

COLEGIO SANTO TOMÁS DE AQUINO

METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN

LA EDUCACIÓN COMO HERRAMIENTA PARA ALCANZAR LA
INTELIGENCIA EMOCIONAL

Modalidad: Proyecto de investigación

Autor(s)

ANDRÉS MAURICIO ABELLO CANTOR
ALFONSO ARENAS ALMANZA

Director

ELIANE VARGAS
Licenciada en educación física y deporte

BOGOTÁ, COLOMBIA

Noviembre, 2023

COLEGIO SANTO TOMÁS DE AQUINO
METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN
PROYECTO DE INVESTIGACIÓN

RECTOR DEL COLEGIO

Fr. Aldemar Valencia Hernández, O.P.

VICERRECTOR

Fr. Jaime Andrés Argüello Parra, O.P.

SÍNDICO

Fr. César Augusto Quiñonez Molano, O.P.

MAESTRA DE METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN
Sonia Esperanza Gómez Rojas

DIRECTOR DEL PROYECTO DE INVESTIGACIÓN
Eliane Vargas

Resumen

El presente estudio se enfoca en analizar cómo la educación puede ser una herramienta efectiva para el desarrollo de la inteligencia emocional. Los objetivos principales de esta investigación son revisar las fallas y los avances necesarios que deben implementarse en el sistema educativo en relación con la inteligencia emocional, comprender la importancia del currículo en el reconocimiento y valoración de la salud mental de sus estudiantes, y proponer a la institución unas ideas para crear un plan de investigación en donde la educación emocional de los jóvenes sea más desarrollada, con estos objetivos se determinó la pregunta: ¿Cómo se puede mejorar el asesoramiento sobre inteligencia emocional a través de un plan de estudios implementándolo a los cursos sexto en el colegio Santo Tomás de Aquino?.

Para lograr estos objetivos, se realiza una revisión exhaustiva de diferentes investigaciones que hablan del sistema educativo en relación con la inteligencia emocional, donde identifican áreas en las que se requieren mejoras, tales como la falta de enfoque en la enseñanza de habilidades emocionales, la escasa atención a la salud mental de los estudiantes, y la ausencia de la educación emocional en los programas de estudio.

Asimismo, se destaca la importancia de un currículo educativo como una herramienta clave para el reconocimiento y valoración de la salud mental en la comunidad educativa. Se argumenta que la inclusión de contenidos relacionados con la inteligencia emocional en el currículo puede tener un impacto positivo en el bienestar y el rendimiento académico de los estudiantes y educadores.

Como resultado de la investigación, se encontró que los estudiantes de la muestra seleccionada están desinformados acerca del tema y se proponen ideas para un plan académico con detalles que tienen como objetivo principal el fortalecimiento de la educación emocional en los jóvenes.

Las investigaciones revisadas incluyen estrategias pedagógicas, recursos didácticos y actividades prácticas diseñadas para promover el autoconocimiento, la gestión emocional y las habilidades sociales de los estudiantes, todo esto se puede implementar en un plan de estudio en la institución.

En resumen, este estudio destaca la relevancia de la educación como una herramienta fundamental para el desarrollo de la inteligencia emocional. Se han identificado deficiencias y áreas de mejora en el sistema educativo, enfatizando la importancia del currículo para reconocer y valorar la salud mental. Como resultado, se propone realizar un plan de estudios mediante las estrategias utilizadas en las investigaciones revisadas, para que la institución pueda promover una educación emocional más avanzada en los jóvenes. La implementación de estas mejoras en el sistema educativo puede contribuir a la formación de individuos emocionalmente inteligentes y preparados para afrontar los desafíos de la vida.

Abstract

The present study focuses on analyzing how education can be an effective tool for the development of emotional intelligence. The main objectives of this research are to review the shortcomings and necessary advances that need to be implemented in the educational system regarding emotional intelligence, understand the importance of the curriculum in recognizing and valuing the mental health of students, and propose ideas to the institution for creating a research plan where emotional education for young people is more developed. With these objectives in

mind, the research question was determined: "How can counseling on emotional intelligence be improved through a curriculum by implementing it in the sixth and seventh grades at Santo Tomás de Aquino School?"

To achieve these objectives, a thorough review of different research studies discussing the educational system in relation to emotional intelligence is conducted. This review identifies areas that require improvement, such as the lack of focus on teaching emotional skills, limited attention to students' mental health, and the absence of emotional education in the curriculum.

Furthermore, the importance of an educational curriculum as a key tool for recognizing and valuing mental health in the educational community is emphasized. It is argued that the inclusion of content related to emotional intelligence in the curriculum can have a positive impact on the well-being and academic performance of students and educators.

As a result of the research, it was found that students from the selected sample are uninformed about the topic, and ideas for an academic plan with details aimed at strengthening emotional education in young people are proposed. The reviewed research includes pedagogical strategies, teaching resources, and practical activities designed to promote self-awareness, emotional management, and social skills among students. All of this can be implemented in a curriculum at the institution.

In summary, this study highlights the relevance of education as a fundamental tool for the development of emotional intelligence. Deficiencies and areas for improvement in the educational system have been identified, emphasizing the importance of the curriculum in recognizing and valuing mental health. As a result, it is proposed to implement a curriculum through the strategies used in the reviewed research, so that the institution can promote more advanced emotional education in young people. The implementation of these improvements in the educational system can contribute to the formation of emotionally intelligent individuals prepared to face life's challenges.

Introducción

El objetivo de este proyecto es proporcionar una base teórica sobre la posibilidad de incluir el proceso de formación de la inteligencia emocional de los estudiantes en los planes de estudio de Santo Tomás de Aquino; Está destinado a docentes de sexto y séptimo grado de la institución educativa.

Este estudio se basa en una revisión sistemática y organizada de los planes de estudio de la escuela primaria en una institución educativa, acompañada de la coordinación de profesionales y educadores del nivel.

El proyecto e interés en este tema comenzó con las observaciones de la falta de educación en inteligencia emocional y su desinformación, por lo que es de interés estudiar las fallas del sistema educativo y tratar de encontrar soluciones a esta situación, implementando ideas para un currículum de inteligencia emocional y su importancia debido a la desinformación y falta de educación sobre el tema, la sociedad educativa necesita inculcar una buena educación, no solo educación académica, sino cualidades que produzcan mejores personas en el futuro.

Es importante señalar que este es un problema y una situación fundamentales que debe ser atendida ahora, porque la desinformación sobre estos temas viola los derechos de estas personas; tratamos de mostrar cómo la inclusión de estas materias en el sistema educativo podría ayudar a varios factores como académicos, convivenciales e interpersonales de manera efectiva, buscando una mejor expresión de los sentimientos por parte de los estudiantes utilizando actividades y talleres donde los jóvenes saquen sus emociones al exterior y se expresen de manera correcta; cómo conocerse a uno mismo, reconocer a otras personas y sus sentimientos. Para esto

desarrollamos un marco teórico sobre la inteligencia emocional en diferentes ámbitos, en este puede encontrar diferentes teóricos, uno de los teóricos relevantes en este campo es Daniel Goleman (1995), quien popularizó el concepto de inteligencia emocional. Según Goleman, la inteligencia emocional se refiere a la capacidad de reconocer y gestionar nuestras propias emociones, así como comprender y responder adecuadamente a las emociones de los demás. La inclusión de la inteligencia emocional en el currículo educativo puede ser beneficiosa en varios aspectos.

En primer lugar, desarrollar la inteligencia emocional puede ayudar a los estudiantes a conocerse a sí mismos. Al aprender a reconocer y comprender sus propias emociones, los estudiantes pueden desarrollar una mayor conciencia de sus fortalezas, debilidades y necesidades emocionales. Esto les permite tomar decisiones más informadas y desarrollar estrategias efectivas para enfrentar desafíos emocionales.

En segundo lugar, la inteligencia emocional también facilita el reconocimiento y la comprensión de las emociones de los demás. Esto fomenta la empatía y la capacidad de establecer relaciones saludables y positivas. Al incluir materias que promuevan la inteligencia emocional, se enseñan habilidades de comunicación, resolución de conflictos y trabajo en equipo, lo que ayuda a crear entornos educativos más inclusivos y colaborativos.

Además, la investigación ha demostrado que la inteligencia emocional está relacionada con el rendimiento académico. Los estudiantes que poseen habilidades de inteligencia emocional tienden a tener un mejor desempeño académico, ya que están mejor equipados para manejar el estrés, mantener la motivación y establecer metas realistas. La inclusión de la inteligencia emocional en el sistema educativo puede contribuir a mejorar los resultados educativos y el bienestar general de los estudiantes.

El análisis se realizó mediante las respuestas de una encuesta creada por los investigadores en la cual la mayoría de los jóvenes encuestados desconocían acerca del tema y desean obtener clases e información acerca de este, también se pudo identificar algunas fallas en la educación de los jóvenes, en el resumen se encuentra propuestas creadas por los investigadores para poder resolver el problema planteado y el encontrado.

Índice

1.	Capítulo 1. Planteamiento del problema	10
1.1	Pregunta	10
1.2	Objetivos.....	11
1.2.1	Objetivo general	11
1.2.2	Objetivos específicos	11
1.3	Justificación.....	11
1.4	Antecedentes específicos o investigativos.....	12
2.	Capítulo 2. Marco teórico.....	17
2.1	Inteligencia Emocional	18
2.1.1	Definición	18
2.1.2	En la educación.....	20
2.1.3	Rigor académico.....	21
2.2	Autoconocimiento	21
2.2.1	Definición.....	21
2.2.2	Autoconocimiento en el estudiante.....	22
2.3	Estado emocional.....	25
2.3.1	Definición	25
2.3.2	En la educación.....	26

LA EDUCACIÓN COMO HERRAMIENTA PARA ALCANZAR LA INTELIGENCIA

EMOCIONAL	9
3. Capítulo 3. Enfoque y diseño metodológico de la investigación	27
3.1 Metodología y enfoque	27
3.2 Línea de investigación	27
3.3 Participantes.....	28
3.4 Muestra	28
3.5 Técnicas (Instrumentos o herramientas).....	28
3.6 Consentimiento informado	29
3.6.1 Objetivo de la investigación	29
3.6.2 Justificación	29
3.6.3 Información sobre el proceso	29
3.6.4 Manejo de información.....	30
3.6.5 Riesgos.....	30
3.6.6 Datos de los investigadores	30
4. Capítulo 4. Análisis de resultados	30
5. Capítulo 5. Conclusiones.....	35
Referencias	38

1. Capítulo 1. Planteamiento del problema

La situación problema nace de la necesidad de abordar los problemas emocionales en la institución educativa; Teniendo en cuenta la falta de educación hacia la inteligencia emocional, aun sabiendo que es tema muy poco conocido en el estudiante, está muy presente en la actualidad buscando así un mejor manejo por parte del Colegio Santo Tomás de Aquino Bogotá-Colombia.

Como este es un tema relativamente poco conocido, los niños necesitan adquirir una amplia gama de información sobre el tema dependiendo de su edad; Para así, ayudarlos en su proceso formativo no solo académico, sino también emocionalmente. Enseñándoles a reconocer y validar sus emociones desde tempranas edades con el fin de que en un futuro al enfrentarse a situaciones difíciles puedan llegar a un correcto desenlace, además de saber manejarlo de la manera inteligente, buscando una comunidad más empática con el otro y un entorno saludable en donde tanto los estudiantes como los educadores encuentren sentirse cómodos dentro de la institución.

Por ello surge la pregunta de investigación la cual abordaremos en el desarrollo del anteproyecto y proyecto

1.1 Pregunta

¿Cómo se puede mejorar el asesoramiento sobre inteligencia emocional a través de un plan de estudios para el grado sexto del colegio Santo Tomás de Aquino?

1.2 Objetivos

1.2.1 Objetivo general.

Investigar por qué es importante que exista un plan de estudio que se centre en la inteligencia emocional, teniendo en cuenta la realidad emocional de los estudiantes de sexto de la institución.

