



**UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO**

**ESCUELA DE POSGRADO  
PROGRAMA ACADÉMICO DE MAESTRÍA EN DOCENCIA  
UNIVERSITARIA**

**Inteligencia emocional post COVID-19 en estudiantes  
universitarios a través de la educación semipresencial, 2023**

**TESIS PARA OBTENER EL GRADO ACADÉMICO DE:**

**Maestra en Docencia Universitaria**

**AUTORA:**

Gonzales Suárez, Adriana Alexandra ([orcid.org/0000-0002-6792-7893](https://orcid.org/0000-0002-6792-7893))

**ASESORES:**

Dr. Padilla Caballero, Jesus Emilio Agustín ([orcid.org/0000-0002-9756-8772](https://orcid.org/0000-0002-9756-8772))

Mtra. Aliaga Herrera, Cynthia Mabel ([orcid.org/0000-0002-3121-7101](https://orcid.org/0000-0002-3121-7101))

**LÍNEA DE INVESTIGACIÓN:**

Evaluación y Aprendizaje

**LÍNEA DE RESPONSABILIDAD SOCIAL UNIVERSITARIA:**

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

LIMA – PERÚ

2023

Dedicatoria:

Dedico esta investigación a Dios, a mis padres, hermanos, sobrinos y a Lukita porque son mi apoyo incondicional y mi lugar seguro.

Agradecimiento:

Agradezco a mi asesor de tesis el Dr. Jesús Emilio Agustín Padilla Caballero por compartir sus conocimientos y por transmitir su amor por la educación e investigación. A mis compañeros de maestría por compartir sus conocimientos y experiencias.

## Índice de Contenidos

	Pg.
Carátula.....	i
Dedicatoria:.....	ii
Agradecimiento:.....	iii
Índice de Contenidos .....	iv
Índice de Tablas .....	vi
Índice de Gráficos y Figuras.....	vii
Resumen .....	viii
Abstract.....	ix
I. Introducción.....	1
II. Marco Teórico .....	4
III. Metodología.....	12
3.1. Tipo y diseño de investigación .....	12
3.2. Categorías, Subcategorías y matriz de categorización.....	12
3.3. Escenario de estudio.....	13
3.4. Participantes .....	13
3.5. Técnicas e instrumentos de recolección de datos .....	14
3.6. Procedimientos .....	15
3.7. Rigor científico .....	15
3.8. Método de análisis de la información .....	16
3.9. Aspectos éticos.....	16
IV. Hallazgos y Discusión.....	17
V. Conclusiones .....	71
VI. Recomendaciones .....	72
Referencias	
Anexo 1: Tabla de categorización	

Anexo 2: Instrumento de recolección de datos

Anexo 3: Modelo de Consentimiento y/o asentimiento informado, formato UCV

Anexo 4: Matriz Evaluación por juicio de expertos, formato UCV

Anexo 5: Resultado de similitud del programa Turnitin

Anexo 6: otros

## Índice de Tablas

	Pg.
Tabla 01: Matriz de categorización apriorística.	13
Tabla 02: Expertos en Inteligencia emocional.	14
Tabla 03: Expertos en Inteligencia emocional.	16

## Índice de Gráficos y Figuras

	Pg.
Figura 1: Gestión emocional – Nube de Palabras (NP)	18
Figura 2: Gestión emocional – Mapa Mental (MM)	19
Figura 3: Empatía - NP	20
Figura 4: Empatía - MM	22
Figura 5: Relaciones interpersonales - NP	25
Figura 6: Relaciones interpersonales - MM	26
Figura 7: Autoconciencia emocional - NP	28
Figura 8: Autoconciencia emocional - MM	29
Figura 9: Toma de decisiones - NP	32
Figura 10: Toma de decisiones - MM	33
Figura 11: Resiliencia - NP	35
Figura 12: Resiliencia - MM	36
Figura 13: Autoconciencia - NP	38
Figura 14: Autoconciencia - MM	39
Figura 15: Autorregulación - NP	41
Figura 16: Autorregulación - MM	42
Figura 17: motivación - NP	44
Figura 18: motivación - MM	45
Figura 19: Empatía - NP	48
Figura 20: Empatía - MM	50
Figura 21: Habilidad social - NP	53
Figura 22: Habilidad social - MM	54
Figura 23: Educación presencial - NP	58
Figura 24: Educación presencial - MM	59
Figura 25: Educación virtual - NP	63
Figura 26: Educación virtual - MM	64
Figura 27: Educación a distancia - NP	67
Figura 28: Educación a distancia - MM	69

## Resumen

El estudio tuvo como objetivo interpretar cómo se desarrolló la inteligencia emocional (IE) en la educación semipresencial después de la pandemia de COVID-19. Se realizó una investigación cualitativa de tipo básica con diseño hermenéutico. Se utilizó una matriz apriorística para organizar la información en categorías. Luego, se entrevistó a 5 expertos en IE y se analizaron sus respuestas mediante el software Atlas Ti. Los resultados indican que la IE desempeña un papel fundamental en la educación virtual, presencial y a distancia. Conceptos como gestión emocional (GE), empatía, relaciones interpersonales (RI) y autoconciencia son claves para comprender la IE. También, en los diferentes espacios educativos es necesario implementar estrategias efectivas para desarrollar la IE ante los desafíos actuales. Finalmente, se recomienda capacitar a docentes y alumnos en IE, incorporarla en los planes de estudio e investigar estrategias adecuadas según el contexto educativo.

Palabras Clave: Inteligencia emocional; COVID-19; Estudiantes universitarios; Educación semipresencial; Habilidades socioemocionales.



## Abstract

The study aimed to interpret how emotional intelligence (EI) developed in blended education after the COVID-19 pandemic. A basic qualitative research was conducted with a hermeneutical design. An a priori matrix was used to organize the information into categories. Then, 5 EI experts were interviewed and their responses analyzed using Atlas Ti software. The results indicate that EI plays a key role in virtual, face-to-face and distance education. Concepts such as emotional management, empathy, interpersonal relationships and self-awareness are central to understanding EI. Also, in different educational settings, effective strategies are needed to develop EI given current challenges. Finally, it is recommended to train teachers and students in EI, incorporate it into curricula, and research suitable strategies according to the educational context.

keywords: Emotional intelligence; COVID-19; College students; Blended Education; Socio-emotional skills.

## I. Introducción

A lo largo de los años, la humanidad ha tenido que enfrentar cambios bruscos e impredecibles que llevaron a la reevaluación de sus formas de vida. Es así como en la actualidad, la presencia del COVID – 19 cambió significativamente la vida de las personas en múltiples aspectos; siendo uno de los sectores más impactados por esta situación la educación universitaria; así mismo, la Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y Cultura - UNESCO (2019) realizó una indagación sobre los principales obstáculos de los universitarios durante la pandemia, indicando que a nivel mundial, las mayores dificultades fueron el aislamiento social, la situación financiera, la falta de acceso al Internet y en general la ansiedad relacionada con la pandemia. También, la región de las Américas enfrentó múltiples desafíos debido al marco actual, estos desafíos incluyeron la pérdida de familiares, riesgos económicos fortuitos que dejaron a varias personas sin empleo o medios de sustento, el cese de establecimientos educativos, el distanciamiento social, el temor a contagiarse y una gran inseguridad acerca de lo que pudiera suceder en el futuro.

Según la investigación realizada por la Organización Panamericana de la Salud – OPS (2021) en 30 países, entre ellos Chile, Brasil, Perú y Canadá, se informó de un deterioro en la salud mental de las personas, aumentando en un 45% en promedio global desde los inicios de la pandemia del COVID - 19. Por lo tanto, es preciso mejorar el manejo de la salud emocional y poner en marcha programas para desarrollar la inteligencia emocional – IE desde la primera infancia, ya que esto ayudará a mejorar las habilidades socioemocionales. Por otra parte, la Organización Mundial de la Salud – OMS (2022) estableció un proyecto para la salud mental que abarca el período 2013 - 2030, comprometiéndose todos los países miembros para su implementación, teniendo como finalidad la mejoría de la salud mental a través de políticas de salud que garanticen una atención integral e inclusiva a las necesidades de la comunidad, así como la implementación de planes de promoción y prevención, el fortalecimiento de los sistemas de información, datos científicos e investigación. También, es importante tener presente que la UNESCO (1998) a través del informe Delors, propuso cuatro pilares con el objetivo de sentar

las bases de la educación para el siglo XXI: el aprender a conocer, el aprender a hacer, el aprender a convivir y el aprender a ser. Estos dos últimos pilares están relacionados con la IE, ya que buscan que el individuo tenga habilidades de gestión emocional, que establezca relaciones interpersonales respetuosas y armoniosas, que desarrolle una autoconciencia emocional (AE), sepa tomar decisiones adecuadas y tenga una resiliencia emocional (RE) frente a situaciones adversas. Además, resulta notable mencionar que según la Organización para la Cooperación y Desarrollo Económico – OCDE (2011) una de las demandas más relevantes del mercado laboral hacia los graduados universitarios en la actualidad es la IE, es decir, se busca personal con la capacidad de trabajar en equipo, resiliente para superar situaciones adversas, que mantenga buenas relaciones interpersonales y que tome decisiones acertadas. En este contexto problemático, se tomó en consideración la definición del autor principal de la presente investigación, Goleman (1996), quien definió la IE como un conjunto de capacidades esenciales que permite a las personas transitar la vida de manera más plena y satisfactoria. Incluye atributos tan valiosos como la conciencia de uno mismo y el autocontrol, la motivación y la perseverancia, la capacidad de conectar con otros a nivel afectivo y de entablar relaciones interpersonales enriquecedoras. Además, la IE tiene importancia tanto en el ámbito educativo como en el laboral, ya que la creatividad, la empatía y el pensamiento sistémico son necesarios para adaptarse a entornos cambiantes donde la innovación y las humanidades van de la mano.

En lo filosófico, esta investigación se justifica por el reconocimiento de las emociones como elemento fundamental de las experiencias humanas. Al tener la capacidad de entender y manejar las emociones propias y ajenas, las personas pueden experimentar emociones más enriquecedoras y complejas, lo que contribuye a una vida más plena. En cuanto a la justificación axiológica, la IE se define como la capacidad de entender y gestionar las emociones, tanto las propias como las de los demás. Esto permite establecer relaciones interpersonales más armoniosas y respetuosas. Además, la justificación social de la IE radica en su valor para desarrollar habilidades que promuevan una convivencia equilibrada y el respeto por los derechos individuales. Asimismo, en el ámbito educativo, la IE es fundamental para el crecimiento integral de las personas y fomenta el desarrollo de

habilidades socioemocionales necesarias para formar ciudadanos críticos, reflexivos y comprometidos con su entorno. En términos de la justificación política, la IE desempeña un papel importante en la construcción de sociedades más equitativas y justas. La habilidad de comprender y controlar las emociones, tanto a nivel individual como colectivo, permite desarrollar la capacidad de negociación y diálogo, fundamentales para la construcción de acuerdos políticos y sociales en contextos democráticos. Por lo expuesto, la investigación presentó como propósito, el explorar cómo los estudiantes del nivel superior desarrollan la IE en la educación semipresencial después de la pandemia; así también, se tuvo como objetivo general el interpretar cómo se desarrolla la inteligencia emocional en la educación semipresencial post COVID-19; por otra parte, como específicos, generar un nuevo estado del arte a través de la conceptualización de los términos relacionados con la IE, diferenciar los componentes y reconocer los diferentes espacios donde se puede desarrollar la IE de los estudiantes a través de una educación semipresencial.

## II. Marco Teórico

Los estudios a nivel internacional sobre la IE post COVID – 19 son limitados. Un estudio reciente realizado por Estrada Guillén et al., (2022), tuvieron como resultado esperado examinar la trascendencia de la IE de los estudiantes en su resiliencia, así como el impacto en su compromiso y rendimiento académico. Participaron 340 estudiantes de tres universidades diferentes durante el confinamiento en el 2020. Los resultados obtenidos indicaron que la IE se relacionaba positivamente con la resiliencia y el compromiso de los estudiantes. Como consecuencia, los estudiantes presentaron un mejor rendimiento académico. Los investigadores sugirieron promover la IE en el ámbito educativo, ya que tiene un impacto positivo tanto en la salud como en la educación a corto y largo plazo. En consonancia con estos hallazgos, esta investigación considera que la IE desempeña un papel fundamental en la educación, ya que ayuda a los estudiantes a superar momentos adversos de manera eficiente. Además, fortalece el compromiso de los universitarios con sus estudios, lo que a su vez garantiza un mejor rendimiento académico.

Por otra parte, Secanilla et al., (2021) desarrollaron una estrategia psicopedagógica denominada iTutoría universitaria durante la pandemia. Esta estrategia consistió en brindar un acompañamiento integral a los estudiantes en un momento de incertidumbre global causado por el COVID-19. La iTutoría universitaria abarcó aspectos socioemocionales, cognitivos y profesionales de los estudiantes. Los resultados obtenidos de su implementación fueron positivos, ya que los estudiantes se sintieron atendidos y escuchados por los docentes. Sin embargo, las investigadoras sugirieron que era necesario proporcionar una formación especializada a los profesores para utilizar la estrategia de manera efectiva. Además, recomendaron promocionar e incluir la iTutoría en el sistema híbrido actual, porque la consideran una pilar esencial en el proceso de enseñanza-aprendizaje universitario. La presente revisión considera que la iTutoría es un valioso aporte que beneficia a los estudiantes universitarios. Este tipo de estrategias resalta la importancia de la salud emocional de los universitarios, como un eje clave en el bienestar. Del mismo modo, Ocampo y Correa-Reynaga (2022) tuvieron como objetivo analizar la situación emocional y la capacidad de resiliencia en una población de 282 estudiantes, teniendo como resultado que el estado

emocional se encontraba en un nivel moderado, con niveles de estrés y depresión en descenso tras eliminar las restricciones. Por último, los estudiantes encuestados demostraron tener un alto nivel de resiliencia, lo que indica su capacidad para superar problemas relacionados con el COVID-19. El estudio considera que, la resiliencia tiene una relación significativa con la IE, gracias a ella los individuos pueden reconocer sus propias emociones y las de los demás, lo que les permite establecer relaciones basadas en el respeto y la armonía. Además, contar con herramientas adecuadas les permite superar situaciones adversas y complejas que surgen en la vida diaria. Asimismo, el apoyo de redes como la familia y los amigos les permite superar cualquier situación difícil de manera más efectiva. También, se llevó a cabo un estudio por parte de Resendiz (2023), en el cual, se implementó un programa de educación emocional dirigido a adolescentes durante el periodo de la pandemia. El objetivo era comprobar la eficacia del programa mediante una previa y posterior evaluación a la intervención. Los resultados obtenidos fueron favorables, ya que los estudiantes lograron comprender el impacto de sus emociones y reflexionaron sobre la importancia de la regulación emocional. Además, adquirieron conocimientos teóricos y prácticos sobre estrategias para establecer una comunicación asertiva. Esta investigación refuerza la idea de que la IE debe ser incluida en los planes de estudio desde la infancia, ya que aporta beneficios y herramientas que son útiles a lo largo de la vida. Estas habilidades pueden aplicarse en diversos contextos; como en entornos escolares, universitarios, familiares y laborales, entre otros.

Pezo y Paredes (2022) realizaron una revisión de las investigaciones nacionales e internacionales sobre la IE en el contexto posterior al COVID-19. Utilizaron bases de datos con criterios de alta calidad, pero los resultados obtenidos no superaron el nivel de relación debido a que el marco actual es muy reciente. Por lo tanto, existe un campo interesante e importante para futuras investigaciones. Además, los investigadores sugirieron realizar análisis comparativos entre los países de habla hispana y los asiáticos, ya que muestran diferencias significativas debido a las características demográficas propias de cada región. El estudio considera, que es importante seguir investigando y practicando para profundizar en el desarrollo de la IE, pues esto permitirá utilizarla de manera pertinente, teniendo en cuenta la individualidad de cada persona, ya sea en el ámbito educativo, social o emocional.

De la misma forma, Valdiviezo y Rivera (2022) llevaron a cabo un artículo con el objetivo de revisar estudios sobre la IE en el campo educativo. Realizaron un análisis de 36 artículos científicos, encontrando una escasa producción científica y dificultades para definir y medir la variable de la IE por sus múltiples dimensiones. Solo un 3.5% de los estudios en América Latina y el Caribe se han enfocado en investigar la IE y su impacto en la educación. Por esta razón, los autores sugirieron promover investigaciones orientadas a comprender la interrelación entre la IE y la educación. En consecuencia, esta investigación refuerza el propósito de nuestro estudio, ya que existe una escasez de investigaciones en el contexto post COVID-19. Nuestro estudio proporcionará una contribución enriquecedora al campo, aprovechando las experiencias y conocimientos de los expertos en IE.

La IE surge de la preocupación por la formación de las personas capaces de adaptarse a las exigencias del mundo actual; así mismo, organismos internacionales como la UNESCO (1998) y OCDE (2011) identificaron que las habilidades sociales y emocionales contribuyen al desarrollo integral de las personas, abarcando aspectos académicos, sociales, culturales y emocionales. La noción de la inteligencia y la emoción como términos separados surgió en 1900 con la aparición de la medición y cuantificación de la inteligencia, donde se empezaron a utilizar instrumentos científicos para cuantificar el razonamiento abstracto. Luego, entre los años 1970 y 1993, surgieron los primeros precursores de la IE, Mayer y Salovey junto con otros colaboradores, publicaron artículos relacionados con la IE, en los que intentaron describir la transformación de la información emocional y propusieron su primer modelo de los elementos de la IE. Este modelo sirvió como base para la versión final de su teoría. En este primer modelo, propusieron tres habilidades que integraban la IE: la percepción y apreciación emocional, la regulación emocional y la utilización de la IE. Además, en 1994, la IE comenzó a difundirse de manera acelerada tanto en círculos académicos como no académicos; Daniel Goleman elaboró un libro en 1996 que impulsó el concepto de la IE y su importancia, su propuesta tuvo una gran difusión y aceptación según Extremera y Fernández-Berrocal (2004) debido principalmente a la sobrevaloración del coeficiente intelectual - CI, el rechazo social hacia las personas con un alto nivel intelectual y la inadecuada gestión de pruebas de CI en educación.

En el año 1997, Salovey y Mayer (1997) realizaron una refinación en su primer modelo de la IE, pasando de tres a cuatro habilidades: percepción y valoración emocional, facilitación emocional, comprensión emocional y regulación reflexiva de las emociones. Además, desarrollaron inéditas herramientas de medición y el número de investigaciones relacionadas con la IE aumentó. La categoría de la IE también comenzó a vincularse con otras variables, ampliando así su campo de estudio. La teoría subyacente de la presente investigación es la psicológica, ya que busca explicar aspectos específicos de los comportamientos, pensamientos y emociones humanas. Uno de los principales representantes fue Goleman (1996), quien la definió como un conjunto de atributos esenciales para superar con éxito los desafíos cruciales. Esto incluía la capacidad de motivarse y perseverar a pesar de las desilusiones, manejar el impulso de posponer la gratificación, regular el estado de ánimo, prevenir trastornos que afecten las habilidades cognitivas, demostrar empatía y fomentar la esperanza. Del mismo modo, Bar – On (2006) consideró la IE como un conjunto de capacidades y habilidades que influían en la autocomprensión, la comprensión de los demás, la expresión emocional y el afrontamiento de los desafíos cotidianos. Así mismo, Saarni (1999), la conceptualizó como un conjunto integrado de aptitudes y habilidades necesarias para desenvolverse en un entorno en constante cambio, destacando como un individuo único, altamente adaptado, eficiente y con mayor autoconfianza. Por otro lado, López et al., (2023) definen la IE como la capacidad de entender las señales que les envían sus emociones; al prestar atención a lo que les hace sentir de cierta manera, pueden descubrir las causas subyacentes de esas emociones. Con este conocimiento, pueden desarrollar habilidades para manejar sus emociones de forma saludable y producir comportamientos positivos y adaptativos. La teoría específica abordada en este estudio es la educativa, ya que se centra en comprender la capacidad del ser humano para ser educado y en las acciones que mejoran tanto al individuo como al grupo al que pertenecía. Se basa en el conocimiento aportado por diversas disciplinas, como la antropología, psicología, sociología, biología, entre otras, para obtener información sobre el ser humano y su entorno. Además, se nutrió de la realidad educativa misma para comprenderla en mayor profundidad y planificar intervenciones más efectivas en cada acción educativa. La IE guarda una relación directa con la educación, como mencionan



Beneitone et al., (2007), es fundamental establecer la uniformidad de la educación superior en términos de conocimientos, habilidades y actitudes. Entre las competencias generales que todo profesional debe dominar se encuentran aquellas que permiten interactuar con los demás, como la capacidad de colaboración grupal, destrezas sociales, capacidad para liderar metas compartidas, habilidad para enfrentar nuevas situaciones y capacidad para la toma de decisiones (TD). Todas estas competencias están relacionadas con las habilidades emocionales y la IE, lo que demostraba que la educación y la IE están vinculadas.

En tal sentido, la primera subcategoría principal es conceptos, dentro de ella hay seis subcategorías que a continuación se definirán; la primera subcategoría, es la gestión emocional según García Blanc et al. (2020), se refiere a la capacidad de manejar y regular de manera consciente las emociones, teniendo en cuenta los pensamientos y el comportamiento, mediante estrategias adecuadas de afrontamiento; además, el Consejo de Salud Ocupacional (2022), indica que es la habilidad de gestionar de manera adecuada nuestras emociones, comprendiendo la conexión entre nuestras emociones, pensamientos y acciones. Así mismo, implica contar con estrategias efectivas para afrontar situaciones emocionales y tener la capacidad de cultivar emociones positivas de forma interna; por otro lado, Ojeda (2022) la describe como el conjunto de procesos mentales que nos permiten reconocer y comprender nuestras emociones individuales. No se trata simplemente de tener un control absoluto sobre nuestras emociones, sino de ser conscientes de ellas y saber adaptarlas para mantener nuestra estabilidad mental; por tanto, la gestión emocional consiste en saber cómo nos sentimos, cuál es nuestro estado emocional, saber las consecuencias que trae consigo nuestras emociones tanto para uno mismo como para las demás personas e identificar cómo evolucionan nuestras emociones; la segunda subcategoría es la empatía, según Gerdes y Segal (2009), ser empático implica sentir una emoción que se percibe o se deduce en otra persona, procesarla cognitivamente y actuar voluntariamente. En otras palabras, implica actuar en base a la respuesta emocional y el procesamiento cognitivo, además la Real Academia Española (2022) indica que la empatía es la capacidad de establecer un vínculo emocional con algo o alguien, así como de comprender y compartir los sentimientos de esa persona o entidad. Así mismo, es la habilidad de conectarse emocionalmente, experimentando y comprendiendo de manera

profunda los pensamientos y emociones de otro individuo; se considera que la empatía es vital en la formación de las personas, debe ser desarrollada desde la infancia porque permite eliminar situaciones relacionadas con la violencia, además es relevante, ya que al entender qué es lo que la persona quiere decir y qué es lo que está sintiendo, se puede ayudar emocionalmente, comprenderlas y apoyarlas a superar situaciones complejas.

La tercera subcategoría es la relación interpersonal, según Moreno y Pérez (2018), esta es aquella que se forma entre al menos dos personas y es fundamental en la vida. Esto significa que, en cualquier entorno, un individuo convive con otros, lo que le brinda la oportunidad de conocer a los demás y conocerse a sí mismo; Cornejo y Tapia (2012), la define como la conexión entre individuos, también como un elemento esencial en la existencia humana que actúa no solo como un medio para lograr metas específicas, sino como un propósito en sí mismas, concluyéndose que las relaciones interpersonales desempeñan un papel protector en la salud mental ya que generan beneficios en la salud y establecen relaciones con otros pares, entre otros aspectos; cuarta subcategoría es la autoconciencia emocional, Goleman (1996) la define como la capacidad de reconocer y comprender las emociones, sensaciones, estados y recursos internos propios, también, Sabater (2022) menciona que la cultivación de la autoconciencia emocional contiene un esfuerzo continuo y una decisión consciente de revelar lo profundo del ser, permitiendo que cada persona se conozca a sí misma e identifique su emoción dominante para gestionarla adecuadamente; la quinta subcategoría es la toma de decisiones, Chiavenato (2009) la define como un proceso donde se analiza y selecciona un curso de acción entre varias opciones disponibles, Laoyan (2022) menciona que la toma de decisiones conlleva a la compilación de datos, la evaluación de opciones y, finalmente, la elección de la mejor decisión posible. Concluyéndose, lo esencial que es saber el cómo y cuándo se debe tomar decisiones, siendo conscientes y neutrales. Por último, la sexta subcategoría es la resiliencia emocional, Luthar (2015) indica que son adaptaciones exitosas de un individuo expuesto a factores biológicos de riesgo, esto también implica la capacidad de mantener una baja vulnerabilidad frente a posibles estresores en el futuro, además la Real academia española (2022) la define como la capacidad de adaptación de un organismo frente

a un factor desestabilizador o a circunstancias adversas, ya sea un agente perturbador o situación desfavorable.

Así mismo, la segunda subcategoría principal, es componentes, dentro de ella se han establecido cinco subcategorías; la primera es la autoconciencia, el Centro de Estudios de Psicología (2023) indica que la autoconciencia es comprender nuestras emociones, sentimientos y reacciones en diferentes situaciones, lo que nos permite tener un mayor autocontrol, definiendo así como la capacidad de identificar y gestionar nuestras propias emociones a nivel individual; la segunda subcategoría es la autorregulación (AR), Zimmerman (2000) la define como un proceso dinámico que comprende la generación interna de ideas, la experiencia de emociones y la ejecución de acciones planificadas y ajustadas de forma continua para alcanzar los objetivos personales deseados, considerando así, que la autorregulación es una habilidad importante para manejar emociones negativas y promover respuestas emocionales saludables; la tercera subcategoría es la motivación; la RAE (2022), la define como un conjunto de elementos, tanto internos como externos que influyen en cierta medida en las decisiones y comportamientos de un individuo. Investigaciones recientes señalan que la motivación puede ser intrínseca, proveniente de uno mismo, o extrínseca, del exterior, y que ambas formas de motivación son relevantes; la cuarta subcategoría es la empatía, Goleman (1996) refirió que es la facultad de un individuo para reconocer y comprender las emociones de los demás, así como interpretar sus señales no verbales. Se trata de una actitud que implica la habilidad de ponerse en el lugar del otro y comprender sus sentimientos. Se considera que la empatía es una competencia central de la inteligencia emocional, existiendo dos tipos: la empatía cognitiva y la empatía emocional. La empatía cognitiva se refiere a la capacidad para comprender la perspectiva de la otra persona, mientras que la empatía emocional es la capacidad de compartir los sentimientos de los demás; por último, la subcategoría habilidad social, según NeuronUP (2022) se indica que es un conjunto de habilidades y estrategias comportamentales que permiten abordar de manera efectiva las situaciones sociales, logrando un equilibrio entre nuestras propias necesidades y las expectativas del entorno social en el que se encuentra. Es así, que se considera que las habilidades sociales es la capacidad para gestionar de manera adecuada una conversación, reunión, problema o trabajo en equipo.

Por último, la tercera subcategoría llamada educación contiene tres subcategorías, siendo la primera la educación presencial, Dasso Vassallo et al. (2020) la definen como la forma tradicional en la que tanto los estudiantes como los profesores se encuentran físicamente en un mismo lugar y en un momento específico durante gran parte del proceso educativo. Para fomentar la IE en espacios educativos presenciales, es importante implementar la educación emocional en la malla curricular desde la primera infancia, también es esencial formar a los docentes y al entorno familiar a través de los talleres y seminarios, ya que los niños aprenden a través de la observación; la segunda subcategoría es la educación virtual, según Mota et al. (2020) mencionan que es un componente que posibilita el desarrollo del proceso educativo mediante la aplicación de TIC. De esta manera, se puede llevar a cabo la labor educativa sin la necesidad de un encuentro presencial con el maestro o docente, permitiendo el acceso a habilidades y conocimientos a un ritmo individual y no de forma colectiva. Además, mencionan que brinda la flexibilidad de establecer su propio horario de estudio, sin limitaciones de tiempo. En muchos casos, esta metodología considera la autonomía del estudiante, convirtiéndolo en un aprendiz autodidacta. Es así, que la educación virtual permite el proceso de enseñanza-aprendizaje, pero no logra la formación integral de los estudiantes al no considerar a la IE. Finalmente, la subcategoría educación a distancia, Fernando & Maldonado (2016) la definen como un enfoque educativo no presencial en el que los estudiantes pueden adquirir conocimientos de forma independiente mediante el uso de diversas tecnologías. Según los expertos, se caracteriza por un proceso de enseñanza y aprendizaje planificado en el que la instrucción y la adquisición de conocimientos ocurre en ubicaciones físicas separadas. Se menciona que este método educativo depende de la comunicación a través de tecnologías y requiere una estructura institucional organizada para su implementación. En la educación a distancia es importante entender y atender las situaciones individuales de los estudiantes, estableciendo relaciones de confianza y empatía con ellos.

