanzar un objetivo o despejar una incertidumbre a través de la valuación estadística de los descubrimientos de la observación. En este sentido, hay que señalar que el estudio se basó totalmente en un cuestionario que incluyó 24 ítems derivados de la variable inteligencia emocional y los indicadores de esta, debiendo mencionar que fueron adaptados por el autor del estudio.

Validez: Se completó con la ayuda de la opinión profesional de tres expertos relacionados con la prioridad estudiada, que completaron una evaluación intensiva de los ítems impartidos, presentando los datos precisos para validar tanto el contenido como la estructura de la herramienta de medición, reforzada por el grado de fiabilidad de esta, lo que finiquitó dentro de la ratificación de la validez del dispositivo.

Tabla 3

Jueces expertos

Expertos	Aplicabilidad
Mgtr. Cruz Alexandra Saltos Cantillo	Aplicable
Mgtr. Joseline Patricia Herrera Álvarez	Aplicable
Mgtr. Marjorie Alvarado Zurita	Aplicable

Fuente: Elaboración propia

Confiabilidad: Galán (2009) indica que puede ser visible porque el nivel de fiabilidad alcanzado por una herramienta (cuestionario) gracias a un cálculo estadístico, que instituye lo fiable que puede ser un cuestionario para ser entregado a un grupo de sujetos permitiendo cosechar estadísticas fiables e indudables. Por los motivos antes mencionados, dentro de la revisión se utilizó el coeficiente alfa de Cronbach, el que exhibió un coeficiente de 0.804 el cual es cercano a 1; lo que sugiere que la herramienta de medición de la inteligencia emocional es notablemente confiable y puede ser alcanzada a la muestra sin inconvenientes.

3.5. Procedimientos

Como paso previo, se solicitó la correspondida autorización al director de la Unidad Educativa Teodoro Alvarado Olea apreciada para la observación, luego se procedió a la observación teórica de la variable a estudiar; para diseñar el dispositivo (cuestionario) a entregar a los escolares de la entidad; seguido se recibió la confiabilidad y validez del dispositivo. Posteriormente, se coordinó con dirección de la entidad el día y la hora de envío del hipervínculo del cuestionario para que sean respondidos; al mismo tiempo, se envió un vídeo tutorial a los alumnos sobre la forma de cumplimentar la herramienta, ya que las respuestas están limitadas por tiempo, igual que el acceso al cuestionario. Posteriormente, se compilaron los registros, se organizó una base de datos y se dio el procedimiento estadístico necesario para la exposición de resultados interesantes que pudieran permitir resolver las incógnitas formuladas en el estudio.

3.6. Método de análisis de datos

Una vez recogidos los registros de las encuestas, se sistematizaron en el programa estadístico IBM SPSS 26.0, en el que se procesaron y obtuvieron los hallazgos teniendo en cuenta los objetivos establecidos en el estudio. En este sentido, se realizó un análisis descriptivo y uno inferencial donde se plasmarán los hallazgos del estudio resumiendo, ordenando y analizando un conjunto de datos compactados por medio de la utilización de una gama de métodos y técnicas sin alterar los propios datos alcanzados sin necesidad de contar con una descripción previa que tenga que o que ser puesta a prueba. Para mostrar de forma fiable la conducta de lo que se estaba observando y para aclarar los objetivos previamente establecidos. Para un conocimiento más realista de los hallazgos, derivado de las dimensiones de la variable, se han completado análisis inferenciales, que se han ofrecido en tablas y figuras con sus respectivas posibilidades de frecuencia absoluta y porcentual, como es habitual en una investigación de esta calidad.

3.7. Aspectos éticos

Para las funciones de este estudio, es esencial decir que los derechos de autor se respetaron en el estudio, insertados por medio de APA (séptima Ed.) para el correcto citado y referenciado de las ideas de terceros que fueron consideradas dentro del estudio. Asimismo, se respetó las políticas y normas de la universidad para la presentación de investigaciones científicas, atesorando la confidencialidad y el anonimato de los miembros, asegurando que los estudios no afectaron de ninguna manera a su persona. Por otro lado, el estudio cumplió con los requisitos de originalidad de este, por lo cual la investigación no superó el 25% de similitud según reporte Turnitin. Finalmente, se puede confiar en que la investigación se realizó motivación, ética y honorabilidad para alcanzar los requisitos pertinentes para realizar un estudio con este tipo exigencia.

IV. RESULTADOS

4.1. Nivel de inteligencia emocional en estudiantes de básica superior de una institución educativa, Guayaquil 2022.

Tabla 4

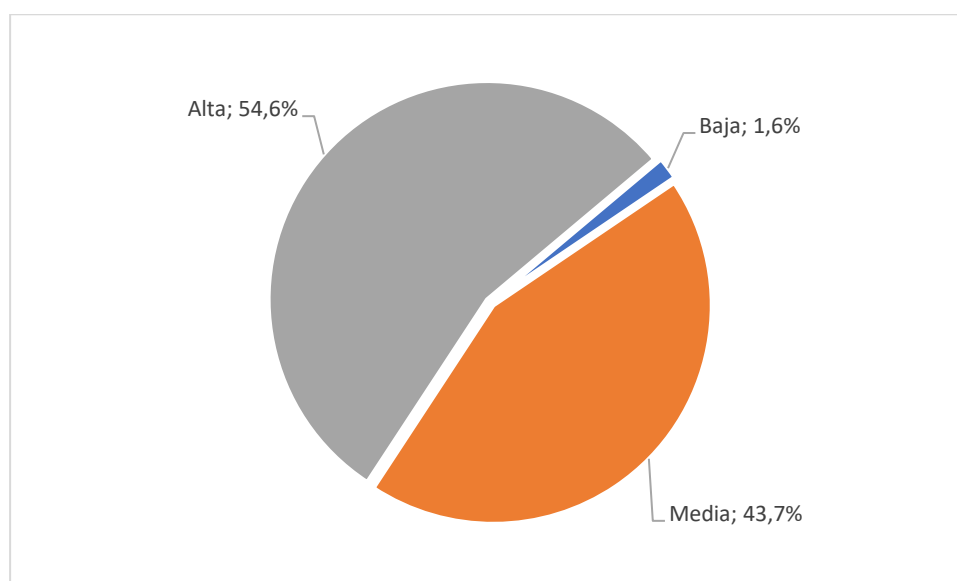
Nivel de inteligencia emocional de los estudiantes

		f	%
Inteligencia emocional	Baja	3	1,6
	Media	80	43,7
	Alta	100	54,6
	Total	183	100,0

Nota: Cuestionario aplicado a los estudiantes

Figura 2

Nivel de inteligencia emocional



Los resultados del estudio indican que el 54.6% evidencian un nivel alto de inteligencia emocional, mientras que el 43.7% presentan un nivel medio y el 1.6% un nivel bajo. Estos resultados dejan en evidencia que solo un poco más de la mitad de estudiantes tienen la capacidad de gestionar sus emociones y sentimientos, así como el de los demás; donde el resto de estos exhiben deficiencias para el

procesamiento interno como externo expresiones sentimentales propias de educandos en crecimiento físico y mental.

Tabla 5

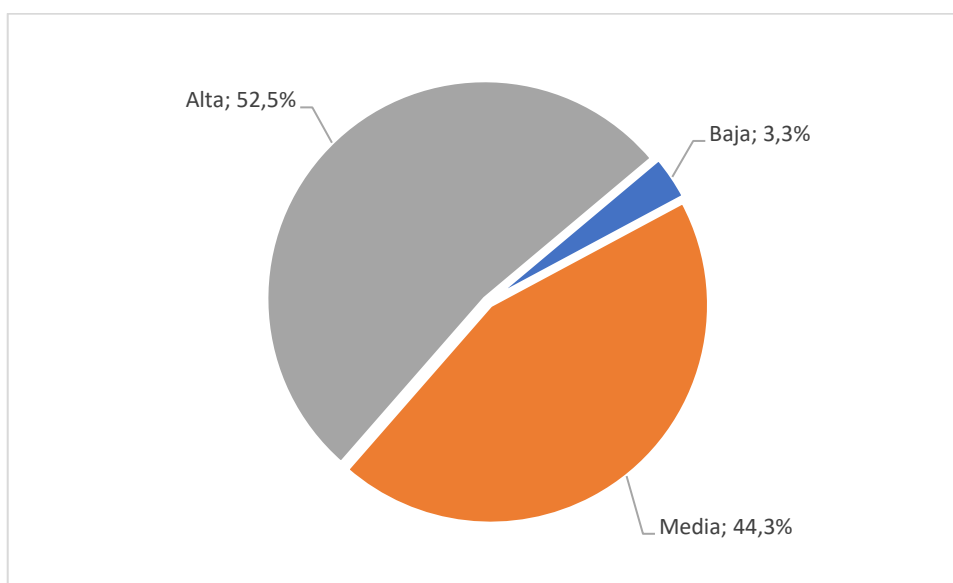
Nivel de atención emocional de los estudiantes

		f	%
Atención emocional	Baja	6	3,3
	Media	81	44,3
	Alta	96	52,5
	Total	183	100,0

Nota: Cuestionario aplicado a los estudiantes

Figura 3

Nivel de atención emocional



En cuanto a la atención emocional, el estudio muestra que el 52.5% evidencia un nivel alto, mientras que el 44.3% tiene un nivel medio y el 3.3% un nivel bajo. Los resultados indican que una ligera mayoría es capaz de tomar conciencia de las emociones y reconocer el significado de los sentimientos.

Tabla 6

Aspectos que definen la atención emocional

Aspectos ()	TD		D		I		A		TA	
	N.º	%	N.º	%	N.º	%	N.º	%	N.º	%
1. Presta atención a los sentimientos de sus compañeros	4	2,2	5	2,7	39	21,3	83	45,4	52	28,4
2. Frecuentemente te preocupas por lo que piensas	5	2,7	15	8,2	27	14,8	85	46,4	51	27,9
3. Frecuentemente dedicas tiempo a pensar en tus emociones	9	4,9	23	12,6	38	20,8	76	41,5	37	20,2
4. Piensas que vale la pena prestar atención a tus emociones	6	3,3	12	6,6	32	17,5	70	38,3	63	34,4
5. Dejas que tus sentimientos afecten tus pensamientos	20	10,9	51	27,9	48	26,2	43	23,5	21	11,5
6. Piensas en tu estado de ánimo contantemente	8	4,4	17	9,3	47	25,8	74	40,7	36	19,8
7. A menudo pienso en mis emociones	5	2,8	20	11,0	44	24,3	81	44,8	31	17,1
8. Presto mucha atención a como me siento	7	3,8	16	8,7	43	23,5	81	44,3	36	19,7

Nota: Cuestionario aplicado a los estudiantes

TD: Totalmente en desacuerdo. D: En desacuerdo, I: Indiferente, A: De acuerdo, TA: Totalmente de acuerdo.

Al analizar cada uno de los aspectos de la atención emocional, la mayoría de los estudiantes investigados, 73.8%, concuerda de alguna manera en que presta atención a los sentimientos de sus compañeros y una cifra similar, 74.3%, se preocupa frecuentemente por lo que piensa. Una cifra un poco menor, 61.7%, frecuentemente dedica a tiempo a pensar en sus emociones y el 72.7%, piensas que vale la pena prestar atención a tus emociones. También se encontró que muy pocos estudiantes, 35%, dejan que sus sentimientos afecten sus pensamientos, en tanto, el 60.5% piensa en su estado de ánimo contantemente, el 61.9% a menudo piensa en sus emociones y el 64% presta mucha atención a como se siente.

Tabla 7

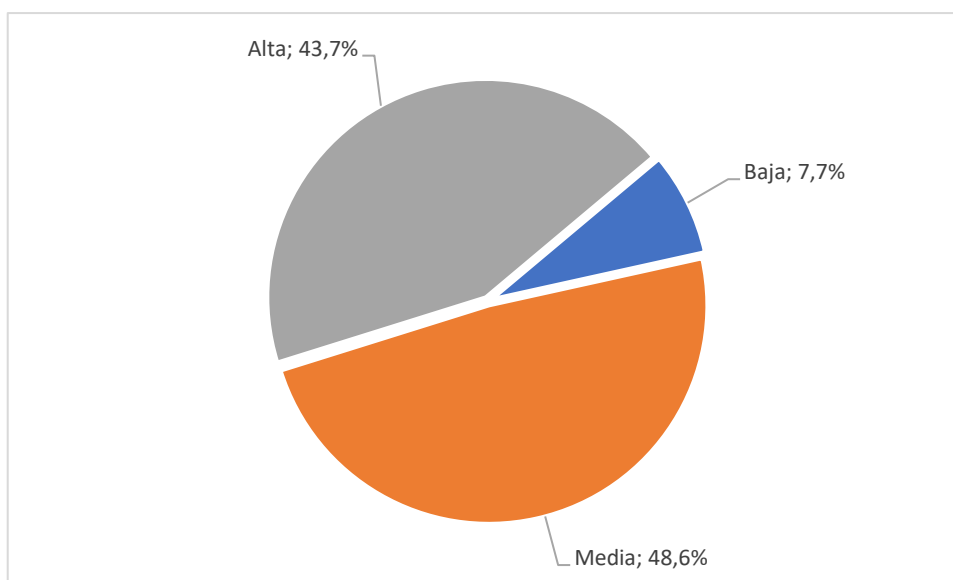
Nivel de claridad emocional de los estudiantes

		f	%
Claridad emocional	Baja	14	7,7
	Media	89	48,6
	Alta	80	43,7
	Total	183	100,0

Nota: Cuestionario aplicado a los estudiantes

Figura 4

Nivel de claridad emocional



Con respecto a la claridad emocional, el estudio revela que el 43.7% ha logrado un nivel alto, mientras que el resto, 48.6% y 7.7%, no han alcanzado un buen desarrollo, al evidenciar un nivel medio y bajo. Este aspecto de la inteligencia emocional es gestionado adecuadamente por menos de la mitad de estudiantes; son éstos los que reconocen, comprenden y distinguen las emociones en su interacción con el entorno social donde se desenvuelven; el resto de estudiantes evidencian una serie de deficiencias en este aspecto de la inteligencia emocional.

Tabla 8

Aspectos que definen la claridad emocional

Aspectos ()	TD		D		I		A		TA	
	N.º	%	N.º	%	N.º	%	N.º	%	N.º	%
9. Tienes claros tus sentimientos	9	5,0	18	9,9	43	23,8	73	40,3	38	21,0
10. Normalmente puedes definir cómo te sientes	5	2,7	27	14,8	41	22,4	74	40,4	36	19,7
11. Casi siempre sabes cómo te sientes	5	2,7	38	20,8	40	21,9	78	42,6	22	12,0
12. Con frecuencia sabes tus sentimientos con respecto a otras personas	7	3,9	21	11,6	54	29,8	75	41,4	24	13,3
13. Con frecuencia te das cuenta de tus sentimientos en diversas situaciones que experimentas	2	1,1	14	7,7	44	24,0	92	50,3	31	16,9
14. Siempre puedes expresar como te sientes	13	7,1	37	20,3	45	24,7	58	31,9	29	15,9
15. A veces puedes decir cuáles son tus sentimientos	11	6,0	36	19,7	49	26,8	67	36,6	20	10,9
16. Puedes llegar a comprender tus sentimientos	8	4,4	16	8,8	56	30,8	77	42,3	25	13,7

Nota: Cuestionario aplicado a los estudiantes

En relación con la claridad emocional, el estudio revela que el 61.3% de los estudiantes tiene claro sus sentimientos y una cifra similar, 60.1%, normalmente puede definir cómo se siente; cifras mucho menores, 54.6% y 54.7%, casi siempre sabe cómo se siente y con frecuencia sabe de sus sentimientos con respecto a otras personas. El estudio también encontró que el 67.2% de los investigados, con frecuencia se da cuenta de sus sentimientos en diversas situaciones que experimentas, el 47.8% siempre puede expresar como se siente, el 47.5% a veces puede decir cuáles son sus sentimientos y el 56% puede llegar a comprender sus sentimientos.