1.2.2 Objetivos específicos.

Revisar cuáles son las fallas y desarrollos que se deben implementar y corregir en el sistema educativo con respecto a la inteligencia emocional.

Comprender la importancia del currículo para que la comunidad educativa reconozca y valore la salud mental de sus estudiantes e incluso educadores.

Proponer al Colegio Santo Tomás de Aquino un plan de estudio en donde la educación emocional de los jóvenes sea más desarrollada.

1.3 Justificación

El problema de investigación surge desde la necesidad de ofrecer una buena orientación a la educación emocional, debido a que en aquellas edades se presenta la etapa de formación más importante en el desarrollo del pensamiento inter e intrapersonal según Jean Piaget con su teoría del aprendizaje y Erikson con la teoría del desarrollo. Esto permitirá que los estudiantes comiencen a reconocer sus emociones y la de los demás.

Es fundamental constituir un espacio de enseñanza emocional reestructurando a partir del Proyecto Educativo Institucional hacia la educación de inteligencia emocional con el objetivo de ofrecer a la comunidad educativa, la base de conocimientos concernientes al tema, ayudando a los estudiantes a desenvolverse, empaparse más fácilmente en el contexto educativo y social sobre las emociones.

Se busca que, los estudiantes puedan reconocerse a sí mismos como a los demás; Dejando tabúes fortificantes del pasado y construyendo un mejor futuro a partir de la educación.

La línea de investigación es de carácter sociológico, porque al investigar el comportamiento humano se observa cómo este influye en el proceso de formación de los estudiantes, fortaleciendo la empatía y una mejor comunidad empática.

1.4 Antecedentes específicos o investigativos

Para dar respuesta a la pregunta de investigación partimos de una revisión documental entre los años 2008 al 2022 de tesis de grado y revistas científicas las cuales abordan la presente temática desde diferentes ópticas de la investigación.

Una estrategia didáctica interdisciplinar para el desarrollo de la inteligencia emocional. Ocampo, L. Yeimmy, A. (2019). Da las bases para crear una estrategia didáctica para implementar la inteligencia emocional en los estudiantes de acuerdo con el modelo que plantea Goleman (2008). En donde se evidencian los 5 pilares emocionales.

Dentro de dicha caracterización se aplica una prueba psicológica para determinar el coeficiente emocional actual de los participantes develando las falencias y fortalezas que se

presentan en su área emocional, permitiendo dirigir con mayor precisión las estrategias a implementar en ellos.

Los instrumentos están relacionados con cada una de las fases de la ruta metodológica, teniendo en cuenta su pertinencia e intención al ser utilizada.

Los resultados obtenidos de la recolección de datos y su discusión relacionada con los aspectos presentados anteriormente según los autores de la tesis son los siguientes:

Los aspectos como la inmadurez en relación con la inteligencia emocional se evidencian en resultados bajos, concluyendo con la importancia de la enseñanza emocional y la falta de esta.

Da como resultado una interesante colección de relaciones teóricas, así como relaciones experienciales, que nos permiten revelar cómo se supone que se promueve la inteligencia desde la didáctica, se entiende como la disciplina que estudia y comprende el proceso de enseñanza y aprendizaje de Astolfo, pero realmente no se ejerce como debería y por eso hay tantos fallos en la enseñanza emocional por lo que, los estudiantes, carecen de esta, buscando dar soluciones a este fallo educativo con respecto a la educación enfatizada en la inteligencia emocional.

La incidencia de la inteligencia emocional a partir de los Lenguajes Artísticos. Rodríguez, D. M., Carrillo, M. A. y Gómez R., L. A. (2009). Plantea estrategias para el refuerzo de la enseñanza cognitiva en emociones y reflexiona sobre la importancia de la enseñanza de la inteligencia emocional en la institución.

Reflexiona sobre los fallos institucionales que intuyen a la falta de educación emocional tiene y como objetivo resaltar las discusiones teóricas y prácticas contemporáneas sobre las

emociones, la cognición y la inteligencia emocional en las escuelas correlacionadas con las actividades artísticas y, del mismo modo, la enseñanza a través de esta.

Los objetivos que guían este artículo son: la inteligencia entendida como una construcción teórica que se aleja de visiones y funcionalistas, que va más allá del sentimentalismo y entra en la pedagogía del discurso y educación para el diálogo propuesta y desarrollada por el grupo de investigación AVE de la Universidad Pedagógica Nacional; y, el segundo tiene que ver con el reconocimiento de estas discusiones en el ámbito educativo y el papel de este.

Y como resultado reconocen que los lenguajes artísticos y la inteligencia emocional van de la mano y que es importante en la clave que constituyen escenarios de reconocimiento y transformación solo de las prácticas pedagógicas, pero del ser humano que enseña y vive a diario el encuentro con él, explicando la importancia de implementar ambos en instituciones colombianas.

Las habilidades y competencias para la vida como ingrediente esencial de la educación emocional. Rodríguez, M. P. (2019). Da a conocer el papel fundamental que cumplen las habilidades y capacidades para la vida con respecto a las emociones y la importancia de la inteligencia afectiva para la misma.

En este momento los niños están en diferentes turnos en los ámbitos familiares y por eso es común que tengan dificultades para resolver conflictos, comunicar lo que sienten y manejar sus emociones.

Esta investigación buscó interpretar el mundo de sus experiencias de prácticas escolares, conocer a los estudiantes, participar en ellas y percibir cómo construyen sus mundos, proyectan sus vidas a través de una forma cualitativa de encuestas.

El trabajo desarrollado estuvo enfocado en observar y construir capacidades, habilidades, relaciones, emociones, sentimientos que favorecen a los estudiantes y docentes, la tarea de la educación emocional es poner en juego regularmente las habilidades y destrezas de las instituciones educativas para la vida, las instituciones deben crear un ambiente que eduque no con palabras, sino también con la vida práctica, educar por la emoción es hacerlo por el sentimiento, en conclusión, se busca el desarrollo y comprensión de las emociones de los niños, es un proceso continuo y por eso es importante que este proceso sea a través de habilidades y destrezas para la vida.

Estilos de vida, inteligencia emocional y comportamientos sedentarios en adolescentes que toman clases remotas durante el periodo de aislamiento por Covid-19. Rodríguez, J. F. (2021). Da a entender las circunstancias que los jóvenes viven después de la pandemia y como esta causa afecciones en su desarrollo emocional, social y cognitivo.

Expone el hecho de que toda la población colombiana en particular los ciudadanos de Bogotá han cumplido con el aislamiento preventivo obligatorio, procediendo al distanciamiento social de los miembros de la familia y amigos, lo que, a su vez, ha llevado a las personas a quedarse en casa todo el día y trabajar o trabajar a distancia, alterando así por completo la rutina diaria, alterando los hábitos de alimentación, sueño, bebida y actividad física de las personas. Como consecuencia de lo anterior, la dinámica social y profesional de la sociedad colombiana se ha visto alterada de manera inesperada, favoreciendo un contacto mínimo con otros individuos.

Del mismo modo, los estudiantes adolescentes son una de las poblaciones más afectadas por el desarrollo de clases a distancia, debido a la falta de socialización y contacto con los demás, las noticias de estudio y las diferentes dinámicas educativas interfieren de alguna manera en sus capacidades cognitivas, desarrollo social y físico.

De estos problemas, el adolescente puede escapar de pensamientos de actitudes que lo agobian por el consumo de sustancias que le permiten perder la noción de autoestima y le permiten mantener la de sus emociones, es por eso por lo que "casi de los adolescentes probaron drogas ilegales cuando se graduaron de la escuela secundaria" que puede ser adictivo, tanto fisiológico como psicológico, y es probable que continúe hasta la edad adulta.

Es allí donde «se educa cuando se planifica y enseña intencionalmente para el logro por parte del educando de aprendizajes valiosos». De esta manera, la identificación de problemáticas escolares toma relevancia para establecer los estilos de vida que llevan los actores del proceso educativo.

Los resultados muestran que existe una relación entre la inteligencia y la motivación, ya que “la percepción motivacional varía según se enfatiza la importancia de modificar los estímulos ambientales”.

Por tanto, permite establecer la motivación como una de las categorías a tener en cuenta;

Este concepto actúa como un factor por el cual los humanos son mediados a través de sus emociones, también relacionado con su edad y contexto.

De igual forma, cuando examinó, encontró que las emociones resultan ser otro factor relacionado con el tema de la inteligencia emocional, porque “las emociones de respuestas que se experimentan física y mentalmente con entre el mundo interior y exterior y que están en la mente y en el cuerpo.

2. Capítulo 2. Marco teórico

Para poder entender qué es la inteligencia emocional y por qué es importante implementarla en la población que se trabajará (sexto). También es importante revisar su definición y otros temas que van ligados a la inteligencia emocional, igualmente sus definiciones y cómo difundir el conocimiento acerca de la regulación de las emociones.

De igual importancia, es necesario adquirir cierto conocimiento sobre el autoconocimiento y el estado emocional para poder entender de manera general cómo funciona hoy en día la inteligencia emocional y por qué su importancia, por lo tanto, el marco teórico se dividirá en tres categorías: inteligencia emocional, autoconocimiento y estado emocional.

La inteligencia emocional se refiere a la habilidad de identificar, comprender y regular las emociones propias y ajenas, y aplicar esa comprensión para guiar el pensamiento y la conducta. Según la teoría de Goleman, la inteligencia emocional se compone de cinco elementos: autoconciencia emocional, autorregulación emocional, motivación, empatía y habilidades sociales.

El autoconocimiento es la capacidad de comprender y reconocer las emociones propias, y de usar esa comprensión para tomar decisiones y regular el comportamiento. El autoconocimiento emocional implica la capacidad de reconocer cómo se siente uno en un momento dado, y cómo las

emociones influyen en el pensamiento y la conducta. Bennett, Herrán Gascón y Suárez destacan la importancia del autoconocimiento emocional como un primer paso fundamental para el desarrollo de la inteligencia emocional.

Por último, el estado emocional se refiere a la experiencia subjetiva del individuo en un momento dado. El estado emocional puede ser influenciado por factores internos y externos, y puede ser positivo o negativo. La teoría de López et al.() Destaca la importancia de reconocer y gestionar el estado emocional como una habilidad esencial de la inteligencia emocional.

En conjunto, estas tres categorías del marco teórico de la inteligencia emocional proporcionan un enfoque completo para comprender y desarrollar la capacidad de gestionar las emociones propias y ajenas de manera efectiva.

2.1 Inteligencia Emocional

2.1.1 Definición.

La inteligencia emocional es un concepto que ha adquirido gran relevancia en la actualidad, y se ha convertido en una habilidad esencial en diversos ámbitos de la vida, incluyendo el trabajo, la familia y la educación. Según Goleman (1995), la inteligencia emocional se define como "la capacidad para reconocer sentimientos propios y ajenos, y la habilidad para manejarlos de manera adecuada" (p. 34).

Esta definición implica una serie de habilidades y competencias que permiten a las personas reconocer, comprender y regular sus propias emociones, así como las emociones de los demás, y utilizar esta información de manera efectiva para tomar decisiones, resolver problemas y establecer relaciones interpersonales positivas.

La inteligencia emocional incluye cinco componentes principales, que son:

autoconciencia, autorregulación, motivación, empatía y habilidades sociales. La autoconciencia implica ser consciente de las propias emociones, fortalezas y limitaciones, y cómo éstas afectan a los demás. La autorregulación se refiere a la capacidad para controlar los impulsos y regular las emociones de manera efectiva, incluso en situaciones difíciles. La motivación implica estar motivado y comprometido con metas significativas, y tener la capacidad para persistir ante la adversidad. La empatía se refiere a la habilidad para comprender y compartir las emociones de los demás, y responder de manera apropiada. Finalmente, las habilidades sociales se relacionan con la capacidad para establecer y mantener relaciones interpersonales efectivas, trabajar en equipo y comunicarse de manera efectiva.

