

**UNIVERSIDAD DE EL SALVADOR
FACULTAD MULTIDISCIPLINARIA ORIENTAL
DEPARTAMENTO DE CIENCIAS Y HUMANIDADES
SECCIÓN DE PSICOLOGÍA**



TEMA DE INVESTIGACIÓN:

**“APLICACIÓN DE PROGRAMA PSICOTERAPÉUTICO PARA EL
DESARROLLO DE LA INTELIGENCIA EMOCIONAL EN LOS
ESTUDIANTES DE BACHILLERATO GENERAL EN EL INSTITUTO
NACIONAL “ISIDRO MENÉNDEZ” DEL DEPARTAMENTO DE SAN
MIGUEL EN EL AÑO DOS MIL DOCE”**

**INFORME FINAL DEL TRABAJO DE INVESTIGACIÓN PARA OPTAR
AL GRADO DE:**

LICENCIATURA EN PSICOLOGÍA

PRESENTADO POR:

**AMAYA ORTIZ, NELSON OMAR
CABRERA REYES, RONALD JAVIER
MEDINA RAMOS, JEOVANNY EXEQUIEL**

DOCENTE ASERORA:

LICDA. EVA DE JESÚS CALDERÓN MATA

**CIUDAD UNIVERSITARIA ORIENTAL, SEPTIEMBRE DE 2012.
EL SALVADOR, CENTRO AMÉRICA.**

UNIVERSIDAD DE EL SALVADOR

AUTORIDADES

ING. MARIO ROBERTO NIETO LOVO

RECTOR

LICDA. ANA MARIA GLOWER DE ALVARADO

VICE-RECTOR ACADEMICO

LIC. SALVADOR CASTILLO (INTERINO)

VICE-RECTOR ADMINISTRATIVO

DRA. ANA LETICIA ZAVALA DE AMAYA

SECRETARIA GENERAL

FACULTAD MULTIDISCIPLINARIA ORIENTAL

AUTORIDADES

LIC. CRISTOBAL HERNAN RIOS BENITEZ

DECANO

LIC. CARLOS ALEXANDER DIAZ

VICE- DECANO

LIC. JORGE ALBERTO ORTEZ

SECRETARIO

DEPARTAMENTO DE CIENCIAS Y HUMANIDADES

AUTORIDADES

LIC. RUBEN ELIAS CAMPOS MEJIA

JEFE DE DEPARTAMENTO DE CIENCIAS Y HUMANIDADES

LIC. LUIS ROBERTO GRANADOS GOMEZ

COORDINADOR DE PROCESOS DE GRADO

DEPARTAMENTO DE CIENCIAS Y HUMANIDADES

LIC. NAHUM VASQUEZ NAVARRO

COORDINADOR DE LA SECCION DE PSICOLOGIA

LICDA. EVA DE JESUS CALDERON MATA

DOCENTE DIRECTORA

AGRADECIMIENTOS ESPECIALES

A Dios: Por iluminarnos y guiarnos en el transcurso de nuestras vidas y carrera universitaria.

A la docente asesora de este trabajo de grado: Licda. Eva de Jesús Calderón Mata, por su dedicación en sus conocimientos compartidos, apoyo disposición de tiempo.

A los docentes de la sección de psicología: Por contribuir en nuestro proceso de formación académica y profesional.

Al director del Instituto Nacional “Isidro Menéndez”: Lic. René Reyes Larios por permitirnos realizar la investigación en la institución, además de proporcionarnos la información pertinente, el espacio y tiempo para la ejecución de las diversas actividades de evaluación.

A la Institución y su personal: Por su accesibilidad al permitirnos realizar nuestra investigación, la cual aporó beneficios significativos en el desarrollo de la Inteligencia Emocional de los estudiantes seleccionados para la ejecución del proyecto.

DEDICATORIA

Por el éxito académico y la culminación de mi carrera profesional, agradezco de manera muy especial a todas las personas que con su esfuerzo y sacrificio me apoyaron incondicionalmente y que hicieron posible este triunfo el cual se los dedico de todo corazón.

A Dios:

Por la bendición que me ha proporcionado y permitirme finalizar mi carrera exitosamente, por haberme iluminado y fortalecido espiritualmente a lo largo de todo el proceso de mi formación profesional. Por siempre estar presente en mi vida y darme la sabiduría necesaria para enfrentar las dificultades que se me presentaron y por bendecirme siempre a mí y a mi familia.

A mi madre:

Teodora Ortiz González viuda de Amaya, por todas sus atenciones, su motivación y apoyo moral que me proporcionó en el transcurso de mi formación profesional, su sacrificio con el cual fue posible que culminará mi carrera y por haberme apoyado en todo y ser una persona fundamental para lograr mi éxito personal y profesional.

A mi hermana:

Elizabeth Delmira Ortiz, por apoyarme incondicionalmente en todo el proceso de mi formación académica y ser un apoyo y fortaleza moral, por ser una fuente de motivación e inspiración, por su comprensión y atención en todo momento y por orientarme correctamente en mi vida.

A mi hermana:

Hilda Francisca Amaya, por apoyarme en todo momento y por ser una persona que me ha proporcionado buen ejemplo para guiarme en mi vida.

A mi sobrino:

Carlos Alexander Amaya, por el apoyo incondicional durante todo el proceso de mi formación profesional, motivación e inspiración.

A mi tío:

Santos Ortiz González, por su apoyo motivacional, por aconsejarme, por ser un amigo, fortalecerme en todo momento e inspirarme para culminar exitosamente mi formación académica.

¡A todos infinitamente gracias!

Nelson Omar Amaya Ortiz

DEDICATORIA

Este triunfo académico va dedicado a todos/as los/las seres que apoyaron incondicionalmente el camino de mi preparación académica, ya que de no haber contado con incomparable apoyo hubiese sido difícil la culminación de este objetivo.

A DIOS TODOPODEROSO:

Por haberme dado fortaleza, salud y la oportunidad de guiarme para asumir el esplendido reto de la superación personal y académica, permitiéndome con su divino poder superar todos los obstáculos y adversidades que se me presentaron en el transcurso de la carrera.

A MI MADRE Y PADRE:

María Heribertha Reyes de Cabrera y José Edgar Cabrera Chávez; por su apoyo incondicional durante todo mi proceso de formación educativa y como persona, ser ejemplo de perseverancia, fomentando en mi vida principios éticos y morales, así mismo por orientarme en todo momento hacia el camino del éxito.

A MI HERMANO:

José Edgar Cabrera Reyes; por apoyarme y brindarme la confianza necesaria durante el proceso de mi formación académica.

A Ustedes ¡Gracias Totales!

Ronald Javier Cabrera Reyes

DEDICATORIA

Tras un logro hay innumerables esfuerzos que confluyen de forma diversa y que brindan el apoyo necesario para alcanzar lo propuesto. Quiero de alguna forma agradecer a todos aquellos que de diversas maneras me apoyaron en la consecución de mi formación académica, pues no hay ayudas pequeñas ¡gracias a todos/as!, Pero de un modo especial y meritoriamente dedico este logro a:

DIOS TODOPODEROSO

De quien me he sentido acompañado y fortalecido en todo momento, ¡gracias Dios! Por iluminarme y guiarme con tu sabia sabiduría y permitirme así vencer los diversos obstáculos presentados en todo este caminar y sé que cuento contigo para lo que viene...

A MIS PADRES

Especialmente a mi papá **Andrés Medina**, ¡este logro es tuyo papá!, Un hombre que considero de mucha sabiduría y que me ha sabido comprender, y es quien me ha apoyado con su esfuerzo para que yo obtuviera este logro, gracias papá, de ti y de mi mamá, **María Estebana Ramos** he aprendido valores importantes para la vida...

A MIS HERMANAS Y DEMÁS FAMILIARES:

A mis hermanas con quienes convivo y quienes son testigos de mis desvelos gracias por sus atenciones hermanitas, a mis abuelas y abuelo, tíos y tías y demás familia gracias por sus apoyos ocasionales...

¡Gracias a todos!

Jeovanny Exequiel Medina Ramos

ÍNDICE

<u>CONTENIDO</u>	<u>PÁGINA</u>
Introducción.....	i
 <u>CAPÍTULO I</u>	
<u>PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA</u>	
1.1. Descripción del problema.....	18
1.2. Delimitación del tema.....	21
1.3. Preguntas de investigación.....	21
1.4. Objetivos.....	22
1.5. Alcances y limitaciones.....	23
 <u>CAPÍTULO II</u>	
<u>MARCO TEÓRICO</u>	
2.1. Definiciones y conceptos de la IE.....	26
2.1.1. ¿Cuáles son los orígenes de este concepto?.....	26
2.1.2. Diversas definiciones de la Inteligencia Emocional (IE)..	26
2.2. Antecedentes de investigación.....	27
2.3. Base teórica.....	28
2.3.1. La adecuación en el manejo de las emociones.....	28

2.3.2.	Nueva visión de la inteligencia.....	29
2.3.3.	La alfabetización emocional.....	30
2.4.	La inteligencia emocional en adolescentes.....	31
2.4.1.	La aplicación de programas, un recurso para desarrollar la inteligencia emocional.....	32
2.4.2.	Beneficios de la aplicación de programas en (IE).....	33
2.5.	Consideraciones a tener en cuenta en el desarrollo de un programa de inteligencia emocional.....	35
2.5.1.	Prestar atención a las distorsiones afectivas.....	36
2.5.2.	¿Cómo medir los niveles de inteligencia emocional?.....	37
2.6.	Instrumentos clásicos de evaluación de inteligencia emocional: cuestionarios y escalas.....	37
2.6.1.	Medidas de evaluación de inteligencia emocional basada en observadores externos.....	38
2.6.2.	Medidas de habilidad de la inteligencia emocional basadas en tareas de ejecución.....	38

CAPÍTULO III

DISEÑO METODOLÓGICO

3.1.	Metodología.....	40
3.2.	Características de la población.....	40

3.3.	Método de investigación.....	40
3.4.	Tipo de investigación.....	41
3.5.	Universo, población y muestra.....	41
3.5.1.	Determinación del tamaño de la muestra.....	42
3.5.2.	Tipo de muestra.....	45
3.6.	Diseño de investigación.....	45
3.7.	Hipótesis.....	47
3.8.	Prueba de hipótesis.....	48
3.9.	Variables.....	49
3.9.1.	Operativización de variables.....	49
3.9.2.	Indicadores de variables.....	51
3.10.	Instrumento utilizado.....	54
3.11.	Procedimiento.....	64

CAPÍTULO IV

ANÁLISIS DE RESULTADOS

4.1.	Análisis de resultados	67
4.2.	Tablas con información y resultados de la escala de inteligencia emocional.....	77
4.2.1.	Tabla con los resultados de prueba de entrada del grupo experimental.....	77

4.2.2.	Tabla con los resultados de la prueba de salida del grupo experimental.....	79
4.2.3.	Tabla con los resultados de la prueba de entrada del grupo control.....	81
4.2.4.	Tabla con los resultados de la prueba de salida del grupo control.....	83
4.3.	Cuadros y representaciones gráficas del nivel de inteligencia emocional en los adolescentes.....	85
4.4.	Cuadros y graficas representativas de los niveles de inteligencia emocional del grupo experimental antes y después de la aplicación del programa de IE.....	91
4.5.	Cuadros y graficas comparativas de los niveles de inteligencia emocional entre el grupo experimental y el grupo control en las pruebas de entrada y de salida.....	98
4.6.	Tablas y graficas de la media de crecimiento entre la prueba de entrada y la prueba de salida de los grupos experimental y control.....	110

CAPÍTULO V

CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

5.1.	CONCLUSIONES.....	117
5.2.	RECOMENDACIONES.....	119
5.3.	REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.....	120

ANEXOS

Anexo 1:

Cronograma de actividades

Anexo 2:

Instrumento (Escala para medir el nivel de inteligencia emocional).

Anexo 3:

Hoja de respuesta de la escala de inteligencia emocional.

Anexo 4:

Programa de inteligencia emocional.

Anexo 5:

Hoja de asistencia al programa de inteligencia emocional.

Anexo 6:

Procedimiento y resultados de la aplicación de la prueba estadística "t"
Student.

Anexo 7: Tabla de distribuciones de la "t" Student

INTRODUCCIÓN

“Muchos de los recursos psicológicos y sociales, necesarios para afrontar una transición vital, como la de la adolescencia, no forman parte de la educación que recibe el individuo. Diversos autores (GADNER, 1995; GOLEMAN, 1997) aseguran que como mucho el CI (Coeficiente de Inteligencia) predice en un 20% el éxito relativo en la vida. El 80% restante está en manos de otros factores, entre los que destacan las capacidades de la inteligencia emocional, tales como: la motivación personal, la persistencia en las dificultades, el control impulsivo y la demora de la gratificación, la empatía, la capacidad de mantener la esperanza y la habilidad en mantener un buen control emocional.”(Clemente Lobato, revista Misión Joven No. 248 Profesor de la Universidad del País Vasco.)

Son muchos los autores y diversos trabajos investigativos los que destacan los grandes beneficios que atañen la formación en las diversas áreas de la inteligencia emocional para la obtención del éxito y la realización personal. También hay investigaciones que enumeran beneficios del desarrollo de la inteligencia emocional de los jóvenes en el ámbito educativo, beneficios tales como: autoestima saludable, mejor rendimiento académico, excelentes relaciones interpersonales, disminuye las conductas violentas, se es más asertivo, ayuda a afrontar las situaciones estresantes, reduce la ansiedad, mejora la convivencia en los centros educativos, etc.

El presente trabajo investigativo alude a la aplicación de un programa psicoterapéutico para el desarrollo de la inteligencia emocional en jóvenes y adolescentes, con el programa se busca conocer que tanto influye la aplicación de este en los niveles de inteligencia emocional de los jóvenes y adolescentes estudiantes.

La investigación se va desarrollando de la siguiente forma: lo primero es el planteamiento del problema con las respectivas preguntas de investigación, hipótesis y variables, posteriormente la investigación es sustentada con recopilaciones teóricas expuestas en el marco teórico, después se expone el camino metodológico que orientó la investigación, el penúltimo paso es el análisis de los datos que se obtuvieron en el proceso investigativo.

Por último las conclusiones y recomendaciones y una serie de anexos que respaldaran el proceso investigativo, entre los cuales destacan los anexos II y IV en los cuales queda plasmado como parte del trabajo de investigación la elaboración de una escala para la medición de la inteligencia emocional, y el diseño de un programa psicoterapéutico para el desarrollo de la inteligencia emocional, instrumentos que podrán ser utilizados en investigaciones análogas posteriores.

CAPÍTULO I
PLANTEAMIENTO
DEL PROBLEMA

1. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

1.1 DESCRIPCIÓN DEL PROBLEMA

La sociedad actual, sociedad de la información y del conocimiento, se caracteriza por la complejidad del mundo industrial y tecnológico, y por una tendencia a la mundialización económica y cultural. Por ello, exige el uso de todas nuestras capacidades y de nuevas competencias personales, sociales y profesionales para poder conseguir un desempeño efectivo y afrontar los continuos cambios que se nos imponen. Y los jóvenes en el contexto educativo no están exentos de ser influenciados por este ambiente cambiante, en el que se exigen mayores competencias para el éxito tanto personal como académico.

Por tanto, tenemos una juventud que se desarrolla en nuevos entornos, en donde se vivencia una serie de nuevas realidades y problemas sociales, por ejemplo, la mayoría de los adolescentes crece en hogares disfuncionales o desintegrados, situación que marca de muchas carencias afectivas a los muchachos.

Otra situación son los cambios que ocasiona la emigración en las familias, y los efectos de la crisis económica, el desempleo, el que los padres tengan que trabajar ambos ó por más tiempo; otros jóvenes han tenido que crecer con un solo progenitor, abuelos u otro familiar, puesto que uno o ambos padres tuvieron que emigrar en búsqueda de mejores ingresos económicos; el hecho de que no hayan verdaderos esfuerzos de las instituciones correspondientes por insertar a los jóvenes en ocupaciones productivas; la violencia, que alcanza los más altos índices en nuestro país, el camino fácil que se les presenta a los jóvenes a pasar a integrar las filas de una “pandilla” o “mara”; todos estos problemas o situaciones y otros similares son parte de la realidad del joven y del adolescente de hoy en el país.

Jóvenes que viven en ciertas realidades como estas son los que llegan a las instituciones de educación, como; los centros escolares y los Institutos. Y esta es en parte la preocupación y necesidad que hay por buscar caminos que lleven a desarrollar nuevas competencias personales, que le proporcionen, al joven y a los adolescentes, que en su mayoría son los que más se ven afectados, alternativas de desarrollo y de éxito en sus vidas, enfocándose, no precisamente en la resolución de sus problemas, porque difícilmente alguna entidad, aunque tuviese la intención, lograra resolver estos problemas, sino mas bien, buscando en ellos (los jóvenes) el desarrollo de sus capacidades y habilidades sociales, que les dé un adecuado conocimiento de sí mismos, y de los otros, una capacidad de decisión, y que fortalezca su autoestima, y asertividad y/u otras habilidades que tan necesarias se han vuelto para el alcance de la felicidad y el éxito en diversas áreas de la vida, y de esta manera serán ellos mismos (los jóvenes) parte de la solución de todos estos problemas.

Es por estos precedentes, imprescindible la creación de programas orientados desarrollar nuevas habilidades en los jóvenes y se ha visto a bien reforzar en ellos el nivel de inteligencia emocional, Puesto que, con el desarrollo de la inteligencia emocional los adolescentes pueden tener una mejor perspectiva para el futuro, forjándose metas y objetivos que pueden ser asequibles tanto a corto, mediano y largo plazo.

Se conoce, que el nivel de desarrollo de la inteligencia emocional influye en diferentes aspectos de la personalidad: psicológico, físico y social; en el sentido de que existe una relación entre los factores mencionados y las emociones ya que para lograr un propósito mentalmente se debe pensar de forma optimista y en cuanto a lo social el nivel de asertividad, comprensión, empatía y control de las emociones influyen significativamente en la relaciones interpersonales y en la toma de decisiones.

Cuando se habla de La inteligencia emocional se entenderá, que es la capacidad de cada persona para reconocer sentimientos propios y ajenos, y la habilidad de esta para manejarlos. Y que se caracteriza por la capacidad de motivación hacia sí mismo, de perseverar en el empeño a pesar de las posibles frustraciones, de controlar los impulsos, de diferir las gratificaciones, de regular los propios estados de ánimo, de evitar que la angustia interfiera con sus facultades racionales y la capacidad de empatizar y confiar en los demás.

En la adolescencia, etapa de muchos cambios, la inteligencia emocional por lo general está en desarrollo en el sentido que los jóvenes son parte de un proceso de formación como personas, es decir, que ellos aprenden algunas habilidades sociales y a manejar diferentes estados emocionales en sus familias, centros de estudios y en cualquier otro grupo social en el que se vean inmiscuido, en base a la enseñanza u orientación que reciben y perciben de sus padres, así mismo en los centros de estudio.

Es en esta etapa que muchos estudiantes desertan de la escuela o colegio ocasionado por diversos factores, entre los cuales se puede mencionar el aspecto emocional de los adolescentes que no tienen muy claro su futuro o que hacer en su vida, por otra parte se encuentran vulnerables a relacionarse con personas de mala influencia, en algunos la falta de confianza les dificulta el proceso de aprendizaje.

De esta manera, se vuelve necesidad aplicar programas psicoterapéuticos a los jóvenes y adolescentes estudiantes, que fortalezcan su esfera emocional para que afronten toda esa diversidad de situaciones, más aun, en esta etapa del desarrollo humano, en la que el individuo experimenta emociones de cualquier tipo.

Teniendo en cuenta la importancia de la inteligencia emocional la investigación realizada tuvo el objetivo primordial, en primer lugar de conocer el nivel de inteligencia emocional de cada estudiante, posteriormente el de aplicar el programa psicoterapéutico, para ayudar a desarrollar en lo mayor posible la inteligencia emocional.

1.2. DELIMITACIÓN DEL TEMA

- “Será de Utilidad la Aplicación de un Programa Psicoterapéutico Para el Desarrollo de la Inteligencia Emocional en los Estudiantes de Bachillerato General en el Instituto Nacional “Isidro Menéndez” del Departamento de San Miguel en el Año Dos Mil Doce”.

1.3. PREGUNTAS DE INVESTIGACIÓN

- ¿Es la inteligencia emocional un factor que influye en el comportamiento de los individuos?
- ¿Será el desarrollo de la inteligencia emocional un factor de utilidad en el área académica de los estudiantes de bachillerato general?
- ¿Existirá un limitado desarrollo de la inteligencia emocional en la etapa de la adolescencia de los estudiantes de bachillerato general?

1.4. OBJETIVOS

OBJETIVO GENERAL:

- Desarrollar habilidades en el manejo de las emociones por medio de la aplicación de psicoterapia a los estudiantes de bachillerato general en el Instituto Nacional “Isidro Menéndez” del departamento de San Miguel durante el año dos mil doce.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS:

- Implementar un programa psicoterapéutico orientado al desarrollo de la inteligencia emocional en los estudiantes de bachillerato general en el Instituto Nacional “Isidro Menéndez” durante el año dos mil doce.
- Indagar el nivel de inteligencia emocional por medio de la utilización de diferentes test psicológicos en los estudiantes de bachillerato general en el Instituto Nacional “Isidro Menéndez” durante el año dos mil doce.
- Desarrollar el nivel de inteligencia emocional en los estudiantes de bachillerato general en el Instituto Nacional “Isidro Menéndez” durante el año dos mil doce.

1.5. ALCANCES Y LIMITACIONES

ALCANCES:

- Se indagó el nivel de inteligencia emocional que poseen los estudiantes de bachillerato general del Instituto Nacional “Isidro Menéndez” del departamento de San Miguel durante el año dos mil doce.
- Se consiguió incentivar para que desarrollen la inteligencia emocional a los jóvenes estudiantes de bachillerato general del Instituto Nacional “Isidro Menéndez” del departamento de San Miguel durante el año dos mil doce.
- A través de la implementación del programa psicoterapéutico se logró informar a los estudiantes de bachillerato general del Instituto Nacional “Isidro Menéndez” del departamento de San Miguel, sobre las diferentes áreas que conforman la inteligencia emocional.
- Por medio de la ejecución del programa psicoterapéutico se reforzó las diferentes áreas que comprenden la inteligencia emocional en los estudiantes de bachillerato general del Instituto Nacional “Isidro Menéndez” del departamento de San Miguel durante el año dos mil doce.
- Con los resultados obtenidos de la investigación se da apertura a futuros estudios sobre la temática.