Tabla 9

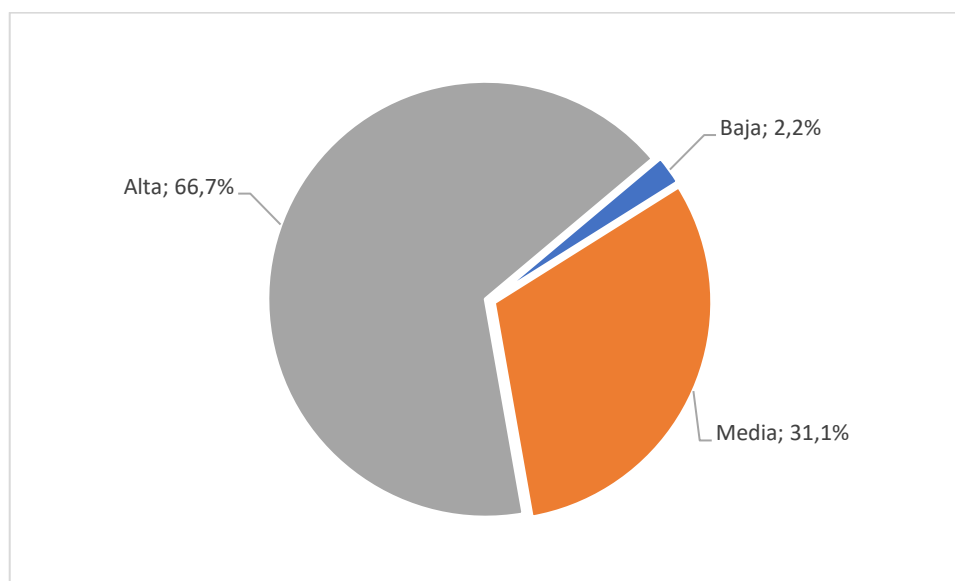
Nivel de reparación emocional de los estudiantes

		f	%
Reparación emocional	Baja	4	2,2
	Media	57	31,1
	Alta	122	66,7
	Total	183	100,0

Nota: Cuestionario aplicado a los estudiantes

Figura 5

Nivel de reparación emocional



La reparación emocional es el aspecto de la inteligencia emocional que más han desarrollado los estudiantes investigados; el 66.7% evidencia un nivel alto, mientras que el 31.1% y 2.2%, reflejan un nivel bajo. Si bien la mayoría de los estudiantes saben regular y controlar las emociones negativas y positivas, sin embargo, aún hay una cifra importante que no ha logrado dicho control.

Tabla 10

Aspectos que definen la reparación emocional

Aspectos ()	TD		D		I		A		TA	
	N.º	N.º	N.º	N.º	N.º	N.º	N.º	N.º	N.º	N.º
17. Aunque de vez en cuando te sientes triste, sueles tener una mentalidad positiva	7	3,8	24	13,1	27	14,8	74	40,4	51	27,9
18. Aunque te sientas mal anímicamente, procuras pensar en cosas agradables	7	3,8	15	8,2	27	14,8	89	48,6	45	24,6
19. Cuando estas triste, sueles pensar en las cosas buenas de la vida	6	3,3	24	13,1	33	18,0	69	37,7	51	27,9
20. Intentas tener pensamientos positivos, aunque por dentro te sientas mal	5	2,7	10	5,5	27	14,8	90	49,2	51	27,9
21. Si piensas demasiado sobre un tema, enredándote cada vez más; tratas de calmarte	3	1,6	21	11,5	37	20,2	89	48,6	33	18,0

22. Te preocupas por tener un buen estado de ánimo	6	3,3	14	7,7	46	25,1	76	41,5	41	22,4
23. Tienes mucha energía cuando te sientes feliz	2	1,1	5	2,7	13	7,1	67	36,6	96	52,5
24. Cuando te enfadas intentas cambiar tu estado de ánimo	5	2,7	14	7,7	44	24,0	67	36,6	53	29,0

Nota: Cuestionario aplicado a los estudiantes

Al evaluar los aspectos de la reparación emocional, el estudio encontró que el 68.3% de los estudiantes suele tener una mentalidad positiva, aunque de vez en cuando se sienta triste; una cifra un poco mayor, 73.2%, frecuentemente procura pensar en cosas agradables, aunque se sienta mal anímicamente, mientras que el 65.6%, cuando esta triste, suele pensar en las cosas buenas de la vida. El estudio muestra asimismo que el 77.1% intenta tener pensamientos positivos, aunque por dentro se sienta mal, el 66.6 trata de calmarse, cuando piensa sobre un tema que lo enreda cada vez más. Una cifra similar, 63.9%, se preocupa por tener un buen estado de ánimo, el 89.1% considera que tiene mucha energía cuando se siente feliz y el 65.6%, cuando se enfada, intenta cambiar su estado de ánimo.

V. DISCUSIÓN

En este apartado se abordará la discusión de los hallazgos mostrados en el acápite anterior en el cual se exhibieron los hallazgos más resaltantes de los sujetos de estudio con respecto al comportamiento de la inteligencia emocional de estos la cual a comienzos del estudio se mostró una categorización de situaciones y dificultades observadas en los educandos al momento de procesar las emociones de compañeros y las propias; donde en algunos casos se apreció rasgos de indiferencia, estrés irritabilidad, aislamiento, etc.; situaciones que distorsionan el proceso de asimilación de conocimientos de los educandos ya que aletarga el trabajo en equipo y colaborativo, plasmándose en el récord académico de los educandos.

Esta situación se derivó del desconocimiento de los intereses de los educandos tanto de los padres como de los educadores, quienes en muchos casos suelen cumplir sólo con la figura paterna más sin inmiscuirse en el procesamiento emocional de sus hijos y alumnos, por lo que son incapaces de entender el accionar de estos hasta que empieza a afectar tanto su vida personal como académica como un resultante de las clases que tras la pandemia paso a ser híbrida.

Ante esto, Ruiz (2020) alegó que la inteligencia emocional tiende a ser considerada como una facción dentro del ámbito educativo la cual facilita la estructuración de técnicas didácticas que apuntan a fomentar asertivamente el comportamiento del alumno. Siendo imperativo precisar que tras la aparición del Codiv-19 los educandos han presentado diversos traumas mentales que han sobresaltado su convivencia personal y social, siendo vital comenzar a metodizar la formación desde un enfoque emocional, ya que la población estudiantil se ha visto afectada por escenarios dignos de ciencia ficción como resultado de un virus que atacó a la población mundial a diestra y siniestra, trayendo consigo problemas económicos, familiares, sociales y por supuesto psicológicos a adultos como a niños quienes sufrieron en solitario por el confinamiento prolongado y más aún tras volver a clases de forma digital afrontando una nueva forma de vida que limitó y sobrecargó su capacidad emocional. (Rosero et al., 2021)

Por lo expuesto a continuación, se abordarán los hallazgos más resaltantes del estudio, empezando con el objetivo de investigación primordial, el cual fue determinar el nivel de inteligencia emocional en estudiantes de básica superior de una institución educativa, Guayaquil 2022. En el cual los datos plasmados en la tabla 2 dejaron ver que un 54,6% de los educandos exhibió un nivel alto de inteligencia emocional, información que asciende a 100 educandos, sin embargo, un 43,7% u 80 educandos se enmarcó en un nivel regular de inteligencia emocional y 3 educandos mostraron un nivel bajo de control de sus emociones. Lo cual implica que un alto porcentaje de educandos no procesa sus emociones y las que percibe en su entorno educativo de forma idónea según los datos alcanzados; a la vez que mostró un pequeño grupo que exhibió no poder procesar situaciones emocionales.

Estos datos guardan relación con los presentados por Coloma (2022) donde se aplicó un taller de inteligencia emocional el cual mostró un valor de T de Student, p-valor de 0,000 dando a entender que el taller de inteligencia emocional fortaleció de forma muy positiva la gestión escolar; a la vez que acrecentó el nivel de aprendizaje de los educandos.

Por otro lado, según Salovey y Mayer (1997) la inteligencia emocional es el arte de gestionar las emociones, los sentimientos, diferenciarlos y utilizar este conocimiento para realizar los propios movimientos y pensamientos. También incluye la pericia de expresar las emociones con precisión en un determinado entorno ya sea educativo o social. Lo expuesto anteriormente mostraron que, si bien un gran grupo de educandos tiene completo dominio de sus emociones, existe un considerable grupo que no procesa de la misma forma las emociones e incluso otro grupo que tiene serios problemas para hacer, situación que se pudo apreciar en el rendimiento académico de los alumnos y que de no mejorarse traerá serias repercusiones sobre la vida escolar y social de estos.

Con respecto al objetivo uno sobre Caracterizar el nivel de la dimensión Atención emocional en estudiantes de básica superior de una institución educativa, los datos en la tabla tres dejaron ver que en cuanto a la atención emocional un 52,5% de educandos mostró un nivel alto, un considerable 44,3% un nivel medio y 6 educandos un nivel bajo. Por otro lado, los datos en la tabla 4 mostraron que los aspectos que mejor definen la atención emocional fueron que los educandos

prestan atención a los sentimientos de sus compañeros según el 45,4% de estos; otro 46,4% piensa seguido en sus sentimientos y un 44,8% seguid piensa en sus emociones y en las de terceros. Información que da a entender que existe un grupo considerable de alumnos que tiene problemas reconocer las emociones de sus compañeros y personas de su entorno mientras estos intentar darle significado a lo que perciben durante sus sesiones de clase.

Estos datos concuerdan con los presentados por Valdiviezo & Rivera (2022) donde se encontró que el Covid generó que se amplie la complejidad de la inteligencia emocional en educandos de diversas áreas geográficas; así como un especial interés en la dimensión claridad, atención y humanidad las cuales mostraron un bajo desarrollo de las mismas por lo que es preciso que el docente a cargo de los educandos le dé énfasis a estos temas a fin de potenciar el nivel de inteligencia emocional de los educandos de América Latina y el Caribe. Estos datos se refuerzan con lo planteado por Salovey y Mayer (1997; citado por Anzelin et al., 2020) quienes alegaron que la atención emocional implica que el educando debe ser capaz de percibir imparcialmente las emociones de las personas de su entorno a fin de poder entenderlas a posterior y ser capaz de adecuarse al contexto que se le presente, por ende, puede conceptualizarse como el acto lucido (consciente) de las emociones lo cual implica contar con la facultad para poder reconocer eficientemente los sentimientos u emociones de los demás, mientras se es capaz de identificar e interiorizar el significado de estos.

Lo antes acotado, mostró que un buen número de educando no percibe imparcialmente las emociones de sus compañeros tal cual se mostró en el alto nivel de educandos que se enmarco en un nivel medio de atención emocional, por lo que se pudo deducir que los problemas de carácter emocional van en aumento en la población estudiantil objeto de estudio.

En referencia al objetivo dos sobre establecer el nivel de la dimensión Claridad emocional en estudiantes de básica superior de una institución educativa, los hallazgos en la tabla 5 dejaron ver valores muy cercanos entre los niveles alto y medio donde el nivel alto alcanzó un 43,7% de los encuestados, mientras que el nivel medio un 48,6%, debiendo precisar que en esta dimensión se elevó el porcentaje de educando con un nivel bajo el cual fue de 7,7%; a esto se le suma

los datos en la tabla 6 los cuales mostraron que un 40,3% de los educandos tienen claros sus sentimientos, mientras que un 42,6% alegaron que siempre saben cómo se sienten y un 41,4% conocen sus sentimientos en comparación a los de sus compañeros.

Por otro lado, un 50,3% de los encuestados es capaz de entender sus sentimientos bajo diversos contextos; mientras un 47,8% es capaz de expresar fehacientemente sus sentimientos. Estos datos nos dan a entender que en promedio de los sujetos de estudio la mitad de estos, son capaces de entender y conocer sus propias emociones para poder ser capaz de entender a sus compañeros; datos que no son muy satisfactorios debido a que el porcentaje de alumnos con deficiencias emocionales aumentó en esta dimensión; donde la cantidad de educandos con problemas se duplicó básicamente, indicando que esta dimensión es más sensible que la anterior y, por ende, es preciso tomar medidas de mejora.

Estos datos guardan relación con los alcanzados por Lupaca et al. (2022) donde se concluyó que la inteligencia emocional se vincula de forma positiva, directa y moderada con la educación virtual lo cual dejó ver que esta se vio trastocada como consecuencia de la aparición del covid, mostrando un bajo control de sus emociones lo cual se vio mejorado tras las sesiones de clase y asesoría de forma virtual. Otro estudio con el que tiene resultados similares fue el de Zela (2022) donde se encontró que la inteligencia emocional se ve afectada por el funcionamiento familiar, donde se encontró una vinculación moderada pero significativa entre estas con un coeficiente $r=0,465^{**}$ con una $\text{Sig.}=0,000$; lo cual dejó ver que en la medida en que mejore el funcionamiento familiar lo mismo sucederá con el nivel de inteligencia emocional de educandos del nivel secundario. Debiendo precisar que el 95% de los educandos mostraron niveles de inteligencia emocional promedio y alto, a la vez que mostraron un nivel alto en la dimensión claridad indicado por el 68% de los encuestados.

Ante lo acotado, Salovey y Mayer (1997; citado por Anzelin et al., 2020) dieron a entender que la claridad emocional debe entenderse como la atribución del conocimiento y entendimiento de las emociones propias del educando, el cual debe ser capaz de diferenciar las unas de las otras; mientras entiende la evolución y

nacimiento de estas en su interior y como estas se integran a la forma en que piensa y actúa el educando, es decir, si el educando no se conoce a sí mismo no será capaz de entender a los demás. Los datos mostrados permitieron ver que la inteligencia emocional se puede ver favorecida no sólo por la educación tradicional, sino también por el seguimiento académico al estudiante de forma digital, debiendo señalar que el control emocional de los educandos se distorsionó como derivado del confinamiento al que estuvieron expuestos la totalidad de estudiantes del plantel objeto de estudio; donde la familia puede ser un apoyo fundamental en el crecimiento emocional de los educandos.

Por último, en referencia al objetivo 3, referido a caracterizar el nivel de la dimensión Reparación emocional en estudiantes de básica superior de una institución educativa. Los datos alcanzados en la tabla 7 dejaron ver que un 66,7% alegan tener un nivel alto de reparación emocional, mientras que un 31,1% un nivel intermedio; donde sólo unos pocos aparecieron con un nivel bajo, lo cual implica que estos no regulan bien sus emociones; por otro lado, los datos en la tabla 8 mostraron que un 68,3% de los educandos es capaz de mantener una mente positiva a pesar de sentirse triste, al igual que un 48,6% no piensa mucho las cosas para no confundirse; mientras que un 45,6% intenta cambiar su estado de ánimo cuando está enfadado, dato que se encontró por debajo del nivel de educandos que busca tener un constante estado de ánimo positivo el cual fue de 63,9%.

Estos datos guardan diferencias con los mostrados por Cáceres et al. (2020) quien encontró que los educandos mostraron una limitada inteligencia emocional por lo que les es difícil interactuar con sus compañeros de clase donde un 64% de estos prefieren realizar los trabajos en solitario que en grupo; en cuanto a la dimensión intrapersonal un 78,1% mostraron que no se conocen a sí mismos y se muestran inseguros al momento de intentar resolver alguna situación controversial en el aula de clase. Bajo la premisa anterior la inteligencia emocional podría entenderse como una particularidad notable para el incremento de su autoestima y su acoplamiento en la sociedad, que, como resultado de su perfeccionamiento, incorpora el cumplimiento de sus deseos en todas las etapas de su vida (Anzelin et al., 2020).

Mientras que Salovey y Mayer (1997; citado por Anzelin et al., 2020) consideran que la reparación emocional implica que el educando tras conocerse a sí mismo y

los demás a la vez que entiende las emociones y comportamiento de los demás, este debe ser más que capaz para regular sus emociones ante cualquier situación de cualquier índole que se le presente mientras este controla eficientemente las emociones positivas y negativas que se presenten como derivado del contexto que le toque experimentar al educando. En suma, los datos mostraron como unos bajos niveles de inteligencia emocional y en concreto reparación emocional, pueden ocasionar que el desarrollo social y educativo de un estudiante se vea limitado debido a que no se genera en este un aprendizaje colaborativo, el cual es de suma importancia para poder crecer académicamente en el ámbito escolar.