La inteligencia emocional ha sido relacionada con diversos resultados positivos, incluyendo un mejor desempeño académico y laboral, una mayor satisfacción en las relaciones interpersonales, una mejor salud mental y física, y una mayor capacidad para manejar situaciones estresantes y adaptarse a cambios.

En conclusión, la inteligencia emocional es una habilidad esencial que permite a las personas reconocer, comprender y regular sus propias emociones y las de los demás, y utilizar esta información de manera efectiva en diversos ámbitos de la vida. Su importancia ha sido reconocida por diversos autores, incluyendo a Goleman (1995), y su desarrollo se ha convertido en un objetivo importante en la educación y en el trabajo.

2.1.2 *En la educación.*

La inteligencia emocional (IE) es un concepto que ha ganado relevancia en la educación en las últimas décadas, debido a su capacidad para mejorar el bienestar emocional y el rendimiento académico de los estudiantes. Según Bisquerra et al. (2018), la IE se refiere a la capacidad de percibir, comprender y regular las emociones propias y ajenas, así como utilizarlas de manera efectiva para adaptarse al entorno y alcanzar objetivos.

Punset (2003) destaca la importancia de desarrollar la IE en la educación para ayudar a los estudiantes a comprender sus emociones y las de los demás, y para mejorar la comunicación y las relaciones interpersonales. Mora (2015) argumenta que la educación emocional debe ser un componente integral de la educación, y no un tema aislado, para que los estudiantes puedan aplicar sus habilidades emocionales en situaciones reales de la vida.

García Navarro y López-Cassá (2013) proponen la integración de la IE en el currículo educativo, y Pérez-González (2016) enfatiza la necesidad de que los docentes desarrollen su propia IE para poder enseñar de manera efectiva a sus estudiantes. Lantieri (2002) destaca la importancia de enseñar a los estudiantes a manejar el estrés y la ansiedad, y Nambiar (2017) sugiere la implementación de programas de meditación y mindfulness para mejorar la IE de los estudiantes.

Anguilera (2019) destaca la importancia de la IE en la educación superior, y Segovia (2018) sugiere que la IE puede ser un factor clave para mejorar el éxito académico de los estudiantes universitarios. Planells (2017) destaca la importancia de la IE en la formación docente, y sugiere la implementación de programas de capacitación para ayudar a los docentes a desarrollar su propia IE y enseñarla a sus estudiantes.

En resumen, la IE es un concepto clave en la educación actual, ya que ayuda a los estudiantes a comprender y regular sus emociones, mejorar las relaciones interpersonales, manejar el estrés y la ansiedad, y mejorar el rendimiento académico. Los autores mencionados proponen la integración de la IE en el currículo educativo, la capacitación de los docentes en IE, y la implementación de programas específicos para mejorar la IE de los estudiantes.

2.1.3 Rigor académico.

El rigor académico es un aspecto fundamental en el ámbito educativo y de la investigación. Sin embargo, no puede ser considerado como el único factor determinante para el éxito de un estudiante o investigador. La inteligencia emocional es otro aspecto esencial que puede mejorar significativamente la calidad de la educación y la investigación. En este sentido, autores como Bisquerra, Rafael; Punset, Eduard; Mora, Francisco; García Navarro, Esther; López-Cassá, Élia; Pérez-González, Juan Carlos; Lantieri, Linda; Nambiar, Madhavi; Anguilera, Pilar; Segovia, Nieves; Planells, Octavi han estudiado en profundidad la relación entre la inteligencia emocional y el rigor académico.

2.2 Autoconocimiento

2.2.1 Definición.

El autoconocimiento es un concepto clave en la inteligencia emocional, y es definido de manera distinta por diversos autores. Según Bennett (2003), el autoconocimiento es la capacidad de reconocer y entender los propios sentimientos, necesidades, deseos, fortalezas y limitaciones. Esta definición sugiere que el autoconocimiento implica tanto la toma de conciencia de los propios estados emocionales como la comprensión de los factores que los influyen.

Por su parte, Herrán Gascón (2010) define el autoconocimiento como la habilidad para identificar las propias emociones, pensamientos y comportamientos, así como para comprender cómo estos afectan a los demás. Esta definición añade la importancia de considerar el impacto de nuestras acciones en los demás, lo que sugiere una dimensión social del autoconocimiento.

Finalmente, Suárez (2006) describe el autoconocimiento como la habilidad para conocer las propias emociones, motivaciones, fortalezas, debilidades y valores, y utilizar esta información para tomar decisiones conscientes y adaptativas. Esta definición subraya la importancia de la reflexión y la autorregulación en el autoconocimiento.

En resumen, el autoconocimiento es una habilidad fundamental de la inteligencia emocional, que implica el reconocimiento y la comprensión de los propios estados emocionales, pensamientos y comportamientos, así como de los factores que los influyen y su impacto en los demás.

2.2.2 Autoconocimiento en el estudiante.

Suanes (2014) destaca la importancia del autoconocimiento en la formación integral de los estudiantes. Según el autor, el autoconocimiento implica la capacidad de identificar, comprender y regular las emociones propias, así como reconocer las fortalezas, debilidades, valores, intereses y metas personales.

El autor señala que el autoconocimiento permite a los estudiantes desarrollar una conciencia de sí mismos que les ayuda a tomar decisiones conscientes y coherentes con sus objetivos personales y académicos. Además, el autoconocimiento les permite identificar y

manejar de manera efectiva situaciones estresantes, y les brinda la posibilidad de establecer relaciones interpersonales más sanas y satisfactorias.

En cuanto a la aplicación del autoconocimiento en el ámbito educativo, Suanes (2014) propone que se fomente la reflexión personal en el aula, a través de actividades que inviten a los estudiantes a explorar sus emociones y pensamientos. Asimismo, sugiere que se promueva la autoevaluación, para que los estudiantes sean conscientes de su propio proceso de aprendizaje y puedan establecer metas y estrategias de mejora.

En conclusión, según Suanes (2014), el autoconocimiento es fundamental para el desarrollo personal y académico de los estudiantes. La capacidad de reconocer y regular las emociones propias, así como de identificar las fortalezas, debilidades, valores, intereses y metas personales, les permite tomar decisiones conscientes y coherentes, manejar situaciones estresantes y establecer relaciones interpersonales más sanas y satisfactorias.

2.2.3 Incorporación dentro de la institución.

La incorporación del autoconocimiento dentro de una institución educativa es un tema importante en el ámbito educativo actual. La idea es que los estudiantes aprendan a conocerse a sí mismos y a entender sus propias emociones para poder manejarlas de manera efectiva. En este sentido, diversos autores como Bennett, Herran Gascon y Suanes han desarrollado propuestas para incorporar el autoconocimiento en la educación.

Bennett (2008) propone que el autoconocimiento es fundamental para el bienestar emocional y el aprendizaje efectivo de los estudiantes. En su enfoque, se destaca la importancia de que los estudiantes comprendan su propia forma de pensar y sentir, y de esta manera, puedan

gestionar sus emociones de manera efectiva. Para lograrlo, propone una serie de estrategias prácticas, como la reflexión personal, la meditación y la autoevaluación, que ayudan a los estudiantes a desarrollar el autoconocimiento y la conciencia emocional.

Por otro lado, Herran Gascon (2015) plantea la necesidad de incorporar el autoconocimiento en la educación para fomentar la inteligencia emocional y mejorar el bienestar de los estudiantes. En su enfoque, destaca la importancia de que los docentes y los profesionales de la educación sean conscientes de su propio autoconocimiento para poder guiar y acompañar a los estudiantes en el proceso de desarrollo emocional. Para lograrlo, propone la implementación de talleres y actividades prácticas que promuevan el autoconocimiento y la reflexión personal.

Suanes (2017) destaca la importancia de incorporar el autoconocimiento en la educación para el desarrollo de habilidades socioemocionales. En su enfoque, plantea que el autoconocimiento es fundamental para la toma de decisiones efectivas y el establecimiento de relaciones interpersonales saludables. Para lograrlo, propone la implementación de estrategias prácticas, como la reflexión personal y la autoevaluación, que ayuden a los estudiantes a comprender sus emociones y pensamientos.

En conclusión, la incorporación del autoconocimiento dentro de una institución educativa es un tema relevante en el ámbito educativo actual. Diversos autores como Bennett, Herran Gascon y Suanes han desarrollado enfoques que promueven el autoconocimiento y la conciencia emocional en los estudiantes. Es importante que las instituciones educativas consideren estas propuestas para mejorar el bienestar emocional y el aprendizaje efectivo de los estudiantes.

2.3 Estado emocional

2.3.1 Definición.

El estado emocional es un concepto utilizado en la psicología para describir el conjunto de respuestas emocionales experimentadas en un momento determinado. Según Monserrate (2015), se trata de una "respuesta inmediata del organismo a un estímulo interno o externo que despierta una serie de emociones y sentimientos". En este sentido, el estado emocional puede ser influenciado por factores tanto internos como externos, como la propia personalidad del individuo, su contexto social o las experiencias previas que haya tenido.

Por su parte, Jiménez Morales (2012) señala que el estado emocional puede ser evaluado a través de la medición de variables como la frecuencia cardíaca, la actividad electro dermal o la expresión facial. De esta manera, se puede obtener información objetiva sobre las emociones que se están experimentando en un momento determinado.

Bravo, García (2016), por su parte, destaca la importancia de comprender el estado emocional como un proceso dinámico y cambiante. Según esta autora, las emociones no son estáticas ni permanentes, sino que están en constante evolución y adaptación a las diferentes situaciones que se presentan en la vida cotidiana.

En resumen, el estado emocional se refiere a las respuestas emocionales experimentadas en un momento determinado, que pueden ser influenciadas por factores internos y externos y evaluadas a través de diferentes variables fisiológicas y conductuales. Además, es importante comprender que las emociones son un proceso dinámico y cambiante en constante evolución.

2.3.2 *En la educación.*

La importancia del estado emocional en la educación ha sido ampliamente estudiada por diversos autores, entre ellos Monserrate, Jiménez Morales y Bravo García.

Según Monserrate (2018), el estado emocional se refiere al conjunto de emociones que experimenta una persona en un momento determinado, y que puede variar en función de diferentes factores como el entorno, las situaciones vividas, la salud, entre otros. El autor señala que el estado emocional puede tener un impacto significativo en el desempeño académico y en el aprendizaje de los estudiantes.

Por su parte, Jiménez Morales (2017) destaca la importancia de identificar y comprender las emociones de los estudiantes para poder brindar un ambiente educativo favorable para su desarrollo. La autora enfatiza en la necesidad de que los docentes sean capaces de reconocer el estado emocional de los estudiantes y de proporcionar herramientas para que ellos puedan regular sus emociones de manera efectiva.

Bravo, García (2020) destaca la relación entre el estado emocional y el bienestar emocional de los estudiantes, y cómo estos factores influyen en su rendimiento académico. La autora sugiere que la educación emocional puede ser una herramienta valiosa para que los estudiantes aprendan a manejar su estado emocional de manera positiva y logren un mejor desempeño académico.

En conclusión, el estado emocional en la educación es un tema de relevancia para el bienestar y rendimiento de los estudiantes. Los autores Monserrate, Jiménez Morales y Bravo

García coinciden en la importancia de comprender y regular el estado emocional de los estudiantes mediante la educación emocional y la identificación y comprensión de las emociones.

3. Capítulo 3. Enfoque y diseño metodológico de la investigación

3.1 Metodología y enfoque

El diseño de investigación se basa en la herramienta (encuesta) para fortalecer el enfoque cualitativo al estudio de fenómenos limitados en el campo de la investigación sociológica, ya que busca comprender el fenómeno de la Inteligencia emocional en niños preadolescentes y adolescentes de sexto a séptimo grado en la institución educativa.

El enfoque es de carácter cualitativo, debido a que es necesario comprender el fenómeno planteado en relación con el comportamiento social en el contexto educativo y pedagógico; Que, determina el proceso de aprendizaje del estudiante equitativamente con su proceso emocional; Es un enfoque cualitativo que combina una visión abierta y crítica del aprendizaje y proceso, a través de la comprensión de las preguntas de investigación y el contextualizar el análisis a través de una amplia gama de interpretaciones.