### III. Metodología

#### 3.1. Tipo y diseño de investigación

##### 3.1.1. Tipo de investigación

El presente análisis se clasifica como investigación básica, debido a que su objetivo es aumentar el conocimiento sobre la inteligencia emocional (IE). Según Sabino (1992), la investigación básica se centra en ampliar las teorías existentes y construir marcos conceptuales para impulsar el avance del conocimiento científico. En este sentido, la finalidad de este estudio es contribuir a la comprensión y desarrollo teórico de la IE, aportando nuevos conocimientos y enriqueciendo las bases conceptuales de esta área de estudio. La investigación básica busca ampliar las fronteras del conocimiento científico sin un fin práctico específico e inmediato. Por ello, este estudio sobre la IE post COVID-19 se enmarca en la investigación básica, dado que pretende profundizar en el entendimiento conceptual de este fenómeno, más que aplicar los hallazgos a problemas concretos. De este modo, se espera que los resultados de la investigación enriquezcan el conocimiento teórico disponible sobre la IE en el contexto educativo posterior a la pandemia.

##### 3.1.2. Diseño de investigación

El diseño utilizado en esta indagación fue de tipo no experimental hermenéutico, con el objetivo de interpretar el estado de la cuestión sobre la inteligencia emocional post COVID-19. Este diseño se basa en la premisa de que el conocimiento es contextual y socialmente construido. Por ello, implica que el investigador participe de manera activa en el proceso interpretativo para comprender en profundidad el fenómeno estudiado. En esta investigación, la hermenéutica permitió analizar e interpretar los discursos de expertos entrevistados sobre la inteligencia emocional en el contexto posterior a la pandemia. A través de este diseño no experimental cualitativo, se buscó construir nuevos entendimientos sobre este fenómeno contemporáneo, partiendo de las perspectivas y experiencias aportadas por los participantes del estudio.

### 3.2. Categorías, Subcategorías y matriz de categorización

En el análisis, se seleccionó la categoría base de inteligencia emocional (IE), la cual abarca la habilidad de identificar, comprender y controlar tanto las propias emociones como las de los demás. Esto implica ser consciente de las emociones propias, contar con habilidades para gestionarlas y regularlas, tener empatía hacia los sentimientos ajenos y poseer habilidades sociales efectivas. Además, se definieron las siguientes subcategorías: Conceptos, que busca conceptualizar la terminología relacionada con la IE; Componentes, que tiene como objetivo diferenciar los componentes de la IE; y Educación, donde se busca reconocer la presencia de la IE en los diferentes espacios educativos. La categoría y subcategorías seleccionadas permiten abordar la inteligencia emocional desde diferentes perspectivas, aportando una comprensión integral del fenómeno en el contexto educativo posterior a la pandemia de COVID-19. Estas subcategorías se presentan en la siguiente tabla. (véase tabla 01)

Tabla 01: *Matriz de categorización apriorística.*

Categoría Base	Subcategorías	Subcategorías
Inteligencia emocional	Conceptos	Gestión emocional
		Empatía
		Relaciones interpersonales
		Autoconciencia emocional
		Toma de decisiones
		Resiliencia emocional
	Componentes	Autoconciencia
		Autorregulación
		Motivación
		Empatía
		Habilidad social
	Educación	Presencial
		Virtual
		Distancia

Fuente: Propia

### 3.3. Escenario de estudio

El estudio se llevó a cabo utilizando un entorno virtual, por cuestiones de tiempo y practicidad. Además, esta elección del entorno virtual se realizó para garantizar el rigor científico del estudio, ya que las entrevistas fueron grabadas y quedaron disponibles para su posterior revisión y verificación, lo que asegura su auditabilidad y credibilidad.

### 3.4. Participantes

Para llevar a cabo la revisión, se utilizó la técnica de la entrevista. En consecuencia, se seleccionaron cinco participantes, a los que llamaremos expertos o informantes. Estos cumplieron con ciertos criterios de inclusión y exclusión.

Los criterios de inclusión fueron: ser investigadores expertos y conocedores del tema investigado, tener doctorados, maestrías en educación o psicología, ser catedráticos de nivel superior, y ser capaces de responder la entrevista completa. Los criterios de exclusión fueron: expertos que se negaron a presentarse frente a la cámara durante la entrevista virtual, aquellos no dispuestos a responder al menos la mitad de las preguntas de la guía semiestructurada, y todos aquellos que, a pesar de cumplir con los criterios de inclusión, no se presentaron a la entrevista. (véase tabla 02)

Tabla 02: *Expertos en Inteligencia emocional.*

Expertos	Grado académico
Experto 01	Master en Psicología
Experto 02	Master en Educación en Asesoría Educativa familiar
Experto 03	Master en Psicología Laboral y Organizacional
Experto 04	Psicólogo
Experto 05	Doctora en Psicología

Fuente propia

### 3.5. Técnicas e instrumentos de recolección de datos

En el estudio se utilizó la matriz de Categorización Apriorística como técnica para organizar las categorías y subcategorías de análisis. Como instrumento para recolectar y analizar la información se empleó la Guía de Entrevista Semiestructurada. La matriz de categorización apriorística permitió establecer de manera organizada las categorías y subcategorías que guiaron el proceso de recolección y análisis de datos. Por su parte, la guía de entrevista semiestructurada sirvió como instrumento flexible para obtener información relevante de los expertos entrevistados sobre cada categoría y subcategoría de estudio. La combinación de estas técnicas e instrumentos cualitativos permitió recabar datos de manera completa y profunda con relación al fenómeno de interés.

### 3.6. Procedimientos

El escrutinio, se llevó a cabo un estudio exploratorio para examinar el estado de la IE en el contexto post COVID-19. En primer lugar, se utilizó una matriz apriorística para organizar la información, y se derivó el objetivo general y los específicos del estudio. Para cada subcategoría, se formuló una pregunta de manera uniforme. Luego, se contactó a expertos en IE a través de redes sociales como LinkedIn, Open Researcher and Contributor ID (ORCID) y Google Scholar, utilizando una entrevista semiestructurada basada en la guía previamente elaborada. Antes de la entrevista, se proporcionaron a los expertos las diapositivas con las preguntas para que pudieran revisarlas con anticipación. Una vez obtenidas las grabaciones de las entrevistas con los informantes, se procedió a la sistematización de las respuestas utilizando el software de Microsoft Office en su última versión (365). Se utilizó la función de dictado por voz para la transcripción de las respuestas, que se realizó en español y con hablantes nativos. Asimismo, se generó una nueva hoja de cálculo donde se organizó la información cualitativa por categoría, subcategoría, pregunta e informante, creando así una nueva matriz de sistematización. Finalmente, se procedió a verificar la transferibilidad de los hallazgos, a través de la triangulación de la literatura existente sobre la categoría de IE con la información proporcionada por los informantes y el nuevo conocimiento generado a partir de la integración de ambos aspectos. Esta estrategia de triangulación permitió corroborar la consistencia y validez de los resultados obtenidos, al comparar y contrastar diferentes fuentes de datos y perspectivas. De esta manera, se fortalece la confiabilidad y la generalización de los hallazgos en el contexto de estudio.

### 3.7. Rigor científico

Para garantizar el rigor científico de este análisis, en primer lugar, se seleccionó el fenómeno de estudio (inteligencia emocional post COVID – 19) que contaba con pocas investigaciones previas, lo cual permitió investigar un área poco explorada. Asimismo, se elaboró una matriz apriorística con la asesoría de un experto en investigación cualitativa, con el objetivo de asegurar la coherencia lógica del estudio. En cuanto a la selección de los expertos, se consideró su biodata, es decir, se eligieron expertos reconocidos a nivel nacional e internacional para respaldar la



credibilidad de la investigación. Asimismo, para el análisis de datos se utilizó el software estadístico Atlas.ti 9, el cual permitió sintetizar la información de manera objetiva y estructurada. Cabe destacar que todas las grabaciones de las entrevistas fueron almacenadas en un drive seguro, para preservar la confidencialidad y el acceso controlado a los datos. La siguiente tabla presenta la información detallada sobre los expertos seleccionados en el estudio. (véase tabla 03)

Tabla 03: *Expertos en Inteligencia emocional.*

Expertos	Enlaces
Experto 01	<a href="https://n9.cl/aty72">https://n9.cl/aty72</a>
Experto 02	<a href="https://n9.cl/jmkdu">https://n9.cl/jmkdu</a>
Experto 03	<a href="https://n9.cl/jqt9v">https://n9.cl/jqt9v</a>
Experto 04	<a href="https://n9.cl/5rq7s">https://n9.cl/5rq7s</a>
Experto 05	<a href="https://n9.cl/qnj5h">https://n9.cl/qnj5h</a>

Fuente propia

### 3.8. Método de análisis de la información

El método de análisis utilizado se basó en el modelo de análisis de datos cualitativos, el cual se llevó a cabo utilizando el software estadístico Atlas.ti. Además, se utilizó el programa informático ChatGPT como una herramienta adicional para el procesamiento y la interpretación de los datos cualitativos. También se empleó la herramienta Mindomo para la organización y visualización de las ideas y conceptos clave relacionados con la IE. Estas herramientas proporcionaron soporte y facilitaron el análisis y la presentación de los datos cualitativos obtenidos en el estudio. Asimismo, mencionan Rojas *et al.*, (2022) los organizadores gráficos son herramientas visuales poderosas para facilitar la comprensión y retención de nueva información.

### 3.9. Aspectos éticos

Entre los aspectos éticos se han considerado en primer lugar, analizar el fenómeno a través de antecedentes actuales sin alterarlos; en segundo lugar, los informantes entrevistados son profesionales reconocidos en sus países de origen y son amplios conocedores del fenómeno; en tercer lugar, la información brindada es auténtica y justa; por último, esta investigación es beneficiosa porque puede generar más conocimiento.

#### IV. Hallazgos y Discusión

Los siguientes conceptos responden al objetivo específico de conceptualizar la terminología involucrada con la inteligencia emocional; así se tienen:

*Gestión emocional* se refiere a la capacidad de reconocer, comprender y manejar de manera efectiva nuestras emociones, así como las emociones de los demás. Consiste en comprender la conexión entre nuestras emociones, pensamientos y acciones, y utilizar esta comprensión para regular nuestras respuestas emocionales en diferentes situaciones. Es un componente vital en el desarrollo de la IE, ya que nos proporciona las herramientas necesarias para regular y controlar nuestras emociones de manera adecuada. Además, la GE implica ser conscientes de nuestras emociones y saber cómo adaptarlas para mantener nuestra estabilidad mental. No se trata solo de tener un control absoluto sobre nuestras emociones, sino de cultivar estrategias adecuadas de afrontamiento y desarrollar la capacidad de generar emociones positivas. En el ámbito educativo, la GE juega un papel especialmente importante. Nos permite afrontar el estrés, tomar decisiones bajo presión, resolver conflictos y trabajar de manera efectiva en equipo. Asimismo, nos ayuda a desarrollar empatía y comprensión hacia los demás, mejorando nuestras relaciones personales y profesionales. En resumen, la GE es la habilidad de reconocer, comprender y manejar nuestras emociones de manera efectiva. Permite regular las respuestas emocionales y comportamientos, adaptándolos a distintas situaciones. Se trata de una competencia esencial para el desarrollo de la IE en los individuos. (véase figura 1)

Figura 1

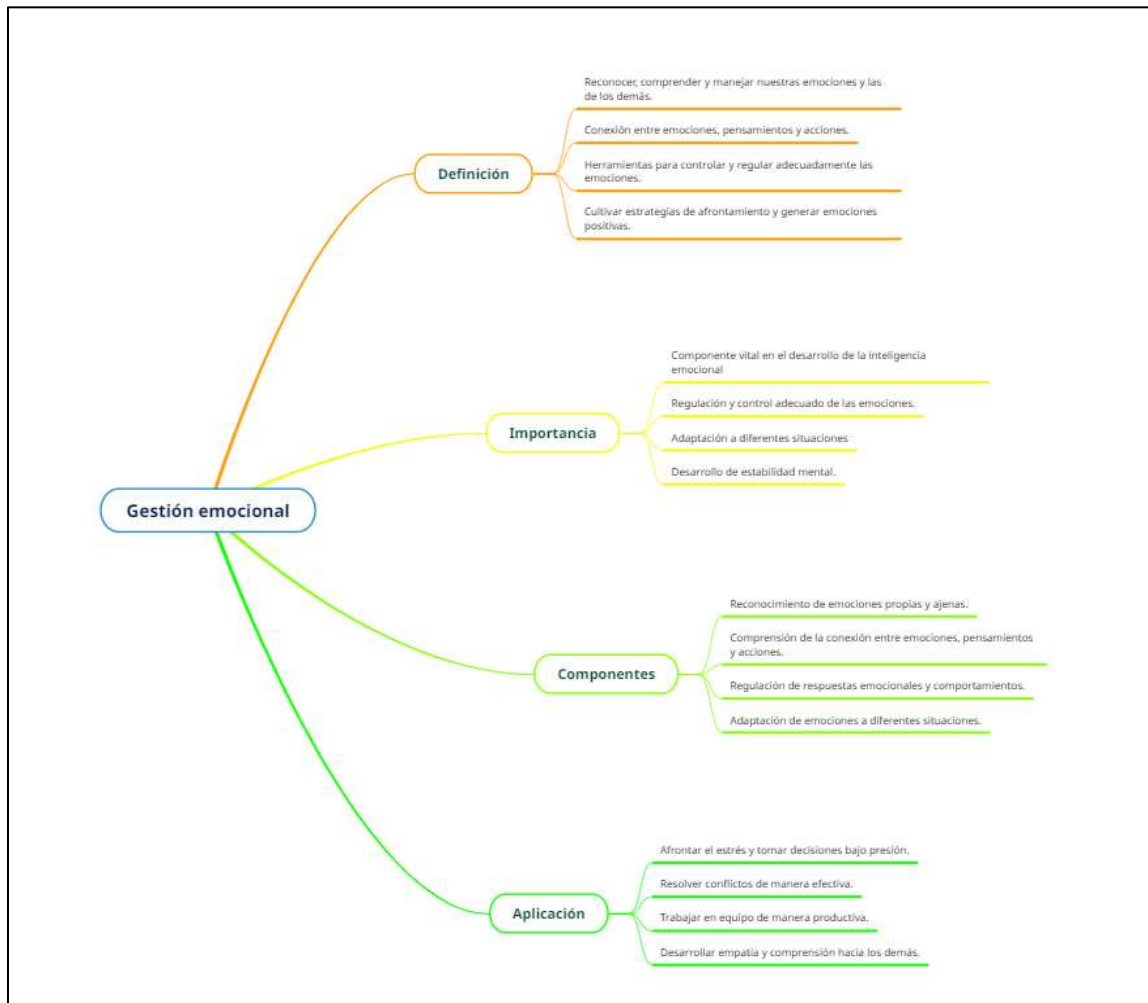
*Gestión emocional*



Fuente: Atlas Ti 9.

Por consiguiente, el concepto de GE presentado previamente se alinea con las ideas expuestas por García Blanc *et al.* (2020), el Consejo de Salud Ocupacional (2022) y Ojeda (2022). Estos autores también destacan la importancia de manejar y regular conscientemente las emociones, teniendo en cuenta los pensamientos y comportamientos asociados. Todos ellos coinciden en que la GE implica contar con estrategias efectivas de afrontamiento y cultivar emociones positivas de manera interna. Además, se destaca la conexión entre las emociones, los pensamientos y las acciones, lo que sugiere que la GE no se limita a tener un control absoluto sobre las emociones, sino a ser consciente de ellas y adaptarlas de manera adecuada para mantener la estabilidad mental. Estos enfoques también enfatizan la importancia de reconocer y comprender nuestras emociones individuales. La GE implica una serie de procesos mentales que nos permiten tener esa conciencia emocional y utilizarla para regular nuestras respuestas emocionales en diferentes situaciones. En general, los conceptos presentados por García Blanc *et al.* (2020), el Consejo de Salud Ocupacional (2022) y Ojeda (2022) respaldan y complementan la definición de GE presentada anteriormente, reforzando la idea de que es esencial comprender, regular y adaptar nuestras emociones de manera consciente para lograr una estabilidad emocional y un bienestar integral. (véase figura 2)

Figura 2  
Gestión emocional



Fuente: Mindomo.

*Empatía* es una capacidad humana fundamental que consiste en comprender y compartir las emociones y sentimientos de otras personas. Se trata de ponerse en el lugar del otro, entender sus vivencias y responder de manera compasiva y comprensiva. Esta habilidad es de gran importancia en el desarrollo de la IE, ya que nos permite establecer relaciones e interacciones adecuadas. Además, la empatía se caracteriza por la capacidad de conectar emocionalmente con los demás, experimentando y comprendiendo profundamente sus pensamientos y emociones. A través de esta conexión, podemos establecer vínculos emocionales significativos, lo que promueve relaciones saludables y satisfactorias. Así mismo, la empatía contribuye a regular nuestras propias emociones en relación con las de los demás. Al comprender cómo se sienten, podemos ajustar nuestras respuestas emocionales

y comportamientos de manera apropiada, mostrando compasión, comprensión y consideración en nuestras interacciones. La empatía también juega un papel crucial en la comunicación efectiva y la resolución de conflictos. Al comprender las emociones y perspectivas de los demás, somos capaces de comunicarnos de forma clara y asertiva, evitando malentendidos y conflictos innecesarios. Además, nos ayuda a encontrar soluciones colaborativas y satisfactorias para todas las partes involucradas, fomentando un ambiente armonioso y cooperativo. En resumen, la empatía implica comprender y compartir los sentimientos y perspectivas de los demás. Esta habilidad es fundamental para el desarrollo de la inteligencia emocional, regular nuestras emociones en relación, comunicarnos de manera efectiva y resolver conflictos de manera colaborativa. La empatía fortalece nuestras relaciones personales y profesionales, y contribuye a un desarrollo integral de la IE. (véase figura 3)

Figura 3

*Empatía*

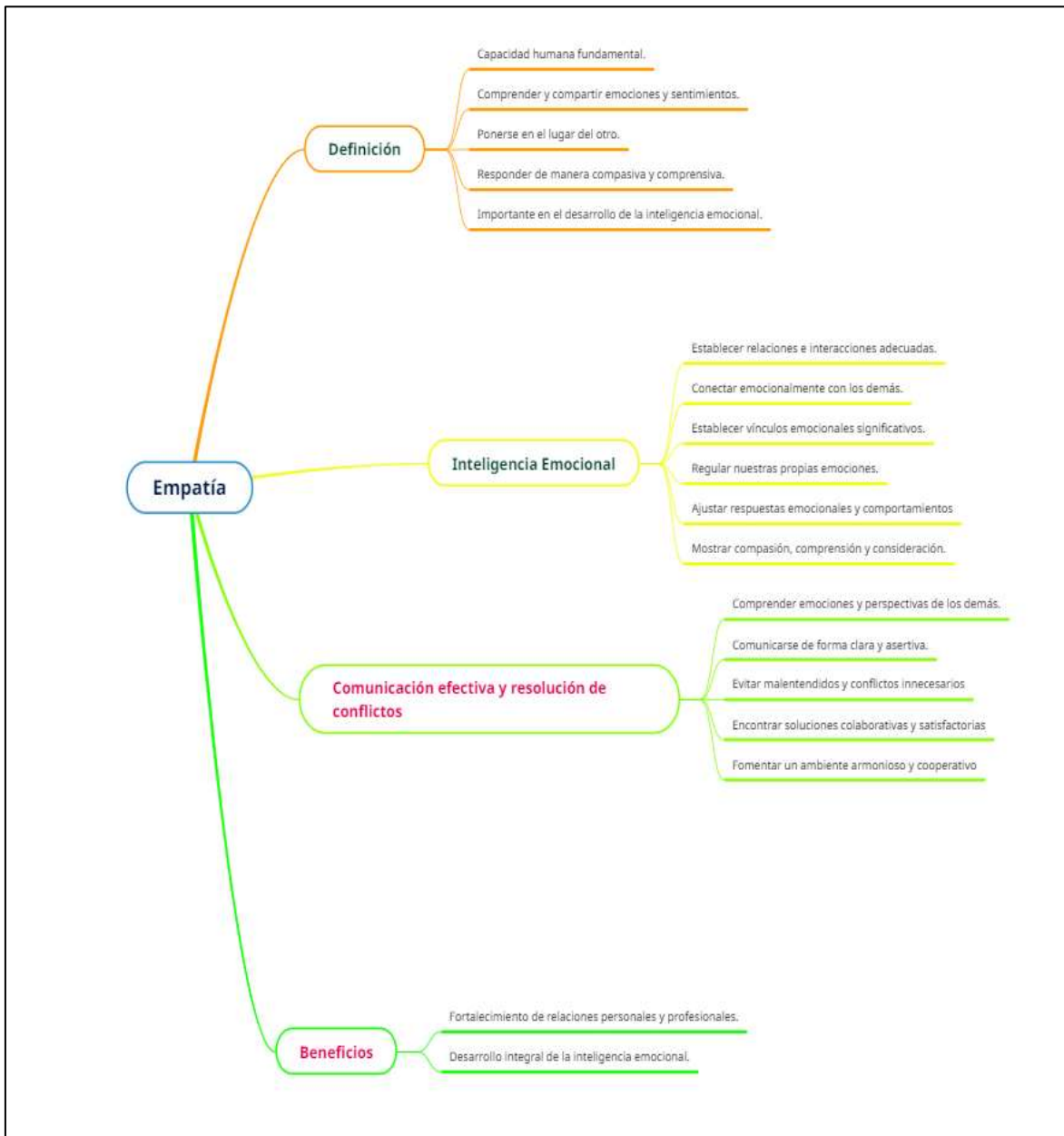


Fuente: Atlas Ti 9.

Por otra parte, el concepto de empatía coincide en gran medida con lo mencionado por Gerdes y Segal (2009) y la RAE (2022). Además, Gerdes y Segal señalan que implica sentir una emoción que se percibe o se deduce en otra persona, procesándola cognitivamente y llevándola a cabo en una acción voluntaria. Esto refuerza la idea de que la empatía no se limita a una mera comprensión intelectual

de las emociones de los demás, sino que implica una respuesta emocional y cognitiva que se traduce en una acción concreta. La descripción también resalta la importancia del procesamiento cognitivo en la empatía, lo cual concuerda con la noción de comprender las vivencias y sentimientos de otra persona. Por su parte, la Real Academia Española (2022) hace hincapié en la capacidad de establecer un vínculo emocional con algo o alguien, así como de comprender y compartir los sentimientos de esa persona o entidad. Esta definición refleja la idea de conectar emocionalmente con los demás, experimentar y comprender profundamente sus pensamientos y emociones. Además, resalta la importancia de la comprensión y compartición de los sentimientos, lo cual va de la mano con la noción de ponerse en el lugar del otro y entender sus vivencias emocionales. En general, el concepto previamente entregado se alinea con las descripciones de Gerdes y Segal, así como con la definición de la Real Academia Española. Ambas perspectivas enfatizan la importancia de comprender y compartir las emociones y sentimientos de los demás, así como la capacidad de establecer un vínculo emocional y llevar a cabo una respuesta adecuada. Estas ideas convergen en la idea de que la empatía implica una conexión profunda y una acción voluntaria basada en la comprensión y resonancia emocional. (véase figura 4)

Figura 4  
*Empatía*



Fuente: Mindomo

Finalmente, la teoría emergente sobre la empatía es la Sincronía Empática, que destaca la importancia de la comunicación efectiva y la resolución de conflictos en el desarrollo y los beneficios. Según esta teoría, la empatía no solo implica comprender y compartir las emociones de los demás, sino también establecer una conexión sincrónica y armoniosa con ellos. La comunicación efectiva juega un papel fundamental en la sincronía empática. Cuando nos comunicamos de manera clara y abierta, mostrando interés genuino en las experiencias y perspectivas de los

demás, creamos un espacio de confianza y comprensión mutua. Esta comunicación efectiva nos permite sintonizar con las emociones y necesidades de los demás de manera más profunda, lo que facilita su desarrollo. Los conflictos son una realidad inevitable en las relaciones humanas, pero cuando se abordan de manera constructiva y empática, pueden ser oportunidades para fortalecer los vínculos emocionales. Al trabajar juntos para encontrar soluciones mutuamente satisfactorias, se fomenta la comprensión y se promueve un mayor sentido de conexión y empatía, generando beneficios en el contexto de la sincronía empática. En primer lugar, la empatía nos permite establecer lazos más profundos y significativos con los demás, fortaleciendo nuestras relaciones interpersonales. Al comprender las experiencias y emociones de los demás, podemos ofrecer apoyo emocional y ayudar a aliviar su sufrimiento. Por otro lado, facilita la resolución de conflictos de manera más efectiva. Al ponerse en el lugar del otro y comprender sus perspectivas, somos capaces de encontrar soluciones que sean mutuamente beneficiosas y justas. La empatía reduce la hostilidad y fomenta la colaboración, lo que conduce a acuerdos más duraderos y satisfactorios. En el ámbito social, la sincronía empática puede tener efectos positivos a nivel colectivo. Cuando las personas se conectan a un nivel empático, se genera un ambiente de cooperación y compasión, lo que puede contribuir a la construcción de comunidades más solidarias y resilientes. La sincronía empática también puede ser un poderoso antídoto contra la polarización y el conflicto social, al fomentar la comprensión mutua y el respeto por las diferencias. En resumen, la teoría de la Sincronía Empática destaca la importancia de la comunicación efectiva y la resolución de conflictos en el desarrollo de la empatía. Implica establecer conexiones armoniosas y sincrónicas con los demás, lo que conduce a una comprensión más profunda, relaciones más sólidas y beneficios tanto a nivel individual como colectivo.