VI. CONCLUSIONES

1. A nivel general se puede concluir que la mayor parte de los educandos mostró un nivel alto de inteligencia emocional (54,6%), debiendo precisarse que un grupo considerable (43,7) se enmarcó en un nivel regular por lo que es preciso implementar mejoras que reduzcan el índice mostrado.
2. Con respecto a la dimensión atención emocional, esta presentó datos similares a la variable inteligencia emocional, donde un 52,5% de los educandos mostró un nivel alto en esta dimensión, mientras que un alarmante 44,3% se posicionó en un nivel regular.
3. En referencia a la dimensión claridad emocional, se puede concluir que un número similar de educandos se enmarcó entre los niveles alto y medio donde en el alto fue 43,7%, cifra que fue menor al nivel medio el cual tuvo al 48,6% de los encuestados, indicando que son más los educandos que tienen problemas para entender y conocer los sentimientos propios y de terceros.
4. Finalmente, con respecto a la dimensión reparación emocional se pudo concluir que la mayor parte de los educandos exhibió un nivel alto en esa dimensión según el 66,7%, mientras que un 31,1% se enmarcó en un nivel medio, por lo que será preciso imponer medidas para mejorar estos índices.

VII. RECOMENDACIONES

1. A la dirección de la entidad educativa articular programas psicoeducativos que permitan promover y desarrollar diversos métodos de interacción entre estudiantes; a fin de que estos sean capaces de trabajar grupal y colaborativamente con sus compañeros y que estos puedan acoplarse activamente a las sesiones de clase.
2. Al departamento académico del plantel, en colaboración con el departamento psicológico aprovechar las bondades de los medios digitales, a fin de implementar sesiones y capacitaciones educativas acerca de gestión emocional dirigida a educadores-educandos ya que los educandos no perciben mucho las emociones de sus compañeros, por lo que sesiones de trabajo con estos promoverá la adquisición de nuevos métodos para potenciar y manejar la atención emocional que los educandos poseen.
3. Al departamento de recursos humanos promover talleres de orientación al personal docente con respecto al desarrollo y promoción de habilidades sociales debido a que muchos educandos son incapaces de entender las emociones propias; donde estos talleres permitirán fortalecer los conocimientos y nociones de los educandos a fin de que estos puedan comprender las emociones de sus compañeros y personas de su entorno.
4. A los educadores del plantel, desarrollar sesiones educativas sobre trabajo en equipo, trabajo colaborativo, habilidades blandas y juegos lúdicos a fin de fortificar el procesamiento emocional de los educandos y en específico la reparación emocional, conductas observables, componentes cognitivos y emocional en los educandos vistos como poco adecuados.

REFERENCIAS

- Anzelin, I., Gutiérrez, I., & Choconta, J. (2020). Relationship between emotion and teaching-learning processes: state of knowledge. *Sophia-Educación*, 16(1). <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.18634/sophiaj.16v.1i.1007>
- Arias Gómez, J., Villasís Kever, M. A., & Miranda Novales, M. G. (2016). El protocolo de investigación III: la población de estudio. *Revista Alegría México*, vol. 63(no. 2), 204.
- Arias Gonzales, J. (2020a). *Proyecto de tesis. Guía para la elaboración*. Arequipa, Perú: Biblioteca Nacional del Perú.
- Arias Gonzáles, J. (2020b). *Técnicas e instrumentos de investigación científica*. Enfoques Consulting EIRL. Obtenido de <http://hdl.handle.net/20.500.12390/2238>
- Arias Gonzáles, J. L., & Covinos Gallardo, M. (2021). *Diseño y Metodología de la Investigación* (Primera edición digital ed.). Arequipa, Perú: Enfoques Consulting EIRL.
- Arias, F. (2012). *El proyecto de investigación*. Venezuela: Editorial Episteme.
- Banco Interamericano de Desarrollo. (2020). *Educación más allá del COVID-19*. BID. Obtenido de <https://publications.iadb.org/publications/spanish/document/Hablemos-de-politica-educativa-en-America-Latina-y-el-Caribe-1-iadb.org/publications/spanish/document/Hablemos-de-politica-educativa-en-America-Latina-y-el-Caribe-1-Educacion-mas-alla-del-COVID-1>
- Barrios Tao, H., & Gutiérrez de Piñeres Botero, C. (2020). Neurosciences, Emotions and Higher Education: A Descriptive Review. *Estudios pedagógicos (Valdivia)*, 46(1). <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.4067/S0718-07052020000100363>
- Cabrera Canelo, M. (2021). *Análisis de la inteligencia emocional en estudiantes del 3° grado de secundaria de una I.E. en Chíncha Alta - Ica*. Universidad Nacional de Huancavelica. Obtenido de

<https://repositorio.unh.edu.pe/bitstream/handle/UNH/3638/TESIS-SEG-ESP-FED-2021-CABRERA%20CANELO.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Cáceres Mesa, M., García Cruz, R., & García Robelo, O. (2020). The management of emotional intelligence in high school students. An exploratory study at a telesecundaria in México. *Conrado*, 16(74). Obtenido de http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1990-86442020000300312

Cervantes Castro, L., & Castro Castaño, M. (2021). *La inteligencia emocional como estrategias que fortalece el rendimiento académico de los estudiantes*. Universidad de la Costa. Obtenido de <https://repositorio.cuc.edu.co/bitstream/handle/11323/8814/La%20inteligencia%20emocional%20como%20estrategia%20que%20fortalece%20el%20rendimiento%20acad%C3%A9mico%20de%20los%20estudiantes.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Cisneros Tenorio, A. (2020). *Programa de habilidades de procesamiento emocional en el incremento de la inteligencia emocional de estudiantes de secundaria*. Universidad César Vallejo. Obtenido de <https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/40170>

Coloma Coloma, J. (2022). *Talleres de inteligencia emocional para el fortalecimiento de la gestión escolar de una institución educativa de Guayaquil, 2022*. Universidad César Vallejo. Obtenido de <https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/42259>

Concytec. (2018). *Reglamento de calificación, clasificación y registro de los investigadores del sistema nacional de ciencia, tecnología e innovación tecnológica - Reglamento Renacyt*. CONCYTEC. Obtenido de https://portal.concytec.gob.pe/images/renacyt/reglamento_renacyt_version_final.pdf

Contreras, R., & Sandoval, A. (2019). Emotional intelligence and its influence on managements of the universities of san martin province. *Academy of Strategic Management Journal*, 18(6). Obtenido de <https://www.abacademies.org/articles/Emotional-intelligence-and-its->

influence-on-managements-of-the-universities-of-san-martin-province-1939-6104-18-6-464.pdf

- Corbetta, P. (2007). *Metodología y técnicas de la investigación social* (1° Edición. ed.). Madrid, España: Mc Graw-Hill./Interamerica.
- Danel Ruas, O. O. (2015). *Metodología de la investigación. Población y muestra*. La Habana: Universidad de Ciencias Médicas de La Habana.
- Estela Paredes, R. (2020). *Investigación Propositiva*. Trujillo: Instituto de Educación Superior Pedagógico Público Indoamerica. Recuperado el 05 de julio de 2021, de <https://es.calameo.com/read/006239239f8a941bec906>
- Galán Amador, M. (2009). *Metodología de la Investigación*. Bogotá, Colombia: Universidad Santo Tomas.
- Habib, S. (2020). A correlational study of family relationship and emotional intelligence among the college going girls. *The International Journal of Indian Psychology*, 8(2). <https://doi.org/10.25215/0802.147>
- Jarrin Beltrán, L. (2021). *Estrategias De Aprendizaje Y Rendimiento Escolar En Estudiantes De Tercero De Bachillerato De Una Unidad Educativa De Guayaquil, 2020*. Universidad César Vallejo. Obtenido de <https://hdl.handle.net/20.500.12692/61980>
- Levin, R., & Rubin, D. (2008). *Estadística para Administración y Economía*. Mexico: Camara Nacional de la Industria Editorial Mexicana.
- Lupaca Córdova, M., Vivar Bravo, J., Vivar Bravo, C., Fernandez Perez, Y., Vicente Huapaya, C., Camán Vigo, R., . . . Jesus Carbajal, O. (2022). Emotional intelligence and virtual education in high school students of the I. E. 3022 Lima, 2021. *Horizontes. Revista de Investigación en Ciencias de la Educación*, 6(25). <https://doi.org/https://doi.org/10.33996/revistahorizontes.v6i25.432>
- Menacho Vargas, I., Jaramillo Ostos, D., Pérez Collantes, R., & Rivera Zamudio, J. (2022). Emotional intelligence and its influence on the institutional climate in regular basic education teachers in times of covid-19. *Archivos Venezolanos*

de *Farmacología y Terapéutica*, 41(1).
<https://doi.org/http://doi.org/10.5281/zenodo.6371232>

Menacho Vargas, I., Jaramillo Ostos, D., Pérez Collantes, R., & Rivera Zamudio, J. (2022). Emotional intelligence and its influence on the institutional climate in regular basic education teachers in times of covid-19. *AVFT Archivos Venezolanos de Farmacología y Terapéutica*, 41(1).
<https://doi.org/http://doi.org/10.5281/zenodo.6371232>

Mina Redactora, Y. (17 de mayo de 2022). *Elcomercio*. Obtenido de <https://www.elcomercio.com/actualidad/ecuador/salud-mental-estudiantes-retorno-clases.html>

Morales Sánchez, L., Ruiz González, P., Merchán Clavellino, A., & Guil, R. (2018). Emotional training program in middle-school students with low academic performace. *International Journal of Developmental and Educational Psychology*, 3(1). Obtenido de <https://www.redalyc.org/journal/3498/349856428010/html/>

Organización de las Naciones Unidas para la Educación, I. C. (2021). *Educación Pospandemia: Salud mental y prevención de la violencia con la comunidad educativa*. UNESCO. Obtenido de <https://es.unesco.org/sites/default/files/doc-memoria-foro-educacion-post-pandemia.pdf>

Orozco, M. (2021). Emotional intelligence, empathy and warmth as protective factors against physical aggression in adolescents. *Revista CES Psicología*, 14(2). <https://doi.org/https://doi.org/10.21615/CESP.5222>

Paredes Vásquez, L. (2021). *Propuesta para mejorar la inteligencia emocional en estudiantes de una institución educativa, Huaraz, 2021*. Universidad César Vallejo. Obtenido de <https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/82584>

Pazmiño Amagua, M. J. (2022). *Inteligencia emocional y rendimiento académico en estudiantes de educación primaria de una escuela fiscal de Quito en situación de pandemia por Covid - 19*. Universidad Central del Ecuador.

Obtenido de <http://www.dspace.uce.edu.ec/bitstream/25000/26878/1/FCP-CPIPR-PAZMI%C3%91O%20MARIA.pdf>

Quispe Malaver, G. (2020). *Inteligencia emocional y el desempeño docente en las clases virtuales de los profesores de la Red 22, Los Olivos, 2020*. Universidad César Vallejo. Obtenido de https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/53090/Quispe_MGE-SD.pdf?sequence=1

Robalino Torres, K. (2020). *Inteligencia emocional y habilidades sociales en niños de quinto básica de una Institución Educativa, Guayaquil 2020*. Universidad César Vallejo. Obtenido de https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/49799/Robalino_TKN%20-%20SD.pdf?sequence=1

Rodríguez Artacho, A. (2022). *Diseño de un programa de educación emocional para la prevención de la salud mental en estudiantes de secundaria*. Comillas. Universidad Pontificia. Obtenido de <https://repositorio.comillas.edu/xmlui/bitstream/handle/11531/64462/TFG-%20Rodriguez%20Artacho%2C%20Alba.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Rosero Morales, E., Córdova Viteri, P., & Balseca Acosta, A. (2021). Emotional Intelligence in infants: Aspects to consider in post-pandemic classrooms. *Revista Arbitrada Interdisciplinaria Koinonía*, 6(11), 231. Obtenido de <https://www.redalyc.org/journal/5768/576868768016/html/>

Rubiños Vizcarra, M., Gutiérrez Álvarez, D., Rodríguez Moreno, R., & Valverde Zavaleta, S. (2021). Emotional Intelligence and Resilience in Elementary School Students, Pueblo Nuevo – 2021. *Polo del conocimiento*, 6(12). <https://doi.org/10.23857/pc.v6i12.3438>

Rubio Gaviria, D., & Jiménez Guevara, J. (2021). Constructivism and technologies in education. Between innovation and learning to learn. *Revista Historia de la Educación Latinoamericana*, 23(36). <https://doi.org/https://doi.org/10.19053/01227238.12854>

- Ruiz Cuéllar, G. (2020). Covid-19: Thinking about Education in an Unprecedented Scenario. *Revista mexicana de investigación educativa*, 25(85). Obtenido de http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1405-66662020000200229
- Sacón, M., Atiaja, L., Lema, G., Guato, N., Castillo, A., Chávez, W., . . . Cerezo, S. (2020). *Contención emocional a las familias en situaciones de crisis*. Ministerio de Educación del Ecuador. Obtenido de <https://educacion.gob.ec/wp-content/uploads/downloads/2021/03/Guia-Contencion-Emocional.pdf>
- Tamayo y Tamayo, M. (2003). *El proceso de la Investigación Científica*. Mexico D.F.: Editorial Limusa S.A.
- Valdez Alejandro, F. J. (2012). *Teorías educativas y su relación con las tecnologías de la información y de la comunicación (TIC)*. México: Universidad Nacional Autónoma de México. Recuperado el 27 de junio de 2021, de <http://congreso.investiga.fca.unam.mx/es/>
- Valdiviezo Loayza, M., & Rivera Muñoz, J. (2022). Emotional intelligence in education, a systematic review in Latin America and the Caribbean. *Revista peruana de investigación e innovación educativa*, 2(2). <https://doi.org/https://doi.org/10.15381/rpiiedu.v2i2.22931>
- Vera Manchego, A. (2019). *Programa para mejorar la inteligencia emocional en estudiantes de secundaria, Arequipa - 2018*. Universidad Nacional San Agustín de Arequipa. Obtenido de <http://repositorio.unsa.edu.pe/bitstream/handle/UNSA/8657/PSMvemaam.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Zela, R. (2022). Emotional intelligence and family functioning in teenager high school students. *Revista Científica de Ciencias de la Salud*, 15(1). <https://doi.org/https://doi.org/10.17162/rccs.v15i1.1754>

ANEXOS

Anexo 01. Matriz de operacionalización

VARIABLES	DEFINICIÓN CONCEPTUAL	DEFINICIÓN OPERACIONAL	DIMENSIONES	INDICADORES	ÍTEMS	ESCALA DE MEDICIÓN
V 1 (Fáctica) Inteligencia emocional	Según Salovey y Mayer (1997) la inteligencia emocional es el arte de gestionar las emociones, los sentimientos, diferenciarlos y utilizar este conocimiento para realizar los propios movimientos y pensamientos. También incluye la pericia de expresar las emociones con precisión en un determinado entorno ya sea educativo o social	La cual se considera como la capacidad para procesar emociones, por lo que se diseñó un cuestionario que constó de 24 ítems que evalúan las dimensiones de estudio.	Atención emocional	<ul style="list-style-type: none"> • Toman conciencia de las emociones • Reconocen el significado de los sentimientos 	1-8	Ordinal
			Claridad emocional	<ul style="list-style-type: none"> • Reconocen y comprenden las emociones • Distinguen las emociones 	9-16	2 (En desacuerdo) 3 (Ni de acuerdo ni en desacuerdo)
			Reparación emocional	<ul style="list-style-type: none"> • Regulan y controlan las emociones negativas • Regulan y controlan las emociones positivas 	17-24	4 (De acuerdo) 5 (Totalmente de acuerdo)

VARIABLES	DEFINICIÓN CONCEPTUAL	DEFINICIÓN OPERACIONAL	DIMENSIONES	INDICADORES	ESCALA DE MEDICIÓN
V 2 (Teórica) Programa “ yo me conozco”	Un programa derivado de la inteligencia emocional busca potenciar el control emocional de los educandos por medio del despliegue de estrategias didácticas que aborden tanto el nivel académico como cognitivo del educando a fin de que este se conozca a sí mismo, comprendiendo a los demás en el proceso, lo cual le permitirá crecer académicamente y disfrutar su vida escolar. (Vera, 2019)	Para efectos del trabajo se desarrolló una propuesta que permitirá potenciar el desarrollo de la inteligencia emocional de los educandos, la cual constó con 10 sesiones de trabajo.	Intrapersonal	<ul style="list-style-type: none"> • Sesión 1 • Sesión 2 • Sesión 3 • Sesión 4 	Ordinal
			Interpersonal	<ul style="list-style-type: none"> • Sesión 5 • Sesión 6 	
			Adaptabilidad	<ul style="list-style-type: none"> • Sesión 7 • Sesión 8 	
			Manejo de estrés	<ul style="list-style-type: none"> • Sesión 9 • Sesión 10 	
			Estado de ánimo	<ul style="list-style-type: none"> • Sesión 11 • Sesión 12 	

Anexo 2: Instrumentos de recolección de datos

CUESTIONARIO SOBRE INTELIGENCIA EMOCIONAL

El presente cuestionario es parte de una investigación para optar el título de Magíster en Docencia universitaria. La información brindada es de suma importancia no solo a nivel personal sino también a nivel institucional, porque servirá para conocer algunos aspectos clave sobre la inteligencia emocional en estudiantes.