3.2 Línea de investigación

Santa Catalina de Siena: Globalización, Sociedad Civil y Paz

(Ciencias Sociales)

3.3 Participantes

Andrés Mauricio Abello Cantor

Alfonso Arenas Almanza

3.4 Muestra

La población está conformada por estudiantes de la institución educativa Colegio Santo Tomás de Aquino, del curso sexto, representados en el 20% de la población de estos cursos, que cuentan con un estrato socioeconómico medio-alto y familias con nivel de educación superior profesional mayormente. Se escogió esta población, ya que en la etapa en la que se encuentran los estudiantes de estos cursos, están iniciando un proceso de formación; adquiriendo un papel muy importante en su identidad y la forma de conllevar la autorregulación de sus emociones, según esto se cree que fortalecer el proceso de inteligencia emocional en los estudiantes a través de la educación puede traer grandes resultados en un futuro.

3.5 Técnicas (Instrumentos o herramientas)

Según la población y muestra seleccionada se realizará una encuesta con fines de adquirir información acerca del conocimiento de los jóvenes respecto a la inteligencia emocional y cómo mejorar su inteligencia emocional; analizando las respuestas con un enfoque cualitativo, en donde se determinará que tanto los estudiantes de la población seleccionada saben al respecto, para así concluir si este fenómeno tiene efecto en los jóvenes de grado sexto. Las encuestas a utilizar serán de tipo cualitativa, según Harrie Jansen la encuesta cualitativa busca obtener una diversidad de

características en la población utilizada; Además también se utilizará el tipo descriptivo, ya que nos ayudará a obtener la información sobre la situación presente, Marta Alelú Hernández, Sandra Cantín García, Nuria López Abejón, Marina Rodríguez Zazo nos hablan sobre este tipo de encuesta, su propósito es determinar la posición de las variables en relación con estudio en un momento dado.

Se buscará adquirir datos relevantes sobre el tema en la población gracias a una metodología de encuesta con preguntas abiertas para obtener opiniones de los estudiantes frente al tema y preguntas cerradas para adquirir la información a utilizar y que se necesita conocer.

3.6 Consentimiento informado

Encuesta / Entrevista- Instrumento Consentimiento Informado

3.6.1 Objetivo de la investigación.

Analizar el conocimiento de los estudiantes de grados sexto y séptimo del Colegio Santo Tomás de Aquino del año 2023 sobre la inteligencia emocional y cómo manejan sus emociones en sus vidas.

3.6.2 Justificación.

La importancia de este proyecto de grado es el cambio que los estudiantes pueden tener a la hora de conocerse más entre ellos mismo controlando así sus emociones, además de tener una mayor amplitud de conocimiento sobre la inteligencia emocional.

3.6.3 Información sobre el proceso.

En el desarrollo de la investigación se utilizará como instrumento una encuesta autodiligiada. Esta va dirigida a los estudiantes de grado sexto del año 2023 que estén matriculados en el colegio Santo Tomás de Aquino. Este proyecto será dado a conocer al Colegio Santo Tomás de Aquino mostrando los resultados obtenidos al finalizar 2023.

3.6.4 Manejo de información

Con el ánimo de proteger la privacidad y confidencialidad de la información obtenida en la encuesta, a pesar de registrarse los nombres de los encuestados, esta información no será dicha de manera explícita en el documento, haciendo que los encuestados sean mencionados como "estudiante 1, 2, 3, ..." Con este dicho. Los investigadores asumen total privacidad de las respuestas de esta encuesta. La encuesta será diligenciada por cada uno de los participantes de manera voluntaria, en presencia de los investigadores, con el objetivo de aclarar cualquier duda al momento de su aplicación. Las respuestas serán analizadas en los computadores personales de los investigadores, pero sin ningún riesgo de vulnerar la confidencialidad de los encuestados.

Posteriormente, la información será analizada y procesada, evitando citar cualquier referencia que vulnere la privacidad y la confidencialidad de los encuestados. En caso de encontrarse algún tipo de alteración, error, incongruencia o datos no comprensibles en el test realizado, con previa autorización de los participantes y bajo estricta confidencialidad, serán nuevamente contactados para replicar la encuesta.

3.6.5 Riesgos.

No hay ningún riesgo físico o psicológico por responder esta encuesta.

3.6.6 Datos de los investigadores.

La docente del Colegio Santo Tomás de Aquino que supervisa este estudio es Eliane Vargas. Si usted desea contactarme puede hacerlo a través del Colegio Santo Tomás de Aquino al correo electrónico:

Alfonso Arenas Almanza (1101) alfosno.arenas@santotomas.edu.co

Andrés Mauricio Abello Cantor (1101) andres.abellos@santotomas.edu.co

Eliane Vargas (Tutora) eliane.vargas@santotomas.edu.co

4. Capítulo 4. Análisis de resultados

La muestra de estudio estuvo conformada por 22 alumnos de grado sexto del Colegio Santo Tomás de Aquino, antes de exponer los resultados de la encuesta se abordaron algunas ideas sobre el tema de investigación que pudimos notar y desarrollar frente a la encuesta eh investigaciones revisadas.

La inteligencia emocional desempeña un papel fundamental en múltiples aspectos de la vida de los jóvenes, incluyendo el ámbito deportivo, cultural y académico. En la parte deportiva, la inteligencia emocional ayuda a los jóvenes a gestionar el estrés, controlar sus emociones durante la competencia y mantener la motivación, a la vez permite establecer relaciones positivas y fomentar el trabajo en equipo, permite disfrutar del deporte, mejora la relación con el entrenador y aumenta el desempeño físico. En lo cultural, la inteligencia emocional les permite comprender y valorar las diferencias culturales, establecer relaciones interculturales significativas, desarrollar habilidades de comunicación efectiva y tener más inclusión social. Cuando hablamos de lo académico, la inteligencia emocional es crucial para manejar los desafíos académicos, establecer metas realistas y mantener la motivación. También ayuda a establecer relaciones saludables con compañeros y profesores, promoviendo un ambiente de aprendizaje positivo y colaborativo.

Para desarrollar la inteligencia emocional en los jóvenes en estos contextos, se pueden implementar estrategias y programas específicos. En el campo deportivo, se pueden utilizar actividades de entrenamiento mental y técnicas de visualización, además de fomentar un ambiente seguro y de apoyo. En el área cultural, se pueden organizar talleres y actividades que promuevan la diversidad y el respeto hacia diferentes culturas. En el espacio académico, se pueden implementar programas de educación emocional que enseñen a los jóvenes a identificar y gestionar sus emociones, así como a desarrollar habilidades de autorregulación, empatía y resolución de conflictos. Los profesores y educadores también desempeñan un papel crucial en el desarrollo de la inteligencia emocional de los jóvenes, modelando comportamientos emocionalmente inteligentes y creando un ambiente de aprendizaje seguro y respetuoso.

Es importante tener en cuenta que el desarrollo de la inteligencia emocional puede variar según el campo cultural y social en el que los jóvenes se encuentren. Los factores ambientales,

como el entorno familiar y social, pueden influir significativamente en el desarrollo psicológico y emocional de las personas. Además, el lenguaje universal de las emociones y las experiencias individuales también juegan un papel importante en la cual los jóvenes desarrollan y manejan sus emociones. Por lo tanto, las estrategias para mejorar la inteligencia emocional deben adaptarse a las necesidades y características de cada individuo.

En nuestro enfoque central, que es la vida académica, la inteligencia emocional juega un papel crucial en el éxito estudiantil y el bienestar general de los jóvenes. Los estudiantes con habilidades emocionales bien desarrolladas tienen la capacidad de regular sus emociones frente a los desafíos académicos, como exámenes y trabajos difíciles. Pueden mantener la calma y una actitud positiva, lo que les permite enfrentar los desafíos con confianza y perseverancia.

Además, la inteligencia emocional les ayuda a establecer metas realistas, manejar eficazmente su tiempo y mantener la motivación a largo plazo. Los jóvenes con habilidades emocionales pueden identificar sus fortalezas y debilidades académicas y buscar recursos y apoyo cuando sea necesario. También son capaces de mantener el enfoque y la concentración durante el estudio, lo que mejora su rendimiento académico.

La inteligencia emocional también desempeña un papel en las relaciones sociales en el entorno académico. Los jóvenes emocionalmente inteligentes son capaces de establecer relaciones saludables con sus compañeros y profesores. Tienen habilidades de empatía y comunicación efectiva, lo que les permite colaborar de manera constructiva, resolver conflictos y trabajar en equipo. Estas habilidades sociales son esenciales para un campo de aprendizaje positivo y colaborativo.

Para desarrollar la inteligencia emocional en el campo académico, es importante implementar programas y estrategias específicas. Los programas de educación emocional pueden

enseñar a los jóvenes a identificar y gestionar sus emociones, desarrollar habilidades de autorregulación, empatía y resolución de conflictos. Estos programas pueden incluir actividades, como la práctica de la atención plena y técnicas de relajación, así como el fomento de la comunicación abierta y el trabajo en equipo.

Los profesores y educadores desempeñan un papel crucial en el desarrollo de la inteligencia emocional de los jóvenes en el entorno académico. Ellos pueden modelar comportamientos emocionalmente inteligentes, brindar apoyo y retroalimentación constructiva, y crear un ambiente de aprendizaje seguro y respetuoso. Es importante que los docentes estén capacitados en habilidades socioemocionales para poder guiar y apoyar a los jóvenes en su desarrollo emocional.

Además de los beneficios mencionados anteriormente, la inteligencia emocional también es fundamental para el desarrollo profesional de los jóvenes. En el entorno laboral, las habilidades emocionales son altamente valoradas por los empleadores, ya que contribuyen al éxito en el trabajo y a la capacidad de relacionarse de manera efectiva con los demás.

Los jóvenes con una buena inteligencia emocional son capaces de manejar el estrés laboral de manera más efectiva lo que los lleva a adaptarse a los cambios, resolver problemas, tomar decisiones acertadas además de obtener un desarrollo personal correcto y beneficioso. También tienen una mayor capacidad de liderazgo y pueden influir positivamente en sus colegas, fomentando un ambiente de trabajo colaborativo y productivo.

La inteligencia emocional también juega un papel importante en el desarrollo de la resiliencia. Los jóvenes emocionalmente inteligentes tienen la capacidad de enfrentar y superar los desafíos y fracasos con mayor facilidad. Son capaces de aprender de sus errores, mantener una actitud positiva y buscar soluciones constructivas en lugar de darse por vencidos.

Además, la inteligencia emocional está relacionada con la capacidad de establecer y mantener relaciones interpersonales saludables en los espacios laborales. Los jóvenes con habilidades emocionales bien desarrolladas pueden comunicarse de manera efectiva, resolver conflictos y colaborar con colegas de diferentes personalidades y antecedentes. Estas habilidades sociales son esenciales para construir redes profesionales sólidas y avanzar en la carrera laboral.

Para desarrollar la inteligencia emocional en el terreno profesional, es importante fomentar un ambiente de trabajo que valore y promueva el desarrollo de habilidades emocionales. Las organizaciones pueden proporcionar programas de capacitación en inteligencia emocional, ofrecer oportunidades para la retroalimentación y el desarrollo personal, y promover una cultura organizacional que fomente la empatía, la colaboración y el bienestar emocional.

Los jóvenes también pueden desarrollar su inteligencia emocional de manera individual. Pueden trabajar en el autodesarrollo a través de la autorreflexión, el aprendizaje de habilidades de autorregulación emocional, la búsqueda de apoyo y orientación, y la práctica de la empatía y la comprensión hacia los demás. La lectura de libros y la participación en actividades que fomenten la inteligencia emocional, como grupos de discusión o terapia, también pueden ser beneficiosas.