LIMITACIONES:

- El horario con el que disponían los estudiantes de bachillerato general del Instituto Nacional “Isidro Menéndez” para la ejecución del programa psicoterapéutico.
- El poco tiempo que tenían los estudiantes de bachillerato general del Instituto Nacional “Isidro Menéndez” para la aplicación del instrumento de investigación.
- La inestabilidad en la asistencia al programa psicoterapéutico por parte de los estudiantes de bachillerato general del Instituto Nacional “Isidro Menéndez”.
- Los pocos recursos con los que se disponía para realizar la investigación.
- El espacio físico presentó algunas limitaciones condicionales para el desarrollo de ciertas actividades del programa psicoterapéutico.

CAPÍTULO II

MARCO TEÓRICO

2. LA INTELIGENCIA EMOCIONAL (IE)

2.1 DEFINICIONES Y CONCEPTOS DE LA INTELIGENCIA EMOCIONAL (IE):

2.1.1 ¿Cuáles son los orígenes de este concepto?

Se podría decir que El concepto de inteligencia emocional nace con la necesidad de responder a una cuestión que puede parecer simple: ¿por qué hay personas que se adaptan mejor que otras a las diferentes contingencias de la vida? Y comprometidos a responder; Varios influyentes investigadores en el ámbito del estudio de la inteligencia, comenzaron a reconocer la importancia de los aspectos no cognitivos. Thorndike, en 1920, utilizó el término inteligencia social para describir la habilidad de comprender y motivar a otras personas. David Wechsler en 1940, describe la influencia de factores no intelectivos sobre el comportamiento inteligente, y sostiene, además, que nuestros modelos de inteligencia no serán completos hasta que no puedan describir adecuadamente estos factores.

En 1983, Howard Gardner, en su Teoría de las inteligencias múltiples Frames of Mind: The Theory of Multiple Intelligences introdujo la idea de incluir tanto la inteligencia interpersonal (la capacidad para comprender las intenciones, motivaciones y deseos de otras personas) y la inteligencia intrapersonal (la capacidad para comprenderse uno mismo, apreciar los sentimientos, temores y motivaciones propios). Y en 1985 Wayne Leon Payne, un alumno graduado de una universidad de artes alternativas liberales en los Estados Unidos, escribió una tesis para su doctorado que incluyó el término "inteligencia emocional" en el título. Este parece ser el primer uso académico del término "inteligencia emocional"¹

2.1.2 Diversas definiciones de la Inteligencia Emocional (IE)

Por inteligencia emocional (IE) se entiende, que es la capacidad para reconocer sentimientos propios y ajenos, y la habilidad para manejarlos.

¹ http://www.inteligencia-emocional.org/actividades/inteligencia_exitosa3.htm 28/02/2012

(Daniel Goleman). Goleman estimó que la inteligencia emocional se podía organizar entorno a cinco capacidades que son: conocer las emociones y sentimientos propios, manejarlos, reconocerlos, crear la propia motivación, y gestionar las relaciones.²

La inteligencia emocional es un conjunto específico de aptitudes que se hallan implícitas dentro de las capacidades abarcadas por la inteligencia social. Las emociones aportan importantes implicaciones en las relaciones sociales, sin dejar de contribuir a otros aspectos de la vida como el área académica.

Salovey la definió como "un tipo de inteligencia social que incluye la habilidad de supervisar y entender las emociones propias y las de los demás, discriminar entre ellas, y usar la información para guiar el pensamiento y las acciones de uno" (Mayer y Salovey, 1993: 433). Este concepto propuesto por Salovey y Mayer incluye además el hecho de que son meta-habilidades que pueden ser categorizadas en cinco competencias o dimensiones: 1).- Autoconciencia 2).- Control Emocional y Autorregulación 3).- Auto-motivación y Motivación 4).- Empatía 5).- Habilidades Sociales³

2.2 ANTECEDENTES DE INVESTIGACIÓN:

Entre las investigaciones anteriores respecto a la aplicación de programas en inteligencia emocional se encuentran: una realizada por egresados de la Universidad de Oriente (UNIVO) autores: (Cedillos Santos, Noemí del Carmen. Enríquez Marcia, Nora Eliceth. Y Márquez Araujo, José Ángel) en el año 2006. Investigaron; las influencias de un programa de inteligencia emocional para la adaptación de los/las estudiantes de segundo año de Bachillerato en asistencia contable que asistían al Instituto Nacional "Isidro Menéndez" de la Ciudad de san Miguel.

² http://es.wikipedia.org/wiki/Inteligencia_emocional

³ http://www.inteligencia-emocional.org/actividades/inteligencia_exitosa3.htm 28/02/2012

Teniendo como objetivo general, determinar si un programa de inteligencia emocional mejoraría la adaptación social de los/las estudiantes.⁴

Otra realizada por egresados de la Universidad de El Salvador, Facultad Multidisciplinaria Oriental. Autores: (Alan Benedict Blanco Jiménez. Sandra Guadalupe Pérez López. Y Rosa Argentina Yánes Cruz) en el año 2010. Investigaron las características de la inteligencia emocional de los/las adolescentes, estudiantes de primer año de Bachillerato técnico vocacional opción “contador” del Instituto Nacional Francisco Gavidia de la Ciudad de San Miguel.

Con los objetivos de conocer las características y establecer los niveles de la inteligencia emocional de los/las adolescentes.⁵

2.3. BASE TEÓRICA

2.3.1. LA EDUCACIÓN EN EL MANEJO DE LAS EMOCIONES.

Es claro que la sociedad actual, sociedad de la información y del conocimiento genera una serie de complejidades que lleva a la necesidad de desarrollar nuevas competencias personales para hacerles frente. En este contexto, hace unos años la UNESCO publicó el “Informe Delors”, donde se hace referencia a los cambios de estilos de vida que vive el mundo contemporáneo, se analizan las tensiones que ello provoca y plantea soluciones y alternativas para la educación del siglo XXI.

Ibarrola L. Detalla los cuatro pilares de la educación, a los que se hace referencia en el informe de la UNESCO y en los que se hace clara alusión al mundo emocional:

1. **Aprender a conocer**, lo que equivale a dominar los instrumentos del conocimiento. Pero asegura que los métodos que deben ser utilizados para

⁴ Autores: Cedillos Santos, Noemí del Carmen. Enríquez Marcia, Nora Eliceth. Y Márquez Araujo, José Ángel (2006)

⁵ Autores: Alan Benedict Blanco Jiménez. Sandra Guadalupe Pérez López. Y Rosa Argentina Yánes Cruz (2010)

conocer deben favorecer el placer de comprender y descubrir, es decir, factores emocionales unidos al aprendizaje que lo potencian y lo hacen estimulante.

2. **Aprender a hacer**, lo que implica adquirir una formación para poder desempeñar un trabajo y a la vez una serie de competencias personales, como trabajar en grupo, tomar decisiones, crear sinergias, etc. Estas son competencias que forman parte de la I.E. (inteligencia emocional).

3. **Aprender a convivir y trabajar en proyectos comunes**. Este es uno de los retos para este siglo, donde la convivencia entre personas diferentes nos obliga a descubrir lo que tenemos en común y a comprender que todos somos interdependientes. Pero para descubrir al otro antes tenemos que descubrirnos a nosotros mismos. Otra vez el informe hace referencia a competencias propias de la inteligencia emocional, como el autoconocimiento, la empatía y la destreza social.

4. **Aprender a ser**, refiriéndose al desarrollo total y máximo posible de cada persona, a su proceso de autorrealización que diría Maslow. Esta referencia a la educación integral, por sí sola justificaría la necesidad de educar con inteligencia emocional.⁶

El informe destaca asimismo el papel de las emociones haciendo hincapié en la necesidad de educar la dimensión emocional del ser humano junto a su dimensión cognitiva, tarea en la que se ha centrado tradicionalmente el entorno educativo.

2.3.2. NUEVA VISIÓN DE LA INTELIGENCIA:

Durante buena parte del siglo xx el mayor problema fue; que la idea, de que la inteligencia era un dato de partida invariable en vida, impregnó a toda la sociedad occidental: nacemos más o menos inteligentes, según

⁶http://www.profes.net/rep_documentos/Noticias/IntelEmoc.pdf

nuestro Coeficiente Intelectual (C.I.), y eso es algo que ya nunca podría cambiar

por suerte, como ya hemos aludido, esta creencia entró en crisis en 1983, cuando **Howard Gardner** publicara su libro *frames of mind* ('estructuras de la mente: la teoría de las inteligencias múltiples'),⁷ obra de investigación en la que propone una nueva visión de la inteligencia como una capacidad múltiple: no hay propiamente un único tipo de inteligencia, sino un amplio abanico de capacidades intelectuales, que Gardner agrupó en siete inteligencias básicas, cada una de ellas relativamente independiente de las otras: inteligencia musical; inteligencia kinestésica-corporal; inteligencia lógico-matemática; inteligencia lingüística; inteligencia intrapersonal e inteligencia Interpersonal.

Esta teoría, introdujo dos tipos de inteligencias muy relacionadas con la competencia social y emocional: la Inteligencia Interpersonal y la Intrapersonal, mencionadas anteriormente.

2.3.3. LA ALFABETIZACIÓN EMOCIONAL

Según la Lic. Verónica Gea Rodríguez (Psicóloga Col. GR-04669 Granada) en la escuela se debe plantear enseñar a los alumnos a ser emocionalmente más inteligentes, dotándoles de estrategias y habilidades emocionales básicas que les protejan de los factores de riesgo o, al menos, que palien sus efectos negativos⁸. Y a esta educación de las emociones Goleman, 1995, le ha llamado alfabetización emocional (también, escolarización emocional), y según él, lo que se pretende con ésta es enseñar a los alumnos a modular su emocionalidad desarrollando su Inteligencia Emocional.

⁷ http://www.inteligencia-emocional.org/actividades/inteligencia_exitosa3.htm

⁸ http://www.psicologia-online.com/monografias/1/infancia_ie.shtml28/02/2012

2.4. LA INTELIGENCIA EMOCIONAL EN ADOLESCENTES

A los catorce años un adolescente comienza a ser dueño de sí: feliz y seguro de sí mismo, exuberante y enérgico y de una firme fibra emocional, dispuesta siempre a satisfacer las exigencias del mundo exterior.

Lo lógico sería suponer que estas excelentes y promisorias cualidades han de intensificarse y hacerse más amplias en el curso del año siguiente. Pero las cosas no suceden de este modo, porque el desarrollo, como ya se dijo, obedece a una lógica distinta.

En esta edad se suelen establecer los comportamientos más específicos de la adolescencia, donde el joven: Lucha con su sentido de identidad, Se siente extraño o abochornado consigo mismo o con su cuerpo, Se enfoca en sí mismo, alternando entre altas expectativas y un pobre concepto propio, Lo influyen los amigos en su modo de vestir e intereses, Su humor es cambiante, Mejora su habilidad del uso del lenguaje y su forma de expresarse, Tiene menos demostraciones de afecto hacia los padres; ocasionalmente se pone grosero, Se queja de que los padres interfieren con su independencia, y Tiene la tendencia a regresar al comportamiento infantil, particularmente cuando está bajo mucho estrés.

Frecuentemente, el adolescente de quince años es 'indiferente' y habla con voz suave, en lugar del exuberante vozarrón del año anterior. Sus energías de expansión son tan magras que a veces se lo cree perezoso o, por lo menos, cansado. Produce cierta impresión de apatía. Esta impresión, sin embargo, puede ser muy bien errónea, pues la aparente apatía se halla estrechamente relacionada con una reposada y reflexiva preocupación por sus estados anímicos íntimos.

Concede una atención focalizada a estos sutiles estados, que contrastan con las emociones más vigorosas de un año antes. Algunos de los rasgos de madurez más significativos se refieren, a esta edad, a

un marcado refinamiento de los patrones anímicos. Lo sentimientos, ya sean positivos o negativos, no nos vienen plenamente formados desde nuestro origen. Se van configurando poco a poco a través del crecimiento y la experiencia.

La gran espiral del desarrollo humano tiene sus sub-ciclos mayores y menores. El mayor, iniciado a los diez años, alcanza su culminación a los dieciséis, para luego desenvolverse durante cinco años más hacia el nivel de la madurez total. El adolescente de dieciséis años no tiene más que pararse en puntas de pie, prácticamente, para ver el horizonte de la edad adulta. El mismo es algo así como un pre-adulto.

La propia sociedad le acuerda sus reconocimientos a esta creciente madurez a través de diversas normas, costumbres y leyes. La actitud de los padres, profesores y preceptores sufre modificaciones sutiles cuando éstos advierten la creciente madurez del joven. El intercambio se desarrolla prácticamente en un pie de igualdad. El adolescente de dieciséis años tiene una mente más dueña de sí misma, porque se halla mejor ordenada y controlada.

2.4.1. LA APLICACIÓN DE PROGRAMAS, UN RECURSO PARA DESARROLLAR LA INTELIGENCIA EMOCIONAL

Ibarrola afirma que los programas **de alfabetización emocional mejoran las calificaciones académicas y el desempeño escolar**, y que este no es un descubrimiento aislado, pues aparece una y otra vez en los estudios. Por tanto, los programas de desarrollo de la Inteligencia Emocional (I.E.) mejoran la capacidad de la escuela para cumplir su misión de enseñar y ayudar al desarrollo integral del alumnado.⁹

⁹http://www.laaventuradelavida.net/es/doc_lav/documentos/habilidades/La%20educaci%C3%B3n%20de%20la%20inteligencia%20emocional.pdf

Este mismo autor esboza unos Objetivos alcanzables con los Programas de Educación Emocional. Los objetivos que son posibles alcanzar según él, con la aplicación de programas en Educación Emocional (E.E.) son:

- 1.- Proporcionar herramientas para el éxito a largo plazo, tanto a nivel personal como social.
- 2.- Aumentar el comportamiento emocionalmente inteligente, desarrollando la empatía, la comunicación afectiva, la inclusión y la cooperación.
- 3.- Prevenir factores de riesgo en el aula, conductas violentas, conflictos negativos, rechazos y bajos logros.
- 4.- Crear un ambiente de aprendizaje, donde la curiosidad del alumnado mantenga su auto-motivación intrínseca con el fin de construir un contexto que favorezca la consecución de logros.
- 5.- Aumentar el conocimiento de la interdependencia, de la responsabilidad personal, del uso de opciones y del pensamiento consecuente.
- 6.- Transferir las habilidades de la Inteligencia Emocional (I.E.) en temas académicos al funcionamiento personal y social, desarrollando el pensamiento crítico, y el pensamiento creativo.

2.4.2. BENEFICIOS DE LA APLICACIÓN DE PROGRAMAS EN IE

Ibarrola a demás enumera algunos beneficios derivados de la aplicación de los programas sobre la IE son entre otros:

- Mejora de la autoestima
- Mejora del rendimiento académico
- Aumento de las relaciones interpersonales
- Disminución de los conflictos
- Disminución de la ansiedad
- Mejora en la capacidad de comunicación verbal y no verbal
- Mejora de la conducta social
- Aprendizaje de forma constructivas de relacionarse con los demás
- Aumento de la tolerancia

- Se aprende a tomar decisiones¹⁰

Fernández Berrocal plantea también algunos beneficios de la mejora de la IE en el contexto escolar, lo plantea en cuatro áreas fundamentales en las que una falta de IE provoca o facilita la aparición de problemas de conducta entre los estudiantes:

Inteligencia emocional y las relaciones interpersonales: un alto o bajo nivel de IE va a jugar un papel elemental en el establecimiento, mantenimiento y calidad de las relaciones interpersonales.

Inteligencia emocional y bienestar psicológico: expone estudios que muestran que alumnos con más IE manifiestan un menor número de síntomas físicos, menos ansiedad social y depresión; también se ha visto que perciben los factores estresores como menos amenazantes.

Inteligencia emocional y el rendimiento académico: la capacidad para entender a nuestras emociones, experimentar con claridad los sentimientos y poder reparar los estados de ánimo negativos va a influir decisivamente sobre la salud mental de los estudiantes y este equilibrio psicológico, a su vez, está relacionado y afecta al rendimiento académico final.

Inteligencia emocional y la aparición de conductas disruptivas: los adolescentes con un mayor repertorio de competencias afectivas basadas en la comprensión, el manejo y la regulación de sus propias emociones no necesitan utilizar otro tipo de reguladores externos como el tabaco, alcohol y drogas ilegales para reparar los estados de ánimo negativos provocados por la variedad de eventos vitales y acontecimientos estresantes a los que se exponen en esas edades.

Desde el punto de vista de este autor es muy importante enseñar a los niños y adolescentes programas de IE que de forma explícita contengan y resalten las habilidades emocionales basadas en la capacidad

¹⁰http://www.laaventuradelavida.net/es/doc_lav/documentos/habilidades/La%20educaci%C3%B3n%20de%20la%20inteligencia%20emocional.pdf

para percibir, comprender y regular las emociones. Asimismo la enseñanza de estas habilidades depende de forma prioritaria de la práctica, el entrenamiento y su perfección, y no tanto de la instrucción verbal. Lo esencial es ejercitar y practicar las habilidades emocionales y convertirlas en una respuesta adaptativa más del repertorio natural de la persona.

2.5. CONSIDERACIONES A TENER EN CUENTA EN EL DESARROLLO DE UN PROGRAMA DE INTELIGENCIA EMOCIONAL (I.E.)

Es sabido del incremento interés por el conocimiento de la dimensión afectiva del adolescente, de la creación de diversos programas que buscan educar en esta precisa área, pero en la implementación de estos programas hay que tener algunas consideraciones:

Cualquier programa de educación socio afectiva parte del presupuesto de que es posible enseñar al adolescente cómo afrontar constructivamente la dificultad que puede encontrar en la vida cotidiana.

Sería un error grave considerar la educación socio afectiva como un proceso enfocado a modelar las emociones del adolescente según esquemas impuestos por el adulto. Se trata más bien de un proceso de aprendizaje que lleva a la autorregulación de las propias emociones. El adolescente mantendrá su emotividad; en lugar de ser sometido, aprenderá a dominarla y así podrá optimizar el propio bienestar psíquico incluso en las circunstancias menos favorables.

Cada ser humano, ya desde muy pequeño, desarrolla un aprendizaje emocional: aprende qué clase de expresiones son toleradas, premiadas, prohibidas o ignoradas en su entorno familiar. Cada familia tiene su cultura emocional propia, a partir de la cual el sujeto construye la suya personal. También en el ámbito educativo de la escuela y de los grupos de iguales o de pertenencia se reconstruirá esa urdimbre emocional personal en un camino sinuoso de socialización que debería alcanzar un cierto grado de

madurez emotiva. ¹¹Lo que lleva a considerar, que de cierto modo ya existe una educación emocional hacia los adolescentes, pero hay que ver ¿Qué clase de educación es?

2.5.1. PRESTAR ATENCIÓN A LAS DISTORSIONES AFECTIVAS

De acuerdo al trayecto y manera en la que se despliegan los procesos de socialización, el desarrollo emocional de una persona puede verse distorsionado, y algunas de estas distorsiones pueden ser:

Una falta de conciencia de las propias sensaciones y emociones o de alguna de ellas. Son jóvenes y adultos con dificultad de conexión con su mundo afectivo. Es como si se hubiera desconectado, por aprendizajes restrictivos y dolorosos, de su dimensión emotiva y se hubieran refugiado en el mundo mental. Como diría A. Lowen (1976), sólo tienen cabeza; han cortado por el cuello con el resto del cuerpo.

Una dificultad de saber expresar emociones, aunque tengan conciencia de ellas. El miedo al rechazo o a ser dañados o como medio de manipulación inconsciente, llevan al joven a ocultar o disfrazar vivencias importantes en sus relaciones interpersonales.

El descontrol emocional en el comportamiento que resulta inadecuado, desproporcionado o destructivo. Normalmente carecen del sentido del límite y la responsabilidad de sus sentimientos.

El manejo manipulativo de emociones para conseguir la atención o compasión de la persona cercana o permitirse la persistencia de un resentimiento personal hacia quien se sintió agredido. La existencia de

¹¹http://www.educadormarista.com/Padres/Hacia_una_educaci%C3%B3n_de_los_sentimientos_en_adolescentes_y_j%C3%B3venes.htm (consultado 01/03/12)

unas creencias o pensamientos irracionales así como la apreciación o evaluación poco realista de sí mismo o de situaciones vividas.¹²

2.5.2. ¿CÓMO MEDIR LOS NIVELES DE INTELIGENCIA EMOCIONAL?

En el ámbito educativo se han empleado tres enfoques evaluativos de la IE:

- El primer grupo o enfoque está basado en los instrumentos clásicos de medidas basados en cuestionarios y auto-informes con información proporcionada por el propio alumno;
- El segundo enfoque o grupo propone medidas de evaluación de observadores externos basadas en cuestionarios que son rellenados por compañeros del alumno o el propio profesor; y
- El tercer grupo o enfoque se fundamenta en las llamadas medidas de habilidad o de ejecución de la IE compuesta por diversas tareas emocionales que el alumno debe resolver.¹³

2.6. INSTRUMENTOS CLÁSICOS DE EVALUACIÓN DE INTELIGENCIA EMOCIONAL: CUESTIONARIOS Y ESCALAS

Las medidas de auto-informe fueron las primeras herramientas desarrolladas para evaluar las habilidades de IE y actualmente siguen siendo ampliamente utilizadas, entre otras cosas por su fácil administración y la rapidez para obtener unas puntuaciones y, por otro lado, porque confía en los procesos introspectivos como una de las formas más efectivas de indagar en los aspectos emocionales y afectivos del ser humano.