La encuesta presenta respuestas de carácter confidencial, estando de antemano muy agradecidos con sus respuestas. Marque con un aspa (x) la casilla que considere que se ajuste a su criterio.

1	2	3	4	5
Totalmente en desacuerdo	En desacuerdo	Ni de acuerdo ni en desacuerdo	De acuerdo	Totalmente de acuerdo

N°	ÍTEMS	1	2	3	4	5
Dimensión: Atención emocional						
1	Presta atención a los sentimientos de sus compañeros					
2	Frecuentemente te preocupas por lo que piensas					
3	Frecuentemente dedicas tiempo a pensar en tus emociones					
4	Piensas que vale la pena prestar atención a tus emociones					
5	Dejas que tus sentimientos afecten tus pensamientos					
6	Piensas en tu estado de ánimo constantemente					
7	A menudo pienso en mis emociones					
8	Presto mucha atención a como me siento					
Dimensión: Claridad emocional						
9	Tienes claros tus sentimientos					
10	Normalmente puedes definir cómo te sientes					
11	Casi siempre sabes cómo te sientes					
12	Con frecuencia sabes tus sentimientos con respecto a otras personas					
13	Con frecuencia te das cuenta de tus sentimientos en diversas situaciones que experimentas					
14	Siempre puedes expresar como te sientes					

15	A veces puedes decir cuáles son tus sentimientos					
16	Puedes llegar a comprender tus sentimientos					
Dimensión: Reparación emocional						
17	Aunque de vez en cuando te sientes triste, sueles tener una mentalidad positiva					
18	Aunque te sientas mal anímicamente, procuras pensar en cosas agradables					
19	Cuando estas triste, sueles pensar en las cosas buenas de la vida					
20	Intentas tener pensamientos positivos, aunque por dentro te sientas mal					
21	Si piensas demasiado sobre un tema, enredándote cada vez más; tratas de calmarte					
22	Te preocupas por tener un buen estado de ánimo					
23	Tienes mucha energía cuando te sientes feliz					
24	Cuando te enfadas intentas cambiar tu estado de ánimo					

Edad:

Sexo: M () F ()

Muchas gracias por su tiempo.

Anexo 03. Confiabilidad del instrumento

	FORMATO DE REGISTRO DE CONFIABILIDAD DE INSTRUMENTO	ÁREA DE INVESTIGACIÓN
---	---	-----------------------

I. DATOS INFORMATIVOS

1.1. ESTUDIANTE	María Cristina Molina Villalva
1.2. TÍTULO DEL PROYECTO DE INVESTIGACIÓN	Inteligencia emocional y propuesta del programa “yo me conozco” en estudiantes de básica superior de una institución educativa, Guayaquil 2022
1.3. ESCUELA POSGRADO	Programa Académico de Maestría en Psicología Educativa
1.4. TIPO DE INSTRUMENTO	Cuestionario sobre Inteligencia emocional
1.5. COEFICIENTE DE CONFIABILIDAD EMPLEADO	KR-20 Kuder Richardson () Alfa de Cronbach (X)
1.6. FECHA DE APLICACIÓN	10-11-2022
1.7. MUESTRA APLICADA	15

II. CONFIABILIDAD

ÍNDICE DE CONFIABILIDAD ALCANZADO	0.804
-----------------------------------	--------------

III. DESCRIPCIÓN BREVE DEL PROCESO (Ítems iniciales, ítem mejorados, eliminados, etc.

Ítem evaluados: 24 Ítem eliminados: 0 Para determinar la confiabilidad del instrumento se utilizó el índice de consistencia y coherencia interna Alfa de Cronbach, cuyo valor de 0.804 cae en un rango de confiabilidad muy alto, lo que garantiza que el instrumento es confiable para evaluar la inteligencia emocional



Docente : MSc. Lemin Abanto Cerna
Lic. ESTADÍSTICA
COESPE 506

Estadísticos de confiabilidad de la Inteligencia emocional

Estadísticas de fiabilidad

Alfa de Cronbach	N de elementos
,804	24

Estadísticas de total de elemento

	Media de escala si el elemento se ha suprimido	Varianza de escala si el elemento se ha suprimido	Correlación total de elementos de corregida	Alfa de Cronbach si el elemento se ha suprimido
P1	88,8667	58,124	,592	,769
P2	88,9333	62,781	,055	,788
P3	89,0667	62,352	,032	,794
P4	88,6667	59,238	,327	,778
P5	89,4000	55,686	,586	,763
P6	90,7333	55,210	,628	,761
P7	90,8000	57,886	,409	,773
P8	89,2000	60,457	,181	,786
P9	89,0000	55,571	,612	,762
P10	88,9333	59,781	,275	,780
P11	89,3333	53,095	,747	,752
P12	89,0000	59,857	,358	,777
P13	89,0667	60,781	,182	,785
P14	89,4000	54,686	,544	,763
P15	89,3333	53,952	,675	,756
P16	89,2667	56,781	,524	,767
P17	88,7333	61,638	,093	,790
P18	88,9333	57,067	,404	,773
P19	89,0667	55,495	,470	,768
P20	88,8667	62,695	,016	,794
P21	89,2667	63,495	,054	,799
P22	89,0667	57,638	,546	,768
P23	88,5333	65,267	,194	,803
P24	89,0667	63,067	,042	,804

Puntajes o Baremos

Inteligencia emocional

	N.º Preg.	Puntajes		Bajo		Medio		Alto	
		Mínimo	Máximo	Inferior	Superior	Inferior	Superior	Inferior	Superior
Inteligencia emocional	24	24	120	24	56	57	89	90	122
Atención emocional	8	8	40	8	18	19	29	30	40
Claridad emocional	8	8	40	8	18	19	29	30	40
Reparación emocional	8	8	40	8	18	19	29	30	40

Anexo 04. Protocolo de consentimiento informado



República del Ecuador
MINISTERIO DE EDUCACIÓN UNIDAD EDUCATIVA FISCAL
"DR. TEODORO ALVARADO OLEA"

Guayaquil, 16 de Noviembre de 2022

Dr. Edwin Martin Garcia Ramirez
Jefe UPG-UVC-Piura
Ciudad.


De mis consideraciones:

Por medio de la presente, comunico a usted que se autoriza a la LCDA. MARIA CRISTINA MOLINA VILLALVA para que lleve a cabo su proyecto de investigación en nuestra unidad educativa, ya que el programa "YO ME CONOZCO" será de gran valor para la institución.

Particular que pongo a su conocimiento para fines pertinentes.

Att.


Mgs. Lourdes Parrales Franco
Rectora del Plantel


Prof. María Esther Bajada
Docente encargada de Secretaria

Anexo 05. Validez de expertos

**VALIDEZ DE INSTRUMENTOS DE INVESTIGACIÓN
POR JUICIO DE EXPERTOS**

Ecuador, 28 de octubre del 2022

Mgtr.: Cruz Alexandra Saltos Cantillo
Docente de la Unidad Educativa "Ignacio Alvarado"

De mi mayor consideración:

Presente. -

ASUNTO: VALIDACIÓN DE INSTRUMENTO DE INVESTIGACIÓN

Es grato dirigirme a usted para expresarle mi cordial saludo y a la vez manifestarle que en la Maestría en Docencia Universitaria del programa de pos grado de la Escuela de Educación de la Universidad Cesar Vallejo Filial - Piura me encuentro desarrollando la Investigación: "**Inteligencia emocional y propuesta del programa "yo me conozco" en estudiantes de básica superior de una institución educativa, Guayaquil 2022**" para lo cual ha sido necesario la elaboración y construcción del instrumento de Investigación, que pretende estudiar de manera científica y responder a las interrogantes de esta investigación

Siendo indispensable la validación del instrumento de **INTELIGENCIA EMOCIONAL** Progresiva a través de la evaluación de juicio de experto en el que se ha considerado su participación como experto, por ser Usted un profesional de trayectoria y reconocido especialista afín a la investigación; solicitamos por favor validar los instrumentos de investigación para lo cual adjunto:

- Instrumentos de Investigación
- Matriz de consistencia del proyecto
- Formatos para evaluar los instrumentos
- Matriz de operacionalización de las variables

Agradeciendo por anticipado su participación a la presente, es propicia la oportunidad para expresarle las muestras de mi especial consideración y estima personal.

Atentamente.



Molina Villalva, María Cristina

C.I. 0914786678

DEFINICIÓN CONCEPTUAL DE LAS VARIABLES Y DIMENSIONES

Variable: [Inteligencia emocional]

Según Salovey y Mayer (1997; citado por Anzelin et al., 2020) la inteligencia emocional es el arte de gestionar las emociones, los sentimientos, diferenciarlos y utilizar este conocimiento para realizar los propios movimientos y pensamientos. También incluye la pericia de expresar las emociones con precisión en un determinado entorno ya sea educativo o social.

Dimensiones de la variable: [Inteligencia emocional]

Dimensión 1 Atención emocional

Según Salovey y Mayer (1997; citado por Anzelin et al., 2020) esta dimensión es vista como el acto lucido (consciente) de las emociones lo cual implica contar con la facultad para poder reconocer eficientemente los sentimientos u emociones de los demás mientras es capaz de identificar e interiorizar el significado de estos. Lo cual implica que el educando debe ser capaz de percibir imparcialmente las emociones de las personas de su entorno a fin de poder entenderlas a posterior y ser capaz de adecuarse al contexto que se le presente.

Dimensión 2 Claridad emocional

Según Salovey y Mayer (1997; citado por Anzelin et al., 2020) es concebida como la atribución del conocimiento y entendimiento de las emociones propias del educando, el cual debe ser capaz de diferenciar las unas de las otras; mientras entiende la evolución y nacimiento de estas en su interior y como estas se integran a la forma en que piensa y actúa el educando. Lo cual implica que el educando debe tener la pericia para conocerse a sí mismo a fin de poder recién entender a los demás de forma efectiva y empática.

Dimensión 3 Reparación emocional

La cual implica que el educando tras conocerse a sí mismo y los demás a la vez que entiende las emociones y comportamiento de los demás, este debe ser más que capaz para regular sus emociones ante cualquier situación de cualquier índole que se le presente mientras este controla eficientemente las emociones positivas y negativas que se presenten como derivado del contexto que le toque experimentar al educando. (Salovey y Mayer, 1997; citado por Anzelin et al., 2020)

Cuestionario sobre Inteligencia Emocional

Elaborado por Molina Villalva, María Cristina

INSTRUCCIONES

El presente cuestionario es parte de una investigación para optar el título de Magíster en Docencia universitaria. La información brindada es de suma importancia no solo a nivel personal sino también a nivel institucional, porque servirá para conocer algunos aspectos clave sobre la inteligencia emocional en estudiantes.

La encuesta presenta respuestas de carácter confidencial, estando de antemano muy agradecidos con sus respuestas. Marque con un aspa (x) la casilla que considere que se ajuste a su criterio

COMPONENTE 1: ATENCIÓN EMOCIONAL				
N°	ÍTEMS	BUENO (3)	REGULAR (2)	MALO (1)
01	Presta atención a los sentimientos de tus compañeros			
02	Frecuentemente te preocupas por lo que piensas			
03	Frecuentemente dedicas tiempo a pensar en tus emociones			
04	Piensas que vale la pena prestar atención a tus emociones			
05	Dejas que tus sentimientos afecten tus pensamientos			
06	Piensas en tu estado de ánimo con frecuencia			
07	A menudo pienso en mis emociones			
08	Presto mucha atención a cómo me siento			

COMPONENTE 2: CLARIDAD EMOCIONAL				
N°	ÍTEMS	BUENO (3)	REGULAR (2)	MALO (1)
09	Tienes claros tus sentimientos			
10	Normalmente puedes definir cómo te sientes			
11	Casi siempre sabes cómo te sientes			
12	Con frecuencia sabes tus sentimientos con respecto a otras personas			
13	Con frecuencia te das cuenta de tus sentimientos en diversas situaciones que experimentas			
14	Siempre puedes expresar cómo te sientes			
15	A veces puedes decir cuáles son tus sentimientos			
16	Puedes llegar a comprender tus sentimientos			

COMPONENTE 3: REPARACIÓN EMOCIONAL				
N°	ÍTEMS	BUENO (3)	REGULAR (2)	MALO (1)
17	Aunque de vez en cuando te sientes triste, sueles tener una mentalidad positiva			
18	Aunque te sientas mal anímicamente, procuras pensar en cosas agradables			
19	Cuando estas triste, sueles pensar en las cosas buenas de la vida			
20	Intentas tener pensamientos positivos, aunque por dentro te sientas mal			
21	Si piensas demasiado sobre un tema, enredándote cada vez más; tratas de calmarte			
22	Te preocupas por tener un buen estado de ánimo			
23	Tienes mucha energía cuando te sientes feliz			
24	Cuando te enfadas intentas cambiar tu estado de ánimo			

CERTIFICADO DE VALIDEZ DEL INSTRUMENTO QUE MIDE LA COORDINACIÓN MOTRIZ

N°	DIMENSIONES /ITEMS	PERTENENCIA (1)		RELEVANCIA (2)		CLARIDAD (3)		OBSERVACIONES
		SI	NO	SI	NO	SI	NO	
Dimensión: ATENCIÓN EMOCIONAL								
	1. Presta atención a los sentimientos de tus compañeros	X		X		X		
	2. Frecuentemente te preocupas por lo que piensas	X		X		X		
	3. Frecuentemente dedicas tiempo a pensar en tus emociones	X		X		X		
	4. Piensas que vale la pena prestar atención a tus emociones	X		X		X		
	5. Dejas que tus sentimientos afecten tus pensamientos	X		X		X		
	6. Piensas en tu estado de ánimo contantemente	X		X		X		
	7. A menudo pienso en mis emociones	X		X		X		
	8. Presto mucha atención a como me siento	X		X		X		
Dimensión: CLARIDAD EMOCIONAL								
	9. Tienes claros tus sentimientos	X		X		X		
	10. Normalmente puedes definir cómo te sientes	X		X		X		
	11. Casi siempre sabes cómo te sientes	X		X		X		
	12. Con frecuencia sabes tus sentimientos con respecto a otras personas	X		X		X		
	13. Con frecuencia te das cuenta de tus sentimientos en diversas situaciones que experimentas	X		X		X		
	14. Siempre puedes expresar como te sientes	X		X		X		
	15. A veces puedes decir cuáles son tus sentimientos	X		X		X		
	16. Puedes llegar a comprender tus sentimientos	X		X		X		
Dimensión: REPARACIÓN EMOCIONAL								
	17. Aunque de vez en cuando te sientes triste, sueles tener	X		X		X		

una mentalidad positiva						
18. Aunque te sientas mal anímicamente, procuras pensar en cosas agradables	x		x		x	
19. Cuando estas triste, sueles pensar en las cosas buenas de la vida	x		x		x	
20. Intentas tener pensamientos positivos, aunque por dentro te sientas mal	x		x		x	
21. Si piensas demasiado sobre un tema, enredándote cada vez más; tratas de calmarte	x		x		x	
22. Te preocupas por tener un buen estado de ánimo	x		x		x	
23. Tienes mucha energía cuando te sientes feliz	x		x		x	
24. Cuando te enfadas intentas cambiar tu estado de ánimo	x		x		x	


OBSERVACIONES (PRECISAR SI HAY SUFICIENCIA)

OPINIÓN DE APLICABILIDAD: Aplicable (X) Aplicable después de corregir () No aplicable ()

APELLIDOS Y NOMBRES DEL JUEZ: Cruz Alexandra Saltos Cantillo DNI: 0918142613

ESPECIALIDAD DEL EVALUADOR: Maestría en Psicología Educativa

Ecuador, 28 de octubre del 2022.