Luego de revisar nuevamente que es la inteligencia emocional y sus beneficios en varios ámbitos se puede encontrar que en los resultados de la encuesta se encontró que los estudiantes desean recibir talleres, información, clases y charlas acerca de la inteligencia emocional, ya que es un tema de interés para los jóvenes, también se encontró que los chicos y chicas que fueron encuestados comunican que tanto el deporte y las artes les ayudan para poder manejar sus emociones, esto se puede notar en los planes académicos del Colegio Santo Tomás de Aquino como el énfasis artístico, la educación física o los talleres que ha realizado la institución anteriormente. También se pudo encontrar que los jóvenes tienen interés acerca del tema viéndose

reflejado en la encuesta en la pregunta número 10 la cual dice ¿Te gustaría recibir un asesoramiento con el fin de implementar la inteligencia emocional?, los encuestados respondieron que si deseaban recibir asesoramiento acerca de este cómo ya se dijo anteriormente. De las respuestas obtenidas se puede inferir que la mayoría de los jóvenes obtiene información o charlas acerca del tema en el ambiente familiar, más que en el estudiantil lo cual encontramos como posible problema, ya que al manejarse solo en este ambiente familiar no se suele desarrollar en la institución.

5. Capítulo 5. Conclusiones

En conclusión, los datos obtenidos de las encuestas revelan que la muestra de la población encuestada tiene un conocimiento limitado sobre inteligencia emocional. Muchos de los encuestados desconocen el tema y su significado. Los jóvenes expresan que la inteligencia emocional no es enseñada o desarrollada en el colegio, sino que es responsabilidad de sus familias o actividades deportivas.

Es importante destacar que la institución ha tenido un leve enfoque en la enseñanza del manejo de las emociones, ya que la mayoría afirma no haber recibido clases sobre inteligencia emocional ni sobre el manejo de emociones por parte del colegio; Sin embargo, aspiran recibir esta enseñanza a través de los psicólogos de las diferentes secciones del colegio.

Nuestra investigación tiene como objetivo promover la enseñanza de estos temas a los jóvenes de todas las secciones, para que adquieran conocimientos sobre el mundo emocional y puedan alcanzar sus metas y proyectos de vida, por lo cual proponemos la creación de un plan académico en el cual todos los estudiantes de la institución Santo Tomás de Aquino puedan participar y desarrollar habilidades emocionales desde temprana edad.

Recomendamos basar este plan de estudio en los teóricos expuestos anteriormente en el marco teórico, como Daniel Goleman, Howard Gardner y Peter Salovey. Estos exponentes han demostrado la importancia de la inteligencia emocional en el desarrollo personal y académico de los estudiantes. Además, sugerimos explorar otras teorías y planes de estudio que se mencionarán al final de esta conclusión.

La integración de la inteligencia emocional en una institución puede ser un desafío, ya que el currículo se enfoca principalmente en la excelencia académica, sin embargo, es necesario implementar la inteligencia emocional para que los estudiantes puedan responder tanto académica como emocionalmente frente a la institución. Por lo tanto, proponemos crear o investigar un plan de estudio que tenga en cuenta el bienestar emocional de los jóvenes.

Por otra parte, es evidente que la presión académica ejercida por la institución puede afectar el estado emocional de los jóvenes, como se menciona en el marco teórico.

En la encuesta, los estudiantes expresan que el estado y la inteligencia emocional son muy importantes en el contexto educativo, ya que las emociones influyen en los comportamientos que afectan tanto positiva como negativamente el rendimiento académico y la convivencia dentro de la institución.

Aunque algunos estudiantes han recibido charlas sobre inteligencia emocional, estos abordajes son superficiales y no se profundizan de manera didáctica; Algunos teóricos sostienen que los jóvenes aprenden de manera más efectiva a través de métodos didácticos, por lo tanto, la idea del plan de estudio es abordarlo de esta manera, tomando como referencia un proyecto anteriormente realizado en la institución llamado "Nelson Mandela", que fue llevado a cabo por la psicóloga de la sección infantil del colegio Santo Tomás de Aquino.

Gracias al apoyo de psicología juvenil e infantil, hemos podido revisar las actividades realizadas anteriormente en el colegio para mejorar la parte psicoemocional de los estudiantes, ya que, además, varios encuestados mencionan que, a través del énfasis artístico, como el deporte y las artes, pueden expresar sus emociones y controlar su estado emocional.

En resumen, es fundamental implementar la enseñanza de la inteligencia emocional en la formación integral de los estudiantes de la institución Santo Tomás de Aquino, esto se respalda con teorías relevantes y la necesidad de desarrollar un plan de estudio centrado en el desarrollo psicoemocional de los jóvenes.

Referencias

Anonimo. (s.f). Inteligencia Emocional.

https://d1wqtxts1xzle7.cloudfront.net/40394256/Inteligencia_emocional_wiki-libre.pdf?1448536663=&response-content-disposition=inline%3B+filename%3DInteligencia_emocional_wiki.pdf&Expires=1674064050&Signature=Oq01BU91neWJCn28SOK4CNEuAXcQQzdivhdFad8m2-kJwvMUWBQhtD3Q7JM428sIcMwlr8XOmbXJMd0RIm4isdzUF29PjarDPN-dBsltxemWHpxsDFtWo2o3ASOGUD2W1LRdkNoXQ9GufvZQ6o2QvfsSE9V6KM91cnmuxqaTVOqmt4j5M6FFiLbEN80vkncQBDE9EnEt4QvMOopRFfgkOFx3AkojTDcwtM7nZrL4CAOfSWF6Mav2mxmA~54eJ8mihuY4z5dObheU0EFIVfOGxyHKkHJQ~mwFwFFN8dFTTgd1r73rLIS2A2bY0pA7DTu7l8nUm0dDCQ0-WW5y4QF-g__&Key-Pair-Id=APKAJLOHF5GGSLRBV4ZA

Arias, F. G. (2012). In *El Proyecto de Investigación. Introducción a la metodología científica* (p. 22). <https://abacoenred.com/wp-content/uploads/2019/02/El-proyecto-de-investigación-F.G.-Arias-2012-pdf-1.pdf>

Bar-On, R. (1997). The Emotional Quotient Inventory (EQ-i): A test of emotional intelligence. Tesis doctoral, Universidad de Toronto.

Beatriz Ezeiza Urdangarin Antton Izagirre Gorostegi Arantza Lakunza Arregi (Ed.). (s/f). Programa inteligencia emocional secundaria 12-14 años. <https://www.orientacionandujar.es/wp-content/uploads/2015/11/Programa-Inteligencia-Emocional-Secundaria-12-14-a%C3%B1os.pdf>

Bennett, M. (2008). AUTOCONOCIMIENTO. Ediciones I.

Biblioteca Universitaria Huelva. (2018, septiembre 3). *La utilización de una metodología mixta en investigación social*. Biblioteca Universitaria Huelva. Retrieved July 22, 2022, from <http://hdl.handle.net/10272/15178>

Brackett, M. A., & Rivers, S. E. (2011). Emotional intelligence: Implications for personal, social, academic, and workplace success. En R. J. Sternberg y S. B. Kaufman (Eds.), *The Cambridge Handbook of Intelligence* (pp. 528-549). Cambridge University Press.

Brackett, M. A., Rivers, S. E., & Salovey, P. (Eds.). (2019). *The Oxford Handbook of Emotional Intelligence: Cultivating Human Potential*. Oxford University Press.

Colegio Santotomas de Aquino. (s. f.). *Colegio santo tomás de aquino*. Recuperado 10 de agosto de 2022, de <https://www.santotomas.edu.co/>

de la HERRÁN GASCÓN, A. (2003). Autoconocimiento y Formación: Más allá de la Educación en Valores. https://repositorio.uam.es/bitstream/handle/10486/4815/31556_2003_08_01.pdf?sequ

Extremera, N., & Fernández-Berrocal, P. (2002). Relación entre inteligencia emocional y rendimiento académico en estudiantes. *Psicothema*, 14(2), 509-514.

Fernández-Berrocal, P., & Extremera, N. (2005). *Inteligencia emocional en el trabajo*. Alianza Editorial.

Goleman, D. (1995). *Emotional intelligence: Why it can matter more than IQ*. Bantam Books.

Goleman, D. (1995). Emotional intelligence: Why it can matter more than IQ. *Learning and Individual Differences*, 7(3), 179-186.

Goleman, D. (2001). Emotional intelligence in the workplace. Recuperado de

<https://www.danielgoleman.info/topics/emotional-intelligence-in-the-workplace/>

Grasso, L. (2015). Encuestas. Editorial Brujas.

Hernandez, R. (2018). In *METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN: LAS RUTAS*

CUANTITATIVA, CUALITATIVA Y MIXTA (p. 10). McGraw-Hill Interamericana.

https://books.google.com.co/books?id=5A2QDwAAQBAJ&printsec=frontcover&hl=es&source=gbs_ge_summary_r&cad=0#v=onepage&q&f=false

Jansen, H. (2013, enero 1). La lógica de la investigación por encuesta cualitativa y su posición en el campo de los métodos de investigación social.

<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=4531575>

Jefferson, C. (2006). *¿En qué consiste el enfoque mixto o los métodos mixtos?*

<https://www.postgradoune.edu.pe/pdf/documentos-academicos/ciencias-de-la-educacion/15.pdf>

Leal, A. L. (2011). LA INTELIGENCIA EMOCIONAL.

https://d1wqtxts1xzle7.cloudfront.net/35382535/Inteligencia_Emocional-libre.pdf?1414967890=&response-content-disposition=inline%3B+filename%3DLA_INTELIGENCIA_EMOCIONAL_AUTORIA.pdf&Expires=1674610579&Signature=AtEoEUEIBqzqJS09AU8EJNRrAjOrJCCS2wYn6Nczkpeirsbl2F5jhb9Hb78X4Wfqk7bZiQ1NPZzG77bgoUF-C49v3ZNO4rseDQqrhbYWatA-Cq7rv7JskbJOwjRsAvQtttZ6vN2LJK~Q4U1~dqdyRqOZtts7Pw5-RQS5JYbRHNGEKvRg2BRBMrBhhkIyvooEEJ1GknZZqx7IHkkY3ByPcBmceecrgZoCPnh6lIh5jdRcbjGwOInXwS5gBx2tx5FgQKpHs6y0cG1QHYd4753VrYQO~Q4IkhROFFWekAj~OxNgJ

[bLWq2qRFdJCGMQdzJuTWqmW84YOdpDBBcf1xeBew_&Key-Pair-Id=APKAJLOHF5GGSLRBV4ZA](https://revistas.unife.edu.pe/index.php/avancesenpsicologia/article/view/175/166)

- Leslie Bravo García, Lizeth Naissir, Clarineth Contreras, Aminta Moreno. (s/f). EL ESTADO EMOCIONAL Y EL BAJO RENDIMIENTO ACADÉMICO EN NIÑOS Y NIÑAS DE COLOMBIA. <https://revistas.unife.edu.pe/index.php/avancesenpsicologia/article/view/175/166>
- Marta Alelú Hernández Sandra Cantín García Nuria López Abejón Marina Rodríguez Zazo. (s/f). Estudio de Encuestas. <https://acortar.link/MWOOID>
- Mayer, J. D., & Cobb, C. D. (2000). Educational policy on emotional intelligence: Does it make sense? *Educational Psychology Review*, 12(2), 163-183.
- Mestre, J. M. (2005). La inteligencia emocional en la educación secundaria: Relaciones con el ajuste psicológico y el rendimiento académico. Tesis doctoral, Universidad de Valencia.
- Palomera, R. (2010). Inteligencia emocional y rendimiento académico en estudiantes de educación secundaria obligatoria (ESO). Tesis doctoral, Universidad de Barcelona.
- Palomera, R. (2015). Inteligencia emocional en el ámbito educativo. En R. Bisquerra y C. Pérez-Escoda (Eds.), *Inteligencia emocional en educación* (pp. 151-171). Síntesis.
- Parker, J. D. A., & Ashkanasy, N. M. (2019). The role of emotional intelligence in the workplace. En N. M. Ashkanasy, W. J. Zerbe y C. E. J. Härtel (Eds.), *The Cambridge Handbook of Workplace Affect* (pp. 188-204). Cambridge University Press.
- Sabino, C. (2020). *Investigación explicativa según autores*. Tesis plus. Retrieved July 22, 2022, from <https://tesisplus.com/investigacion-explicativa/investigacion-explicativa-segun-autores/>

Salovey, P., & Mayer, J. D. (1990). Emotional intelligence. *Imagination, Cognition and Personality*, 9(3), 185-211.