Relaciones Interpersonales (RI) se definen como los vínculos que se establecen entre dos o más personas. Estas relaciones desempeñan un rol fundamental en la vida humana, brindándonos la oportunidad de conocer a otros y a nosotros mismos a través de la interacción social. Más que un medio para alcanzar metas específicas, las relaciones interpersonales son un fin en sí mismo, una parte esencial de nuestra existencia. Además, las habilidades sociales juegan un papel crucial en estas relaciones, ya que nos permiten interactuar de manera efectiva y



respetuosa. Al reconocer y validar las emociones y sentimientos de los demás, demostramos un alto nivel de habilidades sociales, lo que contribuye a una interacción más armónica. Estas habilidades están estrechamente relacionadas con la IE, que nos permite comprender nuestras propias emociones y las de los demás. Asimismo, al desarrollar habilidades sociales y emocionales, como la capacidad de escuchar activamente, expresar ideas y emociones de manera clara y respetuosa, resolver conflictos de manera constructiva y trabajar en equipo, podemos establecer y mantener relaciones saludables y satisfactorias. La IE nos ayuda a adaptar nuestra comunicación y comportamiento para satisfacer las necesidades emocionales de los demás y regular nuestras propias emociones en las interacciones sociales. En resumen, las RI son conexiones esenciales en la vida humana, que nos permiten interactuar y conocernos a nosotros mismos a través de la convivencia con los demás. Las habilidades sociales y la IE son elementos fundamentales en estas relaciones, ya que nos permiten interactuar de manera efectiva, comprender y responder empáticamente a las emociones de los demás, y establecer relaciones satisfactorias en diferentes ámbitos de la vida. El desarrollo de estas habilidades es crucial para lograr relaciones armoniosas y gratificantes. (véase figura 5)

Figura 5

*Relaciones Interpersonales*



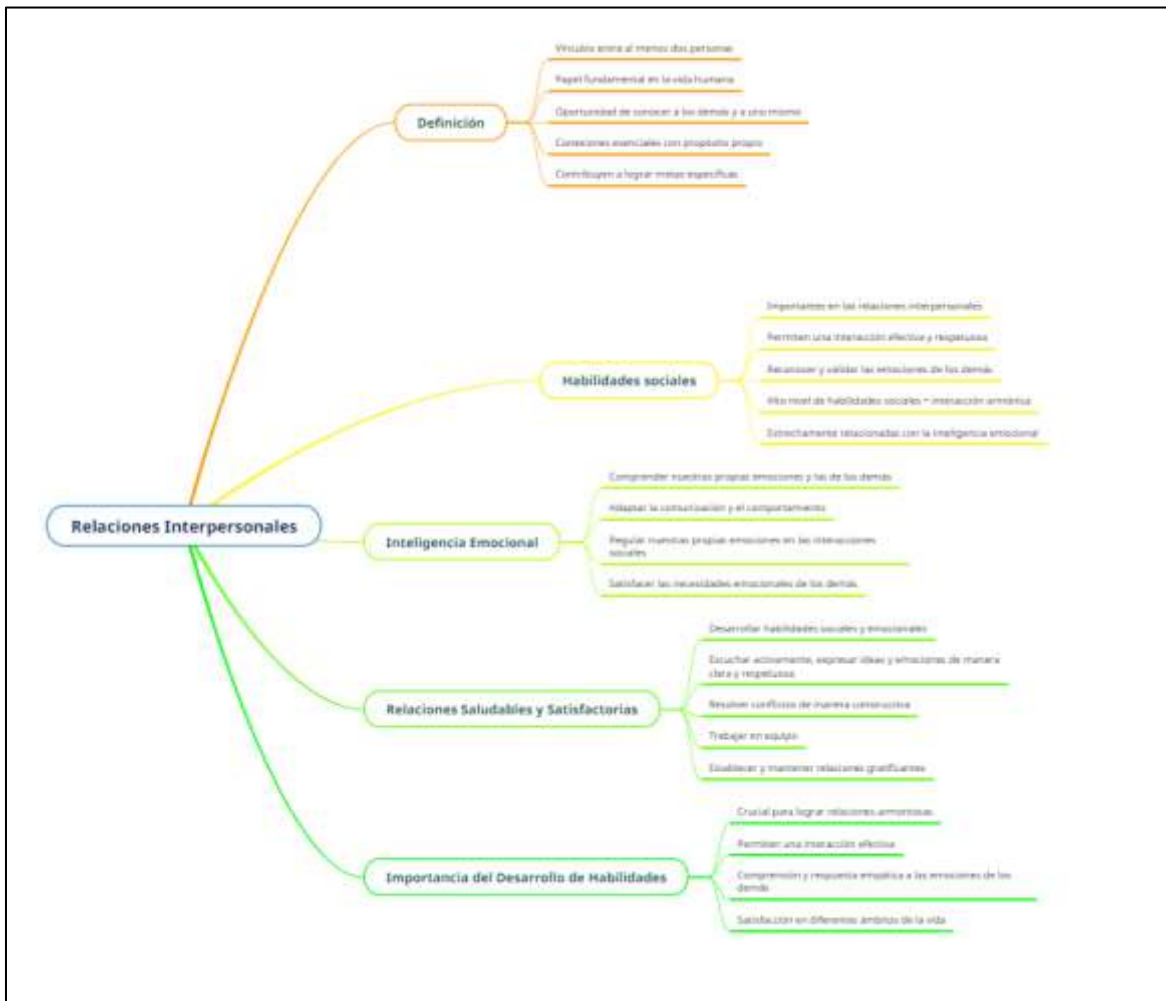
Fuente: Atlas Ti 9.

Por consiguiente, el concepto de RI presentado en base a la información proporcionada se alinea con las ideas planteadas por Moreno y Pérez (2018) y Cornejo y Tapia (2012). Ambos estudios reconocen la importancia de las RI en la vida humana y cómo estas conexiones son esenciales tanto para conocer a los demás como para conocerse a uno mismo. Moreno y Pérez (2018) señalan que las RI se forman entre al menos dos personas y son fundamentales en la vida. Esto implica que la convivencia con otros individuos en diversos entornos brinda la oportunidad de establecer vínculos y aprender sobre los demás, lo que a su vez contribuye al autodescubrimiento. Este aspecto concuerda con la idea de que las RI permiten conocer y entender a los demás, al tiempo que nos brindan la oportunidad de reflexionar sobre nuestra propia identidad. Por su parte, Cornejo y Tapia (2012) definen las RI como conexiones entre individuos que son esenciales en la existencia humana. Destacan que estas relaciones no solo sirven como un medio para lograr metas específicas, sino que también tienen un propósito en sí mismas. Esta perspectiva enfatiza la importancia intrínseca de las RI y reconoce que no solo se trata de alcanzar objetivos prácticos, sino de establecer vínculos significativos y satisfactorios con los demás. En conjunto, estas perspectivas

refuerzan la idea de que las RI son fundamentales en la vida humana. Estas relaciones nos permiten interactuar con los demás, conocerlos y conocer nuestra propia identidad. Además, trascienden el logro de metas, siendo valiosas en sí mismas debido a la conexión emocional y la satisfacción que proporcionan. (véase figura 6)

Figura 6

*Relaciones Interpersonales*



Fuente: Mindomo.

*Autoconciencia emocional* (AE) es la capacidad de reconocer, validar y trabajar las emociones con el fin de mejorar la relación con uno mismo y con los demás. Se trata de estar consciente de cómo nos sentimos en diversas situaciones, identificar las emociones que experimentamos y el comprender de cómo estas emociones influyen en nuestros pensamientos, comportamientos y relaciones. Esta habilidad tiene un impacto directo en el desarrollo de la IE, ya que nos permite identificar tanto nuestras fortalezas como nuestras debilidades emocionales. Al mismo tiempo,

al ser conscientes de nuestras propias emociones, somos capaces de tomar decisiones de manera más consciente y equilibrada. Podemos reconocer los desencadenantes emocionales, nuestras reacciones ante estas situaciones y evaluar si nuestras respuestas son beneficiosas o perjudiciales. Esto nos brinda la oportunidad de gestionar y regular nuestras emociones de manera efectiva. La autoconciencia emocional también implica comprender nuestras fortalezas y debilidades emocionales. Podemos identificar aquellas emociones en las que nos sentimos más competentes y cómodos, así como otras que nos generan dificultades. Esta comprensión permite trabajar en el desarrollo de habilidades emocionales específicas y crecer a nivel emocional. Además, la autoconciencia emocional posibilita reconocer cómo nuestros propios estados emocionales influyen en las interacciones y la comunicación con otras personas. Esto brinda la oportunidad de ajustar nuestra conducta y responder de manera más compasiva y empática hacia los demás. En resumen, la AE es la capacidad de reconocer y comprender nuestras propias emociones. Esta habilidad influye de manera significativa en el desarrollo de la IE, ya que nos permite tomar decisiones conscientes, gestionar nuestras emociones de manera efectiva, comprender nuestras fortalezas y debilidades emocionales, y ser conscientes de cómo nuestras emociones afectan a los demás. Cultivar la AE requiere un esfuerzo continuo y es una decisión consciente de revelar lo que está escondido en lo más profundo de nuestro ser. Es un paso fundamental en el camino hacia el crecimiento emocional y el desarrollo de relaciones saludables y satisfactorias. (véase figura 7)

Figura 7

*Autoconciencia emocional*

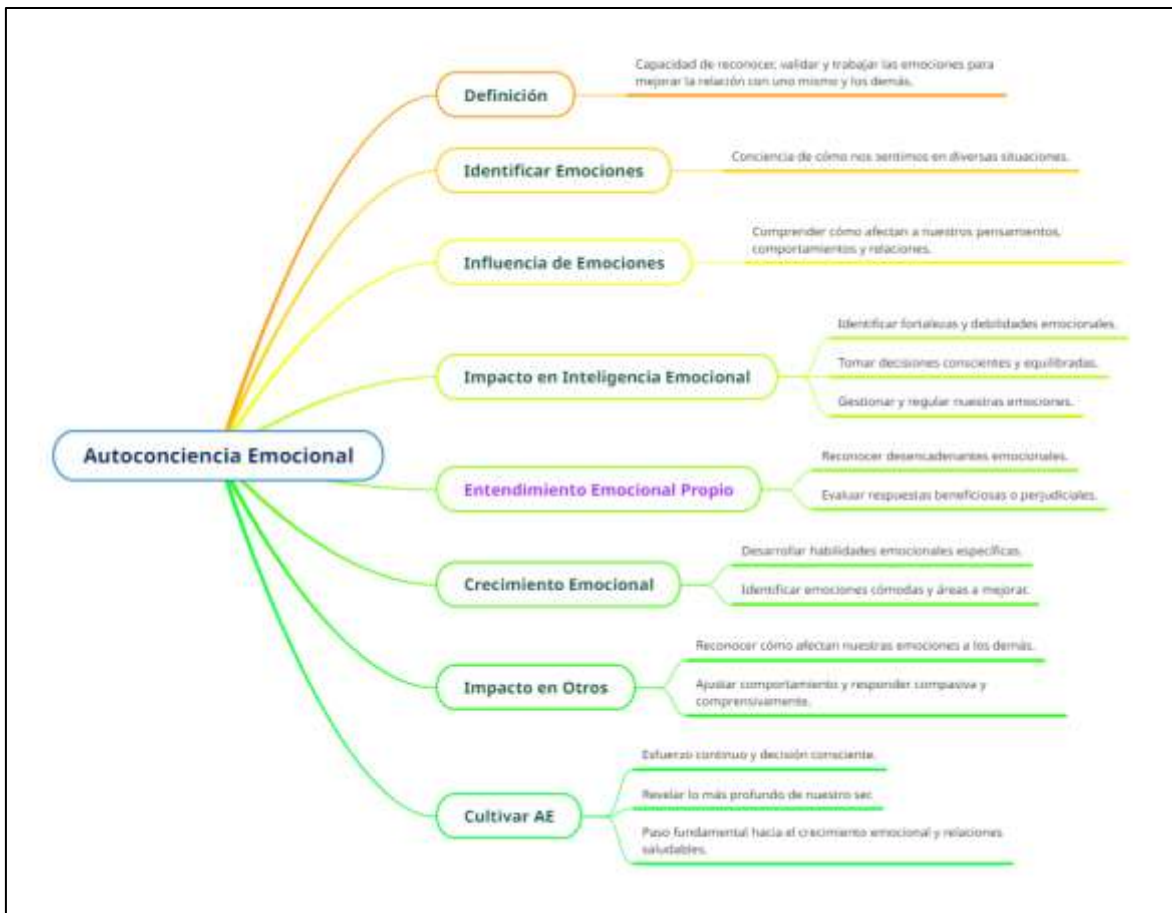


Fuente: Atlas T1 9.

Por otra parte, el concepto de AE presentado anteriormente se alinea en gran medida con las ideas planteadas por Goleman (1996) y Sabater (2022). Goleman (1996) menciona la capacidad de reconocer y comprender las emociones, sensaciones, estados y recursos internos propios. Esto coincide con la noción de AE presentada, donde se destaca la importancia de estar consciente de cómo nos sentimos en diferentes situaciones y de identificar las emociones que experimentamos. Ambos enfoques enfatizan la necesidad de tener conocimiento y comprensión de nuestras propias emociones internas. Además, Sabater (2022) menciona que la cultivación de la AE implica un esfuerzo continuo y una decisión consciente de revelar lo que está oculto en lo más profundo de nuestro ser. Esta idea se alinea con la afirmación de que la AE requiere un esfuerzo constante y un compromiso consciente para trabajar en el desarrollo de esta habilidad. Ambos enfoques destacan la importancia de dedicar tiempo y energía para profundizar en nuestra comprensión emocional y desvelar aspectos internos que pueden estar ocultos. En resumen, el concepto de AE presentado previamente se encuentra respaldado por las ideas planteadas por Goleman (1996) y Sabater (2022). La capacidad de reconocer y comprender las emociones internas propias, así como el

esfuerzo continuo y la decisión consciente de cultivar esta habilidad, son aspectos clave que se abordan en ambos enfoques. Estas perspectivas complementan y refuerzan la importancia de desarrollar la AE como parte fundamental del crecimiento emocional y la mejora de las relaciones con uno mismo y con los demás. (véase figura 8)

Figura 8  
Autoconciencia emocional



Fuente: Mindomo.

La teoría emergente de la AE es "El Ciclo Reflexivo de la Emoción", se centra en la importancia del entendimiento emocional propio para el desarrollo personal y el bienestar psicológico. Esta teoría propone que la autoconciencia emocional es un proceso cíclico y continuo que implica reconocer los desencadenantes emocionales y evaluar las respuestas beneficiosas o perjudiciales. A medida que las personas se vuelven más conscientes de sus emociones y su impacto en sus vidas, pueden desarrollar una mayor capacidad para regular y aprovechar sus respuestas emocionales de manera positiva. En primer lugar, el reconocimiento de desencadenantes emocionales; en el inicio del ciclo, las personas se enfrentan a

una variedad de estímulos y situaciones en sus vidas diarias. Algunos de estos estímulos actúan como desencadenantes emocionales, que pueden ser internos o externos. Los desencadenantes internos pueden ser pensamientos, recuerdos o creencias que despiertan emociones, mientras que los desencadenantes externos son eventos, acciones o palabras de otras personas que provocan reacciones emocionales. En segundo lugar, la atención plena y conciencia emocional; en este estado, se presta atención a la emoción que surge y se examina cómo se manifiesta en el cuerpo, los pensamientos y el comportamiento. La atención plena ayuda a la persona a desconectarse del piloto automático emocional y a estar presente en el momento para observar sus reacciones sin juzgar. En tercer lugar, la evaluación de respuestas beneficiosas o perjudiciales, en esta etapa del ciclo, la persona evalúa las respuestas emocionales que surgen como reacción al desencadenante. Se hace una distinción entre respuestas emocionales beneficiosas y perjudiciales en función de cómo influyen en el bienestar y la satisfacción personal. Las respuestas beneficiosas pueden implicar una expresión emocional saludable, la búsqueda de apoyo social o la toma de decisiones basadas en la empatía y la comprensión de las propias emociones. Por otro lado, las respuestas perjudiciales pueden involucrar la represión de emociones, la reacción impulsiva o la adopción de patrones destructivos de comportamiento. En cuarto lugar, la adaptación y aprendizaje; una vez que se han evaluado las respuestas emocionales, la persona tiene la oportunidad de adaptar y aprender de la experiencia. Si la respuesta fue beneficiosa, se puede reforzar y utilizar como un recurso para enfrentar futuros desafíos emocionales similares. En caso de que la respuesta haya sido perjudicial, se pueden explorar estrategias alternativas para gestionar de manera más constructiva la emoción en situaciones similares en el futuro. Por último, la integración y crecimiento emocional. A medida que la persona se vuelve más consciente de sus patrones emocionales, puede desarrollar una mayor IE y adaptabilidad en diversas situaciones. El proceso de crecimiento emocional conduce a una mayor autoconciencia y una mejor comprensión de uno mismo, lo que fomenta relaciones más saludables con los demás y una mayor resiliencia emocional ante los desafíos de la vida. En conclusión, la teoría emergente del Ciclo Reflexivo de la Emoción destaca la importancia de la autoconciencia emocional en el proceso de desarrollo personal y el bienestar psicológico. Al reconocer los

desencadenantes emocionales y evaluar las respuestas de manera consciente, las personas pueden aprovechar su IE para adaptarse y crecer emocionalmente a lo largo del tiempo. Esta teoría promueve la idea de que el entendimiento emocional propio es un proceso continuo y dinámico, y que su desarrollo puede conducir a una vida más equilibrada y satisfactoria en términos emocionales.

*Toma de decisiones (TD)* es un proceso fundamental en nuestras vidas, en el cual evaluamos diferentes opciones y seleccionamos el curso de acción más adecuado. Este proceso está estrechamente relacionado con la IE, ya que nos permite equilibrar nuestras emociones y pensamientos, logrando decisiones acordes a nuestros principios, objetivos y metas personales. Además, la IE desempeña un papel crucial en la toma de decisiones, ya que nos permite combinar la lógica y el pensamiento racional con nuestras emociones. Al ser conscientes de nuestras emociones en el momento de tomar decisiones, podemos evitar que estas distorsionen nuestra percepción de las situaciones y afecten negativamente nuestras elecciones. Además, al considerar las emociones de los demás a través de la empatía, podemos tomar decisiones más justas y equitativas. Asimismo, es importante tener en cuenta que la TD implica recopilar información relevante, evaluar diferentes opciones y seleccionar la mejor decisión posible. La autoconciencia emocional juega un papel fundamental, ya que nos permite ser conscientes de nuestras propias emociones y cómo influyen en nuestras decisiones. De esta manera, podemos evitar que emociones intensas o impulsivas nos guíen en la TD y asegurarnos de que nuestras elecciones estén basadas en la lógica y una evaluación objetiva. En resumen, la TD es un proceso en el cual evaluamos y seleccionamos una opción entre varias disponibles. La IE desempeña un papel fundamental en este proceso, ya que nos permite equilibrar nuestras emociones y pensamientos, considerar las emociones de los demás, gestionar nuestras propias emociones y tomar decisiones más informadas y efectivas. Al tener en cuenta los aspectos emocionales al tomar decisiones, podemos mejorar la calidad de nuestras elecciones y alcanzar resultados más satisfactorios en diferentes áreas de nuestra vida. (véase figura 9)



Figura 9

*Toma de decisiones*

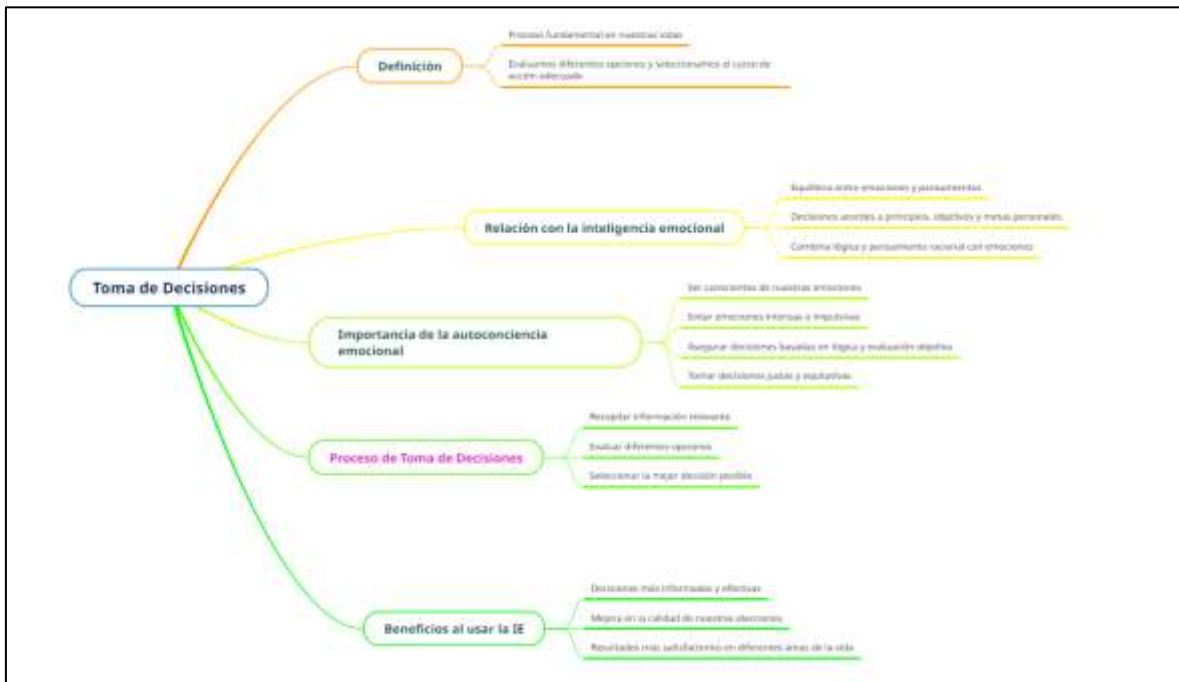


Fuente: Atlas Ti 9.

De la misma forma, el concepto proporcionado en la discusión previa sobre la TD está en línea con lo mencionado por Chiavenato (2009) y Laoyan (2022). Todos coinciden en que la TD es un proceso en el cual se analizan diferentes opciones y se elige el curso de la acción más adecuada. También, Chiavenato (2009) destaca la importancia de realizar un análisis y evaluación de las diversas opciones disponibles antes de seleccionar una decisión. Esto está en línea con la idea de recopilar información y evaluar opciones mencionada por Laoyan (2022). Ambos enfatizan la necesidad de tener una base sólida de información y considerar cuidadosamente las diferentes alternativas antes de tomar una decisión. Además, el concepto discutido previamente también resalta la importancia de equilibrar las emociones y los pensamientos racionales en el proceso de TD. Esto se alinea con el enfoque de Laoyan (2022), quien menciona que la elección de la mejor decisión posible implica tener en cuenta las emociones y gestionarlas adecuadamente. En resumen, el concepto discutido en base a la información proporcionada y la perspectiva de Chiavenato (2009) y Laoyan (2022) coincide en que la TD implica analizar opciones, recopilar información y seleccionar el mejor curso de acción posible. Además, se reconoce la importancia de considerar las emociones y equilibrarlas con el pensamiento racional en el proceso de toma de decisiones. (véase figura 10)

Figura 10

Toma de decisiones



Fuente: Mindomo.

Por otro lado, surgió la teoría emergente de la Decisión Basada en Conexiones Emocionales - TDCCE postula que el proceso de toma de decisiones no es meramente racional, sino que también está fuertemente influenciado por conexiones emocionales entre las opciones y el tomador de decisiones. Esta teoría sugiere que las emociones juegan un papel esencial en cada etapa del proceso de toma de decisiones, desde la recopilación de información hasta la selección de la mejor opción. En primer lugar, la recopilación de información relevante; en lugar de simplemente buscar datos objetivos y fríos, el TDCCE afirma que las emociones pueden influir en la percepción de la información relevante. Las experiencias emocionales pasadas y las conexiones emocionales con ciertas opciones pueden dar lugar a la búsqueda selectiva de información que favorezca esas opciones específicas. Las emociones también pueden determinar qué información se recuerda con mayor claridad y cuál se ignora o se descarta. En segundo lugar, la evaluación de diferentes opciones; durante la etapa de evaluación, el TDCCE propone que las emociones desempeñan un papel crucial en la valoración subjetiva de las opciones. Las conexiones emocionales con cada alternativa pueden generar sentimientos positivos o negativos hacia ellas, lo que influye en cómo el tomador

de decisiones percibe el valor de cada opción. Las emociones también pueden afectar la forma en que se ponderan los pros y los contras de cada elección. En última instancia, la selección de la mejor decisión posible; la TDCCE argumenta que la elección final está fuertemente influenciada por las emociones. Aunque el proceso de evaluación racional desempeña un papel importante, las conexiones emocionales con ciertas opciones pueden prevalecer y llevar a la selección de una decisión que quizás no sea la más objetivamente óptima, pero que está más alineada con las necesidades emocionales o aspiraciones del individuo. Asimismo, el TDCCE también sugiere que, aunque las emociones pueden sesgar el proceso de toma de decisiones, también pueden ser una herramienta valiosa. Las emociones pueden proporcionar información sobre los valores personales, las metas y los deseos profundos, lo que permite a los individuos tomar decisiones que estén más alineadas con su bienestar emocional y psicológico. En resumen, la TDCCE enfatiza la importancia de considerar las emociones como un elemento fundamental en el proceso de toma de decisiones. Al reconocer y comprender cómo las emociones influyen en nuestras elecciones, podemos tomar decisiones más informadas y coherentes con nuestros valores y objetivos personales.

*Resiliencia emocional* es la capacidad humana de superar adversidades y mantener el equilibrio emocional ante situaciones desafiantes. Se trata de adaptarse y recuperarse de obstáculos y dificultades, manteniendo una actitud positiva a pesar de los desafíos emocionales que se presenten. Implica reconocer y aceptar nuestras emociones en momentos difíciles, sin permitir que nos arrastren. A través de la resiliencia emocional, podemos enfrentar el estrés, la ansiedad y las dificultades sin que afecten negativamente nuestras decisiones. Nos ayuda a mantener la calma, buscar soluciones efectivas y aprender de las experiencias positivas y negativas. Además, la RE contribuye significativamente a la IE, ya que nos permite gestionar situaciones adversas, mantener un equilibrio emocional y afrontar los desafíos con una actitud positiva. También, está relacionada con la inteligencia intrapersonal, ya que implica un conocimiento profundo de uno mismo y la capacidad de autorreflexión. Al ser conscientes de nuestras fortalezas, debilidades y emociones, podemos adaptarnos y superar situaciones adversas de manera más efectiva. Asimismo, la empatía desempeña un papel importante en la resiliencia emocional, ya que al comprender y compartir los sentimientos de los

demás, podemos obtener apoyo y crear redes de apoyo que nos ayuden a enfrentar las dificultades con mayor fortaleza. En resumen, la RE es la capacidad de adaptarse y recuperarse de situaciones adversas, contribuyendo a la IE al mantener el equilibrio emocional, buscar soluciones efectivas y aprender de las experiencias. Al desarrollar la resiliencia emocional, fortalecemos nuestra capacidad para gestionar situaciones adversas y promovemos un crecimiento personal significativo. (véase figura 11)

Figura 11

*Resiliencia emocional*

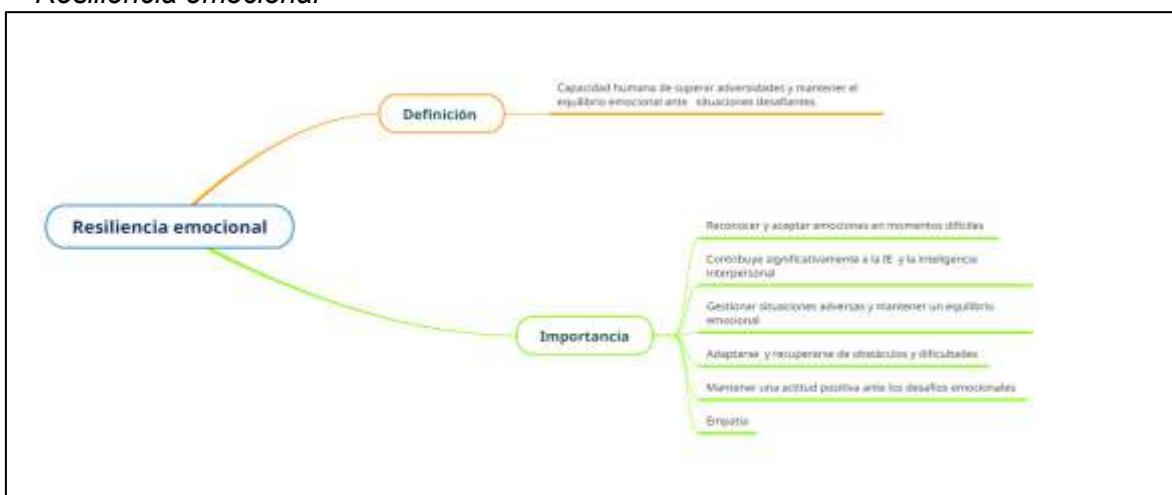


Fuente: Atlas Ti 9.

Por otra parte, el concepto presentado anteriormente sobre la RE comparte similitudes con lo mencionado por Luthar (2015) y la Real Academia Española (2022), pero también presenta algunas diferencias en su enfoque y énfasis. Asimismo, en cuanto a la definición de Luthar (2015), se destaca la idea de que la RE implica adaptaciones exitosas de un individuo expuesto a factores biológicos de riesgo. Esto implica que la resiliencia se desarrolla como respuesta a situaciones desafiantes y se vincula con la capacidad de mantener una baja vulnerabilidad ante futuros estresores. Esta perspectiva resalta la importancia de la adaptación y la capacidad de superar obstáculos específicos relacionados con factores biológicos de riesgo. Por otro lado, la definición proporcionada por la Real Academia Española

(2022) hace hincapié en la capacidad de adaptación de un organismo frente a factores desestabilizadores o circunstancias adversas. Se menciona la idea de enfrentar agentes perturbadores o situaciones desfavorables. Esta definición tiene un enfoque más general y amplio, enfatizando la capacidad de adaptación ante diversas situaciones desafiantes, sin especificar factores biológicos de riesgo en particular. Así pues, comparando estas perspectivas con el concepto anteriormente presentado, podemos identificar que todas coinciden en reconocer la RE como la capacidad de adaptarse y superar situaciones adversas. Además, todas destacan que la resiliencia implica mantener un equilibrio emocional y buscar soluciones efectivas. Sin embargo, el concepto presentado anteriormente también aborda la importancia de aprender de las experiencias positivas y negativas, menciona la relación con la IE, la capacidad de autorreflexión y la empatía. Estos elementos no son mencionados explícitamente en las definiciones de Luthar (2015) y la Real Academia Española (2022). En resumen, el concepto presentado previamente sobre la RE comparte puntos en común con lo mencionado por Luthar (2015) y la Real Academia Española (2022), pero también incorpora elementos adicionales. Ambas perspectivas reconocen la importancia de la adaptación y la superación de situaciones adversas, aunque el concepto previo ofrece una visión más amplia y completa al abordar aspectos como el aprendizaje de experiencias, la IE, la autorreflexión y la empatía. (véase figura 12)

Figura 12  
Resiliencia emocional



Fuente: Mindomo.