Mgtr. Cruz Alexandra Saltos Cantillo

- (1) Pertinencia: el ítem, el concepto teórico formulado
(2) Relevancia: el ítem es apropiado para presentar al componente o dimensión especificada del constructo.
(3) Claridad: se entiende sin dificultad alguna el enunciado del ítem, es conciso, exacto y directo.
Nota: suficiencia, se dice suficiencia cuando los ítems planteados son suficientes para medir las dimensiones

INFORME SOBRE JUICIO DE EXPERTO DEL INSTRUMENTO DE MEDICIÓN

I. DATOS GENERALES:

APELLIDOS Y NOMBRES DEL EXPERTO : Mgtr. Cruz Alexandra Salto Cantillo
 INSTITUCIÓN DONDE LABORA : **Docente de la Unidad Educativa "Ignacio Alvarado"**
 INSTRUMENTO MOTIVO DE EVALUACIÓN : Inteligencia Emocional.

II. ASPECTOS DE VALIDACIÓN:

INDICADORES	CRITERIOS	DEFICIENTE				BAJA				REGULAR				BUENA				MUY BUENA			
		5	10	15	20	25	30	35	40	45	50	55	60	65	70	75	80	85	90	95	100
1. CLARIDAD	Esta formulado con lenguaje apropiado.																				X
2. OBJETIVIDAD	Esta expresado en conductas observables.																				X
3. ACTUALIZACIÓN	Está adecuado al avance de la ciencia y la tecnología.																				X
4. ORGANIZACIÓN	Esta organizado en forma lógica.																				X
5. SUFICIENCIA	Comprende aspectos cuantitativos y cualitativos.																				X
6. INTENCIONALIDAD	Es adecuado para valorar el instrumento.																				X
7. CONSISTENCIA	Está basado en aspectos teóricos científicos.																				X
8. COHERENCIA	Entre las variables, dimensiones, indicadores e ítems.																				X
9. METODOLOGÍA.	La estrategia responde al propósito de la investigación.																				X
10. PERTINENCIA	El inventario es aplicable.																				X

III. OPINIÓN DE APLICABILIDAD:
IV. PROMEDIO DE VALORACIÓN:

1000

 FECHA: 28 Oct. 2022

 FIRMA DEL EXPERTO: Alexandra Salto

 DNI: ... 0918142613

 Cel. ... 0980040693

**VALIDEZ DE INSTRUMENTOS DE INVESTIGACIÓN
POR JUICIO DE EXPERTOS**

Ecuador, 28 de octubre del 2022

Mgtr.: **Joseline Patricia Herrera Alvarez**
Docente del Colegio de Bachillerato Agropecuario "Lomas de Sargentillo"

De mi mayor consideración:

Presente. -

ASUNTO: VALIDACIÓN DE INSTRUMENTO DE INVESTIGACIÓN

Es grato dirigirme a usted para expresarle mi cordial saludo y a la vez manifestarle que en la Maestría en Docencia Universitaria del programa de pos grado de la Escuela de Educación de la Universidad Cesar Vallejo Filial - Piura me encuentro desarrollando la Investigación: "**Inteligencia emocional y propuesta del programa "yo me conozco" en estudiantes de básica superior de una institución educativa, Guayaquil 2022**" para lo cual ha sido necesario la elaboración y construcción del instrumento de Investigación, que pretende estudiar de manera científica y responder a las interrogantes de esta investigación

Siendo indispensable la validación del instrumento de **INTELIGENCIA EMOCIONAL** Progresiva a través de la evaluación de juicio de experto en el que se ha considerado su participación como experto, por ser Usted un profesional de trayectoria y reconocido especialista afín a la investigación; solicitamos por favor validar los instrumentos de investigación para lo cual adjunto:

- Instrumentos de Investigación
- Matriz de consistencia del proyecto
- Formatos para evaluar los instrumentos
- Matriz de operacionalización de las variables

Agradeciendo por anticipado su participación a la presente, es propicia la oportunidad para expresarle las muestras de mi especial consideración y estima personal.

Atentamente.



Molina Villalva, María Cristina

C.I. 0914786678

DEFINICIÓN CONCEPTUAL DE LAS VARIABLES Y DIMENSIONES

Variable: [Inteligencia emocional]

Según Salovey y Mayer (1997; citado por Anzelin et al., 2020) la inteligencia emocional es el arte de gestionar las emociones, los sentimientos, diferenciarlos y utilizar este conocimiento para realizar los propios movimientos y pensamientos. También incluye la pericia de expresar las emociones con precisión en un determinado entorno ya sea educativo o social.

Dimensiones de la variable: [Inteligencia emocional]

Dimensión 1 Atención emocional

Según Salovey y Mayer (1997; citado por Anzelin et al., 2020) esta dimensión es vista como el acto lucido (consciente) de las emociones lo cual implica contar con la facultad para poder reconocer eficientemente los sentimientos u emociones de los demás mientras es capaz de identificar e interiorizar el significado de estos. Lo cual implica que el educando debe ser capaz de percibir imparcialmente las emociones de las personas de su entorno a fin de poder entenderlas a posterior y ser capaz de adecuarse al contexto que se le presente.

Dimensión 2 Claridad emocional

Según Salovey y Mayer (1997; citado por Anzelin et al., 2020) es concebida como la atribución del conocimiento y entendimiento de las emociones propias del educando, el cual debe ser capaz de diferenciar las unas de las otras; mientras entiende la evolución y nacimiento de estas en su interior y como estas se integran a la forma en que piensa y actúa el educando. Lo cual implica que el educando debe tener la pericia para conocerse a sí mismo a fin de poder recién entender a los demás de forma efectiva y empática.

Dimensión 3 Reparación emocional

La cual implica que el educando tras conocerse a sí mismo y los demás a la vez que entiende las emociones y comportamiento de los demás, este debe ser más que capaz para regular sus emociones ante cualquier situación de cualquier índole que se le presente mientras este controla eficientemente las emociones positivas y negativas que se presenten como derivado del contexto que le toque experimentar al educando. (Salovey y Mayer, 1997; citado por Anzelin et al., 2020)

Cuestionario sobre Inteligencia Emocional

Elaborado por Molina Villalva, María Cristina

INSTRUCCIONES

El presente cuestionario es parte de una investigación para optar el título de Magister en Docencia universitaria. La información brindada es de suma importancia no solo a nivel personal sino también a nivel institucional, porque servirá para conocer algunos aspectos clave sobre la inteligencia emocional en estudiantes.

La encuesta presenta respuestas de carácter confidencial, estando de antemano muy agradecidos con sus respuestas. Marque con un aspa (x) la casilla que considere que se ajuste a su criterio

COMPONENTE 1: ATENCIÓN EMOCIONAL				
N°	ÍTEMS	BUENO (3)	REGULAR (2)	MALO (1)
01	Presta atención a los sentimientos de tus compañeros			
02	Frecuentemente te preocupas por lo que piensas			
03	Frecuentemente dedicas tiempo a pensar en tus emociones			
04	Piensas que vale la pena prestar atención a tus emociones			
05	Dejas que tus sentimientos afecten tus pensamientos			
06	Piensas en tu estado de ánimo constantemente			
07	A menudo pienso en mis emociones			
08	Presto mucha atención a como me siento			

COMPONENTE 2: CLARIDAD EMOCIONAL				
N°	ÍTEMS	BUENO (3)	REGULAR (2)	MALO (1)
09	Tienes claros tus sentimientos			
10	Normalmente puedes definir cómo te sientes			
11	Casi siempre sabes cómo te sientes			
12	Con frecuencia sabes tus sentimientos con respecto a otras personas			
13	Con frecuencia te das cuenta de tus sentimientos en diversas situaciones que experimentas			
14	Siempre puedes expresar como te sientes			
15	A veces puedes decir cuáles son tus sentimientos			
16	Puedes llegar a comprender tus sentimientos			

COMPONENTE 3: REPARACIÓN EMOCIONAL				
N°	ÍTEMS	BUENO (3)	REGULAR (2)	MALO (1)
17	Aunque de vez en cuando te sientes triste, sueles tener una mentalidad positiva			
18	Aunque te sientas mal anímicamente, procuras pensar en cosas agradables			
19	Cuando estas triste, sueles pensar en las cosas buenas de la vida			
20	Intentas tener pensamientos positivos, aunque por dentro te sientas mal			
21	Si piensas demasiado sobre un tema, enredándote cada vez más; tratas de calmarte			
22	Te preocupas por tener un buen estado de ánimo			
23	Tienes mucha energía cuando te sientes feliz			
24	Cuando te enfadas intentas cambiar tu estado de ánimo			

CERTIFICADO DE VALIDEZ DEL INSTRUMENTO QUE MIDE LA COORDINACIÓN MOTRIZ

N°	DIMENSIONES/ITEMS	PERTENENCIA (1)		RELEVANCIA (2)		CLARIDAD (3)		OBSERVACIONES
		SI	NO	SI	NO	SI	NO	
Dimensión: ATENCIÓN EMOCIONAL								
1.	Presta atención a los sentimientos de tus compañeros	X		X		X		
2.	Frecuentemente te preocupas por lo que piensas	X		X		X		
3.	Frecuentemente dedicas tiempo a pensar en tus emociones	X		X		X		
4.	Piensas que vale la pena prestar atención a tus emociones	X		X		X		
5.	Dejas que tus sentimientos afecten tus pensamientos	X		X		X		
6.	Piensas en tu estado de ánimo contentamente	X		X		X		
7.	A menudo pienso en mis emociones	X		X		X		
8.	Presto mucha atención a como me siento	X		X		X		
Dimensión: CLARIDAD EMOCIONAL								
9.	Tienes claros tus sentimientos	X		X		X		
10.	Normalmente puedes definir cómo te sientes	X		X		X		
11.	Casi siempre sabes cómo te sientes	X		X		X		
12.	Con frecuencia sabes tus sentimientos con respecto a otras personas	X		X		X		
13.	Con frecuencia te das cuenta de tus sentimientos en diversas situaciones que experimentas	X		X		X		
14.	Siempre puedes expresar como te sientes	X		X		X		
15.	A veces puedes decir cuáles son tus sentimientos	X		X		X		
16.	Puedes llegar a comprender tus sentimientos	X		X		X		
Dimensión: REPARACIÓN EMOCIONAL								
17.	Aunque de vez en cuando te sientes triste, sueles tener una mentalidad positiva	X		X		X		

18. Aunque te sientas mal anímicamente, procuras pensar en cosas agradables	x		x		x	
19. Cuando estas triste, sueles pensar en las cosas buenas de la vida	x		x		x	
20. Intentas tener pensamientos positivos, aunque por dentro te sientas mal	x		x		x	
21. Si piensas demasiado sobre un tema, enredándote cada vez más; tratas de calmarte	x		x		x	
22. Te preocupas por tener un buen estado de ánimo	x		x		x	
23. Tienes mucha energía cuando te sientes feliz	x		x		x	
24. Cuando te enfadas intentas cambiar tu estado de ánimo	x		x		x	

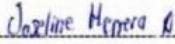
OBSERVACIONES (PRECISAR SI HAY SUFICIENCIA)

OPINIÓN DE APLICABILIDAD: Aplicable (X) Aplicable después de corregir () No aplicable ()

APELLIDOS Y NOMBRES DEL JUEZ: Joseline Patricia Herrera Alvarez DNI: 0922132691

ESPECIALIDAD DEL EVALUADOR: Maestría en Psicología Educativa

Ecuador, 28 de octubre del 2022.



Mgr. Joseline Patricia Herrera Alvarez

- (1) Pertinencia: el ítem, al concepto teórico formulado.
(2) Relevancia: el ítem es apropiado para presentar al componente o dimensión especificada del constructo.
(3) Claridad: se entiende sin dificultad alguna el enunciado del ítem, es conciso, exacto y directo.
Nota: suficiencia, se dice suficiencia cuando los ítems planteados son suficientes para medir la dimensiones

INFORME SOBRE JUICIO DE EXPERTO DEL INSTRUMENTO DE MEDICIÓN

I. DATOS GENERALES:

APELLIDOS Y NOMBRES DEL EXPERTO : Mgtr. Joseline Patricia Herrera Álvarez
 INSTITUCIÓN DONDE LABORA : Docente del Colegio de Bachillerato Agropecuario
 "Lomas de Sargentillo"
 INSTRUMENTO MOTIVO DE EVALUACIÓN : Inteligencia Emocional.

II. ASPECTOS DE VALIDACIÓN:

INDICADORES	CRITERIOS	DEFICIENTE				BAJA				REGULAR				BUENA				MUY BUENA			
		5	10	15	20	25	30	35	40	45	50	55	60	65	70	75	80	85	90	95	100
1. CLARIDAD	Esta formulado con lenguaje apropiado.																				X
2. OBJETIVIDAD	Esta expresado en conductas observables.																				X
3. ACTUALIZACIÓN	Está adecuado al avance de la ciencia y la tecnología.																				X
4. ORGANIZACIÓN	Esta organizado en forma lógica.																				X
5. SUFICIENCIA	Comprende aspectos cuantitativos y cualitativos.																				X
6. INTENCIONALIDAD	Es adecuado para valorar el instrumento.																				X
7. CONSISTENCIA	Está basado en aspectos teóricos científicos.																				X
8. COHERENCIA	Entre las variables, dimensiones, indicadores e ítems.																				X
9. METODOLOGÍA.	La estrategia responde al propósito de la investigación.																				X
10. PERTINENCIA	El inventario es aplicable.																				X

III. OPINIÓN DE APLICABILIDAD:
IV. PROMEDIO DE VALORACIÓN:

FECHA: 28/10/22

1000

 FIRMA DEL EXPERTO: *Joseline Herrera A*

DNI: ... 0922132691

Cel. ...0994247054

**VALIDEZ DE INSTRUMENTOS DE INVESTIGACIÓN
POR JUICIO DE EXPERTOS**

Ecuador, 28 de octubre del 2022

Mgtr.: MARJORIE ALVARADO ZURITA (NIVEL ACADEMICO Y NOMBRE DEL VALIDADOR

Docente de la Escuela de Educación Básica Vicente Piedrahita Carbo

De mi mayor consideración:

Presente. -

ASUNTO: VALIDACIÓN DE INSTRUMENTO DE INVESTIGACIÓN

Es grato dirigirme a usted para expresarle mi cordial saludo y a la vez manifestarle que en la Maestría en Docencia Universitaria del programa de pos grado de la Escuela de Educación de la Universidad Cesar Vallejo Filial - Piura me encuentro desarrollando la Investigación: **"Inteligencia emocional y propuesta del programa "yo me conozco" en estudiantes de básica superior de una institución educativa, Guayaquil 2022"** para lo cual ha sido necesario la elaboración y construcción del instrumento de Investigación, que pretende estudiar de manera científica y responder a las interrogantes de esta investigación

Siendo indispensable la validación del instrumento de **INTELIGENCIA EMOCIONAL** Progresiva a través de la evaluación de juicio de experto en el que se ha considerado su participación como experto, por ser Usted un profesional de trayectoria y reconocido especialista afín a la investigación; solicitamos por favor validar los instrumentos de investigación para lo cual adjunto:

- Instrumentos de Investigación
- Matriz de consistencia del proyecto
- Formatos para evaluar los instrumentos
- Matriz de operacionalización de las variables

Agradeciendo por anticipado su participación a la presente, es propicia la oportunidad para expresarle las muestras de mi especial consideración y estima personal.

Atentamente.



Molina Villalva, María Cristina

C.I. 0914786678

DEFINICIÓN CONCEPTUAL DE LAS VARIABLES Y DIMENSIONES

Variable: [Inteligencia emocional]

Según Salovey y Mayer (1997; citado por Anzelin et al., 2020) la inteligencia emocional es el arte de gestionar las emociones, los sentimientos, diferenciarlos y utilizar este conocimiento para realizar los propios movimientos y pensamientos. También incluye la pericia de expresar las emociones con precisión en un determinado entorno ya sea educativo o social.