Sampieri. (2010). *MÉTODOS DE INVESTIGACION Investigación explicativa: Según Sampieri (2010), el proyecto tiene investigación explicativa porque*. ECOTEC. Retrieved July 22, 2022, from https://www.ecotec.edu.ec/material/material_2016F1_CSC244_17_65670.pdf

Suanes, M. N. (2009). AUTOCONOCIMIENTO Y AUTOESTIMA.

<https://feandalucia.ccoo.es/andalucia/docu/p5sd6409.pdf>

The Consortium for Research on Emotional Intelligence in Organizations. (2009). Emotional intelligence.

Recuperado de <http://www.eiconsortium.org/>

Universidad de Navarra. (s. f.). Inteligencia emocional en el trabajo. Recuperado de

<https://www.unav.edu/web/facultad-de-ciencias-economicas-y-empresariales/inteligencia-emocional-en-el-trabajo>

Ocampo, Y. A. (2019). Una estrategia didáctica interdisciplinar para el desarrollo de la inteligencia emocional. Recuperado de: <http://hdl.handle.net/20.500.12209/10602>.

Rodriguez, D. M., Carrillo, M. A. y Gomez R., L. A. (2009). Incidencia de la inteligencia Emocional a partir de los Lenguajes Artisticos. (pensamiento), (palabra). Y obra, (2).

<https://doi.org/10.17227/ppo.num2-301>

Allen, J. G. (2016). Psicología del Desarrollo: principales teorías y autores.

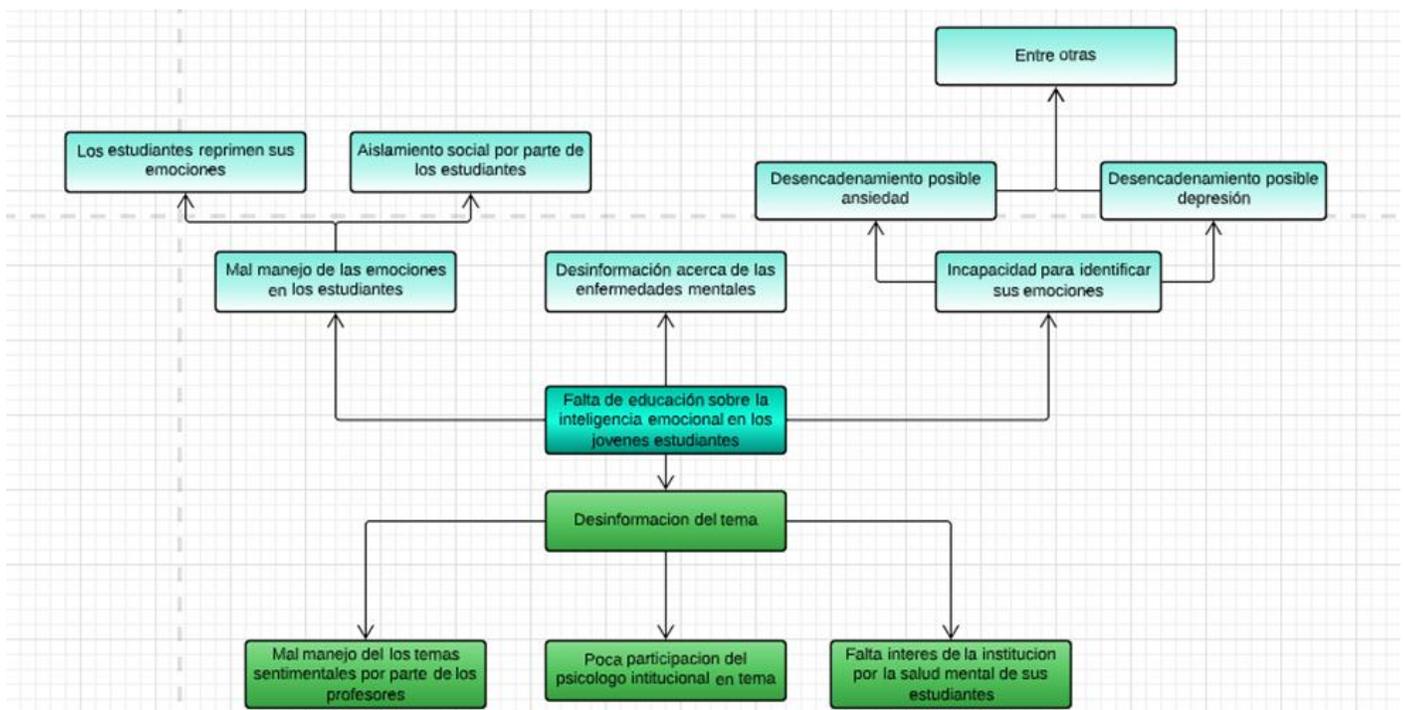
<https://psicologiymente.com/desarrollo/psicologia-desarrollo-teorias>

Carballeira Abella, M., Marrero Carreira, B., & Abrante Rodríguez, D. (2019). Inteligencia emocional y ajuste psicológico en estudiantes: nivel académico y rama de estudios. *Universitas Psychologica*, 18(4), 1–14. <https://doi.org/10.11144/Javeriana.upsy18-4.ieap>

Rodríguez, J. F. (2021). Estilos de vida, inteligencia emocional y comportamientos sedentarios en adolescentes que toman clases remotas durante el periodo de aislamiento por Covid-19. Recuperado de: <http://hdl.handle.net/10554/58122>.

Apêndices e Anexos

Apêndice A



1.1 Apéndice B Matriz Estado del Arte

Autores (poner los apellidos) Año	Nombre de la investigación	Pregunta de la investigación	Objetivo general	Metodología	Referentes teóricos (Categorías conceptuales)	Conclusiones principales	Aportes para la investigación	Cibergrafía
Paulido Acosta, Federico Herrera Clavero, Francisc	1.2 redictores de la Felicidad y la	No aplica	Este trabajo tiene como objetivo fundamental analizar los predictores de	Para llevar a cabo esta investigación se seleccionó una muestra integrada por	Emociones, Felicidad, Inteligencia Emocional, Estado emocional.	Los resultados reflejan que los predictores de la	Ayudará a analizar cómo la inteligencia emocional frente a diferentes factores que pueden	https://repositorio.unal.edu.co/handle/unal/66335

o	<p>Inteligencia Emocional en la Educación Secundaria</p>		<p>felicidad e inteligencia emocional, considerando edad, género, cultura y estatus, así como contemplar las relaciones entre las variables.</p>	<p>811 participantes que reflejan las características del contexto pluricultural de Ceuta. Las autorizaciones pertinentes fueron solicitadas en la Dirección Provincial de Educación y en cada uno</p>		<p>felicidad fueron edad, cultura, estatus y género, mientras que los de inteligencia emocional fueron edad, cultura y género. Se halló una relación estadísticamente significativa</p>	<p>repercutir en los estudiantes de secundaria.</p>	
---	--	--	--	--	--	---	---	--

EMOCIONAL

47

				<p>de los diferentes centros educativos. Habiendo sido informados previamente, las personas que aceptaron participar contestaron los questionarios, respetándose el principio</p>		<p>y directamente proporcional entre felicidad e inteligencia emocional.</p>		
--	--	--	--	---	--	--	--	--

EMOCIONAL

48

				<p>de confidenciali dad. Por edad, la muestra se distribuye de la siguiente manera: el 17.4% tienen entre 12 y 13 años, el 19.4% entre 13 y 14, el 15.8% entre 14 y 15, el 9.3% entre</p>				
--	--	--	--	---	--	--	--	--

				<p>15 y 16, el 15.8% entre 16 y 17, y el 7.1% de alumnos tienen entre 17 y 18 años. Esta muestra corresponde a menores de edad; el restante 12.1% se encontraba entre los 18 y</p>				
--	--	--	--	--	--	--	--	--

EMOCIONAL

50

				<p>25 años, el 2.1% entre 26 y 40, y solo el 1% tenía más de 40 años. La media de edad fue de 15.39, con una desviación típica de 4.46. Para considerar la cultura, entendida como</p>				
--	--	--	--	--	--	--	--	--

EMOCIONAL

51

				<p>el conjunto de comportamientos y patrones característicos de un grupo social, se tuvieron en cuenta un conjunto de indicadores, actividades y costumbres propias de cada uno de los grupos</p>				
--	--	--	--	---	--	--	--	--

				culturales de la ciudad, vinculados, a su vez, a una colectividad religiosa (Herrera, 2000)				
	1.3							
Ocampo s López, Yeimmy Alejandr a	Una estrategia didáctica interdisciplin ar para el desarrollo de	No aplica	Este trabajo de grado pretende crear una estrategia didáctica con el fin de	Para iniciar se realizó una revisión teórica, que involucra cada uno de	Inteligencia emocional, Desarrollo del ser humano, Autoconocimiento, Autocontrol,	Se evidencia que se logra establecer una estrategia didáctica que dispone un	Aportará con métodos didácticos para aplicar a los estudiantes, para implementar	http://hdl.handle.net/20.500.12209/10602

	<p>la inteligencia emocional</p>		<p>desarrollar la inteligencia emocional, en niños de segundo de primaria, teniendo en cuenta las particularidades de dos sujetos de estudio y las disposiciones teóricas del concepto de inteligencia emocional en relación con su</p>	<p>los conceptos a trabajar Seguido y como base para el diseño de la estrategia didáctica se presentará una Caracterizaci ón de los individuos participantes, a través de una entrevista</p>	<p>Automotivación, Empatía.</p>	<p>desarrollo de la inteligencia emocional en niños de segundo de primaria, con los aspectos relevantes de los sujetos que se logran caracterizar y comparar, proporcionad a información importante.</p>	<p>nuevas formas en donde, se facilite enseñar en aulas la inteligencia emocional a los niños.</p>	
--	--	--	---	--	-------------------------------------	--	--	--

			<p>importancia en el desarrollo del ser humano.</p>	<p>semi estructurada dirigida a los menores y a su padres, con la intención de reconocer el contexto social, escolar y familiar del menor permitiendo observar sus relaciones interpersonal</p>		<p>Los aspectos como la inmadurez en relación con la inteligencia emocional, que en la caracterización y diagnósticos se evidencian en resultados extremadamente bajos, como el puntaje</p>		
--	--	--	---	---	--	---	--	--

EMOCIONAL

55

				<p>es e indagar en las facultades de reconocimien to, regulación y expresión emocional actual en cada sujeto; dentro de dicha caracterizaci ón se aplica una prueba psicológica para determinar el</p>		<p>arrojado al aplicar la prueba de coeficiente emocional, dejan en evidencia la necesidad latente de desarrollar dimensiones que se conceptualiza n en la inteligencia emocional permitiendo</p>		
--	--	--	--	--	--	---	--	--

				<p>coeficiente emocional actual de los participantes develando las falencias y fortalezas que se presentan en su área emocional, permitiendo dirigir con mayor precisión las estrategias a implementar</p>		<p>mejoras en los procesos de socialización dentro de los centros educativos de cada uno de ellos.</p>		
--	--	--	--	--	--	--	--	--

				en ellos. Por último, se generará el diseño de la estrategia teniendo en cuenta las particularidades descritas en la caracterización.				
Rodríguez, Diana Marcela	Incidencia de la inteligencia emocional a	No aplica	Se pretende plantear algunas de las reflexiones del	Pensar en los discursos teóricos que circulan en	<u>Investigación educativa</u> <u>Inteligencia emocional</u>	Reconocer que los lenguajes artísticos y la	conducir hacia un método, el cual guíe a la investigación por	http://hdl.handle.net/10554/33407