Los siguientes componentes responden al objetivo específico de diferenciar los componentes de la IE; así se tienen:

*Autoconciencia* es un concepto fundamental que nos permite adquirir un conocimiento profundo y reflexivo de uno mismos. Se compone de dos aspectos principales: emocional y general. La AU emocional nos capacita para reconocer, comprender y gestionar las propias emociones y sentimientos. Es decir, permite estar conscientes de cómo nos sentimos en un momento dado, identificando las emociones que experimentamos y entendiendo su impacto en nuestro comportamiento y bienestar. Al ser conscientes de las reacciones emocionales, se pueden tomar decisiones más informadas y controladas, evitando respuestas impulsivas. Además, implica una profunda conexión con las emociones propias y posibilita mayor autocontrol. Por otro lado, la AU abarca otros aspectos más allá de las emociones, invitando a explorar y comprender pensamientos, creencias, valores, motivaciones, fortalezas y debilidades. Tener una visión clara de quiénes somos en general, nos permite establecer una identidad sólida y coherente; Esto facilita decisiones alineadas a los valores propios y al bienestar. Ambas formas de AU son fundamentales para el desarrollo de la IE. La AU emocional nos permite reconocer y gestionar nuestras emociones, mientras que la AU general nos brinda una comprensión más amplia de nosotros mismos en diferentes aspectos. Trabajar en ambos aspectos nos ayuda a mejorar nuestra capacidad para relacionarnos con los demás, tomar decisiones más coherentes y adaptativas, y mantener un equilibrio emocional en nuestra vida. Para fomentar la autoexploración y la comprensión de nuestras emociones y estados mentales, existen diversas estrategias que pueden aplicarse. La práctica de la atención plena, o mindfulness, nos permite estar presentes en el momento y ser conscientes de nuestras emociones a medida que surgen, aceptándolas sin juzgarlas. La escritura reflexiva, a través de un diario o reflexiones personales, nos ayuda a explorar y comprender nuestras reacciones emocionales, identificando patrones y desencadenantes. La autoindagación mediante preguntas introspectivas nos lleva a una mayor comprensión de nuestras emociones, sus causas y su impacto en nuestro comportamiento. Trabajar con profesionales como terapeutas, psicólogos o coaches puede brindarnos herramientas y técnicas específicas para explorar y comprender nuestras emociones. También, podemos solicitar feedback

constructivo de personas de confianza para obtener una perspectiva externa sobre nuestras emociones y comportamientos. Asistir a programas de desarrollo de habilidades emocionales nos proporciona conocimientos y técnicas prácticas para mejorar nuestra IE. Es esencial tener en cuenta que la autoexploración y la comprensión de las emociones requieren tiempo, paciencia y autodescubrimiento personal. Cada individuo es único, por lo que es importante experimentar y descubrir qué estrategias funcionan mejor para cada uno. La AU es un continuo aprendizaje que permite mayor autocontrol y bienestar emocional. (véase figura 13)

Figura 13  
*Autoconciencia*

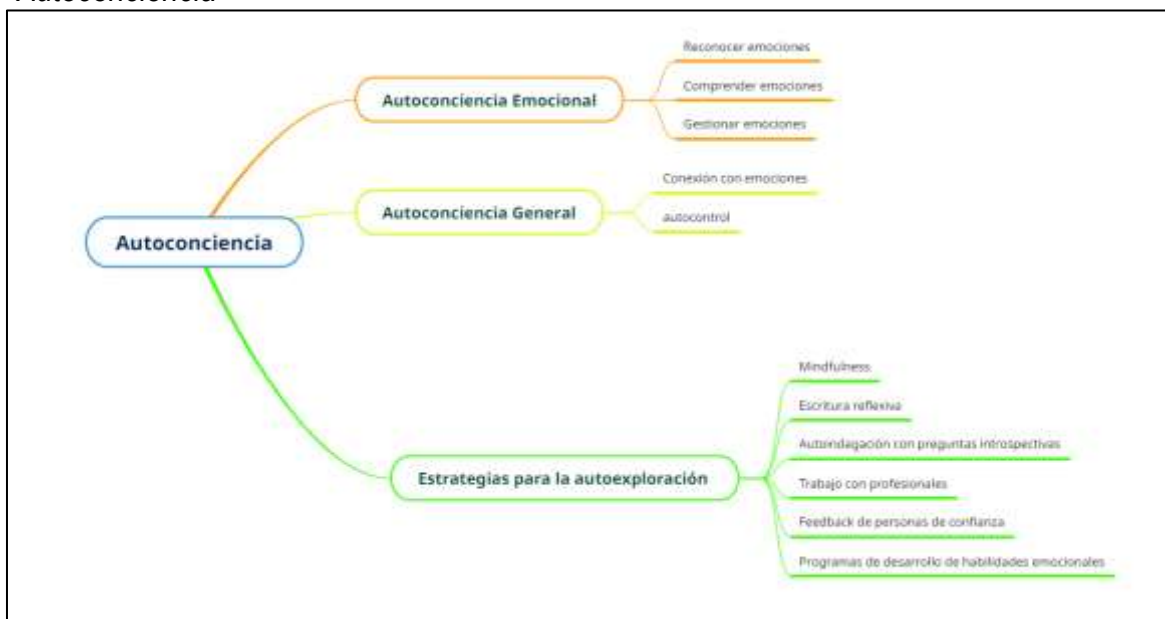


Fuente: Atlas Ti 9.

Por otra parte, el concepto de AU presentado por el Centro de Estudios de Psicología (2023) es consistente con la información previa sobre este tema. Ambas fuentes coinciden en que la autoconciencia implica comprender las propias emociones, sentimientos y reacciones en distintas situaciones. Además, tanto el concepto previo como la afirmación del Centro destacan la importancia de la AU para lograr mayor autocontrol. Al ser conscientes de nuestras emociones, sentimientos y reacciones, tenemos la capacidad de regular y gestionar adecuadamente nuestra conducta. También, la AU nos brinda la oportunidad de examinar nuestras emociones y reacciones desde una perspectiva reflexiva, lo que nos permite comprender cómo influyen en nuestro comportamiento. Al reconocer y

comprender nuestras emociones, podemos evitar respuestas impulsivas o descontroladas y tomar decisiones más informadas y adaptativas. Asimismo, el autocontrol es una habilidad clave que se deriva de la AU y nos permite regular nuestras emociones y comportamientos de manera consciente. Al comprender nuestras emociones y reacciones, tenemos la capacidad de manejarlas de forma apropiada, lo que contribuye a un mayor equilibrio emocional y a relaciones más saludables. En conclusión, el concepto presentado previamente y la afirmación del Centro de estudios de psicología convergen en la importancia de la AU para comprender nuestras emociones, sentimientos y reacciones, lo que nos permite ejercer un mayor autocontrol. Ambas perspectivas resaltan la relevancia de la AU como base fundamental para el desarrollo de habilidades emocionales y una gestión adecuada de nuestras emociones en diversas situaciones. (véase figura 14)

Figura 14  
Autoconciencia



Fuente: Mindomo.

*Autorregulación* es un proceso dinámico que implica la generación interna de ideas, la experiencia de emociones y la ejecución de acciones planificadas y ajustadas de manera continua para alcanzar los objetivos personales deseados. Se refiere a la capacidad de regular y gestionar de manera efectiva las propias emociones y comportamientos en diferentes situaciones y contextos. Además, para desarrollar la AR emocional, se pueden aplicar diversas estrategias. Una de ellas es la



respiración consciente, que consiste en practicar técnicas de respiración profunda para reducir el estrés y calmar la mente. Otra estrategia es la introspección, que implica reflexionar sobre las propias emociones y pensamientos para cambiar la forma en que se percibe y se piensa sobre una situación. También, contar con el apoyo de un profesional, como un psicólogo, puede ser beneficioso para obtener herramientas y técnicas específicas para manejar las emociones negativas y promover una respuesta emocional más saludable. La AR también puede cultivarse a través de la observación de referentes cercanos, como la familia, la escuela y los amigos. Estos modelos pueden influir en el desarrollo de hábitos de AR emocional. Asimismo, la técnica de juego de roles proporciona la oportunidad de explorar diferentes situaciones y practicar la AR en un entorno seguro. Es fundamental practicar el autocuidado, incluyendo hábitos como una dieta equilibrada, ejercicio regular, descanso adecuado y actividades placenteras, ya que estos contribuyen al equilibrio emocional. Del mismo modo, establecer límites saludables en las relaciones y entorno es importante para proteger el bienestar emocional, aprendiendo a decir "no" cuando sea necesario y evitando situaciones estresantes. Por otro lado, la comunicación y el diálogo con personas de confianza son herramientas efectivas para expresar y procesar las emociones, obteniendo perspectivas externas y buscando apoyo en momentos difíciles. Sin embargo, en situaciones más desafiantes, es recomendable buscar ayuda profesional de un terapeuta o psicólogo, quienes pueden brindar técnicas y herramientas específicas para la AR emocional. Así como, cultivar hábitos y prácticas que promuevan la AR emocional implica promover el autocuidado físico y emocional, fomentar la atención plena, brindar educación emocional, modelar comportamientos saludables, practicar el diálogo y la comunicación, utilizar juegos de roles y prácticas de simulación, trabajar en la regulación emocional en diferentes contextos y brindar apoyo continuo a lo largo del tiempo. Es conveniente, tener en cuenta que cada persona es única y las estrategias pueden variar en efectividad según el individuo. Por lo tanto, se recomienda experimentar con diferentes técnicas y encontrar las que funcionen mejor para cada uno. La AR emocional requiere práctica y dedicación, pero puede ser una habilidad valiosa para promover el bienestar emocional y el equilibrio en la vida cotidiana. (véase figura 15)

Figura 15  
Autorregulación



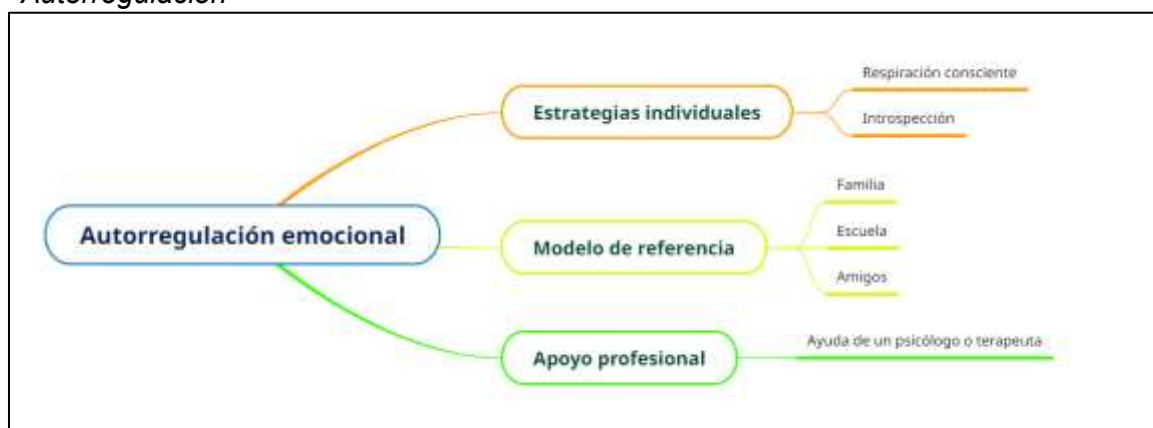
Fuente: Atlas Ti 9.

Por consiguiente, el concepto entregado sobre la AR se alinea con la definición de Zimmerman (2000) en términos generales. Ambas descripciones resaltan que la AR es un proceso dinámico que involucra una serie de componentes internos y externos. Además, Tanto en el concepto proporcionado como en la definición de Zimmerman, se menciona que la AR implica la generación interna de ideas, lo que implica la capacidad de reflexionar, planificar y tomar decisiones sobre la propia conducta y emociones. Ambas perspectivas reconocen que la AR requiere un proceso interno de autorreflexión y autoevaluación. Asimismo, en relación con la experiencia de emociones, ambas descripciones coinciden en que la AR implica la capacidad de gestionar y regular las emociones de manera efectiva. Así pues, se reconoce que la AR implica un manejo adecuado de las emociones para lograr un equilibrio emocional y un funcionamiento adaptativo. Además, tanto el concepto entregado como la definición de Zimmerman destacan la ejecución de acciones planificadas y ajustadas. Esto implica que la AR no se limita solo a los procesos cognitivos internos, sino que también implica la implementación de estrategias y acciones concretas para alcanzar los objetivos personales deseados. Sin embargo, es importante señalar que la definición de Zimmerman (2000) enfatiza la orientación de la AR hacia la consecución de objetivos personales deseados, mientras que el

concepto entregado no menciona explícitamente este aspecto. En cambio, se centra en estrategias específicas para desarrollar la AR emocional en diferentes contextos. En resumen, el concepto entregado y la definición de Zimmerman (2000) comparten aspectos fundamentales en su comprensión de la autorregulación. Ambas destacan la naturaleza dinámica del proceso, la generación interna de ideas, la experiencia de emociones y la ejecución de acciones planificadas. Sin embargo, la definición de Zimmerman subraya la orientación hacia objetivos personales deseados, mientras que el concepto entregado se centra más en estrategias y prácticas para desarrollar la AR emocional en diferentes contextos. (véase figura 16)

Figura 16

### Autorregulación



Fuente: Mindomo

**Motivación** es un impulso que nos mueve a actuar y perseguir nuestras metas y objetivos. Es un concepto que engloba tanto elementos internos como externos que influyen en nuestras decisiones y comportamientos. Se divide en dos tipos principales: intrínseca y extrínseca. La MO intrínseca surge desde nuestro interior, impulsada por nuestra propia pasión, satisfacción y deseo personal de lograr algo. Está relacionada con el logro personal, el crecimiento personal y la satisfacción derivada de la actividad en sí misma, sin depender de recompensas o reconocimiento externo. Se basa en nuestros valores, intereses y deseos personales. Además, nos brinda un mayor compromiso, satisfacción y sentido de logro personal, contribuyendo así a una mayor autorregulación emocional. Por otro lado, la MO extrínseca proviene de factores externos como recompensas, castigos o reconocimiento por parte de otras personas. Está relacionada con la obtención

de beneficios externos o la evitación de consecuencias negativas. Si bien puede incentivar ciertas conductas en el corto plazo, su influencia puede disminuir una vez que se obtiene la recompensa o se evita el castigo. Es importante no depender exclusivamente de la MO extrínseca, ya que puede llevar a una falta de autonomía y dependencia de factores externos. En el contexto de la IE, se recomienda fomentar y cultivar principalmente la MO intrínseca, ya que está más alineada con una auténtica satisfacción personal y un mayor compromiso a largo plazo. No obstante, se reconoce la importancia de equilibrar ambas formas de MO y considerar el contexto y las circunstancias en las que se aplican. Por otro lado, existen diversas estrategias que podemos utilizar para conectar nuestras metas personales y valores con la MO intrínseca. El autoconocimiento es fundamental, ya que implica identificar nuestros valores, objetivos y propósito de vida para comprender qué es importante para nosotros y qué nos apasiona. La visualización nos ayuda a imaginar cómo sería alcanzar nuestras metas y cómo se conectan con nuestros valores, reforzando así nuestra MO intrínseca. La división de metas en pasos más pequeños y manejables nos permite avanzar gradualmente y experimentar un sentido de logro y satisfacción en cada etapa, lo que aumenta nuestra MO intrínseca. El desarrollo de un proyecto de vida que refleje nuestras metas, valores y visión de nosotros mismos en el futuro también nos brinda una MO intrínseca para nuestro crecimiento personal. Finalmente, es importante asegurarse de que haya coherencia entre nuestros pensamientos, sentimientos y acciones, actuando en consonancia con nuestros valores para fortalecer nuestra MO intrínseca y desarrollar nuestra IE de manera integral. En resumen, si bien ambos tipos de motivación son importantes, se recomienda priorizar y cultivar la motivación intrínseca utilizando estrategias que nos mantengan enfocados en nuestro desarrollo personal y emocional. (véase figura 17)

Figura 17

*Motivación*

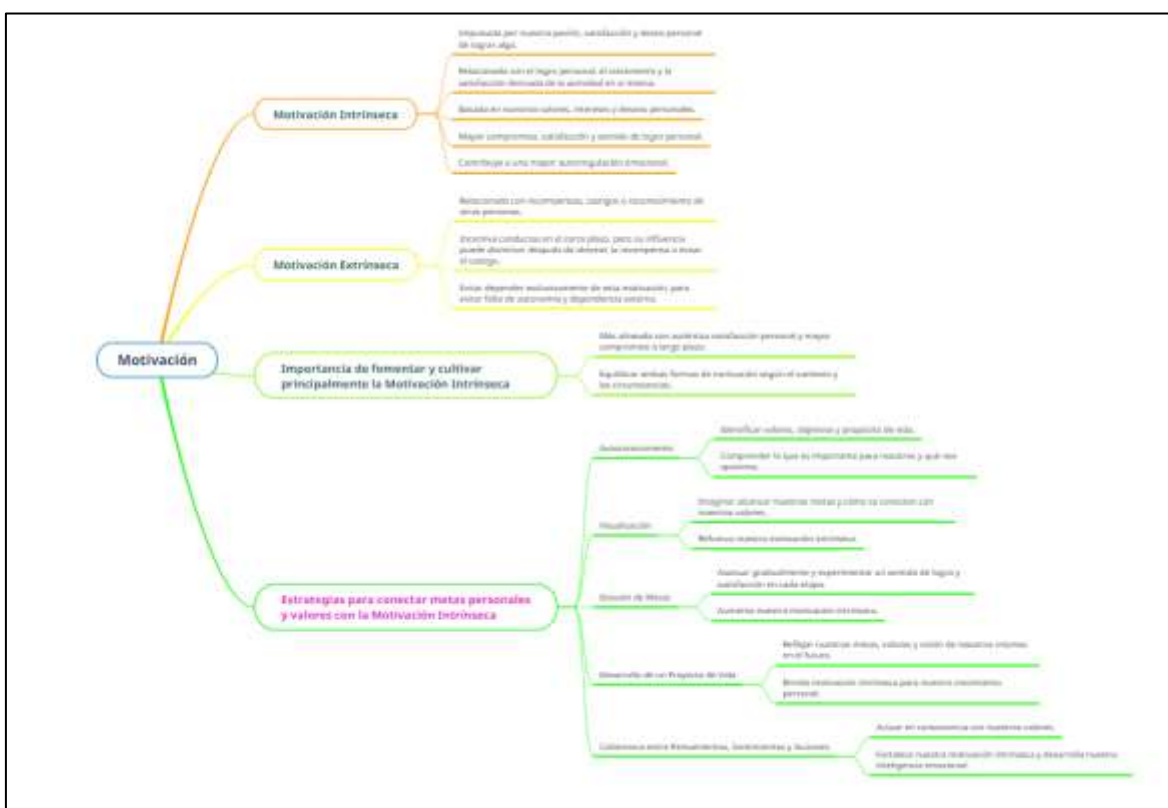


Fuente: Atlas Ti 9.

Por otra parte, el concepto de MO que se ha presentado en base a la información proporcionada difiere ligeramente de la definición proporcionada por la Real Academia Española - RAE en el año 2022. Según la RAE, es un conjunto de elementos, tanto internos como externos, que influyen en cierta medida en las decisiones y comportamientos de un individuo. En la definición presentada anteriormente, se establece una distinción clara entre la intrínseca y la extrínseca, destacando sus diferencias y enfatizando la importancia de equilibrar ambas formas de motivación. Además, se proporcionan estrategias específicas para conectar las metas personales y los valores con la MO intrínseca en el contexto de la IE. En contraste, la definición de la RAE es más general y no hace una distinción explícita entre la intrínseca y extrínseca. Sin embargo, comparte el reconocimiento de que la MO está influenciada por elementos internos y externos. Ambas definiciones coinciden en que la MO tiene un impacto en las decisiones y comportamientos de un individuo. Si bien, la definición de la RAE es válida y amplia en su alcance, la explicación proporcionada anteriormente ofrece una comprensión más detallada y específica de los diferentes tipos de motivación, su importancia relativa y las estrategias concretas para cultivar la MO intrínseca en el ámbito de la IE. En conclusión, la definición proporcionada anteriormente en base a la información

dada enriquece y amplía la definición general de la RAE, al presentar una visión más detallada y específica de los diferentes aspectos y dimensiones de la motivación. Ambas perspectivas son complementarias y contribuyen a una comprensión más completa del concepto de motivación. (véase figura 18)

Figura 18  
Motivación



Fuente: Mindomo.

Por otro lado, surge la teoría emergente de la Motivación Consciente que propone un enfoque holístico para entender y cultivar la motivación intrínseca en las personas. Esta teoría se basa en la idea de que la conexión profunda entre las metas personales y valores es esencial para fomentar una motivación genuina y duradera. A través del autoconocimiento, la visualización, la división de metas, el desarrollo de un proyecto de vida y la coherencia entre pensamientos, sentimientos y acciones, se promueve una motivación consciente que impulsa el crecimiento personal y el bienestar general. Cabe agregar, los componentes clave de la teoría emergente de la motivación consciente son: En primer lugar, el autoconocimiento; es el punto de partida de la motivación consciente. Identificar nuestros valores, objetivos y propósito de vida nos permite comprender lo que realmente nos importa

y nos apasiona. Al reconocer nuestras verdaderas motivaciones, podemos alinear nuestras acciones con nuestros valores más profundos, lo que a su vez nutre nuestra motivación intrínseca. En segundo lugar, la visualización; es una herramienta poderosa para conectar nuestras metas con nuestros valores. Imaginar de manera vívida y detallada cómo se vería alcanzar esas metas y cómo estarían en armonía con nuestros valores fundamentales. Estas imágenes mentales positivas actúan como un impulso que nos invita a seguir adelante, incluso en tiempos de desafíos. En tercer lugar, la división de metas; dividir nuestras metas en etapas más pequeñas y alcanzables es esencial para mantener una motivación constante. Cada paso, cada logro parcial, genera una sensación de progreso y satisfacción, lo que aumenta nuestra MO intrínseca y nos impulsa a continuar hacia nuestras metas más amplias. En cuarto lugar, el desarrollo de un proyecto de vida; implica reflexionar sobre nuestras metas, valores y visión de nosotros mismos en el futuro. Al elaborar un plan que refleje la interconexión de estos elementos, se fortalece nuestra MO intrínseca. Tener una visión clara y significativa de nuestro futuro nos impulsa a esforzarnos y crecer en busca de esa autorrealización. Finalmente, la coherencia entre pensamientos, sentimientos y acciones; se refiere a la coherencia entre lo que pensamos, sentimos y hacemos, es esencial para mantener una MO consciente. Actuar en consonancia con nuestros valores y creencias fortalece nuestra MO intrínseca y nos brinda una sensación de autenticidad. Además, esto también contribuye al desarrollo de nuestra IE al estar más en sintonía con nuestras emociones y necesidades. En conclusión, la teoría emergente de la motivación consciente sugiere que, al conectar nuestras metas personales con nuestros valores fundamentales, a través de la introspección, visualización, establecimiento de metas, desarrollo de un proyecto de vida y coherencia entre pensamientos, sentimientos y acciones, podemos cultivar una motivación intrínseca y sostenible. Esta motivación consciente no sólo nos impulsa a alcanzar nuestras metas, sino que también promueve nuestro crecimiento personal, bienestar emocional y sentido de propósito en la vida. Al aplicar estos principios en el día a día, podemos experimentar un mayor sentido de realización y plenitud en nuestras acciones y decisiones.

*La Empatía* es una habilidad fundamental que nos permite comprender y conectar con las emociones y pensamientos de los demás. Se divide en dos formas principales: cognitiva y emocional. La EMP cognitiva implica comprender los pensamientos y acciones de las personas, mientras que la EMP emocional busca conectar con sus emociones. Además, para desarrollar la EMP de manera efectiva, existen habilidades clave que debemos cultivar. La escucha activa es fundamental, ya que implica prestar atención sin interrupciones, lo que nos permite comprender verdaderamente lo que la otra persona está expresando. La resistencia al juicio es otra habilidad esencial, ya que nos abstiene de emitir comentarios positivos o negativos y nos ayuda a mantener una mente abierta hacia los demás. Además, la comunicación no verbal es importante, ya que nos permite prestar atención a los gestos, tono de voz y otros aspectos no verbales que revelan las emociones de la otra persona. En el contexto de la IE, la EMP cognitiva representa nuestra capacidad de comprender la perspectiva y los pensamientos de los demás, desde un enfoque más racional e intelectual. Por otro lado, la EMP emocional se centra en compartir y conectar con las emociones de los demás, estableciendo una profunda conexión y compasión. Ambas formas son importantes: la cognitiva ayuda a comprender necesidades y motivaciones para resolver conflictos; la emocional permite establecer relaciones profundas. Asimismo, para expresar EMP de manera efectiva, se requieren habilidades clave. La escucha activa implica prestar atención plena a la persona que nos habla, sin interrupciones. La comunicación no verbal, que abarca el lenguaje corporal, el contacto visual y el tono de voz, revela emociones y sentimientos. La validación emocional implica reconocer y validar los sentimientos de la otra persona, mostrando comprensión y EMP hacia sus emociones. La resistencia al juicio implica evitar hacer juicios o críticas bruscas que puedan ser percibidas como ataques. Además, la compasión implica sentir una preocupación genuina por el bienestar de los demás y buscar formas de ayudar y apoyar. La asertividad implica comunicarse de manera respetuosa y expresar nuestras propias emociones adecuadamente. También la conexión y el contacto visual establecen una conexión auténtica y demuestran compromiso. Por último, el autoconocimiento es importante, ya que nos ayuda a comprender y gestionar nuestras propias emociones, lo cual nos permite comprender mejor a los demás. En resumen, la EMP es la capacidad de reconocer y comprender las emociones de



los demás, así como interpretar sus señales no verbales. Implica ponerse en el lugar del otro y comprender sus sentimientos. Desarrollar habilidades como la escucha activa, la comunicación no verbal, la validación emocional y la resistencia al juicio nos permite expresar la EMP de manera efectiva y construir relaciones saludables y positivas. (véase figura 19)

Figura 19

*Empatía*

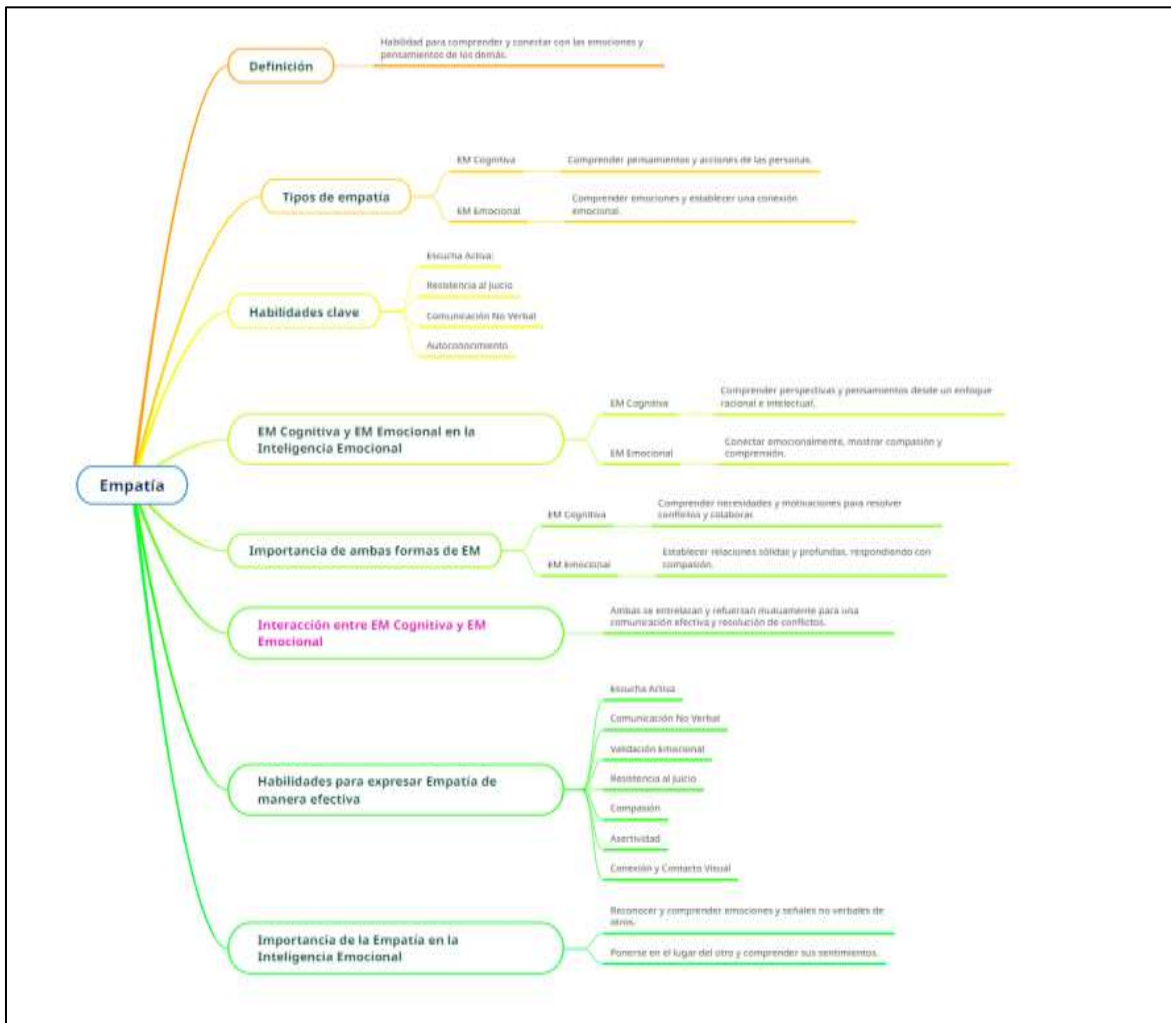


Fuente: Atlas Ti 9.