Dimensiones de la variable: [Inteligencia emocional]

Dimensión 1 Atención emocional

Según Salovey y Mayer (1997; citado por Anzelin et al., 2020) esta dimensión es vista como el acto lucido (consciente) de las emociones lo cual implica contar con la facultad para poder reconocer eficientemente los sentimientos u emociones de los demás mientras es capaz de identificar e interiorizar el significado de estos. Lo cual implica que el educando debe ser capaz de percibir imparcialmente las emociones de las personas de su entorno a fin de poder entenderlas a posterior y ser capaz de adecuarse al contexto que se le presente.

Dimensión 2 Claridad emocional

Según Salovey y Mayer (1997; citado por Anzelin et al., 2020) es concebida como la atribución del conocimiento y entendimiento de las emociones propias del educando, el cual debe ser capaz de diferenciar las unas de las otras; mientras entiende la evolución y nacimiento de estas en su interior y como estas se integran a la forma en que piensa y actúa el educando. Lo cual implica que el educando debe tener la pericia para conocerse a sí mismo a fin de poder recién entender a los demás de forma efectiva y empática.

Dimensión 3 Reparación emocional

La cual implica que el educando tras conocerse a sí mismo y los demás a la vez que entiende las emociones y comportamiento de los demás, este debe ser más que capaz para regular sus emociones ante cualquier situación de cualquier índole que se le presente mientras este controla eficientemente las emociones positivas y negativas que se presenten como derivado del contexto que le toque experimentar al educando. (Salovey y Mayer, 1997; citado por Anzelin et al., 2020)

Cuestionario sobre Inteligencia Emocional

Elaborado por Molina Villalva, María Cristina

INSTRUCCIONES

El presente cuestionario es parte de una investigación para optar el título de Magister en Docencia universitaria. La información brindada es de suma importancia no solo a nivel personal sino también a nivel institucional, porque servirá para conocer algunos aspectos clave sobre la inteligencia emocional en estudiantes.

La encuesta presenta respuestas de carácter confidencial, estando de antemano muy agradecidos con sus respuestas. Marque con un aspa (x) la casilla que considere que se ajuste a su criterio

COMPONENTE 1: ATENCIÓN EMOCIONAL				
N°	ÍTEMS	BUENO (3)	REGULAR (2)	MALO (1)
01	Presta atención a los sentimientos de tus compañeros			
02	Frecuentemente te preocupas por lo que piensas			
03	Frecuentemente dedicas tiempo a pensar en tus emociones			
04	Piensas que vale la pena prestar atención a tus emociones			
05	Dejas que tus sentimientos afecten tus pensamientos			
06	Piensas en tu estado de ánimo con frecuencia			
07	A menudo pienso en mis emociones			
08	Presto mucha atención a cómo me siento			

COMPONENTE 2: CLARIDAD EMOCIONAL				
N°	ÍTEMS	BUENO (3)	REGULAR (2)	MALO (1)
09	Tienes claros tus sentimientos			
10	Normalmente puedes definir cómo te sientes			
11	Casi siempre sabes cómo te sientes			
12	Con frecuencia sabes tus sentimientos con respecto a otras personas			
13	Con frecuencia te das cuenta de tus sentimientos en diversas situaciones que experimentas			
14	Siempre puedes expresar cómo te sientes			
15	A veces puedes decir cuáles son tus sentimientos			
16	Puedes llegar a comprender tus sentimientos			

COMPONENTE 3: REPARACIÓN EMOCIONAL				
Nº	ÍTEMS	BUENO (3)	REGULAR (2)	MALO (1)
17	Aunque de vez en cuando te sientes triste, sueles tener una mentalidad positiva			
18	Aunque te sientas mal anímicamente, procuras pensar en cosas agradables			
19	Cuando estas triste, sueles pensar en las cosas buenas de la vida			
20	Intentas tener pensamientos positivos, aunque por dentro te sientas mal			
21	Si piensas demasiado sobre un tema, enredándote cada vez más; tratas de calmarte			
22	Te preocupas por tener un buen estado de ánimo			
23	Tienes mucha energía cuando te sientes feliz			
24	Cuando te enfadas intentas cambiar tu estado de ánimo			

CERTIFICADO DE VALIDEZ DEL INSTRUMENTO QUE MIDE LA COORDINACIÓN MOTRIZ

Nº	DIMENSIONES /ITEMS	PERTENENCIA (1)		RELEVANCIA (2)		CLARIDAD (3)		OBSERVACIONES
		SI	NO	SI	NO	SI	NO	
Dimensión: ATENCIÓN EMOCIONAL								
1.	Presta atención a los sentimientos de tus compañeros	X		X		X		
2.	Frecuentemente te preocupas por lo que piensas	X		X		X		
3.	Frecuentemente dedicas tiempo a pensar en tus emociones	X		X		X		
4.	Piensas que vale la pena prestar atención a tus emociones	X		X		X		
5.	Dejas que tus sentimientos afecten tus pensamientos	X		X		X		
6.	Piensas en tu estado de ánimo constantemente	X		X		X		
7.	A menudo pienso en mis emociones	X		X		X		
8.	Presto mucha atención a como me siento	X		X		X		
Dimensión: CLARIDAD EMOCIONAL								
9.	Tienes claros tus sentimientos	X		X		X		
10.	Normalmente puedes definir cómo te sientes	X		X		X		
11.	Casi siempre sabes cómo te sientes	X		X		X		
12.	Con frecuencia sabes tus sentimientos con respecto a otras personas	X		X		X		
13.	Con frecuencia te das cuenta de tus sentimientos en diversas situaciones que experimentas	X		X		X		
14.	Siempre puedes expresar como te sientes	X		X		X		
15.	A veces puedes decir cuáles son tus sentimientos	X		X		X		
16.	Puedes llegar a comprender tus sentimientos	X		X		X		
Dimensión: REPARACIÓN EMOCIONAL								
17.	Aunque de vez en cuando te sientes triste, sueles tener una mentalidad positiva	X		X		X		

18. Aunque te sientas mal anímicamente, procuras pensar en cosas agradables	x		x		x		
19. Cuando estas triste, sueles pensar en las cosas buenas de la vida	x		x		x		
20. Intentas tener pensamientos positivos, aunque por dentro te sientas mal	x		x		x		
21. Si piensas demasiado sobre un tema, enredándote cada vez más; tratas de calmarte	x		x		x		
22. Te preocupas por tener un buen estado de ánimo	x		x		x		
23. Tienes mucha energía cuando te sientes feliz	x		x		x		
24. Cuando te enfadas intentas cambiar tu estado de ánimo	x		x		x		

OBSERVACIONES (PRECISAR SI HAY SUFICIENCIA): SUFICIENCIA.

OPINIÓN DE APLICABILIDAD: Aplicable (X) Aplicable después de corregir () No aplicable ()

APELLIDOS Y NOMBRES DEL JUEZ: ALVARADO ZURITA MARJORIE STEFANIA DNI: 0928921832

ESPECIALIDAD DEL EVALUADOR: Maestría en Psicología Educativa

Ecuador, 28 de octubre del 2022.



Mgtr. Marjorie Alvarado Zurita

- (1) Pertinencia: el ítem, al concepto teórico formulado
 - (2) Relevancia: el ítem es apropiado para presentar el componente o dimensión especificada del constructo
 - (3) Claridad: se entiende sin dificultad alguna el enunciado del ítem, es conciso, exacto y directo.
- Nota: suficiencia, se dice suficiencia cuando los ítems planteados son suficientes para medir la dimensión.

INFORME SOBRE JUICIO DE EXPERTO DEL INSTRUMENTO DE MEDICIÓN

I. DATOS GENERALES:

APELLIDOS Y NOMBRES DEL EXPERTO : Mgtr. Alvarado Zurita Marjorie Stefania
 INSTITUCIÓN DONDE LABORA : Escuela de Educación Básica Vicente Piedrahita Carbo
 INSTRUMENTO MOTIVO DE EVALUACIÓN : Inteligencia Emocional.

II. ASPECTOS DE VALIDACIÓN:

INDICADORES	CRITERIOS	DEFICIENTE				BAJA				REGULAR				BUENA				MUY BUENA			
		5	10	15	20	25	30	35	40	45	50	55	60	65	70	75	80	85	90	95	100
1. CLARIDAD	Esta formulado con lenguaje apropiado.																				X
2. OBJETIVIDAD	Esta expresado en conductas observables.																				X
3. ACTUALIZACIÓN	Está adecuado al avance de la ciencia y la tecnología.																				X
4. ORGANIZACIÓN	Esta organizado en forma lógica.																				X
5. SUFICIENCIA	Comprende aspectos cuantitativos y cualitativos.																				X
6. INTENCIONALIDAD	Es adecuado para valorar el instrumento.																				X
7. CONSISTENCIA	Está basado en aspectos teóricos científicos.																				X
8. COHERENCIA	Entre las variables, dimensiones, indicadores e ítems.																				X
9. METODOLOGÍA.	La estrategia responde al propósito de la investigación.																				X
10. PERTINENCIA	El inventario es aplicable.																				X

III. OPINIÓN DE APLICABILIDAD:

IV. PROMEDIO DE VALORACIÓN:

1000

FECHA: 28/10/22

 FIRMA DEL EXPERTO: *Marjorie Alvarado Zurita*

DNI: ...0928921832...

Cel. ...0993075935...

Anexo 06. Propuesta

PROPUESTA DE PROGRAMA “YO ME CONOZCO”

“Actividades educativas para potenciar el nivel de inteligencia emocional en estudiantes”

I. DENOMINACIÓN:

PROGRAMA “YO ME CONOZCO” basado en actividades educativas para potenciar el nivel de inteligencia emocional en estudiantes.

II. DATOS GENERALES

Nombre del proyecto : Actividades educativas para potenciar el nivel de inteligencia emocional en estudiantes de 10mo año

Total, de sesiones : 12

Número de horas : 02

Número de días : 30 días

Fecha de inicio : 02/01/23

Fecha de término : 13/02/23

Profesor responsable : Lcda. Molina Villalva, María Cristina

Duración : 05 semanas

Nº de alumnos : 183

Local Asignado : Sala de cómputo de la Unidad Educativa Dr. Teodoro Alvarado Olea

III. FUNDAMENTACIÓN

Fundamentación teórica

El presente programa se basó en desarrollar sesiones para mejorar la inteligencia emocional, para lo cual se plantearon 5 módulos considerando las 5 dimensiones planteadas por Ugarriza (2017) quien se basó en el modelo teórico de Baron. Asimismo, se consideró la visión de las estrategias de afrontamiento de Frydenberg y Lewis, citada por Mallman, Lisboa y Calza (2017) para el criterio de elaboración de 10 sesiones respectivamente. El modelo multifactorial de Baron comprende, a su vez, cinco principales componentes de los cuales podemos comenzar mencionando el componente intrapersonal que viene a ser la habilidad para acceder a las propias

emociones y distinguirlas, pensar acerca de los procesos del pensamiento, aquí confluye el subcomponente comprensión emocional de sí mismo, que comprende la habilidad para que un ser humano reconozca sus propias emociones y sentimientos. El subcomponente asertividad permite expresar los pensamientos y creencias sin lastimar los de los demás.

El subcomponente autoconcepto que comprende la capacidad de un individuo para aceptar sus aspectos positivos y negativos, así como también reconocer sus limitaciones y potencialidades. Y el subcomponente autorrealización, que es la capacidad de un individuo para desarrollar sus potencialidades, poniendo el máximo esfuerzo por llegar a la autosatisfacción (Baron citado por Ugarriza, 2017). Con respecto al componente intrapersonal, Ortega (2015) basado también en la teoría de Baron, lo define como la capacidad para ponerse en contacto con los propios sentimientos, expresarlos abiertamente, tener independencia en éstos y la confianza en la realización de creencias e ideas, el autor menciona que esta dimensión comprende una evaluación completa y un análisis exhaustivo del yo interior el cual repercute directamente en el desarrollo integral.

Componente interpersonal que conlleva la habilidad para comprender al resto e interactuar con ellos, el cual tiene los siguientes subcomponentes: empatía, que permite ser consciente, entender y apreciar las emociones de los demás. Relaciones interpersonales, que comprende la capacidad para tener relaciones satisfactorias caracterizadas por la reciprocidad de afecto. La responsabilidad social, que implica la habilidad para ser una persona colaborativa y constructiva en un grupo social sin necesidad de tener alguna recompensa (Baron citado por Ugarriza, 2017).

Por otro lado, Ortega (2015) menciona que este componente engloba el desempeño que tiene un individuo con respecto a su entorno inmediato (capacidades sociales). Componente adaptabilidad que es la capacidad para ser flexible, en base a los cambios que conlleven un obstáculo, donde se reúnen las siguientes subdimensiones: solución de problemas, como la habilidad para identificar y definir las diferentes problemáticas, así como para generar soluciones efectivas. Prueba de realidad, que incluye la capacidad para analizar lo objetivo y subjetivo. Flexibilidad, capacidad para hacer un ajuste a las emociones, pensamientos y comportamientos ante diferentes problemáticas, implica ser tolerantes ante diferentes ideas (Baron citado por Ugarriza, 2017). Según Ortega (2015) esta dimensión facilita valorar qué tan capaz es un individuo para adaptarse a las exigencias del medio, analizando y confrontando eficazmente las circunstancias adversas. Componente del manejo de estrés como la habilidad para

afrentar el estrés sin perder el control, con los siguientes subcomponentes: tolerancia al estrés, es la capacidad para sobrellevar situaciones adversas y estresantes sin derrumbarse. Control de impulsos, comprende la habilidad para resistir o posponer un impulso, es decir, reconocer nuestra impulsividad controlando la hostilidad que pudiera desencadenar (Baron citado por Ugarriza, 2017).

Componente estado de ánimo general que comprende al estado emocional que se mantiene durante un periodo largo de tiempo, con las siguientes sub dimensiones: felicidad, habilidad para sentirse satisfecho con la propia realidad, disfrutar de sí mismo y expresar sentimientos positivos. Optimismo, habilidad para visualizar el lado más provechoso de la vida y tener una actitud positiva, aún con los obstáculos (Baron citado por Ugarriza, 2017). Al respecto de este componente Ortega (2015) refiere que evalúa la habilidad de un individuo para disfrutar de la vida, la visión que tenga de su futuro y el sentirse satisfecho. La inteligencia emocional durante la etapa de la adolescencia ha venido siendo estudiada para determinar su grado de importancia, al respecto se ha concluido que los estudiantes con niveles óptimos de percepción emocional tienen un alto nivel de confianza con ellos mismos, adecuadas relaciones entre pares y con sus padres, bajos niveles de estrés e incapacidad, todo esto independientemente a su tipo de personalidad, Moscoso (2017). De todo esto se concluyó que un estudiante con una habilidad más desarrollada para percibir sus emociones a la de los demás, es capaz de tener un mayor bienestar psicológico y social, de aquí la importancia de estudiarlo y desarrollarlo.

El termino inteligencia emocional puede ser mejor comprendido si se analizan sus dos componentes; emoción e inteligencia. Al respecto Mayor y Salovey, citados por Pareja en el 2017 señalaron que, desde el siglo XVIII los psicólogos analizaron a la mente bajo tres aspectos; cognitivo (pensamientos), afectivo (emociones) y motivación. El primer componente (cognitivo) incluye los procesos mnémicos, la habilidad crítica, el razonamiento y los pensamientos. El segundo, corresponde al plano afectivo, que involucra a los estados anímicos y el tercer aspecto que considera a la intención para conseguir una meta. Una persona emocionalmente inteligente posee una actitud positiva, centrándose en lo positivo antes de en lo negativo, reconoce sus emociones y sentimientos ya que tiene la habilidad de expresarse libremente en el momento y canal más adecuados, es empático, toma decisiones mezclando la emoción y la razón, tiene la capacidad de auto motivarse hacia el logro de sus propios objetivos (Ibarrola, citado por Aliano, 2020).

Fundamentación epistemológica

La Inteligencia Emocional desde la perspectiva de Cooper y Sawaf (1997 como se citó en Fernández y Jiménez, 2010) donde la define como la capacidad que posee el individuo en referencia al uso de las emociones para afrontar conflictos. Para Martín (2016), la inteligencia emocional representa la habilidad de atender y captar rápidamente la intensidad de los estados emocionales como fuente principal de energía y la influencia que tienen en las relaciones interpersonales. También la definen como un factor que permite interactuar con toda la sociedad en general, en la que considera sentimientos y el impulso emocional. Considera además la motivación, la autoconciencia, la persistencia como habilidades mentales de los individuos. Todos estos elementos forman parte importante para construir competencias como la autodisciplina, empatía y creatividad en el marco social (Obando, 2020).