¹²http://www.educadormarista.com/Padres/Hacia_una_educaci%C3%B3n_de_los_sentimientos_en_adolescentes_y_j%C3%B3venes.html (consultado 01/03/12)

¹³http://portal.uah.es/portal/page/portal/epd2_asignaturas/asig69002/informacion_academica/inteligencia-emocional.pdf y (<http://redalyc.uaemex.mx/pdf/274/27411927005.pdf>)

2.6.1. MEDIDAS DE EVALUACIÓN DE INTELIGENCIA EMOCIONAL BASADA EN OBSERVADORES EXTERNOS

Esta segunda forma de evaluar los niveles de la IE parte de un presupuesto básico: si la IE implica la capacidad para manejar y comprender las emociones de las personas que nos rodean, ¿por qué no preguntar a las personas más cercanas a nosotros sobre cómo manejamos nuestras emociones en público y la forma de afrontar los sucesos que nos ocurren en nuestra vida cotidiana? Este procedimiento se considera un medio eficaz para evaluar la inteligencia emocional interpersonal, es decir, nos indica el nivel de habilidad emocional percibida por los demás.

Comúnmente son llamados instrumentos basados en la observación externa o evaluación 360°, en ellos se solicita la estimación por parte de los compañeros de clase o el profesor para que nos den su opinión sobre cómo el alumno es percibido con respecto a su interacción con el resto de compañeros, su manera de resolver los conflictos en el aula o bien su forma de afrontar las situaciones de estrés.

2.6.2. MEDIDAS DE HABILIDAD DE LA INTELIGENCIA EMOCIONAL BASADAS EN TAREAS DE EJECUCIÓN

Este último grupo de medidas surge para suplir los problemas de sesgos que presentan las dos metodologías anteriores. El objetivo de estos instrumentos es, por una parte, evitar la falsación de las respuestas por los propios sujetos en situaciones donde una imagen positiva es deseable y, por otra, disminuir los sesgos perceptivos y situacionales provocados por los observadores externos. La lógica de estos instrumentos de evaluación es de un sentido común aplastante. Si queremos evaluar si una persona es hábil o no en un ámbito, la mejor forma de hacerlo es comprobar sus habilidades.

CAPÍTULO III
DISEÑO
METODOLÓGICO

3.1. METODOLOGIA

El diseño metodológico que se describe, consiste en el desarrollo de los aspectos que detallan lo referente al tipo de estudio, las características de la población y la muestra, las hipótesis y variables que se plantearon, las técnicas e instrumentos utilizadas durante la investigación y con la que se obtuvo la información, así como el procedimiento que se realizó con la finalidad de alcanzar los objetivos y contestar las interrogantes de conocimiento establecidas.

3.2. CARACTERÍSTICAS DE LA POBLACIÓN:

El programa se administró a una muestra poblacional que se obtuvo de 224 jóvenes y adolescentes tanto del sexo femenino como masculino, con edades que oscilaron entre los 15 y los 21 años y que estudian bachillerato general en el Instituto Nacional "Isidro Menéndez" de la ciudad de San Miguel en el año 2012. La población que estudia en esta institución y con la cual se trabajó en la investigación, procede de distintos puntos del departamento de San Miguel.

La muestra se obtuvo al azar, de la lista de estudiantes de las seis secciones de primero y segundo año.

3.3. MÉTODO DE INVESTIGACIÓN

La presente investigación se realizó con un enfoque cuantitativo, ya que implicó la utilización de un instrumento de datos para comprobar las hipótesis establecidas con base en la medición numérica, además del respectivo análisis estadístico descriptivo para establecer patrones de comportamiento que se presentaron en el estudio.

3.4. TIPO DE INVESTIGACIÓN

CORRELACIONAL:

El tipo de estudio fue correlacional porque se respondió a preguntas de investigación. Este tipo de estudio tenía como propósito medir el grado de relación que hubiera entre las dos variables. La utilidad y el propósito de los estudios correlacionales fue conocer cómo se podía comportar una variable, conociendo el comportamiento de otras variables relacionadas. Los estudios correlacionales permitieron medir las dos variables planteadas, ver si estaban o no relacionadas en los mismos sujetos y después se analizó la correlación.

3.5. UNIVERSO, POBLACIÓN Y MUESTRA

UNIVERSO:

El universo lo conformaron todos los jóvenes estudiantes del Instituto Nacional “Isidro Menéndez” el cual constó de 1,450 sujetos.

POBLACIÓN:

La población se conformó por los jóvenes de las distintas secciones de bachillerato general del Instituto Nacional “Isidro Menéndez” el cual constó de 224 sujetos.

MUESTRA:

3.5.1 DETERMINACION DEL TAMAÑO DE LA MUESTRA

Para calcular el tamaño de la muestra se trabajó con la siguiente formula,

$$n_0 = \left(\frac{z}{\epsilon} \right)^2 * p * q$$
$$n = \frac{n_0}{1 + \frac{n_0}{N}}$$

Con la primera ecuación se planteó buscar la muestra teórica (n_0), y ya teniendo el valor de la muestra teórica se procedería a buscar con la otra ecuación la muestra real (n).

El primer paso fue determinar los valores de z , ϵ , q y p , para calcular el tamaño de la muestra teórico y con este valor determinar, en la fórmula (2) el valor real de la muestra a seleccionar.

Se procedió a resolver la Primer ecuación

$$n_0 = \left(\frac{z}{\epsilon} \right)^2 * p * q$$

En donde:

n_0 = Es la muestra teórica y lo que se busca con la formula

Z = (Grado de confianza) es la variable estandarizada para un grado de confianza determinado, que en este caso se asumió trabajar con un 95 % de confianza, que equivale al valor de 1.96.

ϵ = (Determinación del error en el cálculo) para poblaciones (N) > 10 (que en este caso N=224), se debe asumir el error $\epsilon = 0.05$; que es lo mismo que considerarlo en un 5 %: éste fue el valor a tomar.

q = (Determinación de la probabilidad de q) representa una proporción de elementos que pudieron incluirse en la muestra, pero que no reunían las características de la población, y se sugiere que para $N \geq 160$, se considere $q = 0.02$ hasta un 0.2 (un error del 2 al 20 %). Para el cálculo en cuestión se asumió $q = 0,08$; es decir, se consideró un 8 %.

p = (Determinación de la probabilidad de p) la proporción de elementos que reúnen las mismas características de la población se determina por la expresión: $p = 1 - q$, entonces al sustituir a q en la misma tenemos: $p = 1 - 0,08 = 0,92$.

Resolución de la ecuación (1)

$$n_0 = \left(\frac{z}{\epsilon} \right)^2 * p * q = \left(\frac{1.96}{0.05} \right)^2 * (0.92) * (0.08) = 113.09$$

Lo cual indicó que el valor de la muestra teórica era igual a 113.09. Considerado con un grado de confianza (Z) igual al (1.96) y asumiendo un error (ϵ) del 0.05 que equivale a un 5% de error. Un valor de (q) del (0.08) y de (p) del (0.92).

Resolución de la ecuación (2)

$$n = \frac{n_0}{1 + \frac{n_0}{N}} = \frac{113.09}{1 + \frac{113.09}{224}} = 75.15 = 75$$

En donde:

n = La muestra real, y es lo que se buscó en la formula

n_0 = A la muestra teórica, valor ya encontrado con la primera formula y que fue de 113.09

N = Representa al número total de la población de la que se extrae la muestra en este caso fue de 224

La resolución de la formula indicó que del total de estudiantes 224 del Bachillerato General del Instituto Nacional "Isidro Menéndez", sería suficiente seleccionar 75 de ellos de forma aleatoria simple, considerando que se ha trabajado con un 95 % del nivel de confianza, de cometer un 5 % de error y de que en la muestra un 8 % no reúnan las características de la población; por lo que se puede considerar a dicha muestra representativa en estos parámetros seleccionados.

La muestra poblacional indicada por la formula fue de 75 estudiantes, tomando como base el numero de la población proporcionada al inicio de la investigación, pero en el proceso investigativo se encontró que el numero de esta población era menor al dado inicialmente, esto debido a la deserción escolar, por lo cual tomamos como muestra poblacional un numero de 54 estudiantes y fue con quienes se trabajó.

Esta muestra se dividió en dos grupos, uno experimental de 27 estudiantes y un grupo control también con un número de 27 estudiantes. Las edades de los jóvenes y adolescentes estudiantes asilaron entre los 15 y 21 años de edad y eran de ambos sexos.

3.5.2. TIPO DE MUESTRA:

Probabilística:

La muestra fue probabilística porque se hicieron estimaciones de variables en la población, estas variables se midieron con instrumentos (Escala de Inteligencia Emocional) y para el análisis de los datos se utilizó la prueba estadística “t” Student. Es una muestra probabilística donde todos los elementos de la población tenían una misma probabilidad de ser elegidos. Y en donde los elementos muestrales tuvieron valores muy parecidos a los de la población, de manera que la medición en el subconjunto, resulto estimados precisos del conjunto mayor, el principal objetivo de este diseño de muestra probabilística fue reducir al mínimo a lo que se conoce como error estándar.

3.6. DISEÑO DE INVESTIGACIÓN:

Experimental:

El diseño de investigación utilizado es de carácter experimental e incluye prueba de entrada y prueba de salida y grupo de control. A un grupo se le aplicó un programa psicoterapéutico para el desarrollo de la inteligencia emocional (Grupo Experimental) y el otro no recibió ningún tratamiento (Grupo de Control). Al finalizar la aplicación de dicho programa a ambos grupos se les administró la prueba de salida (Escala para medir la Inteligencia Emocional).

El diseño que se utilizó se diagrama de la siguiente manera:

R	Yb	X	Ya	GE
	Yb	-X	Ya	GC

En donde:

Yb = Prueba de entrada (Medición de la variable dependiente antes del tratamiento)

Ya = Equivale a Prueba de salida (Medición de la variable dependiente después del tratamiento)

X = Aplicación de programa psicoterapéutico en 12 sesiones para el desarrollo de la Inteligencia Emocional

-X = Se refiere al grupo de control que no recibió tratamiento

R = Asignación aleatoria

GE = Grupo experimental

GC = Grupo de control

3.7. HIPÓTESIS

Para orientar el desarrollo de este estudio e indicar los resultados que se esperan encontrar, se formularon las siguientes explicaciones tentativas del fenómeno de investigación, señalando que las primeras hipótesis son de investigación, la segunda es alternativa y posteriormente la hipótesis nula.

HIPÓTESIS DE INVESTIGACIÓN

Hi:

La aplicación de un programa psicoterapéutico para el desarrollo de la inteligencia emocional en los estudiantes de Bachillerato General en el Instituto Nacional “Isidro Menéndez” del Departamento de San Miguel en el año dos mil doce, aumentara el nivel de la inteligencia emocional.

Hi:

Existirá diferencia significativa entre un grupo al cual se le aplica un programa psicoterapéutico para el desarrollo de la inteligencia emocional y otro grupo al que no se le aplique dicho programa, en los estudiantes de Bachillerato General en el Instituto Nacional “Isidro Menéndez” del Departamento de San Miguel en el año dos mil doce.

HIPÓTESIS ALTERNA

Ha:

Los y las adolescentes que estudian Bachillerato General en el Instituto Nacional “Isidro Menéndez” del Departamento de San Miguel en el año dos mil doce, poseen un nivel adecuado de inteligencia emocional.

Ha:

La aplicación de un programa psicoterapéutico para el desarrollo de la inteligencia emocional en los estudiantes de Bachillerato General en el Instituto Nacional “Isidro Menéndez” del Departamento de San Miguel en el

año dos mil doce, no influirá significativamente en el nivel de inteligencia emocional.

HIPÓTESIS NULA

Ho:

Los y las adolescentes que estudian Bachillerato General en el Instituto Nacional "Isidro Menéndez" del Departamento de San Miguel en el año dos mil doce, no poseen un nivel limitado de desarrollo de la inteligencia emocional.

3.8. PRUEBA DE HIPÓTESIS

Para comprobar hipótesis se utilizó la distribución "t" student. Para la ejecución de esta prueba estadística se utilizaron varias formulas: La formula de la Media Aritmética, la fórmula para obtener la sumatoria de cuadrados y la formula de la distribución "t" student. (Ver anexo # 6)

Fórmula para la Media Aritmética:

$$\bar{X} = \frac{\Sigma X}{n}$$

Fórmula para obtener la sumatoria de cuadrados:

$$SC = \Sigma X^2 - \frac{(\Sigma X)^2}{n}$$

Formula de la distribución "t" Student:

$$t = \frac{\bar{X}_1 - \bar{X}_2}{\sqrt{\left(\frac{SC_1 + SC_2}{(n_1 - 1) + (n_2 - 1)}\right) \left(\frac{1}{n_1} + \frac{1}{n_2}\right)}}$$

(Ver cálculos de investigación en anexo # 6)

3.9. VARIABLES

VI:

Aplicación de un programa psicoterapéutico para el desarrollo de la inteligencia emocional en los adolescentes estudiantes de Bachillerato General en el Instituto Nacional “Isidro Menéndez” del Departamento de San Miguel en el año dos mil doce.

VD:

El nivel de inteligencia emocional de los adolescentes estudiantes de Bachillerato General en el Instituto Nacional “Isidro Menéndez” del Departamento de San Miguel en el año dos mil doce.

3.9.1. OPERATIVIZACION DE VARIABLES

VARIABLE INDEPENDIENTE:

Aplicación de programa psicoterapéutico

DEFINICION CONCEPTUAL:

Método psicoterapéutico por medio del cual se pretende estimular el desarrollo de la inteligencia emocional en los adolescentes estudiantes de segundo año de bachillerato general generando un mejor desarrollo integral de la personalidad de los individuos participantes de la investigación.

DEFINICION OPERACIONAL:

Es un espacio terapéutico en el que se busca contribuir en el desarrollo de la inteligencia emocional de los estudiantes a través de la implementación de técnicas, dinámicas y psicoeducación, adaptadas a las características de los individuos, contribuyendo al desarrollo integral de la personalidad de los adolescentes.

CONTROL DE VARIABLE:

Por medio del diseño del programa de desarrollo de la inteligencia emocional, el cual comprende técnicas, dinámicas y psicoeducación para contribuir al desarrollo integral de la personalidad de los adolescentes, específicamente en las áreas de asertividad, relaciones interpersonales, empatía, autocontrol, motivación y toma de decisiones.

VARIABLE DEPENDIENTE:

Desarrollo de la inteligencia emocional

DEFINICION CONCEPTUAL:

Características emocionales que generan un desarrollo integral de la personalidad en los adolescentes, logrando mejorar su calidad de vida y mejorando su formación en las áreas a desarrollar.

DEFINICION OPERACIONAL:

Áreas de la inteligencia emocional que influyen significativamente en el desarrollo de la personalidad de los individuos, específicamente en las áreas de asertividad, **relaciones interpersonales, empatía, autocontrol, motivación y toma de decisiones.**

CONTROL DE VARIABLE:

A través de la aplicación del instrumento de evaluación psicológica, prueba de entrada y prueba de salida, dicho instrumento compete a una batería para medir el nivel de inteligencia emocional.

DIMENSION DE VARIABLE:

En el desarrollo de la inteligencia emocional se trabajaran las siguientes áreas: Asertividad, empatía, autocontrol, relaciones interpersonales, motivación y toma de decisiones.

3.9.2. INDICADORES DE VARIABLES:

Los indicadores de la variable dependiente, se encuentran plasmados en cada una de los ítems del instrumento de evaluación en base a las áreas a desarrollar. Se presentan los rubros con sus respectivos indicadores:

SUBCATEGORIAS	INDICADORES
Asertividad	-Respetar las otras decisiones y manifiesta la suya propia. -Sabe decir no cuando es necesario. -Exige sus derechos de forma adecuada.
Empatía	-Comprende los sentimientos de los demás. -Respetar los sentimientos de los demás. -Brinda apoyo emocional.
Relaciones Interpersonales	-Compañerismo. -Sociabilidad. -Interacción.
Autocontrol	-Conciencia de sí mismo. -Dominio de sí mismo. -Seguridad en sí mismo.
Motivación	-Establecimiento de metas y objetivos. -Deseo de superación. -Auto-incentivos.
Toma de decisiones	-Racionalización. -Capacidad de análisis y síntesis. -Seguridad e independencia.

DEFINICIÓN DE INDICADORES

Respetar las otras decisiones y manifiesta la suya propia:

Capacidad respetar las decisiones de los demás, y manifestando la propia opinión aunque no confluya con las de los demás y manteniendo firme su posición y perspectiva.

Saber decir NO cuando es necesario: Capacidad de manifestar la propia opinión y haciendo respetar y valer sus derechos.

Exige sus derechos de forma adecuada: Es la capacidad de manifestar el cumplimiento de sus derechos de manera prudente.

Comprender los sentimientos de los demás: Es la actitud tolerante para encontrar como justificados y naturales los sentimientos de otro. Es en este momento nos percatamos que la comprensión de los sentimientos va más allá de “entender” los motivos y circunstancias que rodean a un hecho, es decir, no basta con saber que pasa, es necesario dar algo más de nosotros mismos.

Respetar los sentimientos de los demás: Consiste en la capacidad de mostrar prudencia y reverencia en las manifestaciones de los sentimientos de las demás personas.

Brindar apoyo emocional: Es la facultad de motivar a por medio de algunas frases de ánimo y palabras que incentiven a la persona para cumplir una meta propuesta.

Compañerismo: Capacidad de compartir opiniones y trabajar en equipo tomando en cuenta a todas las personas.

Sociabilidad: Es la calidad o cualidad de sociable que presenta una persona, es decir, aquel que de manera natural tiende a vivir en sociedad y

también, a aquel individuo preeminentemente afable que le gusta relacionarse con el resto de las personas.

Interacción: Es una acción recíproca entre dos o más objetos, sustancias, personas o agentes.

Conciencia de sí mismo: Se define en general como el conocimiento que un ser tiene de sí mismo y de su entorno.

Dominio de sí mismo: Es la capacidad de ejercer autocontrol y poder tener dominio de las emociones y situaciones por difíciles que sean.

Seguridad en sí mismo: Tener control de nuestras emociones, ser autosuficiente, aceptarse como se es, claridad de ideas, personalidad recia, calidad y claridad en la inteligencia emocional, tener metas firmes y seguras, desarrollo pleno mental, tener objetivos específicos realizables y conducirse con habilidad y estrategia en la vida.

Establecimiento de metas y objetivos: Son propósitos concretos a corto, mediano y largo plazo, que pretende alcanzar cumpliendo con su misión y de acuerdo a sus creencias y valores, siendo la meta cuantificable.

Deseo de superación: Deseo de superación es el interés de no permanecer estático o no conformarse solo con lo que se tiene o somos, de subir cada vez más en los niveles en que estamos situados en cada una de las actividades que realizamos o situaciones en que vivimos, buscando cada vez ser mejores. El deseo de superación nos hace buscar mayor nivel cultural, económico, social, familiar, laboral, y demás. No permite ser conformistas, proporciona una sana ambición por lograr mejores condiciones de vida.

Auto-incentivos: son premios que la persona se obsequia a sí misma, producto de éxitos que ha obtenido previamente y que modifica su

conducta y actitud hacia nuevos objetivos determinados, mejorando la autoestima y la satisfacción personal, académica o profesional.

Razonamiento: En sentido amplio, se entiende por razonamiento a la facultad que permite resolver problemas, extraer conclusiones y aprender de manera consciente de los hechos, estableciendo conexiones causales y lógicas necesarias entre ellos. En sentido más restringido se puede hablar de diferentes tipos de razonamiento

Capacidad de análisis y síntesis: es un aspecto del proceso lógico deductivo que permite llegar a una conclusión válida, Composición de un todo por la reunión de sus partes.

Seguridad e independencia: se puede referir a la seguridad como la ausencia de riesgos o también a la confianza en algo o alguien, la independencia como la capacidad de valerse por sí solo y la autonomía que posea una persona.

3.10. INSTRUMENTO UTILIZADO

DESCRIPCIÓN DE LA ESCALA

La escala de Inteligencia Emocional que se utilizó, es un instrumento elaborado por el grupo investigador y consiste en una serie de 75 afirmaciones agrupadas en las 5 categorías o áreas de la inteligencia Emocional (IE) autoconciencia, autocontrol, motivación, empatía y relaciones con los demás. Cada una de las categorías, autoconciencia, autocontrol, motivación, empatía y relaciones con los demás contienen 15 ítems (**Ver anexo # 2**).

También, dentro de cada categoría de la escala se establecieron para facilitar la evaluación y darle más especificidad unas sub-categorías; quedando del orden siguiente:

Para la categoría o área de **Autoconciencia** están las sub-categorías de Conciencia Emocional, Autoestima, Capacidad de Autoevaluarse y la sub-categoría, Importancia de los Sentimientos.

Para la categoría o área de **Autocontrol**: están las sub-categorías de Autocontrol del estrés, Control de pensamientos y concentración, Autocontrol de Emociones, Tolerancia y la sub-categoría de Autodominio

En la categoría o área de **motivación** están las sub-categorías de Autodisciplina, Éxito relacionado con el Esfuerzo o con la Suerte, Perseverancia en los Objetivos, Orientación Motivacional Intrínseca y la sub-categoría, Responsabilidad en el Compromiso.

Para la categoría o área de la **empatía** están las sub-categorías de Atención a los Otros, de Agrado en el Trato Social, Comprensión de los Otros, y la sub-categoría de Generosidad.

Y en la categoría o área de **relaciones con los demás** están las sub-categorías de Capacidad de Liderar, Percepción de las Personas, Asertividad, Habilidad en relaciones sociales y la sub-categoría, Atención al otro Interlocutor.

Forma en la que se administro la escala de inteligencia emocional:

La escala fue aplicada o administrada en forma grupal tanto para los estudiantes que conformaban el grupo experimental como para los del grupo control; así, de forma separada cada grupo fue evaluado, conforme a las indicaciones y condiciones necesarias, un lugar adecuado con mesas y sillas para cada estudiante, iluminación y ventilación suficiente, numero de bolígrafos y copias de la escala de acuerdo al número de estudiantes que

en el caso fueron veintisiete del grupo experimental y una cantidad igual del grupo control, al entregárseles la escala se les indico la forma de respuesta

1	2	3	4	5
Nunca o NO	Raras Veces	Algunas Veces	Con Bastante Frecuencia	Muy Frecuentemente

Diciéndoles que Frente a cada uno de los 75 ítems se les presentaría cinco casillas representativas de cinco opciones de respuesta “1” representaría nunca o no “2” raras veces “3” algunas veces “4” con bastante frecuencia y “5” muy frecuentemente, y que colocarían una “x” en la opción que fuere de su preferencia según cada ítem. Se les proporciono el tiempo necesario y se conto con la supervisión del maestro/a de cada grupo; y esta fue la prueba de entrada, que permitió obtener los niveles de inteligencia por cada grupo.