Por consiguiente, el concepto de EMP descrito anteriormente se alinea en gran medida con la perspectiva de Daniel Goleman sobre la empatía. Goleman, en su libro "IE" publicado en 1996, define la EMP como la capacidad de reconocer y comprender las emociones de los demás, así como interpretar sus señales no verbales. Esta definición se relaciona directamente con la información previa, donde se destaca la importancia de comprender las emociones y establecer una conexión emocional con los demás. Ambos conceptos enfatizan la capacidad de ponerse en el lugar del otro y comprender sus sentimientos. La idea de reconocer las señales no verbales también se refleja en ambas definiciones, ya que se menciona la importancia de prestar atención a los gestos, tono de voz y otros aspectos no verbales que revelan las emociones de las personas. Además, la noción de que la

EMP implica comprender las necesidades y motivaciones de los demás, así como responder con compasión y comprensión, también se encuentra en línea con el concepto de Goleman. Ambas perspectivas resaltan la importancia de establecer relaciones sólidas y profundas, así como de desarrollar habilidades de comunicación efectiva. Si bien la información proporcionada anteriormente no menciona explícitamente la idea de "ponerse en el lugar del otro", se destaca la comprensión de los pensamientos, acciones y emociones ajenas. Esto implica una actitud de apertura y disposición para comprender y conectar con los demás, lo cual es consistente con la idea de Goleman de ponerse en el lugar del otro y comprender sus sentimientos. En resumen, el concepto de EMP presentado anteriormente se complementa y se alinea con la perspectiva de Goleman sobre la empatía. Ambas definiciones destacan la importancia de reconocer y comprender las emociones de los demás, interpretar las señales no verbales y tener la capacidad de ponerse en el lugar del otro para comprender sus sentimientos. (*véase figura 20*)

Figura 20  
Empatía



Fuente: Mindomo.

Por otra parte, la empatía es una habilidad fundamental que nos permite comprender y compartir las emociones y perspectivas de los demás, lo que facilita una comunicación efectiva y una resolución constructiva de conflictos. La presente teoría emergente propone que la empatía se basa en una interacción estrecha entre dos dimensiones esenciales: la cognitiva y la emocional. Ambas dimensiones no solo se entrelazan, sino que también se refuerzan mutuamente, desempeñando un papel crucial en la comprensión profunda y en el fomento de relaciones sociales saludables. Asimismo, la emoción cognitiva se refiere a la capacidad de comprender y racionalizar las emociones de los demás a través de la percepción de sus estados mentales y perspectivas. Esta dimensión de la empatía implica la utilización de procesos mentales como la teoría de la mente, la perspectiva y la

toma de perspectiva, la empatía cognitiva y la empatía compasiva. Mediante la emoción cognitiva, podemos discernir cómo se sienten los demás y qué factores pueden estar contribuyendo a sus estados emocionales. Por otro lado, la empatía emocional, se refiere a la experiencia afectiva directa al captar las emociones de los demás. Esta dimensión nos permite sentir lo que otros sienten, experimentando una conexión emocional profunda con sus estados afectivos. La empatía emocional está vinculada a la activación de redes neuronales relacionadas con las emociones, lo que nos permite experimentar simpatía, tristeza, felicidad, en respuesta a las vivencias emocionales de los demás. Cabe mencionar, que la interacción entre la emoción cognitiva y la emoción emocional es esencial para una empatía completa y efectiva. Cuando comprendemos cognitivamente las emociones de alguien y nos conectamos emocionalmente con ellos, se genera un reforzamiento mutuo que profundiza nuestra comprensión y nuestro vínculo con la persona en cuestión. A través de la interacción y el refuerzo mutuo, somos capaces de adoptar una perspectiva más completa de la situación y desarrollar una empatía más auténtica. En el contexto de la comunicación, la interacción entre ambas dimensiones de la empatía juega un papel crítico. Al comprender cognitivamente las emociones y perspectivas de los demás, podemos comunicarnos de manera más efectiva, eligiendo nuestras palabras y tono cuidadosamente para evitar malentendidos y conflictos innecesarios. La empatía emocional también desempeña un papel importante, ya que nos permite sintonizar con las emociones del otro y responder de manera adecuada, demostrando comprensión y apoyo. Además, en la resolución de conflictos, esta interdependencia es aún más relevante. Al fusionar ambas dimensiones, podemos comprender las motivaciones y necesidades detrás de las emociones expresadas durante el conflicto. Esta comprensión profunda allana el camino para una comunicación asertiva y no violenta, lo que facilita la búsqueda de soluciones mutuamente beneficiosas. En conclusión, esta teoría destaca la interacción de ambas dimensiones como fundamental para una empatía completa y efectiva. Al reconocer su importancia y refuerzo mutuo, podemos cultivar una sociedad más empática y comunicativa, resolviendo conflictos con comprensión y respeto. La empatía es esencial para nuestro bienestar individual y colectivo.

*Habilidad social* (HS) se refiere al conjunto de capacidades y estrategias comportamentales que una persona posee para interactuar de manera efectiva con los demás en situaciones sociales. Implica la habilidad de mantener relaciones adecuadas, comprender las dinámicas sociales y las normas culturales, e interpretar los sentimientos, intenciones, pensamientos y deseos de las personas. Asimismo, para desarrollar habilidades sociales sólidas, se deben considerar diversos factores. Entre ellos se encuentran la autoestima, la asertividad, la empatía, el autocontrol, la persuasión y la presencia. Además, la experiencia social, la práctica regular, la interacción con diferentes personas, la formación y el aprendizaje a través de programas de desarrollo y capacitación, así como el entorno cultural y social en el que nos encontramos, también influyen en el desarrollo de estas habilidades. La inteligencia social está estrechamente relacionada con la HS, pero se refiere más específicamente a la capacidad de comprender y manejar situaciones y relaciones sociales, incluyendo la interpretación de emociones y la comprensión de las dinámicas sociales. Las habilidades sociales, por otro lado, son las conductas específicas que permiten interactuar de manera efectiva con los demás, como la comunicación clara, la escucha activa, la cooperación, la resolución de conflictos y el respeto hacia los demás. Por otro lado, es importante destacar que la inteligencia social proporciona la base para el desarrollo y uso efectivo de las HS, sin embargo, forman parte de un conjunto más amplio de competencias socioemocionales, que abarcan tanto habilidades sociales y emocionales. Por lo tanto, su desarrollo es un proceso de aprendizaje continuo, influenciado por diversos factores como la familia, los amigos, los medios de comunicación y la sociedad en general. Asimismo, la cultura, las normas sociales y los valores transmitidos en estos entornos también influyen en la forma en que nos relacionamos. Es importante tener en cuenta que el desarrollo de HS puede requerir ajustes a medida que cambian las circunstancias y las expectativas sociales. En resumen, la HS se refiere a un conjunto de capacidades y estrategias comportamentales que permiten interactuar de manera efectiva en situaciones sociales. Está relacionada con la inteligencia social, pero es un concepto distinto dentro de la IE. El desarrollo de HS se ve influenciado por diversos factores y es un proceso de aprendizaje continuo. Implica comprender y manejar las dinámicas sociales, interpretar las emociones y comportamientos de los demás,

y lograr un equilibrio entre nuestras propias necesidades y las expectativas del entorno social. (véase figura 21)

Figura 21

*Habilidad Social*



Fuente: Atlas Ti 9.

Por consiguiente, el concepto proporcionado por NeuronUP (2022) se alinea en gran medida con la información previa de la HS. Ambas definiciones hacen referencia a un conjunto de habilidades y estrategias comportamentales que permiten abordar de manera efectiva las situaciones sociales. También, ambas perspectivas destacan la importancia de lograr un equilibrio entre nuestras propias necesidades y las expectativas del entorno social en el que nos encontramos. Del mismo modo, la idea de "lograr un equilibrio" implica la capacidad de adaptarse y responder de manera adecuada a las demandas sociales, considerando tanto las necesidades individuales como las expectativas y normas del entorno. Esta perspectiva refuerza la noción de que la HS implica no solo la interacción efectiva con los demás, sino también la capacidad de autorregulación y la conciencia de las necesidades propias y ajenas. Si bien NeuronUP (2022) no menciona explícitamente los factores que influyen en el desarrollo de las HS, es importante destacar que la información previa resalta varios elementos, como la autoestima, la asertividad, la empatía, el autocontrol y la persuasión. Estos factores son

fundamentales para la construcción de HS sólidas y efectivas. En conclusión, el concepto proporcionado por NeuronUP (2022) complementa la información previa y refuerza la idea de que la HS implica un conjunto de habilidades y estrategias comportamentales que permiten abordar de manera efectiva las situaciones sociales. Ambas perspectivas resaltan la importancia de lograr un equilibrio entre las necesidades individuales y las expectativas del entorno social. (véase figura 22)

Figura 22  
*Habilidad Social*



Fuente: Mindomo

Por otra parte, surgió la teoría emergente Ciclo de Retroalimentación Social, según la teoría la inteligencia y las HS están intrínsecamente interconectadas y se alimentan mutuamente en un ciclo constante. Además, esta teoría propone que el desarrollo y uso efectivo de las HS dependen de la comprensión y manejo adecuado de situaciones y relaciones sociales, que son aspectos fundamentales

de la inteligencia social. Asimismo, el ciclo comienza con la inteligencia social como punto de partida, el cual engloba la capacidad de interpretar las emociones y dinámicas sociales, lo que nos permite comprender las necesidades, deseos y estados emocionales de las personas con las que interactuamos. También nos da mayor percepción de las dinámicas grupales, permitiendo anticipar reacciones en distintas situaciones sociales. A medida que desarrollamos y aplicamos nuestra inteligencia social, adquirimos una mayor comprensión de nuestras propias emociones y acciones dentro de los contextos sociales. Esta autorreflexión aumenta nuestra conciencia de cómo nuestras interacciones afectan a los demás y cómo nuestras conductas influyen en la calidad de las relaciones. Por lo tanto, la inteligencia social proporciona la base necesaria para el aprendizaje y perfeccionamiento de las HS específicas. Por otra parte, una vez que hemos interiorizado esta comprensión, estamos mejor preparados para desplegar habilidades sociales efectivas. Estas habilidades incluyen la comunicación clara y asertiva, la escucha activa y empática, la cooperación constructiva, la resolución de conflictos de manera pacífica y el respeto hacia los demás. Al poner en práctica estas habilidades, mejoramos nuestras relaciones interpersonales y la forma en que interactuamos con nuestro entorno social. El éxito en la aplicación de las HS efectivas tiene un impacto positivo en las relaciones, cerrando el ciclo de retroalimentación. Las reacciones positivas de otros refuerzan nuestra inteligencia y HS, motivándonos a seguir desarrollándonos. Adicionalmente, es importante destacar que este ciclo de retroalimentación social no es lineal, sino un proceso continuo y adaptativo. A medida que enfrentamos nuevas situaciones sociales y nos relacionamos con diferentes personas, seguimos aprendiendo y ajustando nuestras habilidades y nuestra inteligencia sociales en función de las experiencias vividas. En conclusión, la teoría del Ciclo de Retroalimentación Social propone que la inteligencia y las habilidades sociales están estrechamente vinculadas, trabajando juntas en un proceso de mejora continua. Mediante la comprensión de las emociones y dinámicas sociales, desarrollamos habilidades sociales efectivas que fortalecen nuestras relaciones interpersonales y, a su vez, retroalimentan nuestra inteligencia social, permitiéndonos un mayor entendimiento y manejo de las complejidades sociales. Este ciclo virtuoso nos ayuda a convertirnos en individuos



socialmente competentes y empáticos, capaces de establecer conexiones significativas con los demás y prosperar en entornos sociales diversos.

Las siguientes áreas responden al objetivo específico de reconocer la IE en los diferentes espacios educativos; así se tienen:

*Educación presencial (EP)* se refiere a un enfoque educativo en el cual estudiantes y profesores se reúnen físicamente en un mismo lugar y en un momento específico para llevar a cabo el proceso de enseñanza y aprendizaje. Sin embargo, en la actualidad, después de la emergencia sanitaria provocada por el COVID-19, se ha evidenciado la importancia y los impactos negativos de la ausencia de esta modalidad educativa. La IE ha sido especialmente afectada por la falta de interacción entre pares durante este periodo. Además, la ausencia de contacto físico ha dificultado el desarrollo de habilidades sociales, la tolerancia a la frustración, el autoconocimiento y la asertividad, entre otros aspectos fundamentales para el bienestar emocional de los estudiantes. Esta situación resulta sumamente preocupante, ya que la IE desempeña un papel crucial en el rendimiento académico y las relaciones interpersonales. Es por lo que se considera fundamental promover y desarrollar las habilidades de IE desde temprana edad, tanto en el hogar como en el colegio. Asimismo, los padres y los maestros deben desempeñar un papel activo como guías y ejemplos a través de sus acciones, brindando orientación y apoyo emocional a los estudiantes. En el ámbito educativo presencial, se pueden identificar diferentes manifestaciones de la IE que son esenciales para el desarrollo integral de los estudiantes. La autoconciencia emocional, implica que los estudiantes sean conscientes de sus propias emociones, comprendan lo que sienten y reconozcan cómo sus emociones afectan su desempeño y relaciones. La autorregulación emocional, se refiere a la capacidad de gestionar de manera efectiva las emociones, sin reprimirlas, utilizando técnicas de manejo del estrés para mantener el equilibrio emocional. La motivación intrínseca, es un factor clave en el aprendizaje, ya que los estudiantes con alta IE demuestran un fuerte deseo de aprender y mejorar, más allá de obtener calificaciones, impulsados por un interés genuino por ampliar sus conocimientos y habilidades. La empatía, por su parte, permite a los estudiantes comprender y respetar los sentimientos de sus compañeros y maestros, construyendo relaciones

sólidas y productivas. Finalmente, las habilidades sociales son fundamentales para una adecuada interacción y comunicación, permitiendo a los estudiantes trabajar en equipo y manejar los conflictos de manera respetuosa. Es importante destacar que la pandemia ha afectado negativamente la manifestación de la IE en el ámbito educativo presencial. La falta de interacción y convivencia física ha dificultado la detección y el desarrollo de estas habilidades en los estudiantes. Sin embargo, tanto docentes como profesionales en el ámbito educativo están trabajando activamente para abordar estas dificultades. A través de programas y estrategias que involucran a los padres, se busca proporcionar a los estudiantes las herramientas necesarias para desarrollar habilidades sociales adecuadas y una IE saludable. En el espacio educativo presencial, se pueden implementar diversas formas de fomentar y desarrollar las habilidades de IE. El aspecto emocional es fundamental, enseñando a los estudiantes sobre las emociones, cómo funcionan y cómo impactan en nuestras vidas. Esto implica proporcionarles conocimientos y recursos para comprender y gestionar sus propias emociones. También se deben enseñar técnicas de autorregulación emocional, como la respiración consciente, la meditación y el autocontrol, para que los estudiantes puedan manejar sus emociones de manera saludable y tomar decisiones conscientes en situaciones emocionales. El desarrollo de la empatía es crucial, y se pueden utilizar actividades como juegos de roles, discusiones grupales y ejercicios de reflexión para ayudar a los estudiantes a comprender los sentimientos y perspectivas de los demás. Asimismo, es importante brindar oportunidades para que los estudiantes practiquen y mejoren sus habilidades sociales, a través de actividades de colaboración, proyectos grupales y el fomento de la comunicación efectiva y el trabajo en equipo. Además, se debe reconocer que cada estudiante es único y tiene diferentes necesidades en términos de IE, adaptando las estrategias y enfoques para satisfacer esas necesidades específicas. Crear un ambiente seguro y de apoyo en el aula es fundamental, donde los estudiantes se sientan cómodos para explorar y expresar sus emociones sin temor a ser juzgados. Esto crea un espacio propicio para el desarrollo de la IE. En resumen, la EP se refiere a la forma tradicional en la que estudiantes y profesores se encuentran físicamente en un mismo lugar y momento durante el proceso educativo. En este contexto, es esencial fomentar y desarrollar las habilidades de IE. Esto implica educación emocional, desarrollo de

habilidades específicas, fomento de la empatía, promoción de habilidades sociales y creación de un entorno seguro. Además, se debe brindar formación y apoyo a los educadores y padres, para que puedan desempeñar un papel activo en el desarrollo emocional de los estudiantes. (véase figura 23)

Figura 23

*Educación Presencial*



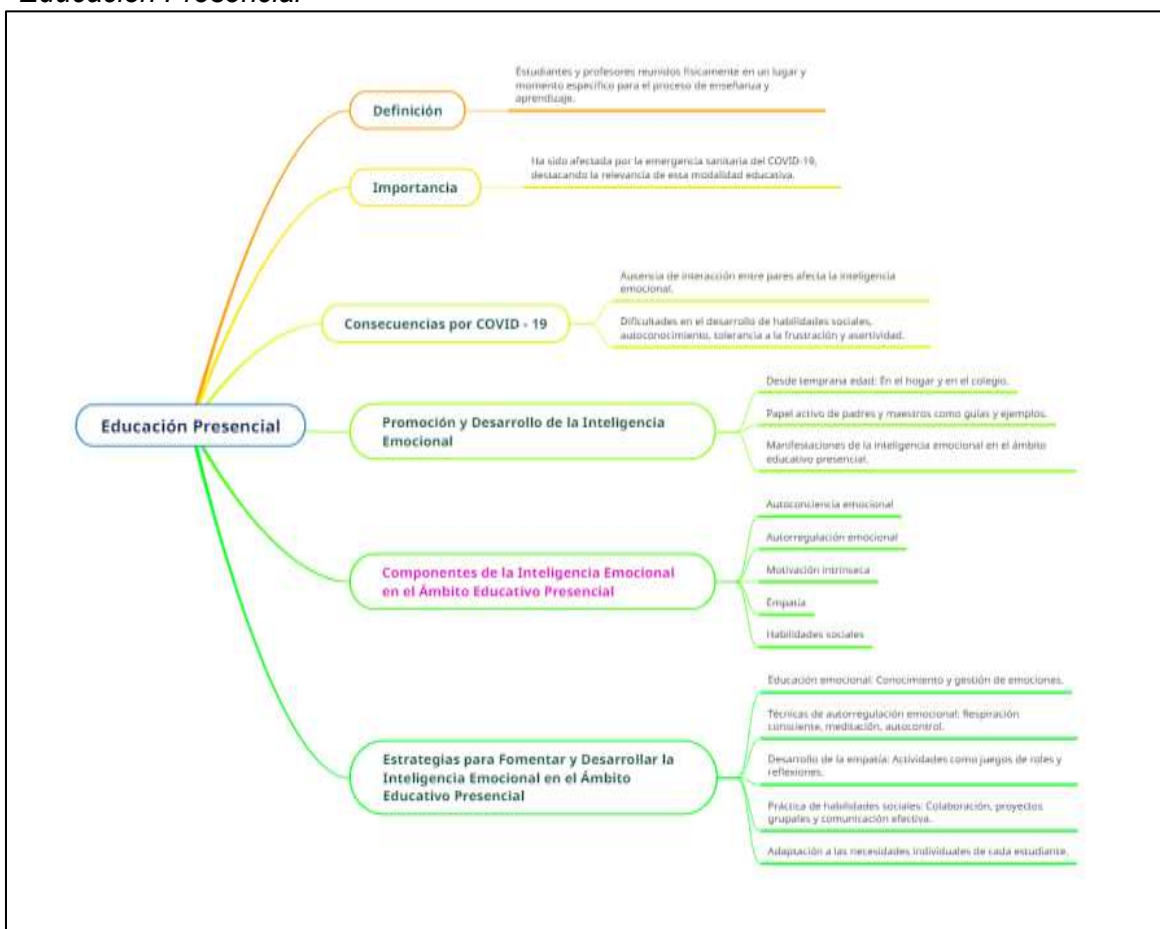
Fuente: Atlas Ti 9.

Por otro lado, el concepto de EP presentado previamente está en línea con lo mencionado por Dasso Vassallo et al. (2020) en cuanto a que se refiere a la forma tradicional en la que estudiantes y profesores se encuentran físicamente en un mismo lugar y momento durante gran parte del proceso educativo. Además, ambos enfoques destacan la importancia de la interacción física entre estudiantes y profesores como elemento central de la educación presencial. Esto implica que el aprendizaje se lleva a cabo de manera directa y en tiempo real, permitiendo la comunicación, el intercambio de ideas y la construcción de relaciones interpersonales en el entorno educativo. Sin embargo, es importante tener en cuenta que el concepto entregado anteriormente amplía la definición de EP al abordar específicamente el impacto de la IE en este contexto. Se reconoce que la EP no solo implica la reunión física de estudiantes y profesores, sino que también es fundamental para el desarrollo de habilidades socioemocionales y el bienestar

integral de los estudiantes. Asimismo, el concepto presentado destaca la necesidad de promover y desarrollar activamente las habilidades de IE en el entorno educativo presencial, especialmente en respuesta a las dificultades surgidas durante la pandemia del COVID-19. Se resalta la importancia de la educación emocional, la autorregulación emocional, la empatía y las habilidades sociales como componentes claves de la IE que deben ser cultivados en los estudiantes a través de estrategias y programas adecuados. En resumen, mientras que Dasso Vassallo *et al.* (2020) se centra en la interacción física entre estudiantes y profesores como característica central de la educación presencial, el concepto presentado anteriormente amplía esta definición al enfatizar la importancia de desarrollar la IE en el entorno educativo presencial, reconociendo su impacto en el rendimiento académico y las relaciones interpersonales de los estudiantes. (véase figura 24)

Figura 24

**Educación Presencial**



Fuente: Mindomo.

Por otra parte, la educación presencial siempre ha sido un pilar fundamental en el desarrollo de habilidades cognitivas y sociales de los estudiantes. Sin embargo, en

los últimos años, ha surgido una teoría emergente que aborda la importancia de integrar la IE como un componente esencial en el ámbito educativo presencial. Esta teoría se basa en el reconocimiento de que el bienestar emocional de los estudiantes está directamente relacionado con su capacidad para aprender y desarrollarse en el entorno educativo. La teoría Educar con Consciencia Emocional en el Aula se basa en los cinco componentes clave de la IE: autoconciencia emocional, autorregulación emocional, motivación intrínseca, empatía y habilidades sociales. Estos componentes se entrelazan de manera compleja y pueden afectar tanto el rendimiento académico como el bienestar general de los estudiantes.

Primer componente, la autoconciencia emocional; se centra en que los educadores deben fomentar en el aula un ambiente propicio para que los estudiantes reconozcan y comprendan sus propias emociones. Al cultivar la autoconciencia, los estudiantes se vuelven más conscientes de cómo sus emociones pueden influir en su aprendizaje y comportamiento. Esto les permite tomar decisiones más informadas y adaptativas, mejorando su autorregulación emocional. El segundo pilar es la autorregulación emocional; los educadores deben ayudar a los estudiantes a desarrollar habilidades para manejar sus emociones de manera efectiva y lidiar con el estrés que puedan experimentar durante el proceso de aprendizaje. Una gestión adecuada de las emociones permite a los estudiantes mantener un estado mental óptimo para el aprendizaje, favoreciendo una mayor concentración y retención de información. El tercer componente, motivación intrínseca; sostiene que la motivación intrínseca es un motor poderoso para el aprendizaje significativo. Los educadores deben fomentar un ambiente educativo que cultive un impulso genuino por aprender y mejorar. Al conectar el contenido del currículo con los intereses personales de los estudiantes y al destacar la relevancia de lo que están aprendiendo para su vida, se puede aumentar la motivación intrínseca, lo que resulta en una mayor participación y dedicación al aprendizaje.

Cuarto componente, la empatía; es otro pilar importante en esta teoría emergente, los educadores deben fomentar la comprensión y el respeto hacia los demás, lo que ayuda a crear un ambiente de aula inclusivo y enriquecedor. Al alentar la empatía, los estudiantes desarrollan una mayor capacidad para entender las emociones y perspectivas de sus compañeros, promoviendo la empatía como base para relaciones saludables y positivas. Por último, habilidades sociales; la teoría

resalta la importancia de desarrollar habilidades sociales adecuadas en el aula. Los educadores deben brindar oportunidades para que los estudiantes interactúen entre sí y practiquen una comunicación efectiva. Estas habilidades sociales no solo son fundamentales para el éxito académico, sino que también se traducen en una vida adulta más satisfactoria, ya que las relaciones sociales son una parte integral del desarrollo personal y profesional. En conclusión, la teoría emergente Educar con Consciencia Emocional en el Aula aboga por integrar plenamente la IE en el ámbito educativo presencial. Al reconocer la importancia de la autoconciencia emocional, la autorregulación, la motivación intrínseca, la empatía y las habilidades sociales, los educadores pueden cultivar un entorno de aprendizaje más enriquecedor y holístico. Esta teoría apunta a empoderar a los estudiantes para que comprendan y manejen sus emociones, lo que a su vez puede mejorar su rendimiento académico y bienestar general, preparándolos para enfrentar los desafíos de la vida con mayor resiliencia y éxito.