IV. OBJETIVOS

General

- ❖ Desarrollar el programa “YO ME CONOZCO” basado en actividades educativas para potenciar el nivel de inteligencia emocional en estudiantes.

Específicos

- ❖ Concientizar a las participantes acerca de la repercusión que tienen los pensamientos acerca de sí mismas.
- ❖ Afianzar la capacidad para expresar libremente los sentimientos, ideas, creencias y pensamientos, sin causar perjuicio en el resto
- ❖ Trabajar la habilidad para identificar los pensamientos erróneos que fomentan emociones desagradables
- ❖ Entrenar la capacidad de posponer las respuestas impulsivas
- ❖ Desarrollar habilidades que nos permitan sentirnos satisfechos con nuestra vida.

V. CRONOGRAMA DE ACTIVIDADES

N.º	Fecha	Hora	Sesiones
1	02/01/2023	01.00 – 03.00 P.M	Sesión 1
2	06/01/2023	01.00 – 03.00 P.M	Sesión 2
3	09/01/2023	01.00 – 03.00 P.M	Sesión 3
4	13/01/2023	01.00 – 03.00 P.M	Sesión 4
5	16/01/2023	01.00 – 03.00 P.M	Sesión 5

6	20/01/2023	01.00 – 03.00 P.M	Sesión 6
7	23/01/2023	01.00 – 03.00 P.M	Sesión 7
8	27/01/2023	01.00 – 03.00 P.M	Sesión 8
9	30/01/2023	01.00 – 03.00 P.M	Sesión 9
10	02/02/2023	01.00 – 03.00 P.M	Sesión 10
11	06/02/2023	01.00 – 03.00 P.M	Sesión 11
12	10/02/2023	01.00 – 03.00 P.M	Sesión 12

VI. SESIONES

El programa “YO ME CONOZCO” basado en actividades educativas para potenciar el nivel de inteligencia emocional en estudiantes de 10mo año de educación básica superior.

VII. PARTICIPANTES

Los participantes del programa serán 183 estudiantes de 10mo año de educación básica superior de la Unidad Educativa Dr. Teodoro Alvarado Olea.

VIII. METODOLOGÍA

El programa “Yo me conozco” es netamente de carácter formativo, los recursos y actividades serán desarrollados por los estudiantes participantes propiciando el desarrollo de su atención y concentración mediante la mediación del docente a cargo de estas.

El desarrollo del taller tendrá una duración de 12 horas pedagógicas, las cuales deberán ser cumplidas en un periodo de 9 semanas. La estructura del programa “YO ME CONOZCO” basado en actividades educativas para potenciar el nivel de inteligencia emocional en estudiantes de 10mo año de educación básica superior está diseñada en cinco módulos temáticos (derivados de las capacidades esperadas) y la duración de los módulos dependerá del criterio del docente en cuanto tiempo invertir por capacidad.

Las sesiones oscilarán entre 1 a 2 por semana dependiendo del estado social actual el cual es muy inestable. En ese lapso los estudiantes participantes podrán interactuar en las actividades y contenidos plasmados en cada unidad.

IX. RECURSOS MATERIALES

- ❖ Recurso humano: estudiantes de 10mo año de educación básica superior de la Unidad Educativa Dr. Teodoro Alvarado Olea.
- ❖ Infraestructura: Sala de cómputo de la Unidad Educativa Dr. Teodoro Alvarado Olea
- ❖ Materiales: Recursos digitales, computadora o laptop, micrófono, parlante USB.



UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

**Propuesta del programa “Yo me conozco” en
estudiantes de básica superior de una institución
educativa, Guayaquil 2022**

Docente investigadora: Lcda. María Cristina Molina Villalva



**Sesiones de actividades educativas para potenciar el nivel de inteligencia emocional en
estudiantes de 10mo año de educación básica superior**

SESIÓN DE APRENDIZAJE N.º 01

I. DATOS INFORMATIVOS:

Tema	:	Mi evaluación antes del programa
Población	:	estudiantes
Duración	:	2 horas académicas

II. APRENDIZAJES ESPERADOS:

COMPETENCIA	CAPACIDAD	DESEMPEÑO
Construye su identidad	- Reconoce y expresa sus emociones, explicando sus motivos	Manifiesta su agrado o desagrado ante palabras, gestos o actitudes que recibe o percibe de manera verbal y/o no verbal.

III. SECUENCIA DIDÁCTICA:

Fases	Estrategias/actividades de aprendizaje	Tiempo	Medios y materiales	Motivación y evaluación permanente
Inicio	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Dialogamos con los estudiantes sobre los gestos que tienen los rostros cuando expresan diferentes estados de ánimo (alegría, miedo, ira, etc.) ❖ Se muestra a los niños un espejo grande y luego se les explica que cada se acercará al espejo y observará su rostro, mencionando en voz alta, que refleja su cara. 	15 min.	Sala de computo Hojas Bond Zoom Espejo	
Desarrollo	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Después se llevará actividades con los niños y niñas al espejo para ello deberán colocarse frente a frente y repartir la forma en que se expresa la cara de sus compañeros y viceversa. ❖ Luego lo registraran en el rompecabezas de carita para mostrar y mencionar cual fue el estado de ánimo de su amigo: triste, enojado, asustado, feliz o sorprendido. 	55 min.		
Cierre	Finalmente, en una hoja de papel dibujarán una cara con el estado de ánimo que tiene actualmente.	20 min.		

SESIÓN DE APRENDIZAJE N.º 02

I. DATOS INFORMATIVOS:

Tema	:	Inducción sobre la inteligencia emocional
Población	:	estudiantes
Duración	:	2 horas académicas

II. APRENDIZAJES ESPERADOS:

COMPETENCIA	CAPACIDAD	DESEMPEÑO
Sensibilizar e informar a las estudiantes acerca de la conceptualización de las emociones, características y tipología, para identificarlas en su vida y expresarlas	- Asimila el concepto de emociones.	- Reconoce y menciona las emociones y sentimientos de los demás de manera asertiva. - Identificar la presencia de las emociones en las propias vivencias.

III. SECUENCIA DIDÁCTICA:

Fases	Estrategias/actividades de aprendizaje	Tiempo	Medios y materiales	Motivación y evaluación permanente
Inicio	¿Qué emociones experimentamos? ❖ Se da la consigna a las estudiantes de que confeccionen una lista de emociones que hayan experimentado a lo largo de su vida. Al finalizar se pide la participación de 3 de ellas, quienes expondrán su trabajo al resto de la clase, detallando en qué momentos apareció cada emoción	15 min.	Hojas de papel bond - Presentación en power point Zoom	
Desarrollo	¿Qué son las emociones? ❖ Se da a conocer a las estudiantes, mediante un Ppt, el concepto de emociones, inteligencia emocional y se les da conocer diferentes emociones que un individuo puede experimentar a lo largo de su vida	55 min.		
Cierre	Finalmente se pedirá a los estudiantes que se recuesten en el piso para relajarnos y realizar ejercicios de relajación.	20 min.		

SESIÓN DE APRENDIZAJE N.º 03

I. DATOS INFORMATIVOS:

Tema	:	“Reconociéndome”
Población	:	estudiantes
Duración	:	2 horas académicas

II. APRENDIZAJES ESPERADOS:

COMPETENCIA	CAPACIDAD	DESEMPEÑO
Identificar y reconocer el autoconcepto	- Reflexionar sobre la importancia del autoconcepto y de los factores que lo rodean.	- Realiza una actividad grupal para describir como deberían comportarse cuando están en un aula de clase.

III. SECUENCIA DIDÁCTICA:

Fases	Estrategias/actividades de aprendizaje	Tiempo	Medios y materiales	Motivación y evaluación permanente
Inicio	<p>Ejercicio de la vela</p> <p>❖ Se pide a las estudiantes posicionarse verticalmente sobre una superficie adecuada en casa. Posteriormente, como instrucciones se les refiere: “todas ustedes son una vela de cera, recordemos que una vela es dura y ustedes deben ponerse también muy tensas, apretando fuertemente los brazos contra su cuerpo, luego estirándolos todo lo posible hacia el techo”. A continuación, se les indica: “ahora se deben derretir como las velas, relajando de a pocos el cuerpo”. Se acompaña esta actividad con música instrumental. Mediante esta dinámica se busca inducir a las menores a sensaciones antagónicas de distensión y tensión.</p>	15 min.	Superficie plana para colocarse en forma vertical en el aula Documento Word zoom	

<p style="text-align: center;">Desarrollo</p>	<p>Yo soy así</p> <p>❖ En un primer momento se alcanza un documento Word a las estudiantes donde consignarán su nombre, edad, características físicas y de personalidad, finalmente responderán la pregunta: ¿Te gusta cómo eres?</p> <p>SI NO UN POCO ¿Qué quiero cambiar?.....</p> <p>Posteriormente se realiza una pregunta a dos estudiantes voluntarias: ¿qué es el autoconcepto?, luego se realiza una breve explicación acerca de la definición del autoconcepto, componentes y factores intervinientes. En base a lo anteriormente planteado, se cuestiona a 5 estudiantes acerca del concepto que tiene su entorno inmediato de cada una (padres, hermanos, profesores, ella misma), se cierra esta consigna preguntándoles si están de acuerdo o no con ellos.</p> <p>Al respecto, se reflexiona acerca de la repercusión que tiene el entorno en la construcción de la imagen personal, asimismo de que el resto puede visualizar aspectos que uno mismo no ve fácilmente. Para finalizar se le pide a todo el grupo que escriba tres cualidades, tres aspectos a mejorar de sí mismas y lo que consideran que las hace diferente al resto</p>	<p style="text-align: center;">55 min.</p>		
<p style="text-align: center;">Cierre</p>	<p>Para cerrar la sesión, cada una de las estudiantes expondrá una cualidad de sí mismas que hayan descubierto.</p>	<p style="text-align: center;">20 min.</p>		

SESIÓN DE APRENDIZAJE N.º 04

I. DATOS INFORMATIVOS:

Tema	:	El tesoro escondido
Población	:	estudiantes
Duración	:	2 horas académicas

II. APRENDIZAJES ESPERADOS:

COMPETENCIA	CAPACIDAD	DESEMPEÑO
Trabaja en equipo	- Reflexionar acerca de la importancia de expresar asertivamente las emociones.	- Aprende qué significan las quejas y cómo expresarlas adecuadamente.

III. SECUENCIA DIDÁCTICA:

Fases	Estrategias/actividades de aprendizaje	Tiempo	Medios y materiales	Motivación y evaluación permanente
Inicio	<p>La Rosa</p> <p>❖ Se dará a las estudiantes la siguiente consigna: “nos echaremos en la misma superficie que el ejercicio anterior, estamos muy cómodos, cerramos los ojos y respiramos hondo tres veces, luego imaginaremos que se ponen de pie y van a la puerta de la habitación, salen y caminan por la calle, todo está muy tranquilo y de pronto van a ver un largo camino que tiene flores hermosas, pero hay una en específico que les llama la atención, es una rosa, se detienen a ver su tamaño, color, aroma. Ahora al levantar la mirada van a ver a una persona que viene desde lejos, aún no la reconocen, pero se acerca cada vez más; ya está frente a ustedes, miren ¿quién es?, van a regalarle la rosa a esta persona mientras le dicen lo que sienten por él (ella), ambos o ambas se están comunicando de corazón, al mirar al cielo se dan cuenta que ya comienza a oscurecer y ya deben regresar, se despiden y regresan a casa, a la posición inicial. Ahora respiran hondo y despiertan poco a poco, ¿Cómo se sienten?”.</p>	20 min.	<p>Superficie plana para colocarse en forma vertical en el aula</p> <p>Música instrumental</p> <p>Zoom</p>	

<p style="text-align: center;">Desarrollo</p>	<p>Expresamos una queja</p> <p>❖ Se plantea la siguiente situación al grupo: Hace una semana Rosa le prestó a María su Tablet con sus doramas favoritos, pero María se lo devolvió en malas condiciones:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Rosa: ¡La pantalla está rayada! - María: Es que se me cayó - Rosa: Te la presté casi nueva y me doy cuenta de que no cuidas las cosas ajenas. - María: Tienes razón, voy a mandar a repararla. <p>Finalmente se pide la intervención de 3 menores, para preguntarles: ¿Cómo crees que se sintió Rosa?, ¿cómo crees que actuó María?, ¿alguna vez te ocurrió algo similar y cómo actuaste?</p> <p>Como segunda parte se expone al grupo lo que representa una queja, cómo expresarla y las ventajas de saber comunicarlas asertivamente.</p>	<p style="text-align: center;">50 min.</p>		
<p style="text-align: center;">Cierre</p>	<p>Para finalizar la sesión se plantean 5 diferentes situaciones problemáticas donde se debería expresar una queja, se analizan en conjunto y se acuerda la mejor una forma de expresarlas.</p>	<p style="text-align: center;">20 min.</p>		

SESIÓN DE APRENDIZAJE N.º 05

I. DATOS INFORMATIVOS:

Tema	:	“¿Cómo comunico lo que siento?”
Población	:	estudiantes
Duración	:	2 horas académicas

II. APRENDIZAJES ESPERADOS:

COMPETENCIA	CAPACIDAD	DESEMPEÑO
Fomenta en las estudiantes la importancia de la expresión de sus propias emociones.	- Resolución de conflictos , Maneja los conflictos de manera pacífica y constructiva.	- Analizar diversas problemáticas con el entorno social para direccionar la conducta correcta a cada caso.

III. SECUENCIA DIDÁCTICA:

Fases	Estrategias/actividades de aprendizaje	Tiempo	Medios y materiales	Motivación y evaluación permanente
Inicio	<p>El tesoro del pirata</p> <p>❖ Nos echamos tal como lo hicimos en las anteriores sesiones, empezaremos a respirar hondo tres veces, imaginarán que aparece un plano sobre la mesa de su habitación, es un mapa que traza un camino para encontrar el tesoro de un inca. Se paran y se dirigen afuera, con destino a isla calavera, una vez ahí siguen el camino trazado en el plano que tienen en sus manos, luego de una ardua jornada, encuentran el tesoro, pero al costado hay una nota indicando que pueden pedir tres deseos. Cada una debe pensar en sus deseos, imaginen en todo lo que deben hacer para que estos deseos se vuelvan en metas y finalmente en objetivos. Luego se percatan que ya es hora de retornar a casa y regresan hasta su posición original, irán abriendo los ojos lentamente, ¿Cómo se sienten?</p>	20 min.	<p>Superficie plana para colocarse en forma vertical en el aula</p> <p>Música instrumental</p> <p>Zoom</p>	

Desarrollo	<p>Comunico al resto cómo me siento</p> <p>❖ Se presenta una lista de situaciones a las estudiantes y deben asociar una emoción a cada una, posteriormente se explica al grupo para qué sirve expresarnos y cómo debemos hacerlo. Con la finalidad de que se haga práctica esta actividad nos apoyamos del juego de la oca, el cual consiste en presentar un tablero virtual con 25 casillas, cada menor tendrá la opción de escoger una, donde se plantean situaciones conflictivas que son habituales en su día a día y se les pregunta de qué forma las abordarían.</p>	50 min.		
Cierre	Se pide a los estudiantes que mencionen qué importancia tuvo la sesión para una implicación personal, familiar y social.	20 min.		

SESIÓN DE APRENDIZAJE N.º 06

I. DATOS INFORMATIVOS:

Tema	:	“¿Cómo me comunico mejor?”
Población	:	Estudiantes
Duración	:	2 horas académicas

II. APRENDIZAJES ESPERADOS:

COMPETENCIA	CAPACIDAD	DESEMPEÑO
Identifica los componentes de las habilidades comunicativas.	- Reconocer la implicancia de la comunicación en el correcto desenvolvimiento.	- Acepta sin protestar las decisiones que la mayoría acatan.