Después de desarrollar el programa de inteligencia Emocional (anexo # 4) con el grupo experimental, se volvió a administrar la escala de inteligencia emocional a ambos grupos para obtener los niveles de inteligencia emocional que conformaría la prueba de salida, esto se realizó con las mismas indicaciones de la prueba de entrada y con el cuidado de que en cada grupo fueren los mismos estudiantes que estuvieron en la prueba.

Calificación y valoraciones de la escala de inteligencia emocional

Los niveles de inteligencia emocional (IE) se obtuvieron de acuerdo a la siguiente valoración:

En las afirmaciones de los ítems “1”, “4”, “7”, “13”, “16”, “19”, “22”, “29”, “37”, “40”, “41”, “45”, “47”, “48”, “52 al 54”, “58 al 61”, “66”, “67”, “69 y 70”, “72” y “75” las opciones de respuesta tendrán la siguiente ponderación:

Nunca ó No= - 1 puntos

Rara vez = 1punto

Algunas veces = 2puntos

Con bastante frecuencia = 3puntos y

Muy frecuente = 4 puntos

En las afirmaciones de los ítems “2”, “3”, “5”, “6”, “8 al 12”, “14”, “15”, “17”, “18”, “20”, “21”, “23 al 28”, “30 al 36”, “38”, “39”, “42 al 44”, “46”, “49 al 51”, “55 al 57”, “62 al 65”, “68”, “71”, “73” y “74” cada opción de respuesta tendrá la siguiente ponderación:

Nunca ó No = 4puntos

Rara vez = 3puntos

Algunas veces = 2puntos

Con bastante frecuencia = 1punto

Muy frecuente = - 1 puntos

Las valoraciones se realizaron primeramente por cada una de las cinco categorías; **autoconciencia, autocontrol, motivación, empatía y relaciones con los demás**; y después se hizo una valoración general sumando los distintos puntajes de cada categoría.

Valoraciones por categorías o áreas de la (IE)

- ✓ Una puntuación < 20 = Un Nivel negativo o insuficiente del área que se evalué (autoconciencia, autocontrol, motivación, empatía o relaciones con los demás)
- ✓ Una puntuación ≥ 20 y < 30 = Un nivel Bajo del área evaluada (autoconciencia, autocontrol, motivación, empatía o relaciones con los demás)
- ✓ Una puntuación ≥ 30 y < 40 = Un Nivel medio según el área evaluada (autoconciencia, autocontrol, motivación, empatía o relaciones con los demás)
- ✓ Una puntuación ≥ 40 y < 50 = Un nivel Bueno de acuerdo al área evaluada (autoconciencia, autocontrol, motivación, empatía o relaciones con los demás)

- ✓ Una puntuación ≥ 50 y ≤ 60 = Un Nivel excelente según el área evaluada (autoconciencia, autocontrol, motivación, empatía o relaciones con los demás)

Las valoraciones de la escala de inteligencia emocional según puntajes generales fueron asignadas de acuerdo a la distribución de los niveles dados por la escala, (Ver anexo # 1) de la siguiente manera:

- ✓ Para una puntuación ≤ 100 = Un Nivel negativo o insuficiente en inteligencia emocional
- ✓ Para una puntuación ≥ 101 y ≤ 150 = Un Nivel Bajo de Inteligencia Emocional
- ✓ Para una puntuación ≥ 151 y ≤ 200 = Un Nivel medio de Inteligencia Emocional.
- ✓ Para una puntuación ≥ 201 y ≤ 250 = Un nivel Bueno de Inteligencia Emocional.
- ✓ Para una puntuación ≥ 251 y ≤ 300 = Un nivel Excelente de inteligencia Emocional.

Para agilizar el trabajo de recolección de datos y análisis, la calificación de la escala de Inteligencia emocional de cada uno de los grupos, tanto la prueba de entrada como la de salida se realizó de forma sistemática, apoyados de formulas en Excel las que se detallan a continuación:

Paso 1

Copiar el cuestionario de la escala por áreas tal y como están, de Word a la primera hoja del documento nuevo abierto de Excel, primero el cuadro de datos generales, quedando de esta forma:

	A	B	C	D	E	F	G
1							
2							
3		NOMBRE:	B. S. Z. G.	EDAD:	SEXO:	FECHA:	
4		INSTITUCIÓN	ISTITUTO NACIONAL "ISIDRO MENENDEZ"	17 AÑOS	F	15/08/2012	
5		NIVEL ACADÉMICO	1° AÑO BACHILLERATO GENERAL G.-1-1				
6							
7							
8							
9							

Luego siguiendo la misma columna hacia abajo se copio de Word a Excel el cuadro de la primera área o categoría, autoconciencia y así seguidamente con las demás áreas siempre hacia abajo dejando una celda libre entre el cuestionario de cada área; quedando de la siguiente manera:

	A	B	C	D	E	F	G	H
1								
2		Column1	Column2	Column3	Column4	Column5	Column6	
3		A) AUTOCONCIENCIA	1	2	3	4	5	
4		1. Cuando me enojo, conozco exacto el punto en el que me empecé a enfadar			X			
5		2. Pienso que mis sentimientos no son a veces claros y en ocasiones los demás me dicen que “no entienden mi manera de ser”					X	
7		15. Discuto frecuentemente con amigos o familiares y soy capaz de enojarme con ellos, pues sé que tengo la razón					X	
8								
9		B) AUTOCONTROL	1	2	3	4	5	
10		16. Puedo con facilidad relajarme en una situación de presión	X					
11		17. A veces tengo pensamientos que yo sé que son malos o dañinos y me es muy difícil apartarlos de mi mente	X					
13		30. Los demás no lo saben, pero tengo temores y/o preocupaciones que no puedo controlar					X	
14								
15		C) MOTIVACIÓN	1	2	3	4	5	
16		31. A veces dejo sin finalizar cosas importantes para mí			X			
17		32. Me falta autodisciplina, pero no me ayuda nada intentar esforzarme mucho					X	
19		45. Mis fracasos me motivan a mejorar y trabajar cada vez más en lo que hago				X		
20								
21		D) EMPATÍA	1	2	3	4	5	
22		46. Me es difícil guardar silencio mientras otros expresan sus ideas		X				
23		47. Con honestidad, considero ser una persona muy cortés y amable (p.ej. saludo frecuentemente a las personas, doy siempre las gracias y soy muy sonriente)				X		
25		60. Acostumbro a dar mi tiempo en ayudar a algún compañero/a, explicándole algún tema que no entendió o ayudo voluntariamente a algún niño para que aprenda a leer			X			
26								
27		RELACIONES CON LOS DEMÁS	1	2	3	4	5	
28		61. En el grupo, puedo decir que soy un líder que inspira los otros compañeros			X			
29		62. Pienso que las personas sufren o tienen problemas por necios o tercos	X					

Nota: Como un ejemplo en la tabla anterior solo se han copiado algunos ítems.

Paso 2

Lo que se hizo fue crear un cuadro igual y paralelamente a derecha del cuadro de respuesta, se puede observar en el ejemplo, en ese cuadro se crearon las formulas que le daban un valor numérico a las casilla de cada opción de respuesta y por cada ítems, de esta manera al marcar con una “X” cualquiera de la opciones de respuesta Excel dará en el cuadro de la derecha el valor numérico de esa opción en el ítems marcado. En la hoja de corrección de la escala (ver anexo # 2) están los valores dados a cada opción de respuesta por cada ítems.

	B	C	D	E	F	G	H	I	J	K	L	M	N	O
3														
4														
5	Column1	Column2	Column3	Column4	Column5	Column6								
6	A) AUTOCONCIENCIA	1	2	3	4	5		N°	1	2	3	4	5	
7	1. Cuando me enojo, conozco exacto el punto en el que me empecé a enfadar			X				1	0	0	2	0	0	
8	2. Pienso que mis sentimientos no son a veces claros y en ocasiones los demás me dicen que “no entienden mi manera de...”					X		2	0	0	0	0	-1	
9	15. Discuto frecuentemente con amigos o familiares y soy capaz de enojarme con ellos, pues sé que tengo la razón					X		15	0	0	0	0	-1	
10														

Por ejemplo en el ítems N° 1 y la opción N° 1 con la formula =IF(C7="x",-1,0) Excel da como respuesta “0” porque el estudiante no marco con “X” esa opción, si hubiese marcado esa opción Excel hubiera dado la respuesta “-1” en el cuadro de la derecha en la casilla indicada por a formula. Pero si observamos siempre el ítems N° 1 en la opción 3, casilla marcada con una “X” la respuesta será “2” en el cuadro de la derecha porque la formula =IF(C7="x",2,0) le indico dar esa respuesta.

Paso 3

En esta parte se creó un cuadro receptor, donde se vació la información obtenida de los pasos anteriores. Para un mayor orden este procedimiento se realizó en la hoja 2 del mismo documento de Excel abierto.

Cuadro de vaciado y resultados de la escala en Excel.

	RESULTADOS DE LA ESCALA DE INTELIGENCIA EMOCIONAL							
NOMBRE:	B. S. Z. G.	EDAD:	SEXO:	FECHA:				
NIVEL ACADÉMICO:	1° AÑO BACHILLERATO GENERAL G.-1-1	17 AÑOS	F	15/08/2012				
INSTITUCIÓN:	ISTITUTO NACIONAL "ISIDRO MENENDEZ"							
		AUTO-CONCIENCIA	AUTO-CONTROL	MOTIVACIÓN	EMPATÍA	RELACIONES CON LOS DEMÁS	NIVEL DE INTELIGENCIA EMOCIONAL	
	PUNTUACIONES	20	12	19	40	47	138	
	NIVELES DE VALORACIÓN	nivel bajo de autoconciencia	nivel negativo ó insuficiente de autocontrol	nivel negativo ó insuficiente de Motivación	Buen nivel de Empatía	Buen nivel en Relaciones con los demás	NIVEL BAJO DE INTELIGENCIA EMOCIONAL	

Después de darle valor numérico a las celdas y llenada la escala con las opciones elegidas por cada ítem, se pasa a sumar esos valores para obtener las puntuaciones por cada área o categoría de la Inteligencia Emocional y el mismo sistema con las formulas incorporadas daba ya los resultados tal y como se observa.

Paso 4

Cuando estuvo listo el proceso sistematizado con formulas en Excel para la calificación de la escala se procedió a hacerlo, ya con el sistema nos fue más sencillo, se procedía a llenar las casillas de los ítem según lo había llenado el estudiante en la escala e inmediatamente Excel daba los resultados tal y como se observo en el cuadro anterior, luego esa información se copiaba y pegaba para guardar en otro documento. Por último se limpiaba las casillas (dejándoles sin ninguna "X") para volver a llenarla con los datos de otro estudiante y a si sucesivamente.

3.11. PROCEDIMIENTO

El proceso de investigación consta de tres fases primordiales:

- La primera fase consiste en la conceptualización del tema en donde se realizó una revisión de fuentes teóricas, que proporcionaron información referente al tema de estudio, además se hizo el contacto con la institución, consecuentemente se elaboró el ante proyecto el cual contiene las bases de la investigación y el instrumento de evaluación psicológica utilizado.
- Posteriormente se realizó el diseño del programa psicoterapéutico para desarrollar la inteligencia emocional en los estudiantes del Instituto Nacional “Isidro Menéndez” en el cual, mediante bases teóricas se elaboraron diferentes técnicas enfocadas en desarrollar la diferentes áreas de la inteligencia emocional, la autoconciencia, autocontrol, motivación, empatía y relaciones con los demás (relaciones interpersonales). A si mismo se establecieron diferentes dinámicas para crear un ambiente de confianza en las diferentes secciones que conformaran dicho programa.
- La segunda fase corresponde a la ejecución del programa psicoterapéutico previamente diseñado, el cual se estableció por dos grupos, el grupo experimental constituido por veinte y siete sujetos, al cual se le aplicó dicho programa y el grupo control de igual número de sujetos, al que no se le aplicó el programa, el tiempo de duración fue de cinco semanas, cabe recalcar que en el proceso de ejecución fueron diferentes actividades primordiales que se realizaron. El conocimiento del nivel de inteligencia emocional de los jóvenes antes y después de la aplicación de dicho programa. Se elaboró un control de asimilación y desarrollo del contenido que tenían los estudiantes posteriores a cada sesión mediante la aplicación de una pre-prueba y pos-prueba.

- En la tercera fase se realizó el análisis de los resultados que se obtuvieron durante el proceso de ejecución del proyecto, la tabulación de los datos, los cuales se representan a través de gráficas de barra, y la comprobación de la hipótesis se ejecutó por medio de la prueba estadística "t" student, (ver anexo # 6) comparando los resultados del grupo experimental con los del grupo control, para establecer si existe diferencia significativa entre los sujetos que se les aplicó el programa psicoterapéutico y los que no se les aplicó el programa. Partiendo de esto se realizaron las conclusiones y recomendaciones.

CAPÍTULO IV:

ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE RESULTADOS

4.1 ANÁLISIS DE RESULTADOS

Esta investigación inicia con búsqueda de “conocer la utilidad de la Aplicación de un Programa Psicoterapéutico Para el Desarrollo de la Inteligencia Emocional en los Estudiantes de Bachillerato General en el Instituto Nacional “Isidro Menéndez” del Departamento de San Miguel en el año dos mil doce”. Y seguidamente se detallan los resultados obtenidos:

➤ **Características y entorno de la población a la que hace referencia la investigación:**

Se ha planteado, que la sociedad actual con sus diversas complejidades exige el uso de muchas capacidades y de nuevas competencias personales, sociales y profesionales. Y que tenemos una juventud que se desarrolla en estos nuevos entornos, donde van arrastrando problemáticas viejas, pero también van lidiando con nuevas situaciones y problemas sociales tales como: crecer en hogares disfuncionales o desintegrados, esto por diversos factores: padres irresponsable, la violencia intrafamiliar, la emigración de uno o ambos progenitores u otros factores; marcándoles de muchas carencias afectivas.

Y a esto se le suman los efectos de la crisis económica, el desempleo, la fuerte tendencia al consumismo voraz y desmedido en el que son utilizados los jóvenes, la violencia social y el camino fácil que se les presenta a los jóvenes a pasar a integrar las filas de una “pandilla” o “mara”, situaciones que generan mayor deserción escolar. Este es parte del entorno de los jóvenes y adolescente de muchas instituciones educativas, hay que señalar que muchos de estos jóvenes estudiantes buscan resistirse a este entorno “gris”; a estos hay que dotarles de las herramientas necesarias para apoyarles y es lo que se ha dispuesto con la implementación del programa para el desarrollo de la inteligencia emocional.

La muestra seleccionada en esta investigación ha correspondido a cincuenta y cuatro jóvenes y adolescentes cuyas edades han oscilan entre los quince y veintiún años de edad, estudiantes de educación media. A los que se les dividió en dos grupos de veintisiete estudiantes, uno al que se le aplicó un programa para el desarrollo de la inteligencia emocional el cual constituyó doce sesiones de intervención psicoterapéutica (**ver anexo # 4**) y otro grupo al que no se le aplicó el programa.

➤ **En cuanto a las preguntas de investigación:**

Las primeras dos narran así, **¿Es la inteligencia emocional un factor que influye en el comportamiento de los individuos? Y ¿Será el desarrollo de la inteligencia emocional un factor de utilidad en el área académica de los estudiantes de bachillerato general?**

La teoría planteada responde ampliamente a estas preguntas y denota que el desarrollo de la inteligencia emocional es capaz de brindar las competencias necesarias y posibilitar al individuo y los jóvenes estudiantes para afrontar de forma exitosa las exigencias y problemáticas que le depara la sociedad actual. Siendo así, que en la educación del siglo XXI se hable de “plantear enseñar a los alumnos a ser emocionalmente más inteligentes, dotándoles de estrategias y habilidades emocionales básicas que les protejan de los factores de riesgo o, al menos, que palien sus efectos negativos”(Lic. Verónica Gea Rodríguez, Psicóloga Col. GR-04669 Granada), lo que Daniel Goleman ha llamado “Alfabetización Emocional”.

Son reiteradas investigaciones que indican a la inteligencia emocional como un factor que influye positivamente en el comportamiento de los individuos y también como un factor de utilidad en el área académica.

Ibarrola ha planteado que con la aplicación de programas en educación emocional se pueden alcanzar objetivos como los siguientes: 1.- Proporcionar herramientas para el éxito a largo plazo, tanto a nivel personal como social. 2.- Aumentar el comportamiento emocionalmente inteligente, desarrollando la empatía, la comunicación afectiva, la inclusión y la cooperación. 3.- Prevenir factores de riesgo en el aula, conductas violentas, conflictos negativos, rechazos y bajos logros. 4.- Crear un ambiente de aprendizaje, donde la curiosidad del alumnado mantenga su auto-motivación intrínseca con el fin de construir un contexto que favorezca la consecución de logros. 5.- Aumentar el conocimiento de la interdependencia, de la responsabilidad personal, del uso de opciones y del pensamiento consecuente. Y 6.- Transferir las habilidades de la Inteligencia Emocional (I.E.) en temas académicos al funcionamiento personal y social, desarrollando el pensamiento crítico, y el pensamiento creativo.

Por lo que se infiere que la inteligencia emocional si es un factor que influye positivamente en el comportamiento de los individuos y en el área académica de los estudiantes.

La tercera de las preguntas de investigación que dice: **¿Existirá un limitado desarrollo de la inteligencia emocional en la etapa de la adolescencia de los estudiantes de bachillerato general?** Se responde con los resultados obtenidos de la evaluación del nivel de inteligencia emocional hecha a los jóvenes y adolescentes en la prueba entrada, la cual dio a conocer que estos poseen un nivel medio de inteligencia emocional, en contraste con la pregunta de investigación la cual hace referencia a un limitado nivel de desarrollo (**ver medias en las tablas 4.2.1 y 4.2.3**) por tanto, el nivel de inteligencia emocional de los jóvenes con los que se trabajo, es en su mayoría de un nivel medio de inteligencia emocional.

➤ **Análisis referente a la aplicación del programa para el desarrollo de las áreas o categorías de la inteligencia emocional**

Goleman plantea la inteligencia emocional como una capacidad innata del ser humano en forma primitiva que puede ser desarrollada a un alto nivel, dependiendo del contexto sociocultural en el que se encuentre la persona.

En cuanto a los resultados de las técnicas implementadas, constatan que las técnicas centrales y de apoyo realizadas en cada sesión del programa son un medio adecuado para el desarrollo de la inteligencia emocional en los jóvenes estudiantes.

El área de Autoconciencia se fortaleció a través de las técnicas y dinámicas orientadas al desarrollo de la autoconciencia en donde se les motivaba a los/las adolescentes fomentar el desarrollo del autoconocimiento.

En lo referente al área del Autocontrol las técnicas de mayor efectividad corresponden a la corriente psicológica cognitivo-conductual, las cuales estaban orientadas al desarrollo del autocontrol de las emociones en los sujetos, que ellos mismos hicieran consciencia de todas las cosas que pueden realizar por medio de las estrategias implementadas, por lo que manifestaron interés por desarrollar el autocontrol.

Respecto al área de la Motivación se administraron técnicas y estrategias psicoterapéuticas cognitivo-conductuales, orientadas a fortalecer y aumentar la motivación en los/las estudiantes, durante la aplicación de dichas técnicas los participantes se mostraron bastante atentos, manifestando su interés en cumplir sus objetivos personales.

En cuanto al área de la Empatía las técnicas y estrategias implementadas en los/las estudiantes se enfocaban más en las demás

personas que los rodean, sin dejar a un lado sus propios sentimientos, puesto que se trata primero de entender y luego de ser entendido. Por lo tanto, con el desarrollo de dichas actividades se favoreció la habilidad de comprensión y el desarrollo de la empatía en los/as adolescentes.

Por otra parte en el área de las Relaciones Interpersonales también se administraron técnicas y estrategias psicoterapéuticas cognitivo-conductuales las cuales se orientaban al desarrollo de las relaciones con los demás, se logró una mejoría en dicha habilidad social ya que los estudiantes manifestaron tener mayor convivencia con sus compañeros.

➤ **Análisis de resultados con respecto a las hipótesis de investigación planteadas.**

En vista a los resultados obtenidos la primer hipótesis se acepta ya que refiere al hecho de que “la aplicación de un programa psicoterapéutico para el desarrollo de la inteligencia emocional en los/las estudiantes de Bachillerato General en el Instituto Nacional “Isidro Menéndez” del Departamento de San Miguel en el año dos mil doce, aumentaría el nivel de la inteligencia emocional”, pues según la comparación de los resultados obtenido de una evaluación anterior a la aplicación del programa y otra evaluación posterior al programa denota que hay un notable aumento en los niveles de inteligencia emocional en los estudiantes **(Ver gráfica 4.4.1)**.

También se puede notar un aumento del nivel de inteligencia emocional revisando las medias de los puntajes obtenidos en la prueba de entrada que es de 168.30 y la media en la prueba de salida que es de 190.81 del grupo al que se le aplicó el programa **(ver tablas 4.2.1 y 4.2.2) se observa entonces una media de crecimiento de 22.52 (ver grafica 4.6.1)** Y es lo que lleva a aceptar la hipótesis.

El análisis de los resultados de la otra hipótesis de investigación se hizo en dos líneas; en base a los resultados de la prueba estadística “t”, y

en base a las medias de crecimiento, la hipótesis plantea, que “Existirá una diferencia significativa entre un grupo al cual se le aplica un programa psicoterapéutico para el desarrollo de la inteligencia emocional y otro grupo al que no se le aplique dicho programa”.

En base a los resultados obtenidos de la aplicación de la prueba “t” Student. Se infiere, con un grado de libertad de $gl = 52$ y un valor encontrado de $t = 0.32$ se halló en la tabla de distribución que hay una probabilidad menor o igual que 0.25 ($P < 0.25$) lo cual indica que una diferencia entre las medias de los dos grupos del tamaño que se obtuvo tiene una probabilidad de menos de 0.25 es decir, que en una diferencia de este tamaño entre las medias puede esperarse que en menos de 25 en cien sea debida al azar ($0.25 = 25/100$).