*Educación virtual* (EV) es un enfoque pedagógico que utiliza tecnologías de información y comunicación (TIC) para facilitar el proceso educativo sin la necesidad de encuentros presenciales entre maestros y estudiantes. Este método ofrece diversas estrategias para fomentar la IE de los estudiantes, siendo una de ellas la gamificación, que permite interactuar con los estudiantes a través de juegos interactivos. Además, se promueve la tutoría virtual, brindando un seguimiento personalizado a cada estudiante. Aunque la EV presenta desafíos, como la falta de interacción física y la dificultad para monitorear a los estudiantes, se han identificado estrategias efectivas para superar estas barreras. Por ejemplo, los educadores pueden modelar la comunicación emocional compartiendo sus propios sentimientos y buscando retroalimentación emocional de los estudiantes. También, las salas de discusión y las plataformas de chat también facilitan el intercambio de experiencias y sentimientos, promoviendo la empatía y la conexión emocional. Es fundamental reservar tiempo para hablar sobre emociones al inicio de cada sesión, lo que fomenta la autoconciencia emocional y crea un entorno inclusivo y de apoyo. Además, se pueden enseñar directamente habilidades emocionales específicas, como identificar emociones, desarrollar empatía y resolver conflictos, mediante presentaciones, ejercicios y actividades interactivas. Asimismo, la práctica de la atención plena, a través de ejercicios de respiración consciente y técnicas de

atención plena, ayuda a los estudiantes a centrarse en el presente y comprender sus emociones. La retroalimentación continua durante las clases virtuales contribuye al desarrollo de la autoconciencia y la regulación emocional, asegurándose de que todos los estudiantes se sientan escuchados. Asimismo, para mantener a los estudiantes motivados y comprometidos, los educadores pueden utilizar diferentes recursos y actividades virtuales, como juegos, aplicaciones interactivas, calificaciones y variedad en los enfoques de enseñanza. Sin embargo, es importante tener en cuenta que la EV presenta desafíos únicos, como la falta de interacción cara a cara, el aislamiento y la fatiga frente a la pantalla, así como la resistencia a encender las cámaras. Para abordar estos desafíos, se recomienda utilizar herramientas de comunicación visual en tiempo real, como videoconferencias, para facilitar la lectura de señales no verbales y crear una sensación de conexión. Del mismo modo, se pueden fomentar la interacción social mediante grupos de discusión, proyectos de equipo y actividades de desarrollo comunitario. Además, es esencial incluir descansos y actividades fuera de la pantalla, enseñar habilidades de manejo del estrés y autorregulación, promover la participación de los estudiantes y explorar herramientas y aplicaciones que mantengan su interés. También es importante adaptar las soluciones a la realidad local y seguir investigando para abordar de manera efectiva el desarrollo de la IE en el entorno virtual. A través de la educación virtual, los estudiantes pueden acceder a habilidades y conocimientos de manera flexible, estableciendo su propio horario de estudio y fomentando su autonomía como aprendices autodidactas. *(véase figura 25)*

Figura 25

*Educación Virtual*



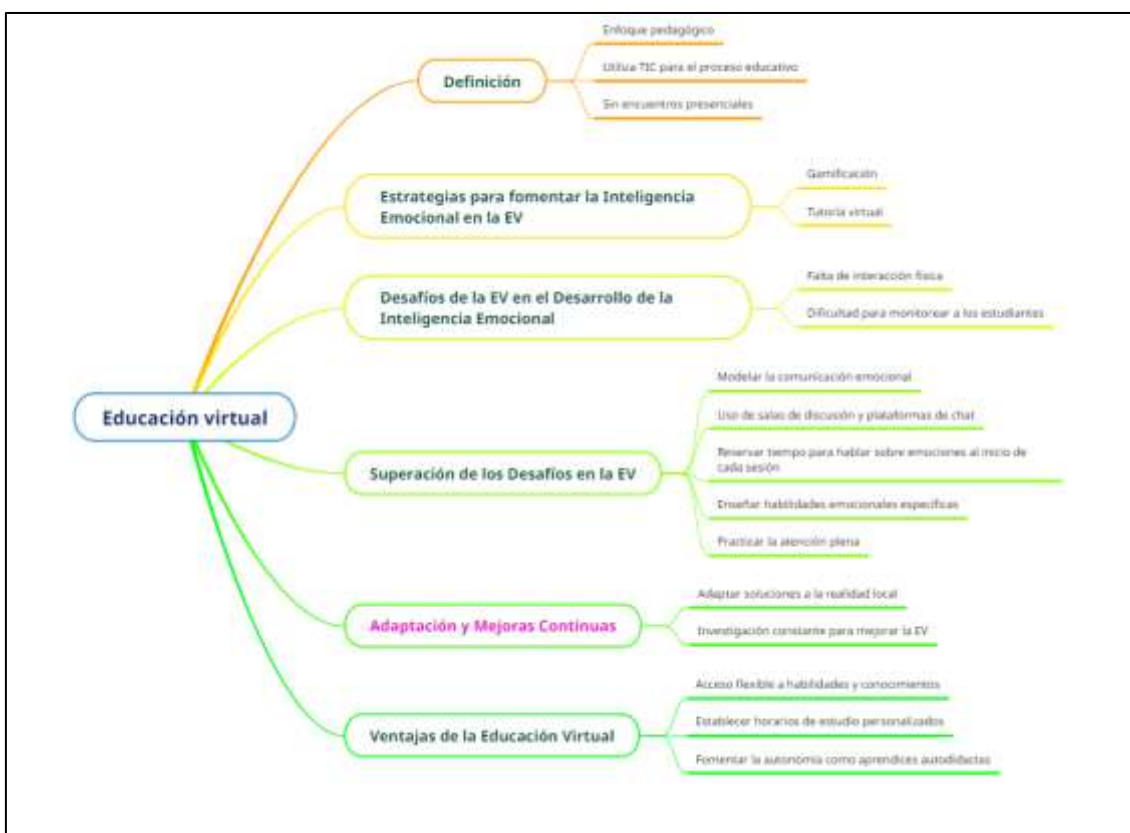
Fuente: Atlas Ti 9.

Por consiguiente, el concepto presentado anteriormente sobre EV está en línea con lo mencionado por Mota *et al.* (2020). Ambas perspectivas destacan que la EV utiliza las tecnologías de información y comunicación – TIC como componente fundamental para el desarrollo del proceso educativo. También, ambas mencionan que este enfoque permite llevar a cabo la labor educativa sin necesidad de encuentros presenciales, lo que amplía el acceso a habilidades y conocimientos de forma individual, rompiendo con las limitaciones de tiempo y espacio. Además, tanto el concepto presentado como lo mencionado por Mota *et al.* (2020) hacen hincapié en la flexibilidad que brinda la educación virtual. Se destaca la posibilidad de establecer horarios de estudio personalizados, adaptados a las necesidades y ritmos individuales de los estudiantes. Esto implica una mayor autonomía para el estudiante, permitiéndole convertirse en un aprendiz autodidacta, asumiendo un papel activo en su propio proceso de aprendizaje. Ambas perspectivas reconocen los beneficios de la EV en términos de acceso, flexibilidad y autonomía. Sin embargo, el concepto presentado previamente, también se enfoca específicamente en la promoción de la IE en el entorno virtual, mencionando estrategias como la gamificación, la tutoría virtual y otras prácticas para desarrollar habilidades



emocionales. En resumen, el concepto presentado y lo mencionado por Mota *et al.*(2020) convergen en la idea de que la EV es un enfoque educativo que utiliza las TIC, permitiendo el desarrollo del proceso educativo sin encuentros presenciales, brindando flexibilidad en los horarios de estudio y fomentando la autonomía del estudiante, es decir, el concepto presentado amplía esta visión al enfatizar la importancia de promover la IE en el entorno virtual a través de diversas estrategias. (véase figura 26)

Figura 26  
Educación Virtual



Fuente: Mindomo

Por otra parte, surge la teoría emergente de la EV IE Adaptativa para el Mejoramiento Continuo, se centra en la integración de la IE en el ámbito de la educación virtual. Esta teoría se basa en dos pilares fundamentales: la adaptación de soluciones educativas a la realidad local y la investigación constante para mejorar la experiencia de la EV. El objetivo es desarrollar un enfoque educativo que se ajuste a las necesidades emocionales y cognitivas de los estudiantes en un entorno virtual, promoviendo así el bienestar y el rendimiento académico a lo largo

del tiempo. El primer componente, la IE en la educación virtual; Esta teoría sostiene que la IE es una habilidad esencial para el éxito en la educación virtual. Los estudiantes deben desarrollar competencias emocionales que les permitan gestionar sus emociones, empatizar con los demás y mantener la motivación intrínseca para aprender en un entorno virtual. El segundo componente, la adaptación a la realidad local; la educación virtual debe ser adaptable a la realidad local de los estudiantes. Esto significa que las soluciones educativas deben considerar factores culturales, sociales y económicos que puedan influir en el aprendizaje virtual. Al adaptar los contenidos, el diseño de cursos y las estrategias de enseñanza a la realidad local, se crea un ambiente más relevante y significativo para los estudiantes, lo que fomenta una mayor participación y compromiso con el proceso educativo. El tercer componente, la investigación constante para mejorar la educación virtual; esta teoría promueve la idea de que la educación virtual debe ser un campo en constante evolución. Se deben realizar investigaciones y estudios continuos para identificar las mejores prácticas, estrategias y herramientas que favorezcan el desarrollo de la IE en el ámbito virtual. La mejora continua implica adaptar las metodologías educativas y los recursos tecnológicos a medida que se descubren nuevos enfoques efectivos y se abordan los desafíos emergentes. El cuarto componente, el enfoque Holístico; reconoce que los aspectos emocionales y cognitivos están interconectados y, por lo tanto, deben abordarse de manera integral. Los educadores virtuales deben cultivar una comprensión profunda de las necesidades emocionales de sus estudiantes y adaptar sus estrategias de enseñanza para apoyar el desarrollo tanto de la IE como de las habilidades académicas. Por último, el uso de tecnología apropiada; la tecnología juega un papel fundamental en la educación virtual, pero su implementación debe realizarse de manera adecuada y ética. Se deben seleccionar herramientas tecnológicas que faciliten el desarrollo de la IE y que promuevan una experiencia de aprendizaje enriquecedora y accesible para todos los estudiantes. En conclusión, la teoría emergente de la EV "IE Adaptativa para el Mejoramiento Continuo" busca transformar la educación virtual en un entorno más humano, centrado en las necesidades emocionales de los estudiantes. Al adaptar soluciones a la realidad local y llevar a cabo investigaciones constantes, se puede crear un sistema educativo virtual más inclusivo, personalizado y efectivo en el desarrollo de

habilidades emocionales y académicas. Este enfoque emergente tiene el potencial de mejorar significativamente el bienestar de los estudiantes y su rendimiento en el ámbito educativo virtual.

*Educación a distancia* es un enfoque educativo que permite a los estudiantes adquirir conocimientos de manera independiente utilizando tecnologías diversas. Aunque presenta desafíos, como la dificultad para desarrollar la IE debido a la falta de contacto físico, se pueden implementar estrategias efectivas para abordar esta situación. Para fomentar la IE en un entorno a distancia, es fundamental mantener una comunicación clara y consistente con los estudiantes, utilizando correo electrónico, videollamadas y otros sistemas de mensajería para brindarles apoyo y soporte emocional. Además, se puede crear un sentido de comunidad mediante la creación de grupos de chat o espacios virtuales donde los estudiantes puedan interactuar y compartir experiencias. La autorreflexión juega un papel importante en el desarrollo de la IE, por lo que se deben proporcionar actividades y tareas que inviten a los estudiantes a reflexionar sobre sus propias emociones, reacciones y pensamientos. También es esencial brindar retroalimentación constructiva que promueva el crecimiento personal y la autoconciencia emocional, resaltando los aspectos positivos y ofreciendo sugerencias de mejora de manera respetuosa y constructiva. Integrar la IE en el plan de estudios es otra estrategia clave. Esto implica incluir temas y actividades relacionados con la IE en el currículo, brindando oportunidades para que los estudiantes aprendan y practiquen habilidades sociales y emocionales. Además, es importante asegurarse de que los estudiantes tengan acceso a servicios de asesoramiento y recursos emocionales en línea o localmente, para que puedan recibir apoyo y orientación cuando lo necesiten. Asimismo, el uso de herramientas y técnicas interactivas también puede ser beneficioso. Explorar el uso de herramientas virtuales que fomenten la interacción, como juegos de roleplay, dinámicas de grupo y actividades divertidas, puede promover la conexión emocional entre los estudiantes. Asimismo, desarrollar una relación de confianza y empatía con los estudiantes a través de una comunicación abierta, demostrando interés en sus necesidades y comprendiendo sus situaciones individuales, contribuye al desarrollo de la IE. Además de estas estrategias, es fundamental abordar los desafíos particulares asociados con la educación a distancia. Esto implica establecer políticas claras contra el acoso y la discriminación, fomentar un

sentido de comunidad y pertenencia, mantener una comunicación abierta y regular, proporcionar materiales y actividades de desarrollo emocional, capacitar a los educadores en primeros auxilios emocionales, adaptar los programas de aprendizaje a distancia a las necesidades individuales y utilizar herramientas tecnológicas que faciliten la expresión emocional. En resumen, la ED es un enfoque educativo no presencial que requiere el uso de tecnologías y una estructura organizada. A pesar de los desafíos, se pueden implementar estrategias efectivas para fomentar la IE en este contexto. Es un proceso continuo y en evolución que requiere esfuerzos tanto de los educadores como de los estudiantes, adaptabilidad, flexibilidad y búsqueda constante de soluciones creativas para promover el desarrollo emocional en un entorno virtual. (véase figura 27)

Figura 27

*Educación a distancia*



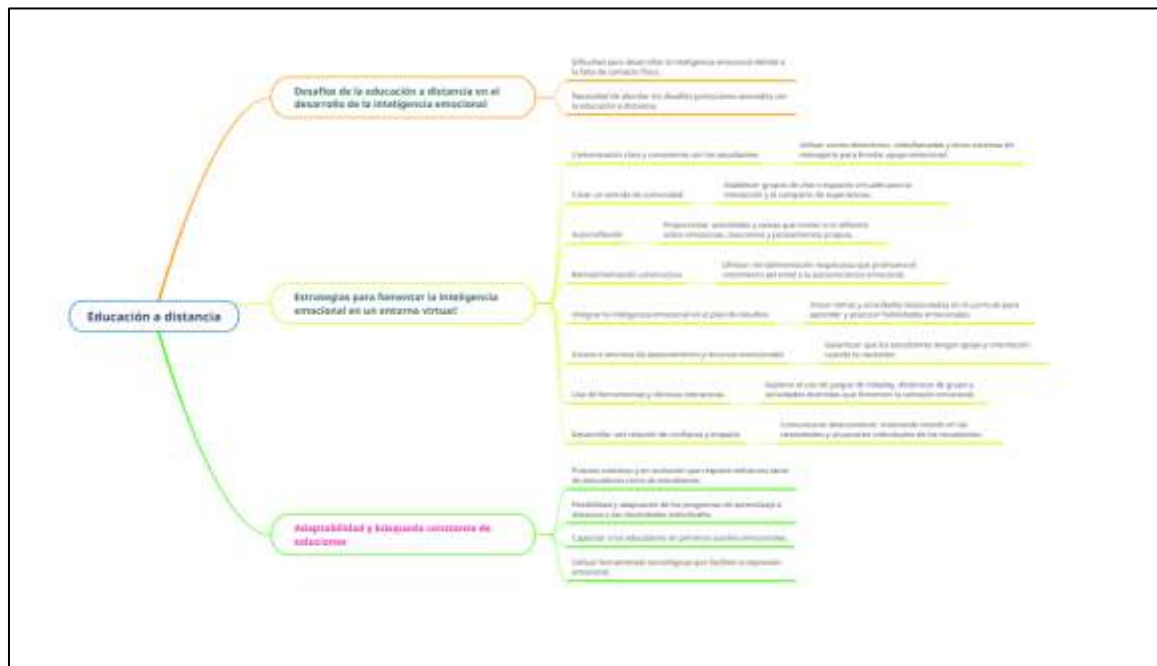
Fuente: Atlas Ti 9.

Por consiguiente, el concepto presentado en el texto anterior sobre la ED coincide en gran medida con lo mencionado por Fernando y Maldonado (2016). Ambas perspectivas destacan que la ED es un enfoque educativo no presencial que permite a los estudiantes adquirir conocimientos de forma independiente mediante el uso de tecnologías. Además, ambos enfoques también resaltan la importancia de la planificación en el proceso de enseñanza y aprendizaje de la educación a

distancia. Se menciona que la instrucción y la adquisición de conocimientos ocurren en ubicaciones físicas separadas, lo que implica que los estudiantes y los docentes se encuentran en lugares distintos. Esto se relaciona con el hecho de que, en la educación a distancia, los principales personajes involucrados están físicamente separados. Además, se menciona que la ED depende de la comunicación a través de tecnologías, lo cual concuerda con la idea de utilizar diversas tecnologías en el proceso de aprendizaje. El texto anterior destaca estrategias como el uso de correo electrónico, videollamadas y sistemas de mensajería para mantener la comunicación con los estudiantes. Por último, se menciona la necesidad de una estructura institucional organizada para implementar la educación a distancia. Esto implica que se requiere una planificación adecuada, políticas claras y recursos institucionales para llevar a cabo este enfoque educativo de manera efectiva. En general, el concepto presentado en el texto anterior se alinea con la descripción de Fernando y Maldonado (2016) sobre la ED como un enfoque no presencial, basado en tecnologías y que requiere una planificación y estructura institucional adecuadas. (véase figura 28)

Figura 28

Educación a distancia



Fuente: Mindomo

Por otro lado, surge la teoría emergente de IE Adaptativa en la Educación a Distancia propone que el éxito y la efectividad de la educación a distancia dependen en gran medida de la capacidad de los educadores y estudiantes para desarrollar y aplicar habilidades emocionales adaptativas en un entorno de aprendizaje virtual. Esta teoría se basa en la premisa de que la IE juega un papel crucial en el proceso de enseñanza y aprendizaje a distancia, ya que afecta la forma en que los participantes gestionan sus emociones, se adaptan a los desafíos y se relacionan con los demás, impactando directamente en su rendimiento y bienestar general. El primer principio, adaptabilidad y búsqueda constante de soluciones; la educación a distancia requiere un enfoque continuo y en evolución, donde tanto educadores como estudiantes deben cultivar su IE para adaptarse a los cambios y desafíos que puedan surgir. Esta adaptabilidad emocional les permite superar obstáculos y buscar soluciones efectivas para mantener la calidad del proceso educativo. El segundo principio, la flexibilidad y adaptación de los programas de aprendizaje a distancia; la IE adaptativa implica la capacidad de los educadores para ajustar los programas de aprendizaje a distancia a las necesidades individuales de los estudiantes. Esto implica comprender y responder a las emociones de los estudiantes, brindando apoyo y recursos personalizados para garantizar un

aprendizaje más efectivo y satisfactorio. El tercer principio, capacitación en primeros auxilios emocionales para educadores; es fundamental que los educadores sean capacitados en primeros auxilios emocionales, lo que significa que deben estar preparados para reconocer y responder de manera adecuada a las emociones y necesidades emocionales de los estudiantes. Esta preparación les permite brindar un entorno de apoyo emocionalmente seguro, construyendo una conexión significativa con los estudiantes y mejorando su capacidad para gestionar sus propias emociones y las de sus alumnos. Por último, la utilización de herramientas tecnológicas para facilitar la expresión emocional; las herramientas tecnológicas desempeñan un papel importante en la educación a distancia, y su uso estratégico puede facilitar la expresión emocional de los estudiantes. La integración de plataformas interactivas y seguras que permitan la comunicación asincrónica y sincrónica, así como la retroalimentación emocional, ayuda a fortalecer la comprensión y el apoyo emocional entre educadores y estudiantes. En conclusión, el impacto en la educación a distancia; la aplicación de la teoría de "IE Adaptativa en la Educación a Distancia" tiene el potencial de mejorar significativamente la experiencia educativa a distancia. Al cultivar la IE, los educadores y estudiantes desarrollan una mayor resiliencia emocional, mejoran sus relaciones interpersonales, fomentan un ambiente de apoyo y favorecen el compromiso y la motivación en el proceso de aprendizaje. Además, al atender las necesidades emocionales de los estudiantes, se promueve un mayor bienestar mental y se reduce el estrés asociado con la educación a distancia, lo que puede traducirse en un rendimiento académico más satisfactorio y duradero.

## V. Conclusiones

- Primera: La inteligencia emocional juega un papel esencial en los diferentes espacios educativos, incluyendo la educación presencial, virtual y a distancia. Permite a los estudiantes gestionar sus emociones, motivarse, relacionarse con otros y tomar decisiones de manera efectiva.
- Segunda: La gestión emocional, la empatía, las relaciones interpersonales, la autoconciencia emocional, la autorregulación, la motivación, la toma de decisiones, la resiliencia emocional y las habilidades sociales son conceptos clave para comprender la inteligencia emocional. Todos ellos están interrelacionados y son fundamentales para el desarrollo integral del individuo.
- Tercera: La educación presencial facilita el desarrollo de habilidades sociales y emocionales a través de la interacción directa entre estudiantes, pero se ha visto afectada por la pandemia de COVID-19. Es necesario implementar estrategias para retomar el desarrollo de estas habilidades.
- Cuarta: La educación virtual y a distancia enfrentan desafíos para la promoción de la inteligencia emocional por la falta de interacción presencial. Sin embargo, se pueden utilizar estrategias como la comunicación efectiva, las dinámicas grupales virtuales y la integración de la inteligencia emocional en el currículo para abordar estas dificultades.
- Quinta: El desarrollo de la inteligencia emocional en los espacios educativos requiere un abordaje holístico, considerando las necesidades individuales de los estudiantes e integrando habilidades emocionales en las actividades académicas cotidianas.



## VI. Recomendaciones

- Primera: A los gestores de la educación al más alto nivel, se recomienda implementar programas de capacitación en inteligencia emocional para docentes, con el fin de que puedan guiar el desarrollo de estas habilidades en los estudiantes.
- Segunda: A los directivos de instituciones educativas se recomienda incorporar contenidos y actividades para promover habilidades emocionales en los planes de estudio de todos los niveles.
- Tercera: A los docentes de aula a todo nivel, se recomienda fomentar espacios de diálogo, reflexión y retroalimentación emocional entre estudiantes y docentes, tanto en modalidades presenciales como virtuales.
- Cuarta: A los docentes de aula a todo nivel, se recomienda adaptar las estrategias para desarrollar la inteligencia emocional a las necesidades específicas de cada contexto educativo.
- Quinta: A los docentes de aula a todo nivel, se sugiere realizar periódicamente evaluaciones del progreso de los estudiantes en habilidades emocionales, para detectar áreas de mejora y ajustar los programas.
- Sexta: A los coordinadores académicos y docentes de todos los niveles se sugiere capacitar a los padres sobre cómo pueden apoyar el desarrollo emocional de sus hijos, generando congruencia entre los aprendizajes en el hogar y en la escuela.
- Séptima: A los coordinadores académicos y docentes de todos los niveles se recomienda promover la investigación sobre estrategias efectivas para la promoción de la inteligencia emocional en los diversos contextos educativos, pero prestar la atención debida a los estudiantes de la educación superior.

## Referencias

- Bar - On. (2006). *The Bar-On model of emotional-social intelligence*. <https://www.psicothema.com/pdf/3271.pdf>
- Beneitone, P., Esquetini, C., Gonzáles, J., Marty, M., Siufi, G., & Wagenaarr, R. (2007). *Reflexiones y perspectivas de la Educación Superior en América Latina*.
- Centro de estudios de psicología. (2023). *Autoconciencia: Qué es, Beneficios y Cómo trabajarla*. <https://cepsicologia.com/autoconciencia/>
- Chiavenato, I. (2009). *Comportamiento organizacional*. [https://www.gob.mx/cms/uploads/attachment/file/335680/Comportamiento\\_organizacional.\\_La\\_dina\\_mica\\_en\\_las\\_organizaciones..pdf](https://www.gob.mx/cms/uploads/attachment/file/335680/Comportamiento_organizacional._La_dina_mica_en_las_organizaciones..pdf)
- Consejo de salud ocupacional. (2022). *GESTIÓN DE EMOCIONES CUIDÁ TU SALUD MENTAL DENTRO Y FUERA DE LO LABORAL*. <https://n9.cl/0fzq9>
- Cornejo, M., & Tapia, M. (2012). *Redes sociales y relaciones interpersonales en internet*. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=18426920010%250A>
- Dasso Vassallo, A., Evaristo Chiyong, I., Dasso Vassallo, A., & Evaristo Chiyong, I. (2020). Análisis de resultados del aprendizaje presencial y aprendizaje semipresencial en dos cursos universitarios. *Educación*, 29(57), 27–42. <https://doi.org/10.18800/EDUCACION.202002.002>
- Estrada Guillén, M., Monferrer Tirado, D., & Rodríguez Sánchez, A. (2022). The impact of COVID-19 on university students and competences in education for sustainable development: Emotional intelligence, resilience and engagement. *Journal of Cleaner Production*, 380. <https://doi.org/10.1016/J.JCLEPRO.2022.135057>
- Extremera, N., & Fernández-Berrocal, P. (2004). La importancia de desarrollar la inteligencia emocional en el profesorado. *Revista Iberoamericana de Educación*, 34(3), 1–9. <https://doi.org/10.35362/RIE3334005>

- Fernando, I., & Maldonado, X. J. (2016). La educación a distancia, una necesidad para la formación de los profesionales. *Revista Universidad y Sociedad*, 8(1), 106–111. [http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S2218-36202016000100016&lng=es&nrm=iso&tlng=es](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2218-36202016000100016&lng=es&nrm=iso&tlng=es)
- García Blanc, N., Gomis Cañellas, R., Ros Morente, A., & Filella Guiu, G. (2020). EL PROCESO DE GESTIÓN EMOCIONAL: INVESTIGACIÓN, APLICACIÓN Y EVALUACIÓN. *KNOW AND SHARE PSYCHOLOGY*, 1(4). <https://doi.org/10.25115/KASP.V1I4.4260>
- Gerdes, K. E., & Segal, E. A. (2009). A Social Work Model of Empathy. *Advances in Social Work*, 10(2), 114–127. <https://doi.org/10.18060/235>
- Goleman, D. (1996). *Inteligencia emocional*. [http://www.cutonala.udg.mx/sites/default/files/adjuntos/inteligencia\\_emocional\\_daniel\\_goleman.pdf](http://www.cutonala.udg.mx/sites/default/files/adjuntos/inteligencia_emocional_daniel_goleman.pdf)
- Laoyan, S. (2022). *Toma de decisiones: definición, pasos, tipos y características [2022] • Asana*. <https://asana.com/es/resources/decision-making-process>
- López-Nogero, F., Gallardo-López, J. A. y García-Lázaro, I. (2023). Inteligencia emocional y adolescencia. Percepción, comprensión y regulación de las emociones. *Pedagogía Social. Revista Interuniversitaria*, 43 165-178. DOI:10.7179/PSRI\_2023.41.11
- Luthar, S. S. (2015). Resilience in Development: A Synthesis of Research across Five Decades. *Developmental Psychopathology: Second Edition*, 3, 739–795. <https://doi.org/10.1002/9780470939406.CH20>
- Mayer, J. D. y Salovey, P. (1997). What is emotional intelligence? En P. Salovey & D. Sluyter (Eds.), *Emotional Development and Emotional Intelligence: Educational Implications* (pp.3-31). Basic Books.
- Moreno, S., & Perez, E. (2018). Relaciones interpersonales en el clima laboral de la universidad tecnológica del Chocó Diego Luis Córdoba. *Revista CES Derecho*, ISSN-e 2145-7719, Vol. 9, Nº. 1, 2018, Págs. 13-33, 9(1), 13–33. <https://doi.org/10.21615/cesder.9.1.2>

- Mota, K., Concha, C., & Muñoz, N. (2020). A educação virtual como agente transformador dos processos de aprendizagem. *Revista on Line de Política e Gestão Educacional*, 1216–1225. <https://doi.org/10.22633/RPGE.V24I3.14358>
- NeuronUP. (2022). *Habilidades sociales: definición, tipos y ejercicios para trabajarlas*. <https://www.neuronup.com/actividades-de-neurorrehabilitacion/actividades-para-habilidades-sociales/habilidades-sociales-definicion-tipos-ejercicios-y-ejemplos/>
- Ocampo Eyzaguirre, D., & Correa-Reynaga, M. (2022, December 2). *Vista de Situación emocional y resiliencia de estudiantes universitarios, pos-pandemia de la COVID-19. Norte de Potosí, Bolivia*. Situación Emocional y Resiliencia de Estudiantes Universitarios, Pos-Pandemia de La COVID-19. Norte de Potosí, Bolivia. <https://institutojubones.edu.ec/ojs/index.php/societec/article/view/322/610>
- Ojeda, E. (2022). *Gestión emocional: Qué es y para qué sirve | Metacontratas*. <https://www.metacontratas.com/blog/gestion-emocional-que-es-y-para-que-sirve/>
- Organización mundial de la salud. (2022, June 17). *Salud mental: fortalecer nuestra respuesta*. <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/mental-health-strengthening-our-response>
- Organización Panamericana de la Salud. (2021). *Boletín Desastres N.131.- Impacto de la pandemia COVID-19 en la salud mental de la población - OPS/OMS | Organización Panamericana de la Salud*. Boletín Desastres N.131.- Impacto de La Pandemia COVID-19 En La Salud Mental de La Población. Retrieved April 24, 2023, from <https://www.paho.org/es/boletin-desastres-n131-impacto-pandemia-covid-19-salud-mental-poblacion>
- Organización para la Cooperación y Desarrollo Económico. (2011). *Better Policies for Development. Better Policies for Development*. <https://doi.org/10.1787/9789264115958-EN>
- Pezo, E., & Paredes, E. (2022). Inteligencia emocional en estudiantes universitarios a partir de la pandemia por covid-19: una revisión sistemática. *Ciencia Latina*

*Revista Científica Multidisciplinar*, 6(6), 8485–8501.  
[https://doi.org/10.37811/CL\\_RCM.V6I6.4014](https://doi.org/10.37811/CL_RCM.V6I6.4014)

Real academia española. (2022). *empatía | Definición | Diccionario de la lengua española | RAE - ASALE*. <https://dle.rae.es/empat%C3%ADa>

Resendiz Canales, Flor. O. A. Norma. G. F. C. y J. A. J. (2023). *Vista de Aplicación de un programa de educación emocional en adolescentes durante la pandemia por COVID-19*. Publicación Semestral, Educación y Salud Boletín Científico Instituto de Ciencias de La Salud Universidad Autónoma Del Estado de Hidalgo, Vol. 11, No. 22(2023) 40-49.  
<https://repository.uaeh.edu.mx/revistas/index.php/ICSA/article/view/10944/10228>

Rojas, F. V. V., Caballero, J. E. A. P., Alejos, M. Á. Z., Zapata, C. M. O., & Ticona, M. I. M. (2022). Building learning through graphic organizers in higher education | Construcción de aprendizaje a través de organizadores gráficos en educación superior. *RISTI - Revista Iberica de Sistemas e Tecnologias de Informacao*, 2022(E53), 297–305.