III. SECUENCIA DIDÁCTICA:			
Fases	Estrategias/actividades de aprendizaje	Tiempo	Medios y materiales
Inicio	<p>El reflejo en el lago</p> <p>❖ Se colocan muy cómodas en sus asientos, lentamente cierran los ojos y respiran hondo 3 veces. Imaginen que se paran y van a la puerta de su habitación, luego salen a la calle, un bus las aguarda para ir a la laguna de Humantay, durante el trayecto el paisaje es hermoso, un cielo despejado pero hace frío, se sienten distintas ya que están visualizando nuevos horizontes, toca caminar un poco pero sienten el aire puro y la brisa; ya van llegando al lago y se aproximan hasta sentarse a la orilla, ven reflejado su rostro en el agua cristalina y comienzan a reflexionar acerca de cómo se han estado comunicando con los demás y consigo mismas luego de las sesiones que han tenido, de pronto se sienten más seguras de sí mismas y mejor que antes, ya llega la hora de regresar porque oscurece, regresan en el bus con una cálida sensación, hasta llegar a casa, en uno, dos, tres abrimos los ojos.</p>	15 min.	<p>Superficie plana para colocarse en forma vertical en el aula</p> <p>Música instrumental</p> <p>Zoom</p> <p>Ppt</p> <p>Lápices</p>
Desarrollo	<p>Habilidades comunicativas</p> <p>❖ Se realiza una introducción acerca de lo que significa comunicarse; sin embargo, se hace un énfasis en las normas y patrones para lograr una conversación eficaz, brindando recomendaciones importantes acerca de la temática. Asimismo, se resalta la actitud que un individuo puede tener para expresarse ante los demás, la cual puede ser pasiva, agresiva o positiva. Al respecto, se desglosa detalladamente cada tipo de expresión y se pide a todo el grupo que se identifique con alguno de ellos.</p>	55 min.	
Cierre	Para finalizar la sesión se pide a cada menor que escriba 5 actitudes positivas y negativas en sus conversaciones.	20 min.	

Motivación y evaluación permanente

SESIÓN DE APRENDIZAJE N.º 07

I. DATOS INFORMATIVOS:

Tema	:	“Termómetro emocional”
Población	:	Estudiantes
Duración	:	2 horas académicas

II. APRENDIZAJES ESPERADOS:

COMPETENCIA	CAPACIDAD	DESEMPEÑO
Conocer las repercusiones de las emociones.	-Resolución de conflictos, Maneja los conflictos de manera pacífica y constructiva.	- Comprende cómo las emociones influyen en el estado de ánimo.

III. SECUENCIA DIDÁCTICA:

Fases	Estrategias/actividades de aprendizaje	Tiempo	Medios y materiales	Motivación y evaluación permanente
Inicio	La pirámide mantra ❖ Se divide la pirámide en tres partes, cada estudiante pondrá una frase con la que se estimule, en el plano personal, familiar y escolar. Finalmente se debe imprimir la ficha y colocarla en un lugar visible.	15 min.		
Desarrollo	❖ Se les explicará a las estudiantes cómo funciona un termómetro emocional, mencionándoles que en “¿Cómo me siento? tendrán que poner la emoción que tienen, en “¿Cómo lo expreso?” deben de indicar cómo lo expresan físicamente, en “¿Qué estoy pensando?” tienen que poner los pensamientos que tienen en ese momento y en la pregunta “¿Influye mi pensamiento en lo que siento?” tienen que razonar si influye y explicar el por qué. Se entregarán fichas de termómetros emocionales a cada participante y se les hará practicar en clase para comprobar que comprenden el funcionamiento también practicarán en casa, diariamente, durante 3 días. En la próxima sesión se socializarán los resultados.	55 min.	Fichas de trabajo Documento Word	
Cierre	Se pedirá, a cada menor, que indique lo que ha aprendido en esta sesión, con la regla de que nadie puede repetir lo que haya dicho la otra.	20 min.		

SESIÓN DE APRENDIZAJE N.º 08

I. DATOS INFORMATIVOS:

1.1.	U.E.	:	Dr. Teodoro Alvarado Olea
1.2.	Nivel	:	Básica Superior
1.3.	Tema	:	“Aprendemos a cambiar de emoción”
1.4.	Población	:	Estudiantes
1.5.	Duración	:	2 horas académicas
1.6.	Fecha	:	27/01/2023
1.7.	Docente	:	Molina Villalva, María Cristina

II. APRENDIZAJES ESPERADOS:

COMPETENCIA	CAPACIDAD	DESEMPEÑO
Aprende a resolver problemas en función del estado de ánimo.	-Colaboración y tolerancia, Interactúa respetando las diferencias, incluyendo a todos.	- Identifica y analiza diferentes emociones.

III. SECUENCIA DIDÁCTICA:

Fases	Estrategias/actividades de aprendizaje	Tiempo	Medios y materiales	Motivación y evaluación permanente
Inicio	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Se expondrán en el aula las experiencias vividas con el medidor emocional, se preguntará a las estudiantes qué emociones han experimentado con más frecuencia, qué situación es la que más les ha enfadado en la semana anterior, si tuvieron más emociones positivas que negativas... ❖ Y se les planteará la siguiente pregunta con la que se pretende generar un pequeño debate guiado ¿Se pueden generar emociones positivas o negativas? ¿Cómo? ¿Podrían reformular los pensamientos negativos que tenían en positivos? ¿Cómo nos sentiríamos si pensáramos de forma positiva, cambiarían nuestras emociones? ¿Podemos buscar soluciones a los problemas dependiendo de nuestro estado de ánimo? Se le pondrán situaciones ficticias para que reflexionen sobre ellas. 	15 min.	Fichas de trabajo Zoom	

Desarrollo	<p>❖ Se mandará una tarjeta con una emoción escrita a cada menor. Cabe indicar que, solo se repartirán 7 emociones con el fin de que éstas sean repetidas, al menos, 2 veces.</p> <p>Posteriormente, se propondrá una situación en la que, el grupo, se sienta víctima o le cause incomodidad una acción llevada a cabo por otra persona, por ejemplo:</p> <p>“Una compañera te ha dado un codazo en la entrada de clase y no te ha pedido perdón”. Cada una tendrá que exponer, desde su emoción, una solución exitosa.</p> <p>Después se preguntará a la clase si se podría haber solucionado con otra emoción para llegar a un consenso.</p> <p>Al finalizar la dinámica se les hará reflexionar, con preguntas, sobre la utilidad que tienen las emociones, tanto negativas como positivas</p>	55 min.		
Cierre	<p>Finalmente, que cada estudiante describa las ventajas de controlar sus pensamientos.</p>	20 min.		

SESIÓN DE APRENDIZAJE N.º 09

I. DATOS INFORMATIVOS:

Tema	:	“Respiro mejor”
Población	:	Estudiantes
Duración	:	2 horas académicas

II. APRENDIZAJES ESPERADOS:

COMPETENCIA	CAPACIDAD	DESEMPEÑO
Descubre los elementos de la respiración consciente.	-Colaboración y tolerancia, Interactúa respetando las diferencias, incluyendo a todos.	- Conoce y practica las ventajas de las técnicas de relajación.

III. SECUENCIA DIDÁCTICA:

Fases	Estrategias/actividades de aprendizaje	Tiempo	Medios y materiales	Motivación y evaluación permanente
Inicio	<p>El bolsito</p> <ul style="list-style-type: none"> ❖ Se da la siguiente consigna: se pondrán en posición vertical, cerramos los ojos y respiramos hondo. Imaginan que se paran y se van donde su mamá guarda sus carteras, escogen una, miren el color, tamaño, si tiene algo particular; ahora se van donde haya cuerdas, cintas o pitas en la casa y sacan una de ellas, miren de qué color es, si es larga o gruesa. ❖ Ahora se van a transportar al mar, una vez ahí respiran hondo nuevamente. Abren la cartera y comienzan a poner en ella todos sus problemas, tanto familiares, escolares o personales que sólo ustedes conozcan. ❖ Entonces se paran y van a la orilla, con toda su fuerza van a arrojar la cartera. AHORA, mira ¿qué pasó?, se pudo hundir, se aleja, flota o regresa. Piensen acerca de lo que ocurrió y mientras tanto regresen a casa, y en uno, dos, tres, abran los ojos. 	15 min.	<p>Música relajante</p> <p>Zoom</p>	

Desarrollo	<p>Soy consciente de mi respiración</p> <p>❖ Todas las estudiantes tomarán una postura cómoda y cerrarán los ojos. Luego, con una música relajante, se les menciona que dirijan la atención a las piernas, que poco a poco se van relajando, luego nos centramos en los brazos, que se sienten calientes y suaves, posteriormente sentimos el vientre y ponemos nuestras manos ahí, sentimos como al respirar el tórax se infla y desinfla respectivamente, respiramos hondo 3 veces y abrimos lentamente los ojos.</p>	55 min.		
Cierre	<p>Se promueve la reflexión con las siguientes preguntas:</p> <p>¿Qué sensación te dio esta técnica de relajación?,</p> <p>¿será importante practicarla seguido?</p>	20 min.		

SESIÓN DE APRENDIZAJE N.º 10

I. DATOS INFORMATIVOS:

Tema	:	“Me controlo”
Población	:	Estudiantes
Duración	:	2 horas académicas

II. APRENDIZAJES ESPERADOS:

COMPETENCIA	CAPACIDAD	DESEMPEÑO
Promueve el desarrollo técnicas de autocontrol	- Interactúa respetando las diferencias, incluyendo a todos.	- Identifica agentes estresores y pone en práctica técnicas para el control de impulsos.

III. SECUENCIA DIDÁCTICA:

Fases	Estrategias/actividades de aprendizaje	Tiempo	Medios y materiales	Motivación y evaluación permanente
Inicio	<p>El Baúl y la maleta</p> <p>❖ Imaginamos que irán de viaje al destino que más les guste, para este viaje escribirán dentro del baúl todas las características personales que no permitirían que disfruten plenamente el viaje y en la maleta escribirán todas las cualidades de su forma de ser que harán del viaje inolvidable.</p>	15 min.		
Desarrollo	<p>Se inicia la sesión con la pregunta: ¿Qué es la ira?</p> <p>❖ Posteriormente se dará la siguiente consigna: “Ahora vamos a identificar qué es lo que nos provoca la ira y cómo podemos detenernos antes de responder de manera agresiva”. Para esta tarea debemos identificar los tres componentes de una conducta agresiva producida por la ira, mediante el método A→B→C A. Antecedentes (lo que me provoca la ira) B. Comportamiento de ira (lo que pienso, siento y hago mientras experimento la ira) C. Consecuencias (las consecuencias que mi comportamiento de ira produce en mí y en los demás)</p> <p>Ejemplificar mediante 5 casos. Finalmente exponer las técnicas de “tiempo fuera”, detención del pensamiento y auto diálogo para el control de impulsos.</p>	55 min.	Zoom	

Cierre	Finalmente, se solicita a 3 estudiantes que comenten la información que les fue relevante	20 min.		
---------------	---	---------	--	--

SESIÓN DE APRENDIZAJE N.º 11

I. DATOS INFORMATIVOS:

Tema	:	“Me controlo”
Población	:	Estudiantes
Duración	:	2 horas académicas

II. APRENDIZAJES ESPERADOS:

COMPETENCIA	CAPACIDAD	DESEMPEÑO
Reconoce la importancia de decir que NO ante situaciones que lo ameriten	- Interactúa respetando las opiniones de los demás.	- Analizar las implicancias de decir que NO.

III. SECUENCIA DIDÁCTICA:

Fases	Estrategias/actividades de aprendizaje	Tiempo	Medios y materiales	Motivación y evaluación permanente
Inicio	<p>El árbol crece</p> <ul style="list-style-type: none"> ❖ Nos echaremos en una superficie cómoda en casa, respiraremos hondo e imaginaremos que nos transportamos a una pradera verde, donde se dispondrán a sembrar una semilla, la cuidan, le echan agua y con mucha calma, amor y paciencia le transmiten fuerza para que crezca, entonces ven que comienza a brotar su raíz, se vuelve cada vez más y más fuerte, el tallo sale también y se va engrosando de a pocos, luego aparecen las ramas y el árbol comienza a verse frondoso, se ve imponente y fuerte por dentro y por fuera, ahora contémplo y piensen a quién les hace recordar. ❖ Ahora piensen en lo que ustedes deberían hacer para poder verse y sentirse también fuertes. Ya es hora de regresar a casa y poco a poco se ubican en su posición original, abran los ojos lentamente. 	15 min.	Zoom	

Desarrollo	<p>Saber decir no</p> <ul style="list-style-type: none"> ❖ Se inicia la sesión indagando acerca de qué significa para el grupo decir que NO, también se les pregunta cómo dicen que NO cuando alguien les pide algo y no se lo pueden dar. Acto seguido, se presentan 5 situaciones en que se debe decir que no, aleatoriamente se elige a las menores que darán las respuestas correspondientes. ❖ Luego de esta reflexión se procede a exponer al grupo acerca de la significancia tan relevante que resulta decir que no, sus consecuencias y situaciones en las que se debe practicar. 	55 min.		
Cierre	<p>Finalmente, se refuerza la sesión preguntando al grupo acerca de cómo se han sentido rechazando una petición inadecuada y se les da la consigna de que escriban 5 formas de decir NO a los demás.</p>	20 min.		

SESIÓN DE APRENDIZAJE N.º 12

I. DATOS INFORMATIVOS:

Tema	:	“¿Afecto positivo?”
Población	:	Estudiantes
Duración	:	2 horas académicas

II. APRENDIZAJES ESPERADOS:

COMPETENCIA	CAPACIDAD	DESEMPEÑO
Fomenta el afecto positivo	- Interactúa respetando las diferencias, incluyendo a todos.	- Aprende las herramientas que permiten cambiar de perspectiva una situación estresante.

III. SECUENCIA DIDÁCTICA:

Fases	Estrategias/actividades de aprendizaje	Tiempo	Medios y materiales	Motivación y evaluación permanente
Inicio	❖ Cada estudiante dirá una cualidad de su compañero(a), en orden de lista, finalmente se reflexionará acerca del reconocimiento de los aspectos positivos en el grupo.	15 min.	Zoom	
Desarrollo	❖ Se pedirá a los estudiantes que indiquen, en un papel, un pequeño problema que tengan en su día a día y que les cause estrés y/o enfado. Posteriormente se les dirá que, cuando tienen este tipo de problemas lo pasan mal porque suelen tener unos pensamientos negativos sobre el acontecimiento. Estos papeles serán escritos en el chat del zoom y, en grupo, se escogerá uno a uno y se buscarán formas de pensar de manera positiva que ayuden a afrontar cada problema.	55 min.		
Cierre	Finalmente, se pedirá a cada menor hacer el ejercicio en casa con sus padres.	20 min.		



UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

**ESCUELA DE POSGRADO
MAESTRÍA EN PSICOLOGÍA EDUCATIVA**

Declaratoria de Autenticidad del Asesor

Yo, CRUZ MONTERO JUANA MARIA, docente de la ESCUELA DE POSGRADO MAESTRÍA EN PSICOLOGÍA EDUCATIVA de la UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO SAC - PIURA, asesor de Tesis Completa titulada: "INTELIGENCIA EMOCIONAL Y PROPUESTA DEL PROGRAMA "YO ME CONOZCO" EN ESTUDIANTES DE BASICA SUPERIOR DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA, GUAYAQUIL 2022", cuyo autor es MOLINA VILLALVA MARIA CRISTINA, constato que la investigación tiene un índice de similitud de 18.00%, verificable en el reporte de originalidad del programa Turnitin, el cual ha sido realizado sin filtros, ni exclusiones.

He revisado dicho reporte y concluyo que cada una de las coincidencias detectadas no constituyen plagio. A mi leal saber y entender la Tesis Completa cumple con todas las normas para el uso de citas y referencias establecidas por la Universidad César Vallejo.

En tal sentido, asumo la responsabilidad que corresponda ante cualquier falsedad, ocultamiento u omisión tanto de los documentos como de información aportada, por lo cual me someto a lo dispuesto en las normas académicas vigentes de la Universidad César Vallejo.

PIURA, 06 de Enero del 2023

Apellidos y Nombres del Asesor:	Firma
CRUZ MONTERO JUANA MARIA DNI: 07545873 ORCID: 0000-0002-7772-6681	Firmado electrónicamente por: JCRUZMON el 13-01- 2023 11:17:03

Código documento Trilce: TRI - 0511791