Ahora hay que ver que tan significativo $P < 0.25$. Según McGuigan en el estudio psicológico general es aceptado un valor estándar de $P: 0.05$ a menos que él o los experimentadores lo especifiquen con anterioridad de otra manera. Y como se nota el grado de probabilidad (P) obtenido 0.25 es mayor al dado como estándar de 0.05 para ser aceptada como significativa una diferencia. Por tanto el grado de probabilidad (P) de 0.25 no refleja una significatividad de acuerdo al valor estándar **(Ver anexos 6 y 7)**.

Comparando las medias de crecimiento entre las pruebas de entrada y salida entre el grupo al que se le aplicó el programa de (IE) y el otro grupo al que no se le aplicó el programa, resultó que: el grupo al que se le aplicó el programa obtuvo una media de crecimiento de 22.52 entre las pruebas de entrada y de salida y el grupo al que no se le aplicó el programa obtuvo una media de crecimiento de 5.89 (ver grafica 4.6.1) lo que indica que el grupo al que se le aplicó el programa creció una media de 16.63 más que el grupo al que no se le aplicó el programa. A través de este dato se observa que si hay una diferencia significativa entre las medias de crecimiento de los grupos.

Al relacionar ambos resultados, tanto los dados por la prueba “t” como por las medias de crecimiento, se acepta la hipótesis de investigación. Dado que con respecto a los resultados de la prueba “t” no se tuvo lo que se denomina equivalencia inicial, que implica que los grupos sean similares entre sí al momento de iniciarse el estudio. Equivalencia que no fue posible conseguir en la presente investigación, porque eran grupos que ya estaban previamente estructurados. Lo cual llevo a que en la prueba de entrada, el grupo al que se le aplicó el programa obtuviera una media en el nivel inteligencia emocional de 168.30 inferior al de la media obtenida por el grupo al que no se le aplicó el programa la cual fue de 182.11.

Lo que influye notoriamente en los resultados de la prueba “t” la cual solo toma en cuenta las medias de inteligencia emocional obtenidos de las pruebas posteriores a la aplicación del programa de ambos grupos. En las cuales el grupo que fue parte del programa tuvo una media en inteligencia emocional de 190.81 y la media obtenida por el grupo que no participo en el programa fue de 188.00 habiendo una diferencia de 2.81 entre las medias de ambos grupos y con esta diferencia de medias se trabajo la prueba “t”.

Mientras que las hipótesis alternas y la hipótesis nula se rechazan, la primera hipótesis alterna hace referencia a que “los y las adolescentes que estudian Bachillerato General en el Instituto Nacional “Isidro Menéndez” del Departamento de San Miguel en el año dos mil doce, poseen un nivel adecuado (Bueno) de inteligencia emocional”. Lo cual contrasta con los resultados obtenidos ya que según la media, predominó el nivel medio de inteligencia emocional **(ver gráfica 4.3.1. Y las medias en las Tablas 4.2.1, 4.2.2, 4.2.3 y 4.2.4).**

La segunda hipótesis alterna refiere que “la aplicación de un programa psicoterapéutico para el desarrollo de la inteligencia emocional en los estudiantes de Bachillerato General en el Instituto Nacional “Isidro

Menéndez” del Departamento de San Miguel en el año dos mil doce, no influirá significativamente en el nivel de inteligencia emocional”.

Tomando en cuenta los resultados obtenidos se tiene que, al grupo que se le aplicó el programa psicoterapéutico mostró mayores niveles de crecimiento en las diferentes áreas de la inteligencia emocional; autoconciencia, autocontrol, motivación, empatía y relaciones interpersonales, que al grupo que no se le aplicó dicho programa lo que evidentemente contradice la hipótesis, para mayor detalle **(ver gráficas 4.5.1, 4.5.2, 4.5.3, 4.5.4, 4.5.5, 4.5.6 y 4.6.1)**.

Y la hipótesis nula alude a que “los y las adolescentes que estudian Bachillerato General en el Instituto Nacional “Isidro Menéndez” del Departamento de San Miguel en el año dos mil doce, poseen un nivel limitado de desarrollo de la inteligencia emocional”. En oposición con los resultados conseguidos; los que indican que en los adolescentes predomina el nivel medio de inteligencia emocional **(ver gráfica 4.3.1 Y las medias en las Tablas 4.2.1, 4.2.2, 4.2.3 y 4.2.4)**.

➤ **Medias comparativa de los niveles de crecimiento de la inteligencia emocional y sus áreas**

En referencia a los resultados estadísticos obtenidos por medio de la aplicación de la escala de inteligencia emocional antes y después de la ejecución del programa psicoterapéutico, a continuación se presentan la media de puntos globales por cada área trabajada a través de las diferentes técnicas y estrategias implementadas durante el proceso antes mencionado, para comprobar la efectividad del programa se comparan la media de puntos del grupo experimental y del grupo de control.

La media de crecimiento entre los grupos experimental y de control por puntajes, en la escala de Inteligencia Emocional en la prueba de entrada y salida, el grupo experimental obtuvo una media de 22.52,

mientras que el grupo de control presentó 5.89, por lo que se puede inferir que el programa aplicado al grupo experimental tuvo influencia positiva en los estudiantes.

En cuanto a la media de crecimiento entre los grupos experimental y de control por puntajes, en el área de Autoconciencia en la prueba de entrada y salida, el grupo experimental obtuvo una media de 1.63, mientras que el grupo de control presentó 1.81, por lo que se puede observar que existe mayor nivel de autoconciencia en el grupo de control.

Referente a la media de crecimiento entre los grupos experimental y de control por puntajes, en el área de Autocontrol en la prueba de entrada y salida, el grupo experimental obtuvo una media de 4.52, mientras que el grupo de control presentó 0.30, por lo tanto se puede inferir que el programa aplicado al grupo experimental tuvo influencia positiva en los estudiantes.

Mientras que en la media de crecimiento entre los grupos experimental y de control por puntajes, en el área de Motivación, en la prueba de entrada y salida, el grupo experimental obtuvo una media de 6.41, mientras que el grupo de control presentó 0.85, por lo tanto se puede determinar que el programa psicoterapéutico aplicado al grupo experimental tuvo positiva influencia en los estudiantes de educación media.

De acuerdo a los resultados obtenidos la media de crecimiento entre los grupos experimental y el de control por puntajes, en el área de Empatía, en la prueba de entrada y salida, el grupo experimental obtuvo una media de 4.81, mientras que el grupo de control resultó con -0.07, por lo cual se puede inferir que el programa psicoterapéutico aplicado al grupo experimental tuvo positiva influencia en los estudiantes de bachillerato.

Según los resultados obtenidos se muestra la media de crecimiento entre ambos grupos tanto el experimental así como el de control por puntajes, en el área de Relaciones Con Los Demás, en la prueba de entrada y salida, el grupo experimental obtuvo una media aritmética de 5.15, por otra parte el grupo control concluyó con 1.33, por lo tanto se puede inferir que el programa psicoterapéutico para el desarrollo de la Inteligencia Emocional aplicado al grupo experimental obtuvo positiva influencia en los estudiantes de educación media.

4.2. TABLAS CON INFORMACIÓN Y RESULTADOS DE LA ESCALA DE INTELIGENCIA EMOCIONAL

4.2.1 TABLA CON RESULTADOS DE PRUEBA DE ENTRADA DEL GRUPO EXPERIMENTAL

TABLA 4.2.1 Muestra información y puntajes obtenidos en la escala de Inteligencia Emocional por el grupo experimental antes de haberseles aplicado el programa de Inteligencia Emocional. Se observan un puntaje por cada área que evaluaba la escala aplicada y un puntaje y valoración del nivel de Inteligencia Emocional General por cada sujeto. Y al final la sumatoria y media de dichos puntajes

N°	NOMBRE	EDAD	SEXO	NIVEL ACADEMICO	NIVEL DE AUTOCONCIENCIA	NIVEL DE AUTOCONTROL	NIVEL DE MOTIVACIÓN	NIVEL DE EMPATÍA	NIVEL DE RELACIONES CON LOS DEMÁS	NIVEL DE INTELIGENCIA EMOCIONAL	VALORACION
1	B. S. Z. G.	17 AÑOS	F	1° AÑO BACHILLERATO GENERAL G.-1-1	29	39	44	42	34	188	NIVEL MEDIO DE INTELIGENCIA EMOCIONAL
2	C. M. C. P.	16 AÑOS	M	1° AÑO BACHILLERATO GENERAL G.-1-1	34	40	25	24	23	146	NIVEL BAJO DE INTELIGENCIA EMOCIONAL
3	C. S. A. N.	15 AÑOS	M	1° AÑO BACHILLERATO GENERAL G.-1-1	32	37	38	25	31	163	NIVEL MEDIO DE INTELIGENCIA EMOCIONAL
4	D. A. G. G.	15 AÑOS	M	1° AÑO BACHILLERATO GENERAL G.-1-1	34	18	23	44	38	157	NIVEL MEDIO DE INTELIGENCIA EMOCIONAL
5	D. G. I.	15 AÑOS	M	1° AÑO BACHILLERATO GENERAL G.-1-1	33	33	31	29	31	157	NIVEL MEDIO DE INTELIGENCIA EMOCIONAL
6	D. J. M. O.	16 AÑOS	M	1° AÑO BACHILLERATO GENERAL G.-1-1	35	40	50	29	27	181	NIVEL MEDIO DE INTELIGENCIA EMOCIONAL
7	E. J. N.	15 AÑOS	F	1° AÑO BACHILLERATO GENERAL G.-1-1	40	38	37	29	31	175	NIVEL MEDIO DE INTELIGENCIA EMOCIONAL
8	E. I. P. P.	16 AÑOS	F	1° AÑO BACHILLERATO GENERAL G.-1-1	31	43	33	32	28	167	NIVEL MEDIO DE INTELIGENCIA EMOCIONAL
9	F. E. R. L.	16 AÑOS	F	1° AÑO BACHILLERATO GENERAL G.-1-1	36	39	38	28	19	160	NIVEL MEDIO DE INTELIGENCIA EMOCIONAL
10	Y. H. M. V.	17 AÑOS	F	1° AÑO BACHILLERATO GENERAL G.-1-1	37	33	24	28	30	152	NIVEL MEDIO DE INTELIGENCIA EMOCIONAL
11	J. E. F.	15 AÑOS	F	1° AÑO BACHILLERATO GENERAL G.-1-1	31	26	21	41	36	155	NIVEL MEDIO DE INTELIGENCIA EMOCIONAL
12	J. R. S. O.	16 AÑOS	M	1° AÑO BACHILLERATO GENERAL G.-1-1	35	39	39	28	32	173	NIVEL MEDIO DE INTELIGENCIA EMOCIONAL
13	J. D. M. C.	17 AÑOS	M	1° AÑO BACHILLERATO GENERAL G.-1-1	36	26	34	16	23	135	NIVEL BAJO DE INTELIGENCIA EMOCIONAL

14	K. J. V. F.	16 AÑOS	F	1° AÑO BACHILLERATO GENERAL G.-1-1	36	35	30	31	31	163	NIVEL MEDIO DE INTELIGENCIA EMOCIONAL	
15	K. S. L. G.	16 AÑOS	F	1° AÑO BACHILLERATO GENERAL G.-1-1	33	34	37	42	20	166	NIVEL MEDIO DE INTELIGENCIA EMOCIONAL	
16	K. J. M.	16 AÑOS	M	1° AÑO BACHILLERATO GENERAL G.-1-1	39	39	36	22	29	165	NIVEL MEDIO DE INTELIGENCIA EMOCIONAL	
17	K. L. M. B.	17 AÑOS	F	1° AÑO BACHILLERATO GENERAL G.-1-1	54	51	47	52	50	254	NIVEL EXCELENTE DE INTELIGENCIA EMOCIONAL	
18	L. J. L. U.	16 AÑOS	M	1° AÑO BACHILLERATO GENERAL G.-1-1	40	36	38	24	28	166	NIVEL MEDIO DE INTELIGENCIA EMOCIONAL	
19	M. E. S. C.	16 AÑOS	F	1° AÑO BACHILLERATO GENERAL G.-1-1	26	29	33	28	27	143	NIVEL BAJO DE INTELIGENCIA EMOCIONAL	
20	M. A. H. R.	18 AÑOS	M	1° AÑO BACHILLERATO GENERAL G.-1-1	39	25	40	23	28	155	NIVEL MEDIO DE INTELIGENCIA EMOCIONAL	
21	M. E. C. C.	16 AÑOS	F	1° AÑO BACHILLERATO GENERAL G.-1-1	48	38	41	27	24	178	NIVEL MEDIO DE INTELIGENCIA EMOCIONAL	
22	R. DE LA P. A.	17 AÑOS	F	1° AÑO BACHILLERATO GENERAL G.-1-1	32	33	33	26	26	150	NIVEL BAJO DE INTELIGENCIA EMOCIONAL	
23	R. E. H.	19 AÑOS	M	1° AÑO BACHILLERATO GENERAL G.-1-1	27	23	31	28	33	142	NIVEL BAJO DE INTELIGENCIA EMOCIONAL	
24	S. Y. G. H.	16 AÑOS	F	1° AÑO BACHILLERATO GENERAL G.-1-1	35	27	28	35	36	161	NIVEL MEDIO DE INTELIGENCIA EMOCIONAL	
25	W. M. M.	16 AÑOS	M	1° AÑO BACHILLERATO GENERAL G.-1-1	12	29	40	45	21	147	NIVEL BAJO DE INTELIGENCIA EMOCIONAL	
26	W. M. V. L.	17 AÑOS	F	1° AÑO BACHILLERATO GENERAL G.-1-1	35	41	40	36	47	199	NIVEL MEDIO DE INTELIGENCIA EMOCIONAL	
27	Z. A. N. G.	16 AÑOS	F	1° AÑO BACHILLERATO GENERAL G.-1-1	56	41	44	50	55	246	BUEN NIVEL DE INTELIGENCIA EMOCIONAL	
					SUMATORIA DE PUNTOS	955	932	955	864	838	4544	
					MEDIA OBTENIDA DEL GRUPO	35.37	34.52	35.37	32.00	31.04	168.30	NIVEL MEDIO DE INTELIGENCIA EMOCIONAL

4.2.2 TABLA CON LOS RESULTADOS DE LA PRUEBA DE SALIDA DEL GRUPO EXPERIMENTAL

TABLA 4.2.2 Muestra datos y puntuaciones obtenidas en la escala de inteligencia Emocional por el grupo experimental después que recibió el refuerzo con el programa de Inteligencia Emocional. Se observan los puntajes por cada área que evaluaba la escala aplicada y un puntaje y valoración del nivel de Inteligencia Emocional General por cada sujeto. Y al final la sumatoria y la media de las puntuaciones.

N°	NOMBRE	EDAD	SEXO	NIVEL ACADEMICO	NIVEL DE AUTOCONCIENCIA	NIVEL DE AUTOCONTROL	NIVEL DE MOTIVACIÓN	NIVEL DE EMPATÍA	NIVEL DE RELACIONES CON LOS DEMÁS	NIVEL DE INTELIGENCIA EMOCIONAL	VALORACION
1	B. S. Z. G.	17 AÑOS	F	1º AÑO BACHILLERATO GENERAL G.-1-1	45	45	45	46	45	226	BUEN NIVEL DE INTELIGENCIA EMOCIONAL
2	C. M. C. P.	16 AÑOS	M	1º AÑO BACHILLERATO GENERAL G.-1-1	32	34	36	30	32	164	NIVEL MEDIO DE INTELIGENCIA EMOCIONAL
3	C. S. A. N.	15 AÑOS	M	1º AÑO BACHILLERATO GENERAL G.-1-1	41	41	39	21	26	168	NIVEL MEDIO DE INTELIGENCIA EMOCIONAL
4	D. A. G. G.	15 AÑOS	M	1º AÑO BACHILLERATO GENERAL G.-1-1	29	33	32	48	37	179	NIVEL MEDIO DE INTELIGENCIA EMOCIONAL
5	D. G. I.	15 AÑOS	M	1º AÑO BACHILLERATO GENERAL G.-1-1	37	41	38	27	31	174	NIVEL MEDIO DE INTELIGENCIA EMOCIONAL
6	D. J. O.	16 AÑOS	M	1º AÑO BACHILLERATO GENERAL G.-1-1	46	47	51	35	44	223	BUEN NIVEL DE INTELIGENCIA EMOCIONAL
7	E. J. N. S.	15 AÑOS	F	1º AÑO BACHILLERATO GENERAL G.-1-1	41	44	54	40	34	213	BUEN NIVEL DE INTELIGENCIA EMOCIONAL
8	E. I. P. P.	16 AÑOS	F	1º AÑO BACHILLERATO GENERAL G.-1-1	38	42	36	34	32	182	NIVEL MEDIO DE INTELIGENCIA EMOCIONAL
9	F. E. R. L.	16 AÑOS	F	1º AÑO BACHILLERATO GENERAL G.-1-1	25	43	34	30	32	164	NIVEL MEDIO DE INTELIGENCIA EMOCIONAL
10	Y. H. M. V.	17 AÑOS	F	1º AÑO BACHILLERATO GENERAL G.-1-1	37	34	38	22	35	166	NIVEL MEDIO DE INTELIGENCIA EMOCIONAL
11	J. E. F.	15 AÑOS	F	1º AÑO BACHILLERATO GENERAL G.-1-1	32	22	38	42	40	174	NIVEL MEDIO DE INTELIGENCIA EMOCIONAL
12	J. R. S. O.	16 AÑOS	M	1º AÑO BACHILLERATO GENERAL G.-1-1	43	31	44	45	41	204	BUEN NIVEL DE INTELIGENCIA EMOCIONAL
13	J. D. M. C.	17 AÑOS	M	1º AÑO BACHILLERATO GENERAL G.-1-1	33	36	44	23	26	162	NIVEL MEDIO DE INTELIGENCIA EMOCIONAL

14	K. J. V. F.	16 AÑOS	F	1° AÑO BACHILLERATO GENERAL G.-1-1	42	41	44	44	33	204	BUEN NIVEL DE INTELIGENCIA EMOCIONAL	
15	K. S. L. G.	16 AÑOS	F	1° AÑO BACHILLERATO GENERAL G.-1-1	24	35	49	39	37	184	NIVEL MEDIO DE INTELIGENCIA EMOCIONAL	
16	K. J. M.	16 AÑOS	M	1° AÑO BACHILLERATO GENERAL G.-1-1	37	37	37	29	31	171	NIVEL MEDIO DE INTELIGENCIA EMOCIONAL	
17	K. L. M.	17 AÑOS	F	1° AÑO BACHILLERATO GENERAL G.-1-1	50	55	48	56	47	256	NIVEL EXCELENTE DE INTELIGENCIA EMOCIONAL	
18	L. J. L. U.	16 AÑOS	M	1° AÑO BACHILLERATO GENERAL G.-1-1	35	37	47	35	31	185	NIVEL MEDIO DE INTELIGENCIA EMOCIONAL	
19	M. E. S. C.	16 AÑOS	F	1° AÑO BACHILLERATO GENERAL G.-1-1	29	38	34	30	33	164	NIVEL MEDIO DE INTELIGENCIA EMOCIONAL	
20	M. A. H. R.	18 AÑOS	M	1° AÑO BACHILLERATO GENERAL G.-1-1	31	38	39	26	29	163	NIVEL MEDIO DE INTELIGENCIA EMOCIONAL	
21	M. E. C. C.	16 AÑOS	M	1° AÑO BACHILLERATO GENERAL G.-1-1	44	36	50	38	33	201	BUEN NIVEL DE INTELIGENCIA EMOCIONAL	
22	R. DE LA P. A.	17 AÑOS	F	1° AÑO BACHILLERATO GENERAL G.-1-1	31	25	33	31	32	152	NIVEL MEDIO DE INTELIGENCIA EMOCIONAL	
23	R. E. H.	19 AÑOS	M	1° AÑO BACHILLERATO GENERAL G.-1-1	45	43	55	54	60	257	NIVEL EXCELENTE DE INTELIGENCIA EMOCIONAL	
24	S. Y. G. H.	16 AÑOS	F	1° AÑO BACHILLERATO GENERAL G.-1-1	35	36	36	28	28	163	NIVEL MEDIO DE INTELIGENCIA EMOCIONAL	
25	W. M. M.	16 AÑOS	F	1° AÑO BACHILLERATO GENERAL G.-1-1	24	45	31	36	28	164	NIVEL MEDIO DE INTELIGENCIA EMOCIONAL	
26	W. M. V. L.	EDAD:	SEXO:	1° AÑO BACHILLERATO GENERAL G.-1-1	41	40	41	45	48	215	BUEN NIVEL DE INTELIGENCIA EMOCIONAL	
27	Z. A. N. G.	16 AÑOS	F	1° AÑO BACHILLERATO GENERAL G.-1-1	52	55	55	60	52	274	NIVEL EXCELENTE DE INTELIGENCIA EMOCIONAL	
					SUMATORIA DE PUNTOS	999	1054	1128	994	977	5152	
					MEDIA OBTENIDA DEL GRUPO	37	39.04	41.78	36.81	36.19	190.81	NIVEL MEDIO DE INTELIGENCIA EMOCIONAL

4.2.3 TABLA CON LOS RESULTADOS DE LA PRUEBA DE ENTRADA DEL GRUPO CONTROL

TABLA 4.2.3 Muestra datos y puntuaciones obtenidas en la escala de inteligencia Emocional por el grupo control (al que no se le aplicara el refuerzo con el programa de Inteligencia Emocional). Se observan los puntajes por cada área que evaluaba la escala aplicada y un puntaje y valoración del nivel de Inteligencia Emocional General por cada sujeto. Y al final la sumatoria y la media de las puntuaciones.