Saarni, C. (1999). The development of emotional competence. *The Handbook of Emotional Intelligence: Theory, Development, Assessment, and Application at Home, School, and in the Workplace.*, 68–91.  
[https://books.google.com/books/about/The\\_Development\\_of\\_Emotional\\_Competence.html?hl=es&id=nHRqbmVgQK4C](https://books.google.com/books/about/The_Development_of_Emotional_Competence.html?hl=es&id=nHRqbmVgQK4C)

Sabater, V. (2022, February 1). *Autoconciencia emocional: ¿en qué consiste?*  
<https://lamenteesmaravillosa.com/autoconciencia-emocional/>

Sabino, C. (1992). *EL PROCESO DE INVESTIGACION*.  
[https://www.perio.unlp.edu.ar/tif/wp-content/uploads/2021/04/CarlosSabino-ElProcesoDeInvestigacion\\_0.pdf](https://www.perio.unlp.edu.ar/tif/wp-content/uploads/2021/04/CarlosSabino-ElProcesoDeInvestigacion_0.pdf)

Secanilla, E., Nair, C., & Alva, Z. (2021). iTutoría, una herramienta de empoderamiento gracias a la Covid-19. *DIM: Didáctica, Innovación y Multimedia*, 39. <https://raco.cat/index.php/DIM/article/view/388822>

UNESCO, (1998), Declaración mundial sobre la educación superior en el S. xxi, París, UNESCO, [http://www.unesco.org/education/educprog/wche/declaration\\_spa.htm](http://www.unesco.org/education/educprog/wche/declaration_spa.htm) [consulta: julio 2023].

UNESCO, (2019). DECLARACIÓN MUNDIAL SOBRE LA EDUCACIÓN SUPERIOR EN EL SIGLO XXI: VISIÓN y ACCIÓN. *Revista Educación Superior y Sociedad (ESS)*, 9(2), 97–113. <https://www.iesalc.unesco.org/ess/index.php/ess3/article/view/171>

Valdiviezo, M., & Rivera, J. (2022). La inteligencia emocional en la educación, una revisión sistemática en América Latina y el Caribe. *Revista Peruana de Investigación e Innovación Educativa*, 2(2), e22931. <https://doi.org/10.15381/rpiiedu.v2i2.22931>

Zimmerman, B. J. (2000). Attaining Self-Regulation: A Social Cognitive Perspective. *Handbook of Self-Regulation*, 13–39. <https://doi.org/10.1016/B978-012109890-2/50031-7>

Anexo 1

## Matriz de Categorización Apriorística

<i>Categoría Base</i>	<i>Objetivo principal</i>	<i>Subcategorías</i>	<i>Objetivo específico</i>	<i>Subcategoría</i>
Inteligencia emocional	Interpretar cómo se desarrolla la inteligencia emocional en la educación semipresencial post COVID-19	Conceptos	Conceptualizar la terminología involucrada con la inteligencia emocional	Gestión emocional
				Empatía
				Relaciones interpersonales
				Autoconciencia emocional
				Toma de decisiones
		Componentes	Diferenciar los componentes de la inteligencia emocional	Resiliencia emocional
				Autoconciencia
				Autoregulación
				Motivación
				Empatía
		Educación	Reconocer la inteligencia emocional en los diferentes espacios educativos	Habilidad social
				Presencial
				Virtual
				Distancia

## Anexo 2

# Instrumento de recolección de datos

El instrumento utilizado fue la Guía de Entrevista Semiestructurada para la investigación *Inteligencia emocional* con la siguiente información:

### **Subcategoría Concepto – Gestión emocional**

- Pregunta 1: ¿Cómo defines la gestión emocional y cuál crees que es su importancia en el desarrollo de la inteligencia emocional?

### **Subcategoría Concepto – Empatía**

- Pregunta 2: ¿Cuál es tu comprensión de la empatía y cómo crees que la empatía contribuye a la inteligencia emocional?

### **Subcategoría Concepto – Relaciones interpersonales**

- Pregunta 3: Desde tu perspectiva, ¿Qué papel juegan las habilidades sociales en las relaciones interpersonales y cómo se relacionan con la inteligencia emocional?

### **Subcategoría Concepto - Autoconciencia emocional**

- Pregunta 4: ¿Qué significa para ti tener autoconciencia emocional y cómo crees que esta habilidad influye en el desarrollo de la inteligencia emocional?

### **Subcategoría Concepto - Toma de decisiones**

- Pregunta 5: ¿Cómo consideras que la toma de decisiones está relacionada con la inteligencia y qué aspectos emocionales deben tenerse en cuenta al tomar decisiones?

### **Subcategoría Concepto - Resiliencia emocional**

- Pregunta 6: ¿Qué entiendes por resiliencia emocional y cómo crees que esta capacidad contribuye a la inteligencia emocional en la gestión de situaciones adversas?

### **Subcategoría Componente - Autoconciencia**

- Pregunta 7: ¿Cuál es la diferencia entre la autoconciencia emocional y la autoconciencia general en el contexto de la inteligencia emocional?
- Pregunta 8: ¿Cómo se puede fomentar la autoexploración y la comprensión de las propias emociones y estados mentales en el marco de la inteligencia emocional?

### **Subcategoría Componente - Autoregulación**

- Pregunta 9: ¿Cómo se pueden utilizar estrategias de autorregulación para manejar las emociones negativas y promover una respuesta emocional saludable y equilibrada?
- Pregunta 10: ¿Cómo se pueden cultivar hábitos y prácticas que promuevan la autorregulación emocional en diferentes contextos y situaciones?



### **Subcategoría Componente - Motivación**

- Pregunta 11: ¿Cuál es la diferencia entre la motivación intrínseca y la motivación extrínseca en el marco de la inteligencia emocional?
- Pregunta 12: ¿Qué estrategias se pueden utilizar para conectar las metas personales y los valores con la motivación intrínseca en el contexto de la inteligencia emocional?

### **Subcategoría Componente - Empatía**

- Pregunta 13: ¿Cuál es la diferencia entre la empatía cognitiva y la empatía emocional en la inteligencia emocional?
- Pregunta 14: ¿Cuáles son las habilidades clave necesarias para expresar empatía de manera efectiva?

### **Subcategoría Componente – Habilidad social**

- Pregunta 15: ¿Cuál es la diferencia entre la habilidad y la inteligencia sociales en el marco de la inteligencia emocional?
- Pregunta 16: En tu opinión, ¿qué factores influyen en el desarrollo de la habilidad social en diferentes contextos y situaciones?

### **Subcategoría Educación – Presencial**

- Pregunta 17: Desde tu experiencia en el ámbito educativo presencial, ¿cómo has observado la manifestación de la inteligencia emocional en los estudiantes?
- Pregunta 18: ¿De qué manera crees que se pueden fomentar y desarrollar las habilidades de inteligencia emocional en el espacio educativo presencial?

### **Subcategoría Educación – Virtual**

- Pregunta 19: En el contexto de la educación virtual, ¿de qué manera crees que se puede promover la inteligencia emocional en los estudiantes?
- Pregunta 20: ¿Existen desafíos específicos relacionados con el desarrollo de la inteligencia emocional en el entorno virtual y cómo se podrían abordar?

### **Subcategoría Educación – Distancia**

- Pregunta 21: En el contexto de la educación a distancia, ¿de qué manera crees que se puede fomentar la inteligencia emocional en los estudiantes que no tienen un contacto físico directo con sus profesores y compañeros?
- Pregunta 22: ¿Existen desafíos particulares relacionados con el fomento de la inteligencia emocional en la educación a distancia y cómo se podrían superar?

## Anexo 3

# Evaluación por juicio de expertos 1

Respetado juez: Usted ha sido seleccionado para evaluar el instrumento *“Inteligencia emocional post COVID-19 en estudiantes universitarios a través de la educación semipresencial, 2023”*. La evaluación del instrumento es de gran relevancia para lograr que sea válido y que los resultados obtenidos a partir de éste sean utilizados eficientemente; aportando al quehacer psicológico. Agradecemos su valiosa colaboración.

### 1. Datos generales del juez

<b>Nombre del juez:</b>	<b>Dr. Padilla Caballero, Jesús Emilio Agustín PhD.</b>		
<b>Grado profesional:</b>	Maestría ( )	Doctor	(X)
<b>Área de formación académica:</b>	Clínica ( )	Social	( )
	Educativa (X)	Organizacional	( )
<b>Áreas de experiencia profesional:</b>	<b>Educación</b>		
<b>Institución donde labora:</b>	<b>Universidad César Vallejo / Universidad Mayor de San Marcos / Universidad Enrique Guzmán y Valle</b>		
<b>Tiempo de experiencia profesional en el área:</b>	2 a 4 años ( )	Más de 5 años	(X)

### 2. Propósito de la evaluación:

Validar el contenido del instrumento, por juicio de expertos.

### 3. Datos de la guía de entrevista semiestructurada

Guía de entrevista

Nombre de la Entrevista:	<b>Inteligencia emocional</b>
Autoría:	<b>Bach. Gonzales Suárez, Adriana Alexandra Dr. Padilla Caballero, Jesús Emilio Agustín PhD.</b>
Procedencia:	<b>Original Apriorístico</b>
Administración:	<b>Entrevista grabada digitalmente</b>
Tiempo de aplicación:	<b>30 minutos aprox.</b>
Ámbito de aplicación:	<b>Experto en educación superior</b>
Significación:	<b>Explorar para interpretar el fenómeno de estudio</b>

#### 4. Soporte teórico

La investigación busca explorar y comprender las percepciones, opiniones y conocimiento empírico de un grupo de expertos en educación sobre el fenómeno de estudio; para lo cual, se realizan entrevistas semiestructuradas a través de Zoom a una muestra intencional de expertos en educación a todo nivel, y sin distinción de país para una exploración holística. Las preguntas indagan sobre sus experiencias, retos observados, estrategias implementadas y recomendaciones.

El enfoque del estudio es exploratorio, ya que busca examinar un tema poco estudiado, desde las voces de los expertos que lo están viviendo. También es hermenéutico porque interpreta los significados construidos por los participantes sobre el fenómeno de interés.

El análisis se realiza a través de codificación abierta, identificando categorías emergentes desde las narrativas para comprender la realidad percibida por los expertos. La discusión ofrece una interpretación contextualizada de los hallazgos, resaltando patrones y temas comunes.

Las conclusiones se orientan a la comprensión del fenómeno estudiado, más que la generalización. Se enfatiza en la multiplicidad de significados y la importancia del contexto. Los resultados aportan información útil para diseñar estrategias educativas.

<i>Categoría Base</i>	<i>Objetivo principal</i>	<i>Subcategorías</i>	<i>Objetivo específico</i>	<i>Subcategoría</i>
Inteligencia emocional	Interpretar cómo se desarrolla la inteligencia emocional en la educación semipresencial post COVID-19	Conceptos	Conceptualizar la terminología involucrada con la inteligencia emocional	Gestión emocional
				Empatía
				Relaciones interpersonales
				Autoconciencia emocional
				Toma de decisiones
		Componentes	Diferenciar los componentes de la inteligencia emocional	Resiliencia emocional
				Autoconciencia
				Autoregulación
				Motivación
				Empatía
		Educación	Reconocer la inteligencia emocional en los diferentes espacios educativos	Habilidad social
				Presencial
				Virtual
				Distancia

### 5. Presentación de instrucciones para el juez:

A continuación, a usted le presento la guía de entrevista semiestructurada elaborado por Bach. Gonzales Suárez, Adriana Alexandra y el Dr. Padilla Caballero, Jesús Emilio Agustín PhD, metodólogo experto en investigaciones cualitativas, realizada en el año 2023; para lo cual, se le solicita calificar los siguientes indicadores y valorar cada uno de los ítems según corresponda.

Categoría	Calificación	Indicador
<b>CLARIDAD</b> El ítem se comprende fácilmente, es decir, su sintáctica y semántica son adecuadas.	1. No cumple con el criterio	El ítem no es claro.
	2. Bajo Nivel	El ítem requiere bastantes modificaciones o una modificación muy grande en el uso de las palabras de acuerdo con su significado o por la ordenación de estas.
	3. Moderado nivel	Se requiere una modificación muy específica de algunos de los términos del ítem.
	4. Alto nivel	El ítem es claro, tiene semántica y sintaxis adecuada.
<b>COHERENCIA</b> El ítem tiene relación lógica con la dimensión o indicador que está midiendo.	1. totalmente en desacuerdo (no cumple con el criterio)	El ítem no tiene relación lógica con la dimensión.
	2. Desacuerdo (bajo nivel de acuerdo)	El ítem tiene una relación tangencial /lejana con la dimensión.
	3. Acuerdo (moderado nivel)	El ítem tiene una relación moderada con la dimensión que se está midiendo.
	4. Totalmente de Acuerdo (alto nivel)	El ítem se encuentra está relacionado con la dimensión que está midiendo.
<b>RELEVANCIA</b> El ítem es esencial o importante, es decir debe ser incluido.	1. No cumple con el criterio	El ítem puede ser eliminado sin que se vea afectada la medición de la dimensión.
	2. Bajo Nivel	El ítem tiene alguna relevancia, pero otro ítem puede estar incluyendo lo que mide éste.
	3. Moderado nivel	El ítem es relativamente importante.
	4. Alto nivel	El ítem es muy relevante y debe ser incluido.

*Leer con detenimiento los ítems y calificar en una escala de 1 a 4 su valoración, así como solicitamos brindes sus observaciones que considere pertinente*

Calificación
1 No cumple con el criterio
2. Bajo Nivel
3. Moderado nivel
4. Alto nivel

Categoría Base: **Inteligencia emocional**

- Objetivo: *Interpretar cómo se desarrolla la inteligencia emocional en la educación semipresencial post COVID-19*
- Primera Subcategoría: Conceptos
- Objetivo: Conceptualizar la terminología involucrada con la inteligencia emocional

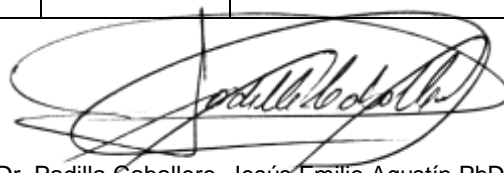
Indicadores	Ítem	Claridad	Coherencia	Relevancia	Observaciones/ Recomendaciones
Gestión emocional	1	4	4	4	Ninguna
Empatía	2	4	4	4	Ninguna
Relaciones interpersonales	3	4	4	4	Ninguna
Autoconciencia emocional	4	4	4	4	Ninguna
Toma de decisiones	5	4	4	4	Ninguna
Resiliencia emocional	6	4	4	4	Ninguna

- Segunda Subcategoría: Componentes
- Objetivo: Diferenciar los componentes de la inteligencia emocional.

Indicadores	Ítem	Claridad	Coherencia	Relevancia	Observaciones/ Recomendaciones
Autoconciencia	1	4	4	4	Ninguna
Autoregulación	2	4	4	4	Ninguna
Motivación	3	4	4	4	Ninguna
Empatía	4	4	4	4	Ninguna
Habilidad social	5	4	4	4	Ninguna

- Tercera Subcategoría: Educación
- Objetivo: Reconocer la inteligencia emocional en los diferentes espacios educativos

Indicadores	Ítem	Claridad	Coherencia	Relevancia	Observaciones/ Recomendaciones
Presencial	1	4	4	4	Ninguna
Virtual	2	4	4	4	Ninguna
Distancia	3	4	4	4	Ninguna



Dr. Padilla Caballero, Jesús Emilio Agustín PhD.  
DNI: 25861074

## Evaluación por juicio de expertos 2

Respetado juez: Usted ha sido seleccionado para evaluar el instrumento **“Inteligencia emocional post COVID-19 en estudiantes universitarios a través de la educación semipresencial, 2023”** La evaluación del instrumento es de gran relevancia para lograr que sea válido y que los resultados obtenidos a partir de éste sean utilizados eficientemente; aportando al quehacer psicológico. Agradecemos su valiosa colaboración.

### 1. Datos generales del juez

<b>Nombre del juez:</b>	<b>Dra. Sevilla Sánchez, Regina Ysabel PhD.</b>		
<b>Grado profesional:</b>	Maestría ( )	Doctor	<b>(X)</b>
<b>Área de formación académica:</b>	Clínica ( )	Social	( )
	Educativa <b>(X)</b>	Organizacional	( )
<b>Áreas de experiencia profesional:</b>	<b>Educación</b>		
<b>Institución donde labora:</b>	<b>Universidad César Vallejo</b>		
<b>Tiempo de experiencia profesional en el área:</b>	2 a 4 años ( )		
	Más de 5 años <b>(X)</b>		

### 2. Propósito de la evaluación:

Validar el contenido del instrumento, por juicio de expertos.

### 3. Datos de la guía de entrevista semiestructurada

Guía de entrevista

<b>Nombre de la Entrevista:</b>	<b>Inteligencia emocional</b>
<b>Autoría:</b>	<b>Bach. Gonzales Suárez, Adriana Alexandra Dr. Padilla Caballero, Jesús Emilio Agustín PhD.</b>
<b>Procedencia:</b>	<b>Original Apriorístico</b>
<b>Administración:</b>	<b>Entrevista grabada digitalmente</b>
<b>Tiempo de aplicación:</b>	<b>30 minutos aprox.</b>
<b>Ámbito de aplicación:</b>	<b>Experto en educación superior</b>
<b>Significación:</b>	<b>Explorar para interpretar el fenómeno de estudio</b>

#### 4. Soporte teórico

La investigación busca explorar y comprender las percepciones, opiniones y conocimiento empírico de un grupo de expertos en educación sobre el fenómeno de estudio; para lo cual, se realizan entrevistas semiestructuradas a través de Zoom a una muestra intencional de expertos en educación a todo nivel, y sin distinción de país para una exploración holística. Las preguntas indagan sobre sus experiencias, retos observados, estrategias implementadas y recomendaciones.

El enfoque del estudio es exploratorio, ya que busca examinar un tema poco estudiado, desde las voces de los expertos que lo están viviendo. También es hermenéutico porque interpreta los significados construidos por los participantes sobre el fenómeno de interés.

El análisis se realiza a través de codificación abierta, identificando categorías emergentes desde las narrativas para comprender la realidad percibida por los expertos. La discusión ofrece una interpretación contextualizada de los hallazgos, resaltando patrones y temas comunes.

Las conclusiones se orientan a la comprensión del fenómeno estudiado, más que la generalización. Se enfatiza en la multiplicidad de significados y la importancia del contexto. Los resultados aportan información útil para diseñar estrategias educativas.

<i>Categoría Base</i>	<i>Objetivo principal</i>	<i>Subcategorías</i>	<i>Objetivo específico</i>	<i>Subcategoría</i>
Inteligencia emocional	Interpretar cómo se desarrolla la inteligencia emocional en la educación semipresencial post COVID-19	Conceptos	Conceptualizar la terminología involucrada con la inteligencia emocional	Gestión emocional
				Empatía
				Relaciones interpersonales
				Autoconciencia emocional
				Toma de decisiones
		Componentes	Diferenciar los componentes de la inteligencia emocional	Resiliencia emocional
				Autoconciencia
				Autoregulación
				Motivación
				Empatía
		Educación	Reconocer la inteligencia emocional en los diferentes espacios educativos	Habilidad social
				Presencial
				Virtual
				Distancia

## 5. Presentación de instrucciones para el juez:

A continuación, a usted le presento la guía de entrevista semiestructurada elaborado por Bach. Gonzales Suárez, Adriana Alexandra y el Dr. Padilla Caballero, Jesús Emilio Agustín PhD, metodólogo experto en investigaciones cualitativas, realizada en el año 2023; para lo cual, se le solicita calificar los siguientes indicadores y valorar cada uno de los ítems según corresponda.

Categoría	Calificación	Indicador
<b>CLARIDAD</b> El ítem se comprende fácilmente, es decir, su sintáctica y semántica son adecuadas.	1. No cumple con el criterio	El ítem no es claro.
	2. Bajo Nivel	El ítem requiere bastantes modificaciones o una modificación muy grande en el uso de las palabras de acuerdo con su significado o por la ordenación de estas.
	3. Moderado nivel	Se requiere una modificación muy específica de algunos de los términos del ítem.
	4. Alto nivel	El ítem es claro, tiene semántica y sintaxis adecuada.
<b>COHERENCIA</b> El ítem tiene relación lógica con la dimensión o indicador que está midiendo.	1. totalmente en desacuerdo (no cumple con el criterio)	El ítem no tiene relación lógica con la dimensión.
	2. Desacuerdo (bajo nivel de acuerdo)	El ítem tiene una relación tangencial /lejana con la dimensión.
	3. Acuerdo (moderado nivel)	El ítem tiene una relación moderada con la dimensión que se está midiendo.
	4. Totalmente de Acuerdo (alto nivel)	El ítem se encuentra está relacionado con la dimensión que está midiendo.
<b>RELEVANCIA</b> El ítem es esencial o importante, es decir debe ser incluido.	1. No cumple con el criterio	El ítem puede ser eliminado sin que se vea afectada la medición de la dimensión.
	2. Bajo Nivel	El ítem tiene alguna relevancia, pero otro ítem puede estar incluyendo lo que mide éste.
	3. Moderado nivel	El ítem es relativamente importante.
	4. Alto nivel	El ítem es muy relevante y debe ser incluido.

*Leer con detenimiento los ítems y calificar en una escala de 1 a 4 su valoración, así como solicitamos brindes sus observaciones que considere pertinente*

Calificación
1 No cumple con el criterio
2. Bajo Nivel
3. Moderado nivel
4. Alto nivel



Categoría Base: **Inteligencia emocional**

- Objetivo: *Interpretar cómo se desarrolla la inteligencia emocional en la educación semipresencial post COVID-19*

- Primera Subcategoría: Conceptos
- Objetivo: Conceptualizar la terminología involucrada con la inteligencia emocional

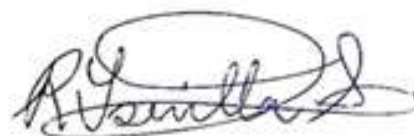
Indicadores	Ítem	Claridad	Coherencia	Relevancia	Observaciones/ Recomendaciones
Autoconciencia	1	4	4	4	Ninguna
Autoregulación	2	4	4	4	Ninguna
Motivación	3	4	4	4	Ninguna
Empatía	4	4	4	4	Ninguna
Habilidad social	5	4	4	4	Ninguna
Autoconciencia	1	4	4	4	Ninguna

- Segunda Subcategoría: Componentes
- Objetivo: Diferenciar los componentes de la inteligencia emocional.

Indicadores	Ítem	Claridad	Coherencia	Relevancia	Observaciones/ Recomendaciones
Autoconciencia	1	4	4	4	Ninguna
Autoregulación	2	4	4	4	Ninguna
Motivación	3	4	4	4	Ninguna
Empatía	4	4	4	4	Ninguna
Habilidad social	5	4	4	4	Ninguna

- Tercera Subcategoría: Educación
- Objetivo: Reconocer la inteligencia emocional en los diferentes espacios educativos

Indicadores	Ítem	Claridad	Coherencia	Relevancia	Observaciones/ Recomendaciones
Presencial	1	4	4	4	Ninguna
Virtual	2	4	4	4	Ninguna
Distancia	3	4	4	4	Ninguna



Dra. Sevilla Sánchez, Regina Ysabel PhD.  
DNI: 09514029

## Evaluación por juicio de expertos 3

Respetado juez: Usted ha sido seleccionado para evaluar el instrumento **“Inteligencia emocional post COVID-19 en estudiantes universitarios a través de la educación semipresencial, 2023”** La evaluación del instrumento es de gran relevancia para lograr que sea válido y que los resultados obtenidos a partir de éste sean utilizados eficientemente; aportando al quehacer psicológico. Agradecemos su valiosa colaboración.

### 6. Datos generales del juez

<b>Nombre del juez:</b>	<b>Mtra. Aliaga Herrera Cynthia Mabel</b>	
<b>Grado profesional:</b>	Maestría (X)	Doctor ( )
<b>Área de formación académica:</b>	Clínica (X)	Social ( )
	Educativa (X)	Organizacional ( )
<b>Áreas de experiencia profesional:</b>	<b>Educación</b>	
<b>Institución donde labora:</b>	<b>Universidad César Vallejo</b>	
<b>Tiempo de experiencia profesional en el área:</b>	2 a 4 años ( )	
	Más de 5 años (X)	

### 7. Propósito de la evaluación:

Validar el contenido del instrumento, por juicio de expertos.

### 8. Datos de la guía de entrevista semiestructurada

Guía de entrevista

<b>Nombre de la Entrevista:</b>	<b>Inteligencia emocional</b>
<b>Autoría:</b>	<b>Bach. Gonzales Suárez, Adriana Alexandra Dr. Padilla Caballero, Jesús Emilio Agustín</b>
<b>Procedencia:</b>	<b>Original Apriorístico</b>
<b>Administración:</b>	<b>Entrevista grabada digitalmente</b>
<b>Tiempo de aplicación:</b>	<b>30 minutos aprox.</b>
<b>Ámbito de aplicación:</b>	<b>Experto en educación superior</b>
<b>Significación:</b>	<b>Explorar para interpretar el fenómeno de estudio</b>

## 9. Soporte teórico

La investigación busca explorar y comprender las percepciones, opiniones y conocimiento empírico de un grupo de expertos en educación sobre el fenómeno de estudio; para lo cual, se realizan entrevistas semiestructuradas a través de Zoom a una muestra intencional de expertos en educación a todo nivel, y sin distinción de país para una exploración holística. Las preguntas indagan sobre sus experiencias, retos observados, estrategias implementadas y recomendaciones.

El enfoque del estudio es exploratorio, ya que busca examinar un tema poco estudiado, desde las voces de los expertos que lo están viviendo. También es hermenéutico porque interpreta los significados construidos por los participantes sobre el fenómeno de interés.

El análisis se realiza a través de codificación abierta, identificando categorías emergentes desde las narrativas para comprender la realidad percibida por los expertos. La discusión ofrece una interpretación contextualizada de los hallazgos, resaltando patrones y temas comunes.

Las conclusiones se orientan a la comprensión del fenómeno estudiado, más que la generalización. Se enfatiza en la multiplicidad de significados y la importancia del contexto. Los resultados aportan información útil para diseñar estrategias educativas.

<i>Categoría Base</i>	<i>Objetivo principal</i>	<i>Subcategorías</i>	<i>Objetivo específico</i>	<i>Subcategoría</i>
Inteligencia emocional	Interpretar cómo se desarrolla la inteligencia emocional en la educación semipresencial post COVID-19	Conceptos	Conceptualizar la terminología involucrada con la inteligencia emocional	Gestión emocional
				Empatía
				Relaciones interpersonales
				Autoconciencia emocional
				Toma de decisiones
		Componentes	Diferenciar los componentes de la inteligencia emocional	Resiliencia emocional
				Autoconciencia
				Autoregulación
				Motivación
				Empatía
		Educación	Reconocer la inteligencia emocional en los diferentes espacios educativos	Habilidad social
				Presencial
				Virtual
				Distancia

**10. Presentación de instrucciones para el juez:**

A continuación, a usted le presento la guía de entrevista semiestructurada elaborado por Bach. Gonzales Suárez, Adriana Alexandra y el Dr. Padilla Caballero, Jesús Emilio Agustín PhD, metodólogo experto en investigaciones cualitativas, realizada en el año 2023; para lo cual, se le solicita calificar los siguientes indicadores y valorar cada uno de los ítems según corresponda.