<p>Carrillo, Maria Angelic a Gomez R., Luz Angela</p>	<p>partir de los Lenguajes Artísticos.</p>		<p>equipo de trabajo alrededor del proceso investigativo en torno a la inclusión de la inteligencia emocional y los lenguajes artísticos en experiencias pedagógicas y de vida de maestros y maestras del Distrito Capital.</p>	<p>torno a las relaciones: emociones- cognición; inteligencia emocional- escuela; escuela-arte- emoción; lenguajes artísticos- escuela; y el papel que juegan en la configuració n de nuevos saberes en la</p>	<p><u>Lenguajes artísticos</u> <u>Formación integral</u> <u>Cualificación docente</u> <u>Habilidades</u> <u>emocionales</u> <u>Prácticas</u> <u>pedagógicas</u> <u>Emoción</u> <u>Cognición</u></p>	<p>Inteligencia emocional leídos en clave pedagógica se constituyen en escenarios de reconocimien to y transformaci ón no sólo de las prácticas pedagógicas, sino del ser humano que</p>	<p>un camino diferente a través de las artes, y así mismo, como las artes aportan a mejorar la inteligencia emocional en los estudiantes.</p>	
---	--	--	---	--	---	--	---	--

EMOCIONAL

59

				<p>escuela y las entradas metodológica s que se están generando desde la investigación educativa para comprender estos procesos, se convierte en nuestra apuesta. Reco nocemos que los lenguajes</p>		<p>aprende, enseña y vive diariamente el encuentro con el saber.</p>		
--	--	--	--	--	--	--	--	--

EMOCIONAL

60

				artísticos y la Inteligencia emocional leídos en clave pedagógica se constituyen en escenarios de reconocimien to y transformaci ón no sólo de las prácticas pedagógicas, sino del ser				
--	--	--	--	--	--	--	--	--

				humano que aprende, enseña y vive diariamente el encuentro con el saber.				
Cejudo, Javier Losada, Lidia Perez-Gonzales, Juan Carlos	Inteligencias múltiples y su relación con inteligencias cognitivas y emocional en adolescentes	No aplica	A partir del Inventario de Autoeficacia para Inteligencias Múltiples (IAMI), desarrollado en Argentina por Pérez,	Para este estudio se empleó un muestreo no probabilístico de tipo incidental o por accesibilidad	Inteligencias múltiples, Emociones, jóvenes	El análisis factorial exploratorio de la adaptación española identificó ocho factores correspondientes a cada tipo de	Contribuye con una abreviación más práctica, del Inventario de Autoeficacia para Inteligencias Múltiples (IAMI), desarrollado en Argentina por Pérez, Beltramino	http://hdl.handle.net/10554/33407

		<p>Beltramino y Cupani (2003), presentamos una adaptación abreviada para adolescentes españoles (IAMI-M40). IAMI evalúa la autoeficacia que los adolescentes tienen sobre las distintas inteligencias múltiples (IIMM) propuestas por</p>			<p>inteligencia del modelo de Gardner (1999), reteniendo 40 ítems de los 69 originales. Los resultados avalan la fiabilidad y la validez convergente del IAMI-M40</p>	<p>y Cupani (2003). En donde se evalúa los métodos para aplicar en la educación secundaria en adolescentes, una mejor calidad emocional.</p>	
--	--	---	--	--	---	--	--

			Gardner (1999).					
Rodriguez Gutierrez, Maria Paula	Las habilidades y competencias para la vida como ingrediente esencial de la educación emocional	¿De qué manera las habilidades para la vida fortalecen la educación emocional?	Identificar de qué manera las habilidades para la vida fortalecen la educación emocional	La investigación se enmarca en una metodología cualitativa que articula la etnografía con recursos como la observación participante, la entrevista semi estructurada	Educación emocional, Habilidades para la vida, Inteligencia emocional	Es importante decir que el propósito de estas conclusiones no es dar juicios cualitativos ni cuantitativos, no hay una intención de medir procesos, de	Proporciona un estudio el cual da papel que cumplen las habilidades y capacidades en la educación emocional, lo cual, ayudará al proyecto a entender un poco más cómo funciona la inteligencia emocional en los	http://hdl.handle.net/10554/46672

				<p>y la interpretación de la realidad. Con estos se advierte una interacción entre el investigador y los participantes y permiten que, en el trabajo en el contexto escolar, especialmente</p>		<p>prácticas, ni de métodos, lo que se busca es hacer una conclusión de los hallazgos de la investigación, porque, retomando a Guber (2001), “el investigador no se propone explicar una</p>	<p>niños, y lo fundamental que es implementar estrategias formativas que permitan fortalecer la inteligencia emocional en los estudiantes.</p>	
--	--	--	--	--	--	--	--	--

EMOCIONAL

65

				<p>e el aula de clase, se comprendan las relaciones entre el sujeto y su comprensión del entorno al que pertenece</p>		<p>cultura sino interpretarla o comprenderla ” (p. 40). Fernández y Montero (2016) hacen referencia a la educación emocional como instrumento principal en la tarea de guiar a los estudiantes</p>		
--	--	--	--	---	--	--	--	--

EMOCIONAL

66

						para que puedan vivir de manera enriquecedor a e innovadora la experiencia del aprendizaje para la vida, permitiéndol es hacer frente proactivamen te a los retos que ésta presenta, lo		
--	--	--	--	--	--	---	--	--

EMOCIONAL

67

						que implica responder con creatividad, comprensión y sentido de responsabilid ad. Sin duda las habilidades para la vida son herramientas que ayudan a enriquecer la vida personal y a		
--	--	--	--	--	--	---	--	--

EMOCIONAL

68

						transformar el entorno en el que vivimos, logrando vínculos sociales satisfactorios y relaciones sanas. Las habilidades y capacidades para la vida son más potentes cuando contribuyen a		
--	--	--	--	--	--	--	--	--

						un bienestar que incluye el contexto y las personas que lo habitan.		
Rodríguez Galán, Katia Paola	Cuentos para expresar. Biblioterapia para el reconocimiento emocional a través de literatura infantil	No aplica	Determinar de qué forma la literatura infantil promueve en niños de seis a once años la capacidad de estar atento,	La metodología aplicada será un programa de biblioterapia con un grupo de	: Biblioterapia, literatura infantil, desarrollo emocional, inteligencia emocional, libro álbum.	Comienzo con esta anécdota porque ese fue, precisamente, uno de los momentos más poderosos e	Da las herramientas necesarias, que se deben implementar a los estudiantes, para que desde tempranas edades regulen sus emociones a	http://hdl.handle.net/10554/46730

EMOCIONAL

70

			<p>a través de la posibilidad de reconocer, nombrar y dar sentido a las emociones.</p>	<p>ocho niños de los estratos 1 y 2 de Bogotá. El proceso consta de las siguientes etapas</p>		<p>impactantes del programa de biblioterapia. La gratitud de Ternura no solo demuestra un sentimiento de identificación sobresaliente, también es evidencia del planteamiento o que sostiene la</p>	<p>través del rol que cumple la literatura infantil.</p>	
--	--	--	--	---	--	---	--	--

EMOCIONAL

71

						<p>presente investigación : que proveer el libro adecuado, al niño adecuado, sobre el tema adecuado (Lundsteen, 1972 citado por Cornett & Cornett, 1980) es una de las mejores maneras que</p>		
--	--	--	--	--	--	--	--	--

						tiene el niño para conocerse a sí mismo y, en especial, para reconocer, aceptar e incluso sanar la complejidad de su universo emocional interior. Así pues, como se afirmó en		
--	--	--	--	--	--	---	--	--

EMOCIONAL

73

						el final del capítulo III, los niños encontraron en la ficción, y específicamente en el libro ilustrado infantil, un medio para reconocer y expresar sus emociones. Además, al concluir el proceso de		
--	--	--	--	--	--	---	--	--

EMOCIONAL

74

						biblioterapia, fue posible observar que ya se encontraban en la capacidad de identificar y diferenciar sus emociones, y lo que es más importante, de definir rumbos de acción para regularlas y		
--	--	--	--	--	--	---	--	--

						representarla s de la forma que les resultase más acertada y acorde a sus necesidades.		
Gómez Herrera, Andrea Martínez Gamboa , Natalia	Impacto de la inteligencia emocional en la práctica profesional del primer semestre del 2021	Teniend o en cuenta la coyuntur a causada por el Covid- 19, este	Analizar el impacto de la inteligencia emocional de los estudiantes de práctica profesional (modalidad remota) de la	La metodología utilizada en este trabajo fue analizar y examinar las característica s y diversas definiciones	Modalidades de trabajo Prácticas profesionales Covid-19 Inteligencia emocional en las organizaciones	Las diferentes competencias explicadas en el marco teórico permitieron concluir que el éxito	Analiza la afección del covid-19 en la inteligencia emocional de los estudiantes, aportando bases de cómo se debe enseñar la	http://hdl. handle.net /10554/54 730

		<p>proyecto tiene como propósito o responder a la pregunta: ¿Se impactó la inteligencia emocional de los estudiantes de</p>	<p>carrera de Comunicación Social de la PUJ durante el primer periodo del 2021.</p>	<p>que existen sobre la inteligencia emocional. Para esto, se realizaron cuadros comparativos que incluyen autores como Goleman, Sawaf, Cooper y Chernis (Pérez, 2014). Después del</p>		<p>profesional se consigue a través del uso adecuado de la inteligencia emocional, por esto y a partir de la información recolectada y del análisis profundo de los instrumentos aplicados fue posible llegar</p>	<p>inteligencia afectiva a los niños después de la pandemia.</p>	
--	--	---	---	---	--	---	--	--

		<p>Comuni cación Social de la PUJ durante su práctica profesio nal, en el primer semestre del 2021, de modalid</p>		<p>análisis de la información recogida, se concluyó que las emociones son fundamentale s para determinar el impacto que tienen en los demás. Por otro lado, se determinó que es indispensable</p>		<p>a las siguientes conclusiones: La modalidad remota ha transformado el desarrollo de las prácticas profesionales . Para poder entender los impactos en la inteligencia emocional</p>		
--	--	--	--	---	--	--	--	--

		ad remota?		identificar las causas de las emociones para orientarlas positivamente y generar impacto en el individuo y su alrededor. Esto, a su vez, puede resultar en impactos favorables para la organización.		que ha tenido el realizar la práctica profesional remota, es necesario estudiar el caso puntual de cada uno de los estudiantes debido a que existen diversas variables que pueden influir en la		
--	--	---------------	--	--	--	---	--	--

						forma en que cada individuo vive esta experiencia.		
Rodríguez Páez, Juan Felipe	Estilos de vida, inteligencia emocional y comportamientos sedentarios en adolescentes que toman clases	no aplica	Analizar los estilos de vida, los comportamientos sedentarios y la inteligencia emocional durante el periodo de confinamiento por Covid-19 de	Para el alcance de los objetivos de la presente investigación, se ha determinado un enfoque metodológico centrado en	Estilos de vida Comportamiento sedentario, Inteligencia emocional, Adolescentes, Covid-19	El periodo de confinamiento por Covid-19 fue un factor fundamental para el desarrollo de múltiples cambios en la sociedad,	Sugiere ajustes a las estrategias pedagógicas, para implementar una mejor calidad de enseñanza emocional en los jóvenes pos-pandemia; Analizando los estilos de vida que	http://hdl.handle.net/10554/58122

	<p>remotas durante el periodo de aislamiento por Covid-19</p>		<p>los estudiantes adolescentes pertenecientes a una institución educativa distrital, que toman clases remotas durante el segundo semestre de 2020.</p>	<p>un estudio cuantitativo descriptivo de corte transversal para analizar los estilos de vida, los comportamientos sedentarios y la inteligencia emocional durante el periodo de</p>		<p>desde la manera de estudiar, trabajar, socializar, hasta las múltiples formas que encontraron las personas para lograr comunicarse a pesar de la distancia debido a la cuarentena estricta en</p>	<p>los adolescentes comenzaron a llevar después del confinamiento, los factores adversos y las actividades sedentarias de los mismos, permitiendo entender más cómo se presenta la falta de inteligencia emocional hoy en día.</p>	
--	---	--	---	--	--	--	--	--