N°	NOMBRE	EDAD	SEXO	NIVEL ACADEMICO	NIVEL DE AUTOCONCIENCIA	NIVEL DE AUTOCONTROL	NIVEL DE MOTIVACIÓN	NIVEL DE EMPATÍA	NIVEL DE RELACIONES CON LOS DEMÁS	NIVEL DE INTELIGENCIA EMOCIONAL	VALORACION
1	A. Y. O. B.	15 AÑOS	F	1° AÑO DE BACHILLERATO TÉCNICO VOCACIONAL ASISTENCIA ADMINISTRATIVA CONTABLE AC-1-1	45	44	46	41	36	212	BUEN NIVEL DE INTELIGENCIA EMOCIONAL
2	B. S. M.	17 AÑOS	F	1° AÑO DE BACHILLERATO TÉCNICO VOCACIONAL ASISTENCIA ADMINISTRATIVA CONTABLE AC-1-1	26	9	20	31	23	109	NIVEL BAJO DE INTELIGENCIA EMOCIONAL
3	D. C. A.	16 AÑOS	F	1° AÑO DE BACHILLERATO TÉCNICO VOCACIONAL ASISTENCIA ADMINISTRATIVA CONTABLE AC-1-1	24	11	17	36	30	118	NIVEL BAJO DE INTELIGENCIA EMOCIONAL
4	E. A. G. R.	16 AÑOS	M	1° AÑO DE BACHILLERATO TÉCNICO VOCACIONAL ASISTENCIA ADMINISTRATIVA CONTABLE AC-1-1	41	41	43	51	36	212	BUEN NIVEL DE INTELIGENCIA EMOCIONAL
5	F. V. C. S.	16 AÑOS	F	1° AÑO DE BACHILLERATO TÉCNICO VOCACIONAL ASISTENCIA ADMINISTRATIVA CONTABLE AC-1-1	41	38	44	38	34	195	NIVEL MEDIO DE INTELIGENCIA EMOCIONAL
6	H. L. A.	16 AÑOS	F	1° AÑO DE BACHILLERATO TÉCNICO VOCACIONAL ASISTENCIA ADMINISTRATIVA CONTABLE AC-1-1	29	36	39	35	48	187	NIVEL MEDIO DE INTELIGENCIA EMOCIONAL
7	I. E. B.	21 AÑOS	F	1° AÑO DE BACHILLERATO TÉCNICO VOCACIONAL ASISTENCIA ADMINISTRATIVA CONTABLE AC-1-1	8	31	35	53	37	164	NIVEL MEDIO DE INTELIGENCIA EMOCIONAL
8	I. F. S.	15 AÑOS	F	1° AÑO DE BACHILLERATO TÉCNICO VOCACIONAL ASISTENCIA ADMINISTRATIVA CONTABLE AC-1-1	46	46	49	44	32	217	BUEN NIVEL DE INTELIGENCIA EMOCIONAL
9	J. M. S. S.	17 AÑOS	F	1° AÑO DE BACHILLERATO TÉCNICO VOCACIONAL ASISTENCIA ADMINISTRATIVA CONTABLE AC-1-1	27	26	32	45	30	160	NIVEL MEDIO DE INTELIGENCIA EMOCIONAL
10	J. A. H. F.	17 AÑOS	M	1° AÑO DE BACHILLERATO TÉCNICO VOCACIONAL ASISTENCIA ADMINISTRATIVA CONTABLE AC-1-1	44	47	47	50	45	233	BUEN NIVEL DE INTELIGENCIA EMOCIONAL
11	J. A. C. G.	16 AÑOS	M	1° AÑO DE BACHILLERATO TÉCNICO VOCACIONAL ASISTENCIA ADMINISTRATIVA CONTABLE AC-1-1	42	50	53	51	37	233	BUEN NIVEL DE INTELIGENCIA EMOCIONAL
12	J. G. H.	16 AÑOS	F	1° AÑO DE BACHILLERATO TÉCNICO VOCACIONAL ASISTENCIA ADMINISTRATIVA CONTABLE AC-1-1	27	21	40	33	33	154	NIVEL MEDIO DE INTELIGENCIA EMOCIONAL
13	J. O. O.	17 AÑOS	M	1° AÑO DE BACHILLERATO TÉCNICO VOCACIONAL ASISTENCIA ADMINISTRATIVA CONTABLE AC-1-1	19	24	34	25	26	128	NIVEL BAJO DE INTELIGENCIA EMOCIONAL

14	L. Y. M. P.	16 AÑOS	F	1° AÑO DE BACHILLERATO TÉCNICO VOCACIONAL ASISTENCIA ADMINISTRATIVA CONTABLE AC-1-1	37	36	48	39	36	196	NIVEL MEDIO DE INTELIGENCIA EMOCIONAL
15	L. S. M. M.	16 AÑOS	F	1° AÑO DE BACHILLERATO TÉCNICO VOCACIONAL ASISTENCIA ADMINISTRATIVA CONTABLE AC-1-1	34	37	27	43	32	173	NIVEL MEDIO DE INTELIGENCIA EMOCIONAL
16	L. E. Y. C.	16 AÑOS	M	1° AÑO DE BACHILLERATO TÉCNICO VOCACIONAL ASISTENCIA ADMINISTRATIVA CONTABLE AC-1-1	46	52	48	48	37	231	BUEN NIVEL DE INTELIGENCIA EMOCIONAL
17	M. A. V. P.	16 AÑOS	F	1° AÑO DE BACHILLERATO TÉCNICO VOCACIONAL ASISTENCIA ADMINISTRATIVA CONTABLE AC-1-1	37	35	17	35	23	147	NIVEL BAJO DE INTELIGENCIA EMOCIONAL
18	M. Y. Y. F.	18 AÑOS	F	1° AÑO DE BACHILLERATO TÉCNICO VOCACIONAL ASISTENCIA ADMINISTRATIVA CONTABLE AC-1-1	38	33	40	37	34	182	NIVEL MEDIO DE INTELIGENCIA EMOCIONAL
19	M. U.	18 AÑOS	F	1° AÑO DE BACHILLERATO TÉCNICO VOCACIONAL ASISTENCIA ADMINISTRATIVA CONTABLE AC-1-1	43	46	42	38	40	209	BUEN NIVEL DE INTELIGENCIA EMOCIONAL
20	P. J. O. A.	16 AÑOS	F	1° AÑO DE BACHILLERATO TÉCNICO VOCACIONAL ASISTENCIA ADMINISTRATIVA CONTABLE AC-1-1	41	36	37	44	46	204	BUEN NIVEL DE INTELIGENCIA EMOCIONAL
21	R. W. H. T.	16 AÑOS	M	1° AÑO DE BACHILLERATO TÉCNICO VOCACIONAL ASISTENCIA ADMINISTRATIVA CONTABLE AC-1-1	29	31	44	36	34	174	NIVEL MEDIO DE INTELIGENCIA EMOCIONAL
22	R. E. A. V.	17 AÑOS	F	1° AÑO DE BACHILLERATO TÉCNICO VOCACIONAL ASISTENCIA ADMINISTRATIVA CONTABLE AC-1-1	35	23	38	34	37	167	NIVEL MEDIO DE INTELIGENCIA EMOCIONAL
23	R. M. S. S.	15 AÑOS	F	1° AÑO DE BACHILLERATO TÉCNICO VOCACIONAL ASISTENCIA ADMINISTRATIVA CONTABLE AC-1-1	33	39	38	50	34	194	NIVEL MEDIO DE INTELIGENCIA EMOCIONAL
24	S. L. M. C.	16 AÑOS	F	1° AÑO DE BACHILLERATO TÉCNICO VOCACIONAL ASISTENCIA ADMINISTRATIVA CONTABLE AC-1-1	36	29	39	33	34	171	NIVEL MEDIO DE INTELIGENCIA EMOCIONAL
25	S. N. C.	16 AÑOS	F	1° AÑO DE BACHILLERATO TÉCNICO VOCACIONAL ASISTENCIA ADMINISTRATIVA CONTABLE AC-1-1	46	42	45	38	32	203	BUEN NIVEL DE INTELIGENCIA EMOCIONAL
26	V. E. M. M.	17 AÑOS	F	1° AÑO DE BACHILLERATO TÉCNICO VOCACIONAL ASISTENCIA ADMINISTRATIVA CONTABLE AC-1-1	47	37	43	52	43	222	BUEN NIVEL DE INTELIGENCIA EMOCIONAL
27	W. A. V. C.	16 AÑOS	M	1° AÑO DE BACHILLERATO TÉCNICO VOCACIONAL ASISTENCIA ADMINISTRATIVA CONTABLE AC-1-1	14	30	21	37	20	122	NIVEL BAJO DE INTELIGENCIA EMOCIONAL
SUMATORIA DE PUNTOS					935.00	930.00	1026.00	1097.00	929.00	4917.00	
MEDIA OBTENIDA DEL GRUPO					34.63	34.44	38.00	40.63	34.41	182.11	NIVEL MEDIO DE INTELIGENCIA EMOCIONAL

4.2.4 TABLA CON LOS RESULTADOS DE LA PRUEBA DE SALIDA DEL GRUPO CONTROL

TABLA 4.2.4 Muestra datos y puntuaciones obtenidas en la escala de inteligencia Emocional por el grupo control (al que no se le aplico el refuerzo con el programa de Inteligencia Emocional). Se observan los puntajes por cada área que evaluaba la escala aplicada y un puntaje y valoración del nivel de Inteligencia Emocional General por cada sujeto. Y al final la sumatoria y la media de las puntuaciones.

N°	NOMBRE	EDAD	SEXO	NIVEL ACADEMICO	NIVEL DE AUTOCONCIENCIA	NIVEL DE AUTOCONTROL	NIVEL DE MOTIVACIÓN	NIVEL DE EMPATÍA	NIVEL DE RELACIONES CON LOS DEMÁS	NIVEL DE INTELIGENCIA EMOCIONAL	VALORACION
1	A. Y. O. B.	15 AÑOS	F	1° AÑO BACHILLERATO ASISTENCIA ADMINISTRATIVA CONTABLE C-1-1	47	45	50	51	43	236	BUEN NIVEL DE INTELIGENCIA EMOCIONAL
2	B. S. M. G.	17 AÑOS	F	1° AÑO BACHILLERATO ASISTENCIA ADMINISTRATIVA CONTABLE C-1-1	18	17	31	28	30	124	NIVEL BAJO DE INTELIGENCIA EMOCIONAL
3	D. C. A.	16 AÑOS	F	1° AÑO BACHILLERATO ASISTENCIA ADMINISTRATIVA CONTABLE C-1-1	27	23	26	38	43	157	NIVEL MEDIO DE INTELIGENCIA EMOCIONAL
4	E. A. G. R.	16 AÑOS	M	1° AÑO BACHILLERATO ASISTENCIA ADMINISTRATIVA CONTABLE C-1-1	44	42	45	48	39	218	BUEN NIVEL DE INTELIGENCIA EMOCIONAL
5	F. V. C. S.	16 AÑOS	F	1° AÑO BACHILLERATO ASISTENCIA ADMINISTRATIVA CONTABLE C-1-1	34	41	44	39	31	189	NIVEL MEDIO DE INTELIGENCIA EMOCIONAL
6	H. L. A.	16 AÑOS	F	1° AÑO BACHILLERATO ASISTENCIA ADMINISTRATIVA CONTABLE C-1-1	37	38	36	41	40	192	NIVEL MEDIO DE INTELIGENCIA EMOCIONAL
7	I. E. B.	21 AÑOS	F	1° AÑO BACHILLERATO ASISTENCIA ADMINISTRATIVA CONTABLE C-1-1	12	28	31	55	40	166	NIVEL MEDIO DE INTELIGENCIA EMOCIONAL
8	I. F. S. P.	15 AÑOS	F	1° AÑO BACHILLERATO ASISTENCIA ADMINISTRATIVA CONTABLE C-1-1	36	38	43	42	33	192	NIVEL MEDIO DE INTELIGENCIA EMOCIONAL
9	J. M. S. S.	17 AÑOS	F	1° AÑO BACHILLERATO ASISTENCIA ADMINISTRATIVA CONTABLE C-1-1	36	33	35	45	38	187	NIVEL MEDIO DE INTELIGENCIA EMOCIONAL
10	J. A. H. F.	16 AÑOS	M	1° AÑO BACHILLERATO ASISTENCIA ADMINISTRATIVA CONTABLE C-1-1	38	34	34	27	25	158	NIVEL MEDIO DE INTELIGENCIA EMOCIONAL
11	J. A. C. G.	16 AÑOS	M	1° AÑO BACHILLERATO ASISTENCIA ADMINISTRATIVA CONTABLE C-1-1	39	46	58	57	37	237	BUEN NIVEL DE INTELIGENCIA EMOCIONAL
12	J. G. H.	16 AÑOS	F	1° AÑO BACHILLERATO ASISTENCIA ADMINISTRATIVA CONTABLE C-1-1	32	29	47	49	44	201	BUEN NIVEL DE INTELIGENCIA EMOCIONAL
13	J. O. O.	17 AÑOS	M	1° AÑO BACHILLERATO ASISTENCIA ADMINISTRATIVA CONTABLE C-1-1	40	38	33	32	20	163	NIVEL MEDIO DE INTELIGENCIA EMOCIONAL

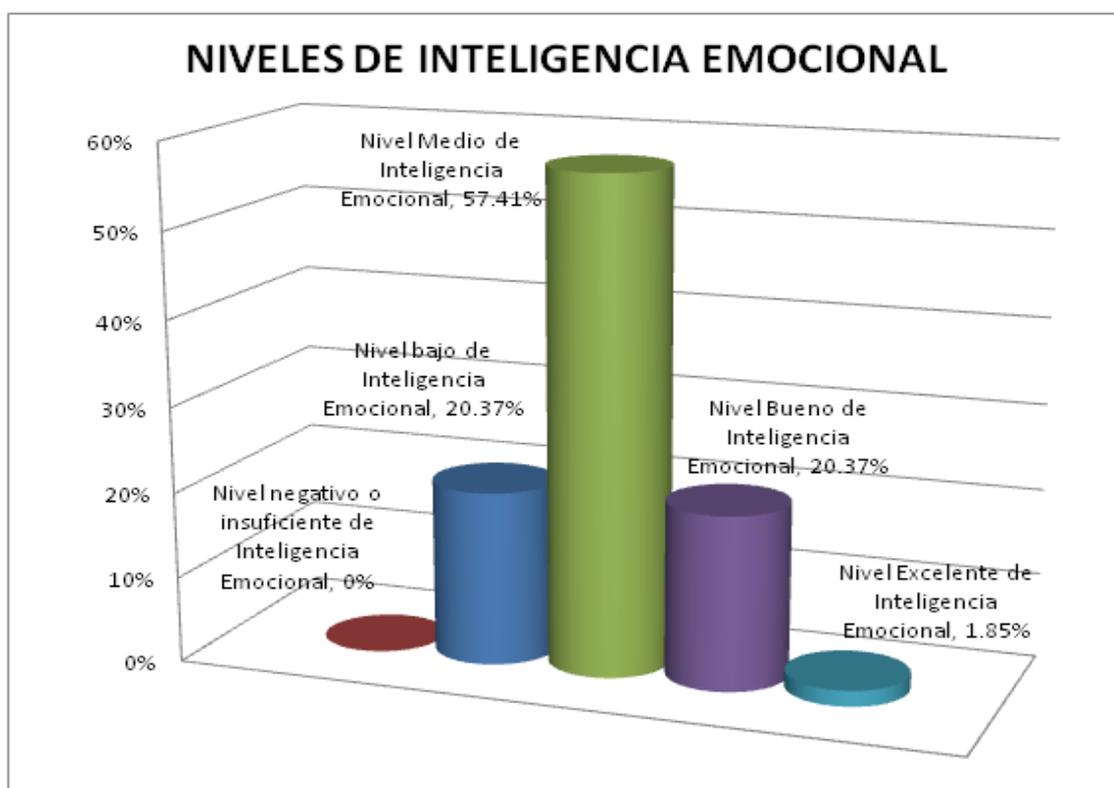
14	L. Y. M. P.	16 AÑOS	F	1º AÑO BACHILLERATO ASISTENCIA ADMINISTRATIVA CONTABLE C-1-1	48	49	44	46	37	224	BUEN NIVEL DE INTELIGENCIA EMOCIONAL
15	L. S. M. M.	16 AÑOS	F	1º AÑO BACHILLERATO ASISTENCIA ADMINISTRATIVA CONTABLE C-1-1	32	35	25	36	30	158	NIVEL MEDIO DE INTELIGENCIA EMOCIONAL
16	L. E. Y. C.	16 AÑOS	M	1º AÑO BACHILLERATO ASISTENCIA ADMINISTRATIVA CONTABLE C-1-1	49	49	50	51	44	243	BUEN NIVEL DE INTELIGENCIA EMOCIONAL
17	M. A. V. P.	16 AÑOS	F	1º AÑO BACHILLERATO ASISTENCIA ADMINISTRATIVA CONTABLE C-1-1	30	27	33	34	21	145	NIVEL BAJO DE INTELIGENCIA EMOCIONAL
18	M. Y. Y. F.	18 AÑOS	F	1º AÑO BACHILLERATO ASISTENCIA ADMINISTRATIVA CONTABLE C-1-1	40	42	41	44	32	199	NIVEL MEDIO DE INTELIGENCIA EMOCIONAL
19	M. U.	18 AÑOS	F	1º AÑO BACHILLERATO ASISTENCIA ADMINISTRATIVA CONTABLE C-1-1	31	48	52	48	45	224	BUEN NIVEL DE INTELIGENCIA EMOCIONAL
20	P. J. O. A.	16 AÑOS	F	1º AÑO BACHILLERATO ASISTENCIA ADMINISTRATIVA CONTABLE C-1-1	40	36	40	28	34	178	NIVEL MEDIO DE INTELIGENCIA EMOCIONAL
21	R. W. H. T.	16 AÑOS	M	1º AÑO BACHILLERATO ASISTENCIA ADMINISTRATIVA CONTABLE C-1-1	40	37	37	33	37	184	NIVEL MEDIO DE INTELIGENCIA EMOCIONAL
22	R. E. A. V.	17 AÑOS	F	1º AÑO BACHILLERATO ASISTENCIA ADMINISTRATIVA CONTABLE C-1-1	39	38	40	29	42	188	NIVEL MEDIO DE INTELIGENCIA EMOCIONAL
23	R. M. S. S.	15 AÑOS	F	1º AÑO BACHILLERATO ASISTENCIA ADMINISTRATIVA CONTABLE C-1-1	42	30	31	42	29	174	NIVEL MEDIO DE INTELIGENCIA EMOCIONAL
24	S. L. M.	16 AÑOS	F	1º AÑO BACHILLERATO ASISTENCIA ADMINISTRATIVA CONTABLE C-1-1	40	37	34	34	40	185	NIVEL MEDIO DE INTELIGENCIA EMOCIONAL
25	S. N. C. G.	16 AÑOS	F	1º AÑO BACHILLERATO ASISTENCIA ADMINISTRATIVA CONTABLE C-1-1	37	36	40	38	28	179	NIVEL MEDIO DE INTELIGENCIA EMOCIONAL
26	V. E. M. M.	17 AÑOS	F	1º AÑO BACHILLERATO ASISTENCIA ADMINISTRATIVA CONTABLE C-1-1	51	44	41	46	52	234	BUEN NIVEL DE INTELIGENCIA EMOCIONAL
27	W. A. V.	16 AÑOS	M	1º AÑO BACHILLERATO ASISTENCIA ADMINISTRATIVA CONTABLE C-1-1	25	23	28	34	31	141	NIVEL BAJO DE INTELIGENCIA EMOCIONAL
SUMATORIA DE PUNTOS					984.00	983.00	1049.00	1095.00	965.00	5076.00	
MEDIA OBTENIDA DEL GRUPO					36.44	36.41	38.85	40.56	35.74	188.00	NIVEL MEDIO DE INTELIGENCIA EMOCIONAL

4.3 CUADROS Y REPRESENTACIONES GRÁFICAS DEL NIVEL DE INTELIGENCIA EMOCIONAL EN LOS ADOLESCENTES

Tabla 4.3.1 Distribución de frecuencias del nivel de inteligencia emocional de los/as jóvenes y adolescentes.

NIVELES DE INTELIGENCIA EMOCIONAL	FRECUENCIA	PORCENTAJES
Nivel negativo o insuficiente de Inteligencia Emocional	0	0%
Nivel bajo de Inteligencia Emocional	11	20.37%
Nivel Medio de Inteligencia Emocional	31	57.41%
Nivel Bueno de Inteligencia Emocional	11	20.37%
Nivel Excelente de Inteligencia Emocional	1	1.85%
TOTAL	54	100%

Gráfico 4.3.1 Representación gráfica del nivel de inteligencia emocional de los/as jóvenes y adolescentes estudiantes.



En la presente gráfica se muestra que el nivel negativo o insuficiente de Inteligencia Emocional representa el 0%, mientras que el nivel bajo de inteligencia emocional es de 20.37%, por otra parte el nivel medio de IE es de 57.41%, el nivel bueno reflejó un 20.37% y el nivel excelente presentó un 1.85%.

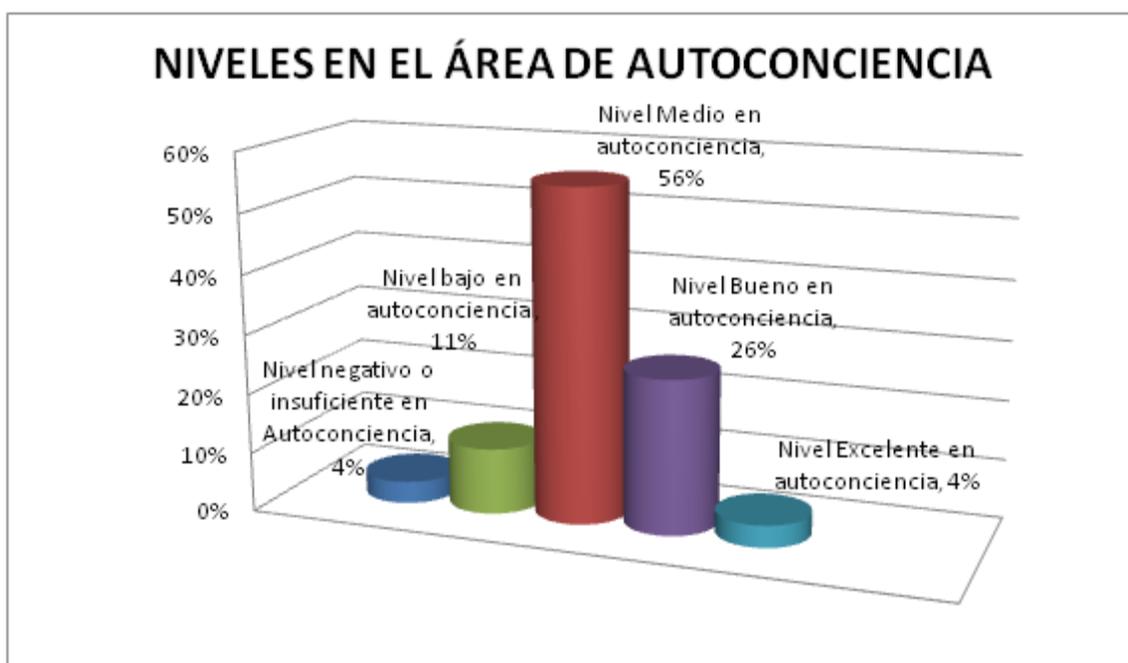
4.3.2. REPRESENTACIÓN GRÁFICA DEL NIVEL DE IE POR ÁREA

A) AUTOCONCIENCIA

Tabla 4.3.2 Distribución de frecuencias del nivel de autoconciencia de los/as jóvenes y adolescentes.