Categoría	Calificación	Indicador
<b>CLARIDAD</b> El ítem se comprende fácilmente, es decir, su sintáctica y semántica son adecuadas.	1. No cumple con el criterio	El ítem no es claro.
	2. Bajo Nivel	El ítem requiere bastantes modificaciones o una modificación muy grande en el uso de las palabras de acuerdo con su significado o por la ordenación de estas.
	3. Moderado nivel	Se requiere una modificación muy específica de algunos de los términos del ítem.
	4. Alto nivel	El ítem es claro, tiene semántica y sintaxis adecuada.
<b>COHERENCIA</b> El ítem tiene relación lógica con la dimensión o indicador que está midiendo.	1. totalmente en desacuerdo (no cumple con el criterio)	El ítem no tiene relación lógica con la dimensión.
	2. Desacuerdo (bajo nivel de acuerdo)	El ítem tiene una relación tangencial /lejana con la dimensión.
	3. Acuerdo (moderado nivel)	El ítem tiene una relación moderada con la dimensión que se está midiendo.
	4. Totalmente de Acuerdo (alto nivel)	El ítem se encuentra está relacionado con la dimensión que está midiendo.
<b>RELEVANCIA</b> El ítem es esencial o importante, es decir debe ser incluido.	1. No cumple con el criterio	El ítem puede ser eliminado sin que se vea afectada la medición de la dimensión.
	2. Bajo Nivel	El ítem tiene alguna relevancia, pero otro ítem puede estar incluyendo lo que mide éste.
	3. Moderado nivel	El ítem es relativamente importante.
	4. Alto nivel	El ítem es muy relevante y debe ser incluido.

*Leer con detenimiento los ítems y calificar en una escala de 1 a 4 su valoración, así como solicitamos brindemos observaciones que considere pertinente*

Calificación
1 No cumple con el criterio
2. Bajo Nivel
3. Moderado nivel
4. Alto nivel

Categoría Base: **Inteligencia emocional**

- Objetivo: *Interpretar cómo se desarrolla la inteligencia emocional en la educación semipresencial post COVID-19*
- Primera Subcategoría: Conceptos
- Objetivo: Conceptualizar la terminología involucrada con la inteligencia emocional


Indicadores	Ítem	Claridad	Coherencia	Relevancia	Observaciones/ Recomendaciones
Autoconciencia	1	4	4	4	Ninguna
Autoregulación	2	4	4	4	Ninguna
Motivación	3	4	4	4	Ninguna
Empatía	4	4	4	4	Ninguna
Habilidad social	5	4	4	4	Ninguna
Autoconciencia	1	4	4	4	Ninguna

- Segunda Subcategoría: Componentes
- Objetivo: Diferenciar los componentes de la inteligencia emocional.

Indicadores	Ítem	Claridad	Coherencia	Relevancia	Observaciones/ Recomendaciones
Autoconciencia	1	4	4	4	Ninguna
Autoregulación	2	4	4	4	Ninguna
Motivación	3	4	4	4	Ninguna
Empatía	4	4	4	4	Ninguna
Habilidad social	5	4	4	4	Ninguna

- Tercera Subcategoría: Educación
- Objetivo: Reconocer la inteligencia emocional en los diferentes espacios educativos

Indicadores	Ítem	Claridad	Coherencia	Relevancia	Observaciones/ Recomendaciones
Presencial	1	4	4	4	Ninguna
Virtual	2	4	4	4	Ninguna
Distancia	3	4	4	4	Ninguna

  
Mtra. Aliaga Herrera Cynthia Mabel  
DNI: 43010835

## Consentimiento Informado 1

Título de la investigación: "Inteligencia emocional post COVID-19 en estudiantes universitarios a través de la educación semipresencial, 2023".

Investigadores: Bach. Gonzales Suárez, Adriana Alexandra

### Propósito del estudio

Le invitamos a participar en la presente investigación, cuyo objetivo es interpretar cómo se desarrolla la inteligencia emocional en la educación semipresencial post COVID-19. Esta investigación es desarrollada por el/ la candidato(a) a maestra en Docencia Universitaria, de la Universidad César Vallejo del Campus Los Olivos, aprobado por la autoridad correspondiente de la Universidad y con el permiso de la Escuela de Posgrado.

### Impacto de la investigación

La investigación tiene un gran impacto en el ámbito educativo ya que el desarrollo de habilidades emocionales en los estudiantes tiene un efecto positivo en su aprendizaje y desempeño académico. A nivel social, la inteligencia emocional permite a los estudiantes relacionarse mejor con sus pares. El cultivo de la inteligencia emocional en las escuelas mejorará el proceso de enseñanza-aprendizaje y formará personas más felices y realizadas.

### Procedimiento

Si usted decide participar en la investigación se realizará lo siguiente:

- Enviar el PPT con todas las preguntas previamente de la entrevista.
- Se conectará a una videoconferencia en la hora pactada.
- Responderá las preguntas de manera clara, precisa y coherente.
- Tendrá su cámara encendida durante la grabación.
- Dirá, *SÍ ACEPTO* a la grabación después de leer su biodata profesional para fines de rigor académico
- Se realizará una entrevista donde se recogerán datos personales y respuestas a las preguntas sobre la investigación titulada: "Inteligencia emocional post COVID-19 en estudiantes universitarios a través de la educación semipresencial, 2023".
- Esta entrevista tendrá un tiempo aproximado de 30 minutos y se realizará en el ambiente mediado por tecnología.
- Las respuestas al cuestionario o guía de entrevista serán codificadas usando un número de identificación y, por lo tanto, serán anónimas en el cuerpo de la tesis; más no en los anexos.

### Criterio de Participación:

### Participación voluntaria (principio de autonomía):

Puede hacer todas las preguntas para aclarar sus dudas antes de decidir si desea participar o no, y

su decisión será respetada. Posterior a la aceptación no desea continuar puede hacerlo sin ningún problema.

**Riesgo (principio de No maleficencia):**

Indicar al participante la existencia que NO existe riesgo o daño al participar en la investigación. Sin embargo, en el caso que existan preguntas que le puedan generar incomodidad. Usted tiene la libertad de responderlas o no.

**Beneficios (principio de beneficencia):**

Se le informará que los resultados de la investigación se le alcanzará a la institución al término de la investigación. No recibirá ningún beneficio económico ni de ninguna otra índole. El estudio no va a aportar a la salud individual de la persona, sin embargo, los resultados del estudio podrán convertirse en beneficio de la salud pública.

**Confidencialidad (principio de justicia):**

Los datos recolectados deben ser anónimos y no tener ninguna forma de identificar al participante. Garantizamos que la información que usted nos brinde es totalmente Confidencial y no será usada para ningún otro propósito fuera de la investigación. Los datos permanecerán bajo custodia del investigador principal y pasado un tiempo determinado serán eliminados convenientemente.

**Problemas o preguntas:**

Si tiene preguntas sobre la investigación puede contactar con el Investigador:

Candidato a maestro(a): ***Bach. Gonzales Suárez, Adriana Alexandra***

E-mail: *agonzalessu@ucvvirtual.edu.pe*

Docente asesor: ***Dr. Padilla Caballero, Jesús Emilio Agustín PhD.***

E-email: *jpadillac@ucv.edu.pe*

-----  
**Consentimiento**

Después de haber leído los propósitos de la investigación autorizo participar en la investigación antes mencionada.

Nombre y apellidos: Mtro. Julio Cesar Guerrero León

Fecha y hora: martes 30 de mayo a las 7:00 pm

# Consentimiento Informado 2

Título de la investigación: "Inteligencia emocional post COVID-19 en estudiantes universitarios a través de la educación semipresencial, 2023".

Investigadores: Bach. Gonzales Suárez, Adriana Alexandra

## Propósito del estudio

Le invitamos a participar en la presente investigación, cuyo objetivo es interpretar cómo se desarrolla la inteligencia emocional en la educación semipresencial post COVID-19. Esta investigación es desarrollada por el/ la candidato(a) a maestra en Docencia Universitaria, de la Universidad César Vallejo del Campus Los Olivos, aprobado por la autoridad correspondiente de la Universidad y con el permiso de la Escuela de Posgrado.

## Impacto de la investigación

La investigación tiene un gran impacto en el ámbito educativo ya que el desarrollo de habilidades emocionales en los estudiantes tiene un efecto positivo en su aprendizaje y desempeño académico. A nivel social, la inteligencia emocional permite a los estudiantes relacionarse mejor con sus pares. El cultivo de la inteligencia emocional en las escuelas mejorará el proceso de enseñanza-aprendizaje y formará personas más felices y realizadas.

## Procedimiento

Si usted decide participar en la investigación se realizará lo siguiente:

- Enviar el PPT con todas las preguntas previamente de la entrevista.
- Se conectará a una videoconferencia en la hora pactada.
- Responderá las preguntas de manera clara, precisa y coherente.
- Tendrá su cámara encendida durante la grabación.
- Dirá, *SÍ ACEPTO* a la grabación después de leer su biodata profesional para fines de rigor académico
- Se realizará una entrevista donde se recogerán datos personales y respuestas a las preguntas sobre la investigación titulada: "Inteligencia emocional post COVID-19 en estudiantes universitarios a través de la educación semipresencial, 2023".
- Esta entrevista tendrá un tiempo aproximado de 30 minutos y se realizará en el ambiente mediado por tecnología.
- Las respuestas al cuestionario o guía de entrevista serán codificadas usando un número de identificación y, por lo tanto, serán anónimas en el cuerpo de la tesis; más no en los anexos.



## **Criterio de Participación:**

### **Participación voluntaria (principio de autonomía):**

Puede hacer todas las preguntas para aclarar sus dudas antes de decidir si desea participar o no, y su decisión será respetada. Posterior a la aceptación no desea continuar puede hacerlo sin ningún problema.

### **Riesgo (principio de No maleficencia):**

Indicar al participante la existencia que NO existe riesgo o daño al participar en la investigación. Sin embargo, en el caso que existan preguntas que le puedan generar incomodidad. Usted tiene la libertad de responderlas o no.

### **Beneficios (principio de beneficencia):**

Se le informará que los resultados de la investigación se le alcanzará a la institución al término de la investigación. No recibirá ningún beneficio económico ni de ninguna otra índole. El estudio no va a aportar a la salud individual de la persona, sin embargo, los resultados del estudio podrán convertirse en beneficio de la salud pública.

### **Confidencialidad (principio de justicia):**

Los datos recolectados deben ser anónimos y no tener ninguna forma de identificar al participante. Garantizamos que la información que usted nos brinde es totalmente Confidencial y no será usada para ningún otro propósito fuera de la investigación. Los datos permanecerán bajo custodia del investigador principal y pasado un tiempo determinado serán eliminados convenientemente.

### **Problemas o preguntas:**

Si tiene preguntas sobre la investigación puede contactar con el Investigador:

Candidato a maestro(a): ***Bach. Gonzales Suárez, Adriana Alexandra***

E-mail: *agonzalessu@ucvvirtual.edu.pe*

Docente asesor: ***Dr. Padilla Caballero, Jesús Emilio Agustín PhD.***

E-email: *jpadillac@ucv.edu.pe*

---

## **Consentimiento**

Después de haber leído los propósitos de la investigación autorizo participar en la investigación antes mencionada.

Nombre y apellidos: Mtro. Martin Abelardo Gonzales Samanez

Fecha y hora: martes 30 de mayo a las 9:00 pm

# Consentimiento Informado 3

Título de la investigación: "Inteligencia emocional post COVID-19 en estudiantes universitarios a través de la educación semipresencial, 2023".

Investigadores: Bach. Gonzales Suárez, Adriana Alexandra

## Propósito del estudio

Le invitamos a participar en la presente investigación, cuyo objetivo es interpretar cómo se desarrolla la inteligencia emocional en la educación semipresencial post COVID-19. Esta investigación es desarrollada por el/ la candidato(a) a maestra en Docencia Universitaria, de la Universidad César Vallejo del Campus Los Olivos, aprobado por la autoridad correspondiente de la Universidad y con el permiso de la Escuela de Posgrado.

## Impacto de la investigación

La investigación tiene un gran impacto en el ámbito educativo ya que el desarrollo de habilidades emocionales en los estudiantes tiene un efecto positivo en su aprendizaje y desempeño académico. A nivel social, la inteligencia emocional permite a los estudiantes relacionarse mejor con sus pares. El cultivo de la inteligencia emocional en las escuelas mejorará el proceso de enseñanza-aprendizaje y formará personas más felices y realizadas.

## Procedimiento

Si usted decide participar en la investigación se realizará lo siguiente:

- Enviar el PPT con todas las preguntas previamente de la entrevista.
- Se conectará a una videoconferencia en la hora pactada.
- Responderá las preguntas de manera clara, precisa y coherente.
- Tendrá su cámara encendida durante la grabación.
- Dirá, *SÍ ACEPTO* a la grabación después de leer su biodata profesional para fines de rigor académico
- Se realizará una entrevista donde se recogerán datos personales y respuestas a las preguntas sobre la investigación titulada: "Inteligencia emocional post COVID-19 en estudiantes universitarios a través de la educación semipresencial, 2023".
- Esta entrevista tendrá un tiempo aproximado de 30 minutos y se realizará en el ambiente mediado por tecnología.
- Las respuestas al cuestionario o guía de entrevista serán codificadas usando un número de identificación y, por lo tanto, serán anónimas en el cuerpo de la tesis; más no en los anexos.

## Criterio de Participación:

### Participación voluntaria (principio de autonomía):

Puede hacer todas las preguntas para aclarar sus dudas antes de decidir si desea participar o no, y su decisión será respetada. Posterior a la aceptación no desea continuar puede hacerlo sin ningún problema.

**Riesgo (principio de No maleficencia):**

Indicar al participante la existencia que NO existe riesgo o daño al participar en la investigación. Sin embargo, en el caso que existan preguntas que le puedan generar incomodidad. Usted tiene la libertad de responderlas o no.

**Beneficios (principio de beneficencia):**

Se le informará que los resultados de la investigación se le alcanzará a la institución al término de la investigación. No recibirá ningún beneficio económico ni de ninguna otra índole. El estudio no va a aportar a la salud individual de la persona, sin embargo, los resultados del estudio podrán convertirse en beneficio de la salud pública.

**Confidencialidad (principio de justicia):**

Los datos recolectados deben ser anónimos y no tener ninguna forma de identificar al participante. Garantizamos que la información que usted nos brinde es totalmente Confidencial y no será usada para ningún otro propósito fuera de la investigación. Los datos permanecerán bajo custodia del investigador principal y pasado un tiempo determinado serán eliminados convenientemente.

**Problemas o preguntas:**

Si tiene preguntas sobre la investigación puede contactar con el Investigador:

Candidato a maestro(a): **Bach. Gonzales Suárez, Adriana Alexandra**

E-mail: [agonzalessu@ucvvirtual.edu.pe](mailto:agonzalessu@ucvvirtual.edu.pe)

Docente asesor: **Dr. Padilla Caballero, Jesús Emilio Agustín PhD.**

E-mail: [jpadillac@ucv.edu.pe](mailto:jpadillac@ucv.edu.pe)

---

**Consentimiento**

Después de haber leído los propósitos de la investigación autorizo participar en la investigación antes mencionada.

Nombre y apellidos: Mtro. Davis Velarde Camaqui

Fecha y hora: jueves 01 de junio a las 9:00 pm

# Consentimiento Informado 4

Título de la investigación: "Inteligencia emocional post COVID-19 en estudiantes universitarios a través de la educación semipresencial, 2023".

Investigadores: Bach. Gonzales Suárez, Adriana Alexandra

## Propósito del estudio

Le invitamos a participar en la presente investigación, cuyo objetivo es interpretar cómo se desarrolla la inteligencia emocional en la educación semipresencial post COVID-19. Esta investigación es desarrollada por el/ la candidato(a) a maestra en Docencia Universitaria, de la Universidad César Vallejo del Campus Los Olivos, aprobado por la autoridad correspondiente de la Universidad y con el permiso de la Escuela de Posgrado.

## Impacto de la investigación

La investigación tiene un gran impacto en el ámbito educativo ya que el desarrollo de habilidades emocionales en los estudiantes tiene un efecto positivo en su aprendizaje y desempeño académico. A nivel social, la inteligencia emocional permite a los estudiantes relacionarse mejor con sus pares. El cultivo de la inteligencia emocional en las escuelas mejorará el proceso de enseñanza-aprendizaje y formará personas más felices y realizadas.

## Procedimiento

Si usted decide participar en la investigación se realizará lo siguiente:

- Enviar el PPT con todas las preguntas previamente de la entrevista.
- Se conectará a una videoconferencia en la hora pactada.
- Responderá las preguntas de manera clara, precisa y coherente.
- Tendrá su cámara encendida durante la grabación.
- Dirá, *SÍ ACEPTO* a la grabación después de leer su biodata profesional para fines de rigor académico
- Se realizará una entrevista donde se recogerán datos personales y respuestas a las preguntas sobre la investigación titulada: "Inteligencia emocional post COVID-19 en estudiantes universitarios a través de la educación semipresencial, 2023".
- Esta entrevista tendrá un tiempo aproximado de 30 minutos y se realizará en el ambiente mediado por tecnología.
- Las respuestas al cuestionario o guía de entrevista serán codificadas usando un número de identificación y, por lo tanto, serán anónimas en el cuerpo de la tesis; más no en los anexos.

## Criterio de Participación:

### Participación voluntaria (principio de autonomía):

Puede hacer todas las preguntas para aclarar sus dudas antes de decidir si desea participar o no, y su decisión será respetada. Posterior a la aceptación no desea continuar puede hacerlo sin ningún problema.

**Riesgo (principio de No maleficencia):**

Indicar al participante la existencia que NO existe riesgo o daño al participar en la investigación. Sin embargo, en el caso que existan preguntas que le puedan generar incomodidad. Usted tiene la libertad de responderlas o no.

**Beneficios (principio de beneficencia):**

Se le informará que los resultados de la investigación se le alcanzará a la institución al término de la investigación. No recibirá ningún beneficio económico ni de ninguna otra índole. El estudio no va a aportar a la salud individual de la persona, sin embargo, los resultados del estudio podrán convertirse en beneficio de la salud pública.

**Confidencialidad (principio de justicia):**

Los datos recolectados deben ser anónimos y no tener ninguna forma de identificar al participante. Garantizamos que la información que usted nos brinde es totalmente Confidencial y no será usada para ningún otro propósito fuera de la investigación. Los datos permanecerán bajo custodia del investigador principal y pasado un tiempo determinado serán eliminados convenientemente.

**Problemas o preguntas:**

Si tiene preguntas sobre la investigación puede contactar con el Investigador:

Candidato a maestro(a): **Bach. Gonzales Suárez, Adriana Alexandra**

E-mail: [agonzalessu@ucvvirtual.edu.pe](mailto:agonzalessu@ucvvirtual.edu.pe)

Docente asesor: **Dr. Padilla Caballero, Jesús Emilio Agustín PhD.**

E-mail: [jpadillac@ucv.edu.pe](mailto:jpadillac@ucv.edu.pe)

---

**Consentimiento**

Después de haber leído los propósitos de la investigación autorizo participar en la investigación antes mencionada.

Nombre y apellidos: Psic. Leonel Ángel Sánchez Casas

Fecha y hora: martes 13 de junio a las 6:00 pm

# Consentimiento Informado 5

Título de la investigación: "Inteligencia emocional post COVID-19 en estudiantes universitarios a través de la educación semipresencial, 2023".

Investigadores: Bach. Gonzales Suárez, Adriana Alexandra

## Propósito del estudio

Le invitamos a participar en la presente investigación, cuyo objetivo es interpretar cómo se desarrolla la inteligencia emocional en la educación semipresencial post COVID-19. Esta investigación es desarrollada por el/ la candidato(a) a maestra en Docencia Universitaria, de la Universidad César Vallejo del Campus Los Olivos, aprobado por la autoridad correspondiente de la Universidad y con el permiso de la Escuela de Posgrado.

## Impacto de la investigación

La investigación tiene un gran impacto en el ámbito educativo ya que el desarrollo de habilidades emocionales en los estudiantes tiene un efecto positivo en su aprendizaje y desempeño académico. A nivel social, la inteligencia emocional permite a los estudiantes relacionarse mejor con sus pares. El cultivo de la inteligencia emocional en las escuelas mejorará el proceso de enseñanza-aprendizaje y formará personas más felices y realizadas.

## Procedimiento

Si usted decide participar en la investigación se realizará lo siguiente:

- Enviar el PPT con todas las preguntas previamente de la entrevista.
- Se conectará a una videoconferencia en la hora pactada.
- Responderá las preguntas de manera clara, precisa y coherente.
- Tendrá su cámara encendida durante la grabación.
- Dirá, *SÍ ACEPTO* a la grabación después de leer su biodata profesional para fines de rigor académico
- Se realizará una entrevista donde se recogerán datos personales y respuestas a las preguntas sobre la investigación titulada: "Inteligencia emocional post COVID-19 en estudiantes universitarios a través de la educación semipresencial, 2023".
- Esta entrevista tendrá un tiempo aproximado de 30 minutos y se realizará en el ambiente mediado por tecnología.
- Las respuestas al cuestionario o guía de entrevista serán codificadas usando un número de identificación y, por lo tanto, serán anónimas en el cuerpo de la tesis; más no en los anexos.

## Criterio de Participación:

### Participación voluntaria (principio de autonomía):

Puede hacer todas las preguntas para aclarar sus dudas antes de decidir si desea participar o no, y su decisión será respetada. Posterior a la aceptación no desea continuar puede hacerlo sin ningún problema.

**Riesgo (principio de No maleficencia):**

Indicar al participante la existencia que NO existe riesgo o daño al participar en la investigación. Sin embargo, en el caso que existan preguntas que le puedan generar incomodidad. Usted tiene la libertad de responderlas o no.

**Beneficios (principio de beneficencia):**

Se le informará que los resultados de la investigación se le alcanzará a la institución al término de la investigación. No recibirá ningún beneficio económico ni de ninguna otra índole. El estudio no va a aportar a la salud individual de la persona, sin embargo, los resultados del estudio podrán convertirse en beneficio de la salud pública.

**Confidencialidad (principio de justicia):**

Los datos recolectados deben ser anónimos y no tener ninguna forma de identificar al participante. Garantizamos que la información que usted nos brinde es totalmente Confidencial y no será usada para ningún otro propósito fuera de la investigación. Los datos permanecerán bajo custodia del investigador principal y pasado un tiempo determinado serán eliminados convenientemente.

**Problemas o preguntas:**

Si tiene preguntas sobre la investigación puede contactar con el Investigador:

Candidato a maestro(a): **Bach. Gonzales Suárez, Adriana Alexandra**

E-mail: [agonzalessu@ucvvirtual.edu.pe](mailto:agonzalessu@ucvvirtual.edu.pe)

Docente asesor: **Dr. Padilla Caballero, Jesús Emilio Agustín PhD.**

E-mail: [jpadillac@ucv.edu.pe](mailto:jpadillac@ucv.edu.pe)

---

**Consentimiento**

Después de haber leído los propósitos de la investigación autorizo participar en la investigación antes mencionada.

Nombre y apellidos: Dra. Nair Zárate Alva

Fecha y hora: Domingo 18 de junio a las 12:00 pm.

# Datos e imágenes de las entrevistas

## Entrevista 1

### Biodata

Docente de Posgrado en la Universidad San Ignacio de Loyola. Education Mentir en la Universidad Privada Peruano Alemana. Docente corporativo en la Universidad Corporativa Intercorp. Facilitador apasionado y experto en habilidades blandas con más de 20 años de experiencia en mejora de la productividad y consultoría de negocios. Ha capacitado a más de 9000 colaboradores en Escuela de Servicio, 8000 en Escuela de Ventas, 3000 horas en Escuela de Liderazgo y Supervisión, y más de 1000 formadores en la Escuela de Formación de Facilitadores.

### Imágenes de la entrevista



### Enlace de la transcripción

<https://n9.cl/8x2d2>

### Enlace de la entrevista

<https://n9.cl/aty72>



## Entrevista 2

### Biodata

Master en Educación en Asesoría Educativa familiar en Centro Universitario Villanueva Adscrito a la Universidad Complutense de Madrid – España. Licenciado en Educación con mención en Psicología en la Universidad Nacional Mayor de San Marcos. Catedrático en la Escuela Profesional de Psicología en la Universidad Privada del Norte, en UG (pregrado) y WA (Working Adult). Docente – tutor virtual de la Maestría de Psicología Educativa en la Universidad César Vallejo Docente y tutor de Primaria del Colegio Alpamayo.

### Imágenes de la entrevista



### Enlace de la transcripción

<https://n9.cl/kra0p>

### Enlace de la entrevista

<https://n9.cl/jmkdu>

## Entrevista 3

### Biodata

Máster en Psicología Laboral y Organizacional de la Universidad Autónoma de Nuevo León. Especialista en indicadores de Recursos Humanos en CENTRUM PUCP. Diplomado en Recursos Humanos en la Universidad Nacional Mayor de San Marcos. Licenciado de Psicología en la Universidad Autónoma de Nuevo León y Universidad César Vallejo. Expositor del 1er Congreso Internacional de Psicología expedida por el Colegio de Psicólogos del Perú. Docente investigador asesor de tesis de la Universidad Autónoma de Nuevo León.

### Imágenes de la entrevista



¿Existen desafíos particulares relacionados con el fomento de la inteligencia emocional en la educación a distancia y cómo se podrían superar?



### Enlace de la transcripción

<https://n9.cl/1wyqx>

### Enlace de la entrevista

<https://n9.cl/jqt9v>

## Entrevista 4

### Biodata

Psicólogo y Administrador. Psicólogo Independiente en Adolescentes, Jóvenes y Adultos. Trayectoria de más de 15 años liderando equipos de trabajo. Conocimiento de procesos productivos, administrativos, calidad, cultura, entrenamiento, capacitación y gestión del talento. Control logístico y financiero. Procesos de reclutamiento, selección, inducción y desarrollo de colaboradores. Reconocimiento como Gerente del año en diversos periodos en Franquicias Internacionales de la Organización de Marcas Delosi (KFC, Pizza Hut, Burger King, Chilis, Starbucks, Pinkberry, Madam Tusan).

### Imágenes de la entrevista



### Enlace de la transcripción

<https://n9.cl/ow35l>

### Enlace de la entrevista

<https://n9.cl/5rq7s>

## Entrevista 5

### Biodata

Profesora Lectora (AQU), y Dra. en Psicología (reconocida por SUNEDU), con más de 15 años de ejercicio profesional (COPC-18262), especializada en el área clínica-social- educativa. Mis líneas de investigación están relacionadas con la infancia-adolescencia en riesgo de exclusión social, las competencias socio - emocionales, la interculturalidad y empoderamiento en contextos de Iberoamérica. Asimismo, mis actividades profesionales siempre versan en la docencia, investigación, intervención psicoterapéutica-coaching, y psicopedagogía-consultoría.

### Imágenes de la entrevista



### Enlace de la transcripción

<https://n9.cl/gw9vz>

### Enlace de la entrevista

<https://n9.cl/qnj5h>



**UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO**

**ESCUELA DE POSGRADO**

**MAESTRÍA EN DOCENCIA UNIVERSITARIA**

### **Declaratoria de Autenticidad del Asesor**

Yo, PADILLA CABALLERO JESUS EMILIO AGUSTIN, docente de la ESCUELA DE POSGRADO MAESTRÍA EN DOCENCIA UNIVERSITARIA de la UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO SAC - LIMA NORTE, asesor de Tesis titulada: "Inteligencia emocional post COVID-19 en estudiantes universitarios a través de la educación semipresencial, 2023", cuyo autor es GONZALES SUÁREZ ADRIANA ALEXANDRA, constato que la investigación tiene un índice de similitud de 14.00%, 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 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.

LIMA, 30 de Julio del 2023

<b>Apellidos y Nombres del Asesor:</b>	<b>Firma</b>
PADILLA CABALLERO JESUS EMILIO AGUSTIN <b>DNI:</b> 25861074 <b>ORCID:</b> 0000-0002-9756-8772	Firmado electrónicamente por: JPADILLAC12 el 30- 07-2023 21:20:41

Código documento Trilce: TRI - 0628532