				<p>confinamient o por Covid- 19 de estudiantes adolescentes que pertenecen a una institución educativa distrital, que toman clases remotas durante el segundo semestre de 2020 en</p>		<p>ciudades como Bogotá, Colombia. A partir de allí, este periodo de confinamient o llevó a la modificación de rutinas y hábitos los cuales facilitaron a que poblaciones como la</p>		
--	--	--	--	---	--	---	--	--

EMOCIONAL

82

				<p>Bogotá- Colombia. Según Sampieri et al. (2014) este tipo metodología “consiste en ubicar en una o diversas variables a un grupo de personas u otros seres vivos, objetos, contextos,</p>		<p>adolescente tuvieran un estilo de vida diferente al que llevaban, debido a su falta de socialización, la no presencialida d en las aulas escolares y sus espacios de ocio y recreación se modificaron,</p>		
--	--	--	--	---	--	---	--	--

				fenómenos, comunidades, etc., y proporcionar su descripción. Son, por tanto, estudios puramente descriptivos y cuando establecen hipótesis” (p. 154). Como también, “consiste en		aumentando sus niveles de sedentarismo y sus problemas de salud mental como ansiedad, depresión y control de emociones. Teniendo en cuenta esto, se evidencia que efectivamente		
--	--	--	--	--	--	---	--	--

EMOCIONAL

84

				<p>describir fenómenos, situaciones, contextos y sucesos; estos, detallar cómo son y se manifiestan” (Sampieri et al., 2018, p. 92).</p>		<p>e el periodo de confinamiento por Covid-19 presentó una incidencia directa en factores como estilos de vida, comportamientos sedentarios e inteligencia emocional en la población</p>		
--	--	--	--	--	--	--	--	--

						adolescente.		
Orozco Rodríguez, Amelia de los Ángeles	Expresión manual como método de expresión para aumentar la inteligencia emocional en los jóvenes de Bogotá	¿Cómo desarrollar la inteligencia emocional en los jóvenes de Bogotá a partir de un producto que permita	Desarrollar la inteligencia emocional en los jóvenes de Bogotá por medio de un producto que permita reconocer y manejar las emociones a través de la expresión de la creatividad manual.	Oportunidad de diseño Con el objetivo de ayudar en la expresión emocional y el control de la misma en los jóvenes de Bogotá, se observa la posibilidad de diseñar un producto que	Inteligencia emocional Manejo de emociones Emociones Estabilidad emocional Salud mental Afrontamiento Expresión Creación manual Gratificación Terapia evolutiva Jóvenes Bogotá	La expresividad emocional es, evidentemente un camino para el aumento y mejora de la inteligencia emocional, que gracias al análisis generado en el proceso se	Presenta un producto que ayuda al desarrollo de la inteligencia emocional a través de la expresión manual y así mismo, trabaja 3 temas fundamentales (la familia, la infancia y la autoestima, tomando este,	http://hdl.handle.net/10554/54132

		<p>el reconocimiento y el manejo de las emociones a través de la expresión de la creatividad ad manual?</p>		<p>genere un proceso evolutivo en esta expresión emocional. Basado en metodologías de la psicología, 16 se propone crear tal producto como instrumento en un proceso de</p>		<p>logró implementar una metodología de creación manual como terapia para el afrontamiento o 102 de situaciones y emociones de la vida cotidiana, lo cual se ha</p>	<p>para la futura investigación.</p>	
--	--	---	--	---	--	---	--------------------------------------	--

				<p>ayuda, el cual consta de etapas de creación manual con materiales, actividades e instrucciones.</p> <p>La terapia gestáltica evidencia resultados de la expresión plástica como medio de afrontamiento emocional</p>		<p>venido presentando como teorías y propuestas de diversas fuentes y expertos en el tema de salud mental.</p> <ul style="list-style-type: none"> • A pesar de que muchos jóvenes no asistan al psicólogo o no tengan ningún tipo de 		
--	--	--	--	---	--	---	--	--

				<p>“La Gestalt pone énfasis en sentir, vivenciar, descubrir y explorar. Solamente después de vivir estos procesos psicológicos, cobran importancia otros como pensar, conceptualizar y</p>		<p>ayuda en su control emocional, se ha observado que muchos tienen la necesidad de ayudarse con el aumento de su inteligencia emocional y están dispuestos a vivir experiencias y procesos</p>		
--	--	--	--	--	--	---	--	--

				comprender” (Ordóñez, 2013, p. 17). Para lograr una interpretació n psicológica que logre conectar a los pacientes, o usuarios en este caso, con los psicólogos o terapeutas.		que les contribuyan positivament e en su objetivo.		
León	Relación	No	Establecer	En el estudio	Inteligencia	El estudio en	Permite entender	http://hdl.ha

Ibagué, Jeimy Lorena	entre la inteligencia emocional de padres de estudiantes de cuarto grado del Colegio Cumbres y sus prácticas de crianza	aplica	relaciones entre las habilidades de Inteligencia Emocional de Mayer y Salovey y las Prácticas de Crianza de padres de familia de 4° grado del Colegio Cumbres a través de un estudio correlacional para brindar	participaron un total de 27 padres de familia (15 mujeres y 12 hombres), de estudiantes de cuarto grado del Colegio Cumbres ubicado en Chía, de carácter privado, confesional, trilingüe,	emocional Crianza de niños Padres e hijos Afecto (Psicología) Habilidades blandas	general muestra que hay mayor relación entre la Inteligencia Emocional y las Prácticas de Crianza relacionadas con el Apoyo Afectivo que con la Regulación del Comportamie nto.	la relación entre la crianza y la inteligencia emocional, como se ven evidenciados equivalentes en los niños y como las circunstancias de vida están ligadas a su crianza y enseñanza emocional.	ndle.net/108 18/42917
----------------------------	---	--------	---	---	---	---	---	---

			<p>recomendaciones a la Institución Educativa de propuestas de intervención al Programa de Formación a familias.</p>	<p>mixto y estrato socioeconómico 5 y 6. El 74% es padre o madre de niñas y el 26% de niños. El 96,2% tiene una familia tradicional, es decir que viven juntos padre, madre e hijos y el</p>		<p>La comprensión y regulación emocional se relacionan de manera positiva con las Prácticas de Crianza de apoyo afectivo, especialmente las prácticas relacionadas con el</p>		
--	--	--	--	--	--	---	--	--

				<p>3,7% viven separados. El 51, 8% tiene nivel educativo de postgrado, el 44, 4% tiene pregrado y el 3,7% tiene nivel educativo tecnológico. El 66, 6% tiene entre 37 y 45 años y el 33, 3% tiene entre 45</p>		<p>afectó, la orientación positiva y el cuidado. También existe una relación positiva entre Regulación Emocional y Regulación del Comportamiento de los hijos, pero no se pudo profundizar</p>		
--	--	--	--	--	--	--	--	--

				<p>y 56 años. El 96,2% tiene entre 2 y 5 hijos y el 3, 7% tiene hijo único en su familia. Se ha elegido cuarto grado, porque es el curso de todo el colegio que más presenta dificultades de</p>		<p>en estas relaciones por la cantidad de participantes de la muestra.</p>		
--	--	--	--	--	--	--	--	--

				regulación según los reportes de los docentes desde el preescolar en los Comités de Evaluación y Promoción, y se han relacionado estas dificultades de regulación emocional y de				
--	--	--	--	--	--	--	--	--

				comportamiento con la Inteligencia Emocional de sus padres y sus Prácticas de Crianza				
Pablo Fernández-Berrocal, Desiree Ruiz Aranda	La Inteligencia emocional en la Educación	No aplica	En primer lugar, los autores examinan el debate surgido en diferentes países (como por ejemplo, Reino Unido, Estados Unidos	No aplica	Inteligencia emocional, ajuste personal, éxito académico, políticas educativas.	El pequeño Alfred Binet habría agradecido que su profesora Martha hubiera tenido la IE		https://ojs.ua.es/ojs/index.php/EJREP/article/view/1289

EMOCIONAL

96

		<p>y España) sobre las políticas educativas para facilitarles a los niños el mejor comienzo en sus vidas y el desarrollo de sus habilidades de IE. En segundo lugar, presentan los modelos teóricos de IE y describen con detalle el modelo de Ma-</p>			<p>suficiente para señalar su error, pero sin esa carga de emociones destructivas con las que de forma imprudente lo hizo. La sociedad europea en la que nació y vivió Binet ha cambiado de forma vertiginosa y</p>		
--	--	--	--	--	---	--	--

			<p>yer y Salovey (1997).</p>			<p>ya casi no es reconocible desde nuestra mentalidad del siglo XXI. En cambio, la escuela en la que se formó Binet aún pervive en alguno de sus aspectos menos evolucionado</p>		
--	--	--	----------------------------------	--	--	--	--	--

Conciencia emocional		Regulación emocional		Autonomía emocional	
OBJETIVOS	Saber identificar qué emociones estamos sintiendo en cada momento	Saber distinguir las emociones, el comportamiento y el pensamiento	Capacidad de valorarnos a nosotros y nosotros mismos	ACTIVIDADES	Mi emociones Ahora siento Conozco mis emociones
Empiezo a ser consciente de mis emociones	Me siento... Conozco las emociones del resto	Soy consciente de la situación entre la emoción, el pensamiento y el comportamiento	Auto-valoración	Y tú, ¿cómo me ves? Porque soy lo que soy	¿La verdad está medio llena o medio vacía? Dime qué cara tienes y tú dime qué te tienes
Comienzo a nombrar mis emociones	Conocer nuestras emociones (lo que nos produce) / compartirlos con nuestros y nuestros compañeros	Saber que tanto las emociones como el comportamiento pueden ser controlados a través del pensamiento	Responsabilidades	Responde a través de actitudes poniendo en las situaciones de la vida diaria	Nazco, crezco y maduro Yo lo miro, lo pongo
Estoy conociendo las emociones de las demás personas	Conocer los sentimientos de los demás y personal cuando se quedan en un momento de angustia	Saber regular y expresar de forma adecuada las expresiones	Capacidad para criticar las normas sociales	Responde a través de responsabilidades de cada uno y una	¿Lo miro si que es inevitable? Criticando la sociedad
Que cada uno o uno acepte sus emociones de cada	Ser conscientes de las consecuencias que nuestras acciones pueden tener en el resto	Cuando estoy viviendo una emoción negativa, debo saber por qué la estoy sintiendo	Ser capaz de pedir ayuda	1+1=10011 La verdad, no me las arreglo nada mal	
Ser capaz de utilizar las emociones con sentido	Que cada uno o uno acepte sus emociones de cada	Hacer frente a situaciones creadas por emociones intensas			
	Barras cuenta de que a veces tenemos prejuicios en sentido	1.2.3.4.5.6 Relajarme a través de la respiración Voy a intentar irme a dormir que ya queda poco			
	No me gusta que me llamen "triste", "triste" o "triste". Es así y todos y todas lo saben	Aprenderemos los hábitos para ser felices, amor, humor y poder gozar de cada momento de la vida			
	Es así y todos y todas lo saben	Estoy bien, estoy bien, estoy bien			

Beatriz Ezeiza Urdangarin Antton Izagirre Gorostegi Arantza Lakunza Arregi (Ed.). (s/f). Programa inteligencia emocional

secundaria 12-14 años. [https://www.orientacionandujar.es/wp-content/uploads/2015/11/Programa-Inteligencia-Emocional-Secundaria-](https://www.orientacionandujar.es/wp-content/uploads/2015/11/Programa-Inteligencia-Emocional-Secundaria-12-14-a-a-C3%B1os.pdf)

12-14-a-a-C3%B1os.pdf