NIVELES DE AUTOCONCIENCIA	FRECUENCIA	PORCENTAJES
Nivel negativo o insuficiente en Autoconciencia	2	4%
Nivel bajo en autoconciencia	6	11%
Nivel Medio en autoconciencia	30	56%
Nivel Bueno en autoconciencia	14	26%
Nivel Excelente en autoconciencia	2	4%
TOTAL	54	100%

Gráfico 4.3.2 Representación gráfica del nivel de autoconciencia de los/as jóvenes y estudiantes.



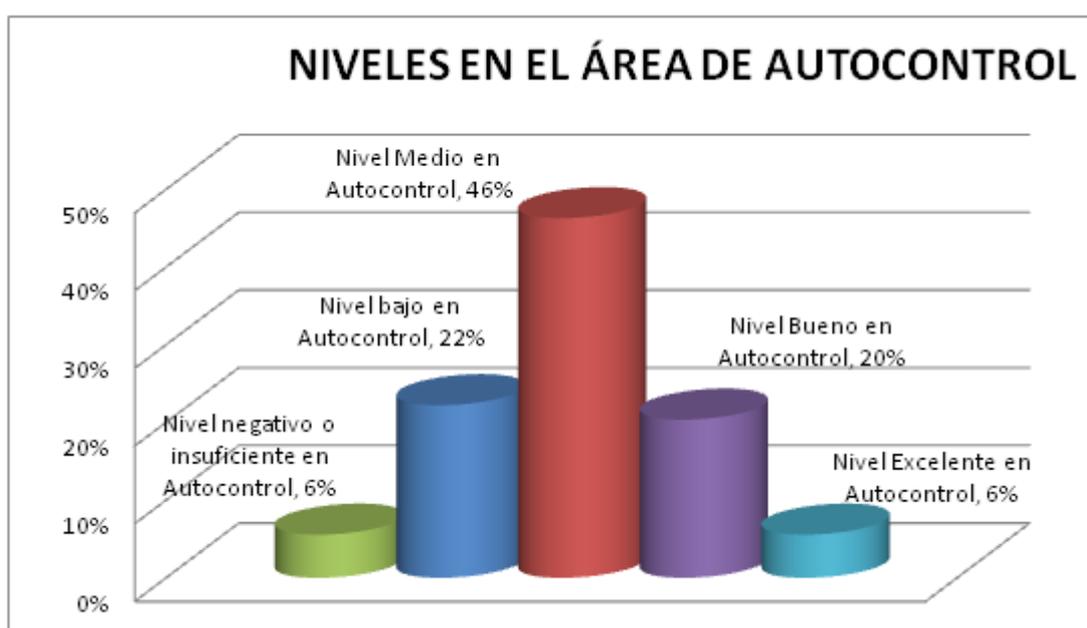
En la gráfica que corresponde al área de Autoconciencia el nivel negativo o insuficiente corresponde a un 4%, el nivel bajo reflejó un 11%, el nivel medio consta de 56%, el nivel bueno es de 26%, mientras tanto el nivel excelente fue de 4%. Por medio de estos datos se puede inferir que el nivel más alto de esta área, es el nivel medio con un cincuenta y seis por ciento.

B) AUTOCONTROL

Tabla 4.3.3 Distribución de frecuencias del nivel de autocontrol de los/as jóvenes y adolescentes estudiantes.

NIVELES DE AUTOCONTROL	FRECUENCIA	PORCENTAJES
Nivel negativo o insuficiente en Autocontrol	3	6%
Nivel bajo en Autocontrol	12	22%
Nivel Medio en Autocontrol	25	46%
Nivel Bueno en Autocontrol	11	20%
Nivel Excelente en Autocontrol	3	6%
TOTAL	54	100%

Gráfico 4.3.3. Representación gráfica del nivel de autocontrol de los/as jóvenes y adolescentes estudiantes.



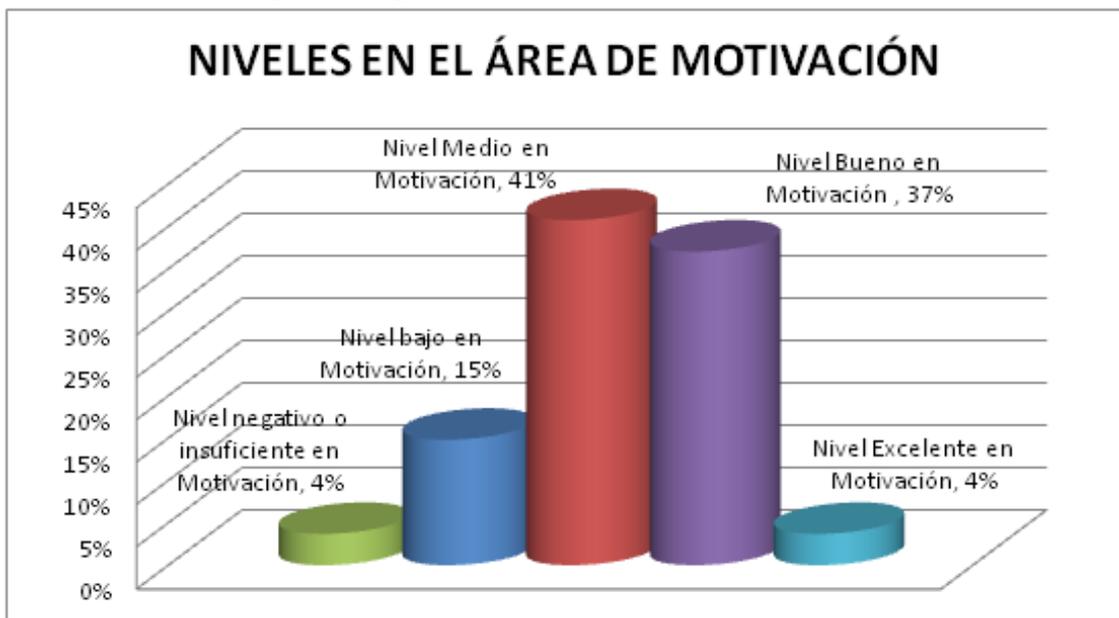
En la tercera gráfica que corresponde al área de Autocontrol, el nivel negativo o insuficiente corresponde a un 6%, mientras que el nivel bajo consta de 20%, el nivel medio representó un 48%, el nivel bueno fue de 20%, y el nivel excelente resultó un 6%. Se puede inferir que el nivel más elevado de autocontrol fue el medio con un cuarenta y ocho por ciento.

C) MOTIVACIÓN

Tabla 4.3.4. Distribución de frecuencias del nivel de motivación de los/as jóvenes y adolescentes estudiantes.

NIVELES DE MOTIVACION	FRECUENCIA	PORSENTAJES
Nivel negativo o insuficiente en Motivación	2	4%
Nivel bajo en Motivación	8	15%
Nivel Medio en Motivación	22	41%
Nivel Bueno en Motivación	20	37%
Nivel Excelente en Motivación	2	4%
TOTAL	54	100%

Gráfico 4.3.4 Representación gráfica del nivel de motivación de los/as jóvenes y adolescentes estudiantes.



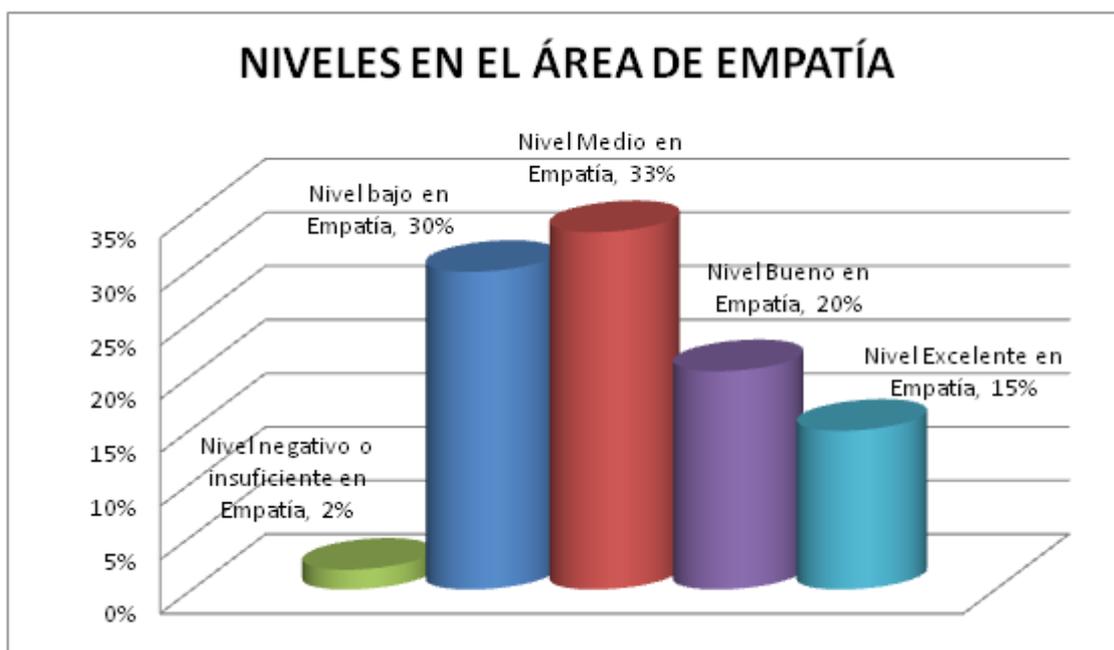
En la presente gráfica referente al área de la Motivación, el nivel negativo o insuficiente en motivación corresponde al 4% de los jóvenes estudiantes evaluados, mientras que el nivel bajo se representó en un 15%, el nivel medio fue de 41%, el nivel bueno se vio reflejado en un 37% y el nivel excelente fue de 4%, por lo que se puede mencionar que el nivel medio en motivación tiene el mayor porcentaje con un cuarenta y uno por ciento.

D) EMPATÍA

Tabla 4.3.5 Distribución de frecuencias del nivel de empatía de los/as adolescentes y jóvenes.

NIVELES EN EMPATÍA	FRECUENCIA	POSENTAJES
Nivel negativo o insuficiente en Empatía	1	2%
Nivel bajo en Empatía	16	30%
Nivel Medio en Empatía	18	33%
Nivel Bueno en Empatía	11	20%
Nivel Excelente en Empatía	8	15%
TOTAL	54	100%

Gráfico 4.3.5. Representación gráfica del nivel de empatía de los/as estudiantes.



En la presente gráfica correspondiente al área de la Empatía, el nivel negativo o insuficiente se representó en un 2% de los jóvenes estudiantes evaluados, mientras que el nivel bajo se mostró en un 30%, el nivel medio fue de 33%, el nivel bueno se vio reflejado en un 20% y el nivel excelente 15%, por lo tanto se puede observar que el nivel medio de empatía tiene el mayor porcentaje con un treinta y tres por ciento.

E) RELACIONES CON LOS DEMÁS

Tabla 4.3.6. Distribución de frecuencias del nivel de relaciones sociales de los/as estudiantes.

NIVELES DE RELACIONES CON LOS DEMÁS	FRECUENCIA	PORSENTAJES
Nivel negativo o insuficiente en Relaciones interpersonales	1	2%
Nivel bajo en Relaciones Interpersonales	16	30%
Nivel Medio en Relaciones Interpersonales	29	54%
Nivel Bueno en Relaciones Interpersonales	6	11%
Nivel Excelente en Relaciones Interpersonales	2	4%
TOTAL	54	100%

Gráfico 4.3.6. Representación gráfica del nivel de relaciones sociales de los/as estudiantes.



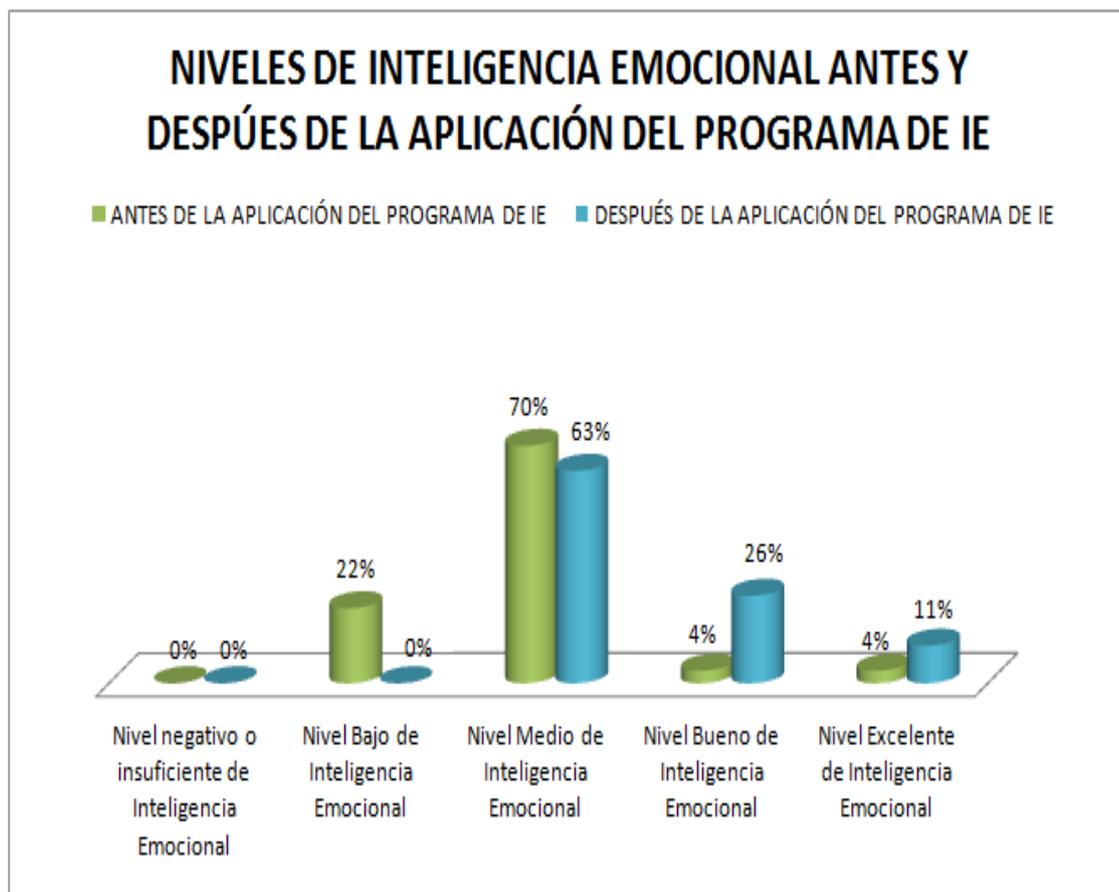
En la presente gráfica correspondiente al área de las Relaciones Interpersonales, el nivel negativo o insuficiente se representó en un 2% de los jóvenes estudiantes evaluados, mientras que el nivel bajo se mostró en un 30%, el nivel medio fue de 54%, el nivel bueno se vio reflejado en un 11% y el nivel excelente 4%, por lo que se puede observar que el nivel medio en relaciones interpersonales tiene el mayor porcentaje con un cincuenta y cuatro por ciento.

4.4. CUADROS Y GRÁFICAS REPRESENTATIVAS DE LOS NIVELES DE INTELIGENCIA EMOCIONAL DEL GRUPO EXPERIMENTAL ANTES Y DESPUÉS DE LA APLICACIÓN DEL PROGRAMA DE IE

Tabla 4.4.1. Muestra las frecuencias de los niveles de inteligencia emocional obtenidos según la escala aplicada, tanto antes como después de la aplicación del programa de inteligencia Emocional.

NIVELES DE INTELIGENCIA EMOCIONAL	ANTES DE LA APLICACIÓN DEL PROGRAMA DE INTELIGENCIA EMOCIONAL	ANTES DE LA APLICACIÓN DEL PROGRAMA DE IE	DESPUÉS DE LA APLICACIÓN DEL PROGRAMA DE INTELIGENCIA EMOCIONAL	DESPUÉS DE LA APLICACIÓN DEL PROGRAMA DE IE
Nivel negativo o insuficiente de Inteligencia Emocional	0	0%	0	0%
Nivel Bajo de Inteligencia Emocional	6	22%	0	0%
Nivel Medio de Inteligencia Emocional	19	70%	17	63%
Nivel Bueno de Inteligencia Emocional	1	4%	7	26%
Nivel Excelente de Inteligencia Emocional	1	4%	3	11%
TOTAL	27	100%	27	100%

Gráfica 4.4.1. Representa los niveles de inteligencia Emocional obtenidos por el grupo experimental antes y después de la aplicación del programa. Por tanto se puede observar los niveles de crecimiento o descenso general de la Inteligencia Emocional.



En el gráfico anterior que corresponde a los niveles de Inteligencia emocional antes y después de la aplicación del programa se observa que en el nivel bajo o insuficiente antes y después corresponde a 0%, en el bajo antes fue de 22% y después de 0%. El nivel medio de 70% y 63%, el nivel bueno de 4% y 26% y el excelente de 4% y 11% respectivamente.

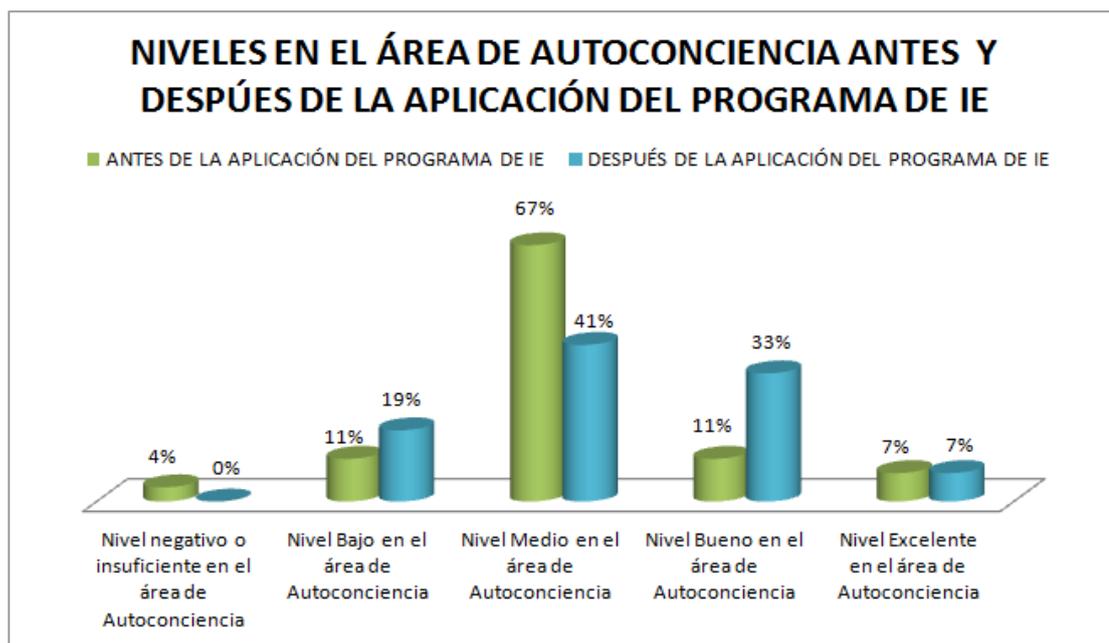
Se refleja las categorías de bajo y medio fue superior Antes que Después de la aplicación del programa en la medida que los alumnos que se ubicaron en *Bajo* y *Medio* subieron a las categorías de *Alto* y *Excelente*.

A) DIFERENCIAS, ANTES Y DESPUES DE LA APLICACIÓN DEL PROGRAMA DE IE EN EL AREA DE AUTOCONCIENCIA

Tabla 4.4.2. Proporciona los niveles obtenidos en el área de autoconciencia por el grupo experimental, tanto antes como después de la aplicación del programa de inteligencia emocional

NIVELES EN EL ÁREA DE AUTOCONCIENCIA	ANTES DE LA APLICACIÓN DEL PROGRAMA DE INTELIGENCIA EMOCIONAL	ANTES DE LA APLICACIÓN DEL PROGRAMA DE IE	DESPUÉS DE LA APLICACIÓN DEL PROGRAMA DE INTELIGENCIA EMOCIONAL	DESPUÉS DE LA APLICACIÓN DEL PROGRAMA DE IE
Nivel negativo o insuficiente en el área de Autoconciencia	1	4%	0	0%
Nivel Bajo en el área de Autoconciencia	3	11%	5	19%
Nivel Medio en el área de Autoconciencia	18	67%	11	41%
Nivel Bueno en el área de Autoconciencia	3	11%	9	33%
Nivel Excelente en el área de Autoconciencia	2	7%	2	7%
TOTAL	27	100%	27	100%

Gráfica 4.4.2. Representa las diferencias en los niveles de inteligencia emocional antes y después de la aplicación del programa de inteligencia emocional en el grupo experimental.



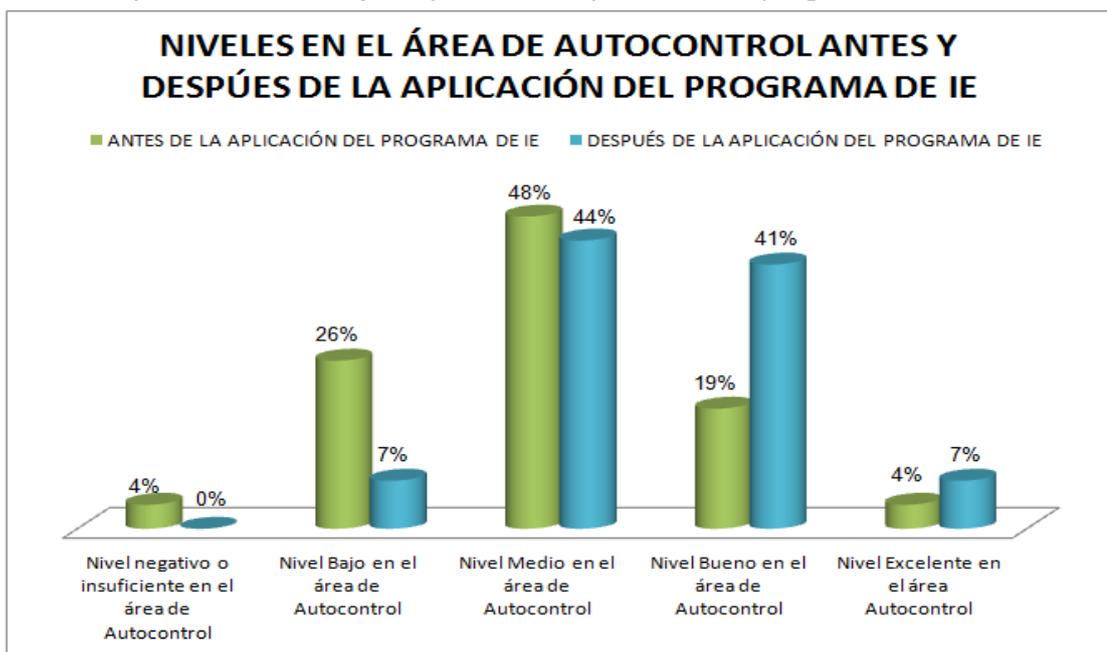
Los resultados en la gráfica del nivel del área de autoconciencia antes y después de la aplicación del programa de IE muestran que el nivel insuficiente fue de 4% y 0% respectivamente, el bajo corresponde a 11% y 19% respectivamente, el medio fue de 67% y 41%, el bueno consta de 11% y 33% y la categoría de excelente con 7% cada una. En las categorías de *Insuficiente* fue *superior* en la prueba de entrada porque posteriormente los sujetos pasaron de *Negativo* a otros niveles como *Medio*, *Bueno* y *Excelente*.

B) DIFERENCIAS, ANTES Y DESPUES DE LA APLICACIÓN DEL PROGRAMA DE IE EN EL AREA DE AUTOCONTROL

Tabla 4.4.3. Muestra las frecuencias y porcentajes de los niveles en el área de autocontrol antes y después de la aplicación del programa de IE en el grupo experimental.

NIVELES EN EL ÁREA DE AUTOCOTROL	ANTES DE LA APLICACIÓN DEL PROGRAMA DE INTELIGENCIA EMOCIONAL	ANTES DE LA APLICACIÓN DEL PROGRAMA DE IE	DESPUÉS DE LA APLICACIÓN DEL PROGRAMA DE INTELIGENCIA EMOCIONAL	DESPUÉS DE LA APLICACIÓN DEL PROGRAMA DE IE
Nivel negativo o insuficiente en el área de Autocontrol	1	4%	0	0%
Nivel Bajo en el área de Autocontrol	7	26%	2	7%
Nivel Medio en el área de Autocontrol	13	48%	12	44%
Nivel Bueno en el área de Autocontrol	5	19%	11	41%
Nivel Excelente en el área Autocontrol	1	4%	2	7%
TOTAL	27	100%	27	100%

Gráfica 4.4.3. Representa las diferencias en los niveles de autocontrol del grupo experimental antes y después de la aplicación del programa de IE



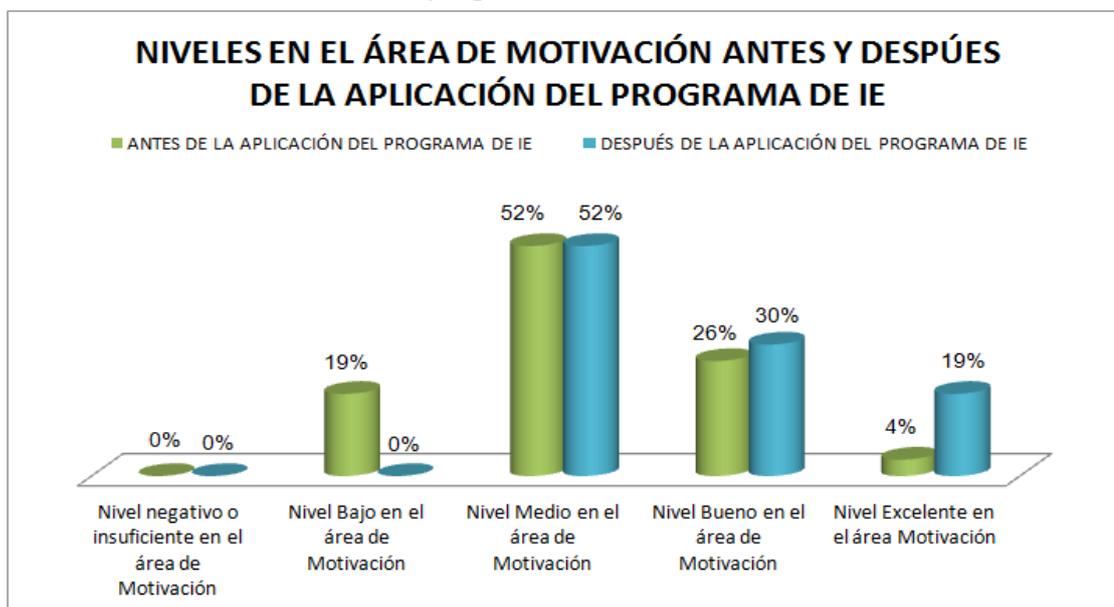
De acuerdo con la gráfica anterior que corresponde a los niveles en el área de Autocontrol antes y después del programa de IE, se observa que la categoría de insuficiente fue de 4% y 0% respectivamente, el nivel bajo de 26% y 7%, el nivel medio de 48% y 44%, la categoría de bueno fue de 19% y 41% y el rango excelente consta de 4% y 7%. Los rangos de *Negativo*, *Bajo* y *Medio* son superiores en la medida que los sujetos en primera instancia se ubicaron en esos niveles, sin embargo después del programa subieron a las categorías de *Bueno* y *Excelente*.

C) DIFERENCIAS, ANTES Y DESPUÉS DE LA APLICACIÓN DEL PROGRAMA DE IE EN EL ÁREA DE MOTIVACIÓN

Tabla 4.4.4. Posee las frecuencias y porcentajes obtenidos de los niveles en el área de motivación antes y después de la aplicación del programa de IE al grupo Experimental.

NIVELES EN EL ÁREA DE MOTIVACIÓN	ANTES DE LA APLICACIÓN DEL PROGRAMA DE INTELIGENCIA EMOCIONAL	ANTES DE LA APLICACIÓN DEL PROGRAMA DE IE	DESPUÉS DE LA APLICACIÓN DEL PROGRAMA DE INTELIGENCIA EMOCIONAL	DESPUÉS DE LA APLICACIÓN DEL PROGRAMA DE IE
Nivel negativo o insuficiente en el área de Motivación	0	0%	0	0%
Nivel Bajo en el área de Motivación	5	19%	0	0%
Nivel Medio en el área de Motivación	14	52%	14	52%
Nivel Bueno en el área de Motivación	7	26%	8	30%
Nivel Excelente en el área Motivación	1	4%	5	19%
TOTAL	27	100%	27	100%

Gráfica 4.4.4. Muestra las diferencias de los niveles obtenidos en el área de Motivación por el grupo experimental, antes y después de la aplicación del programa de IE.



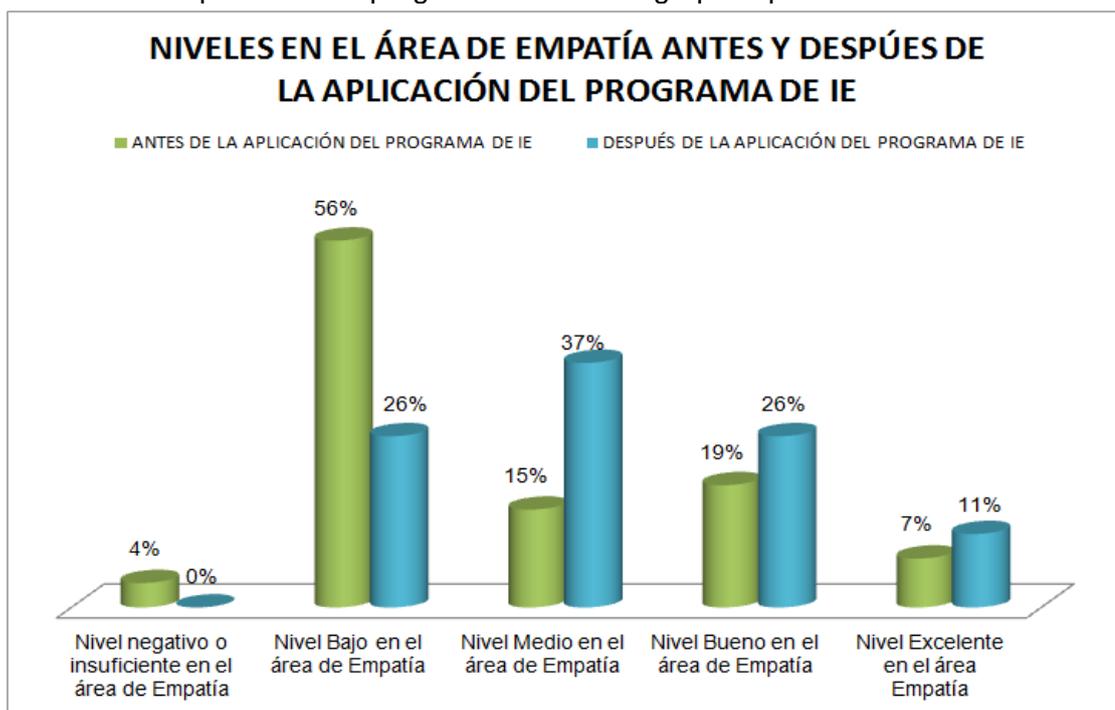
En la presente gráfica se muestran los niveles en el área de Motivación antes y después de la aplicación del programa de IE, en la categoría de insuficiente fue de 0% y 0% respectivamente, el nivel bajo de 19% y 0%, el nivel medio de 52% y 52%, la categoría de bueno fue de 26% y 30% y el rango excelente consta de 4% y 19%. Los rangos de Bajo y Medio son superiores en la medida que los sujetos en primera instancia se ubicaron en esos niveles, después del programa los niveles de bueno y excelente subieron en porcentajes, mientras que el nivel Medio se mantuvo con un 52%.

D) DIFERENCIAS, ANTES Y DESPUÉS DE LA APLICACIÓN DEL PROGRAMA DE IE EN EL ÁREA DE EMPATÍA

Tabla 4.4.5. Contiene frecuencias y porcentajes de los niveles obtenidos por el grupo experimental en el área de empatía, antes y después de la aplicación del programa de inteligencia Emocional (IE)

NIVELES EN EL ÁREA DE EMPATÍA	ANTES DE LA APLICACIÓN DEL PROGRAMA DE INTELIGENCIA EMOCIONAL	ANTES DE LA APLICACIÓN DEL PROGRAMA DE IE	DESPUÉS DE LA APLICACIÓN DEL PROGRAMA DE INTELIGENCIA EMOCIONAL	DESPUÉS DE LA APLICACIÓN DEL PROGRAMA DE IE
Nivel negativo o insuficiente en el área de Empatía	1	4%	0	0%
Nivel Bajo en el área de Empatía	15	56%	7	26%
Nivel Medio en el área de Empatía	4	15%	10	37%
Nivel Bueno en el área de Empatía	5	19%	7	26%
Nivel Excelente en el área Empatía	2	7%	3	11%
TOTAL	27	100%	27	100%

Gráfica 4.4.5. Representa las diferencias del nivel de empatía antes y después de la aplicación del programa de IE en el grupo experimental.



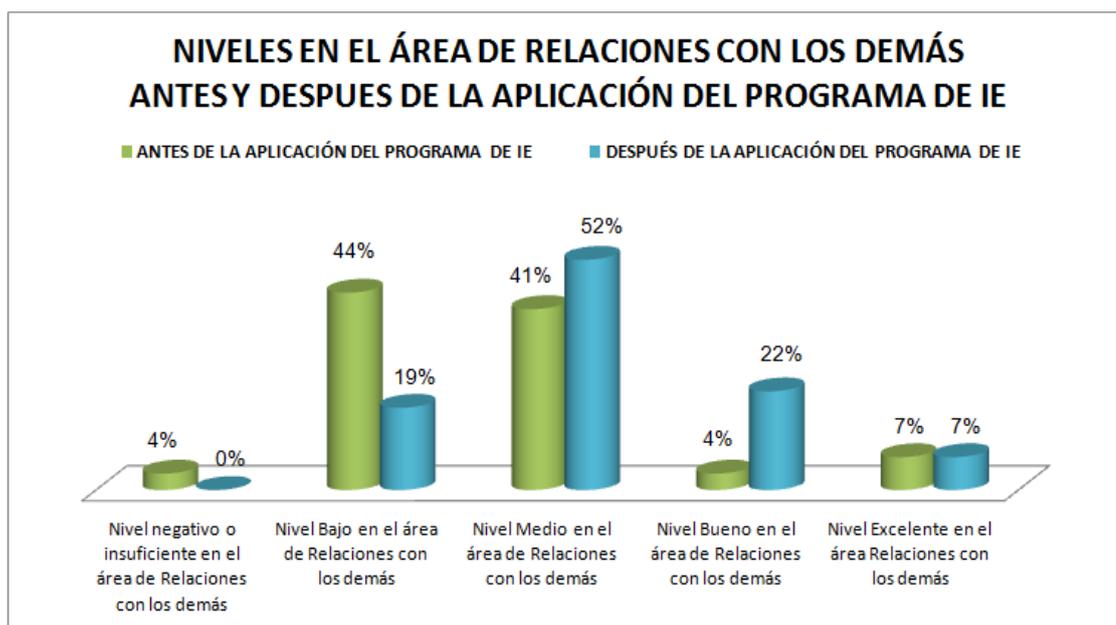
En la presente gráfica se muestran los niveles en el área de Empatía antes y después de la aplicación del programa de IE, en la categoría de insuficiente fue de 4% y 0% respectivamente, el nivel bajo de 56% y 26%, el nivel medio de 15% y 37%, la categoría de bueno fue de 19% y 26% y el rango excelente 7% y 11%. Los rangos de *bajo* y *bueno* son superiores en la medida que los sujetos en primera instancia se ubicaron en esos niveles, después del programa los niveles de *medio*, *bueno* y *excelente* incrementaron en porcentajes, por lo tanto se puede inferir que los jóvenes estudiantes comprendieron en gran medida en que consiste la motivación.

E) DIFERENCIAS, ANTES Y DESPUÉS DE LA APLICACIÓN DEL PROGRAMA DE IE EN EL ÁREA DE RELACIONES CON LOS DEMÁS

Tabla 4.4.6. Precisa las frecuencias y los porcentajes obtenidos antes y después de la aplicación del programa de IE en el área de relaciones con los demás por el grupo experimental.

NIVELES EN EL ÁREA DE RELACIONES CON LOS DEMÁS	ANTES DE LA APLICACIÓN DEL PROGRAMA DE INTELIGENCIA EMOCIONAL	ANTES DE LA APLICACIÓN DEL PROGRAMA DE IE	DESPUÉS DE LA APLICACIÓN DEL PROGRAMA DE INTELIGENCIA EMOCIONAL	DESPUÉS DE LA APLICACIÓN DEL PROGRAMA DE IE
Nivel negativo o insuficiente en el área de Relaciones con los demás	1	4%	0	0%
Nivel Bajo en el área de Relaciones con los demás	12	44%	5	19%
Nivel Medio en el área de Relaciones con los demás	11	41%	14	52%
Nivel Bueno en el área de Relaciones con los demás	1	4%	6	22%
Nivel Excelente en el área Relaciones con los demás	2	7%	2	7%
TOTAL	27	100%	27	100%

Gráfica 4.4.6. Muestra las diferencias de los niveles en el área de relaciones con los demás antes y después de la aplicación del programa de IE en el grupo experimental.



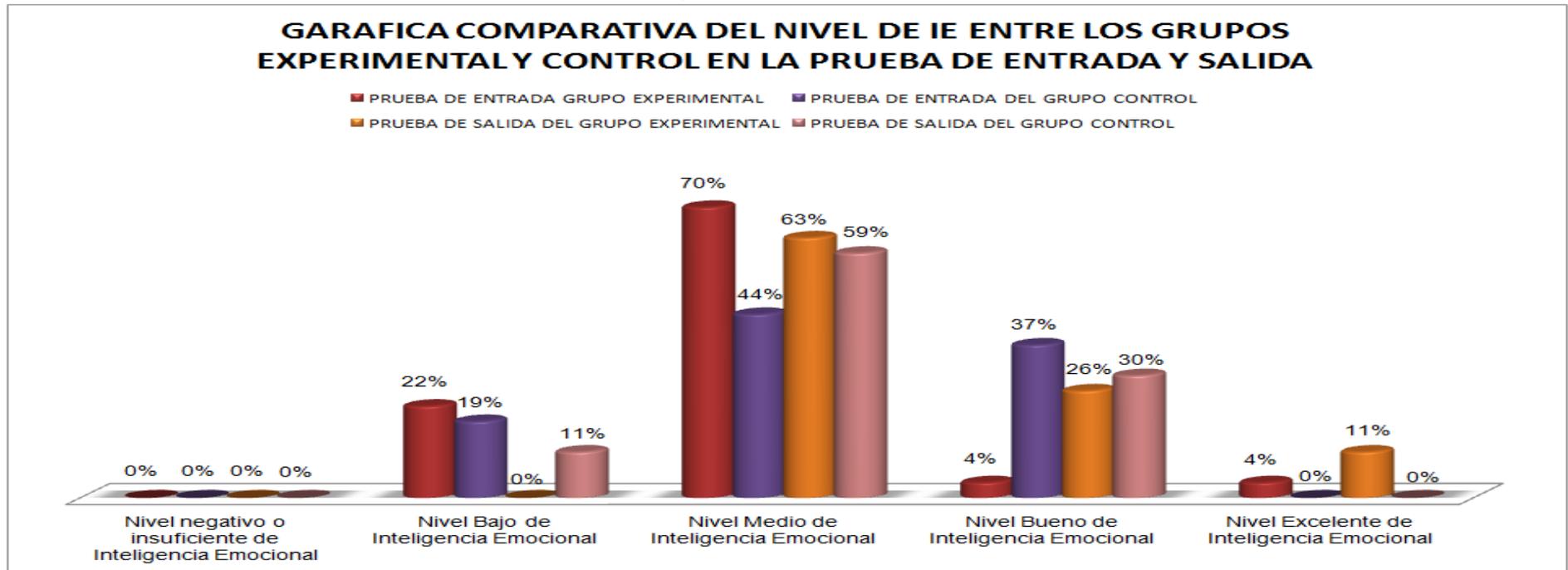
En la presente gráfica se muestran los niveles en el área de Relaciones Interpersonales antes y después de la aplicación del programa de IE, en la categoría de insuficiente fue de 4% y 0% respectivamente, el nivel bajo de 44% y 19%, el nivel medio de 41% y 52%, la categoría de bueno fue de 4% y 22% y el rango excelente 7% y 7%. Los rangos de *bajo* y *medio* son superiores en la medida que los sujetos en primera instancia se ubicaron en esos niveles, después del programa los niveles de *medio* y *bueno* incrementaron en porcentajes, mientras que el rango excelente se mantuvo con siete por ciento, por lo tanto se puede inferir que los jóvenes estudiantes comprendieron en gran medida en que consisten las Relaciones con los demás.

4.5. CUADROS Y GRAFICAS COMPARATIVAS DE LOS NIVELES DE INTELIGENCIA EMOCIONAL ENTRE EL GRUPO EXPERIMENTAL Y EL GRUPO CONTROL EN LAS PRUEBAS DE ENTRADA Y DE SALIDA

Tabla 4.5.1. Cuadro comparativo de frecuencias y porcentajes de los diferentes niveles de inteligencia emocional de ambos grupos en la prueba de entrada y la prueba de salida.

NIVELES DE INTELIGENCIA EMOCIONAL	FRECUENCIA DEL GRUPO EXPERIMENTAL PRUEBA DE ENTRADA	PRUEBA DE ENTRADA GRUPO EXPERIMENTAL	FRECUENCIA DEL GRUPO CONTROL PRUEBA DE ENTRADA	PRUEBA DE ENTRADA DEL GRUPO CONTROL	FRECUENCIA DEL GRUPO EXPERIMENTAL PRUEBA DE SALIDA	PRUEBA DE SALIDA DEL GRUPO EXPERIMENTAL	FRECUENCIA DEL GRUPO CONTROL PRUEBA DE SALIDA	PRUEBA DE SALIDA DEL GRUPO CONTROL
Nivel negativo o insuficiente de Inteligencia Emocional	0	0%	0	0%	0	0%	0	0%
Nivel Bajo de Inteligencia Emocional	6	22%	5	19%	0	0%	3	11%
Nivel Medio de Inteligencia Emocional	19	70%	12	44%	17	63%	16	59%
Nivel Bueno de Inteligencia Emocional	1	4%	10	37%	7	26%	8	30%
Nivel Excelente de Inteligencia Emocional	1	4%	0	0%	3	11%	0	0%
TOTAL	27	100%	27	100%	27	100%	27	100%

Gráfica 4.5.1. Muestra las diferencias de los niveles de inteligencia emocional entre los grupos experimental y control en la prueba de entrada y en la de salida.



En la presente gráfica se muestra la comparación del nivel de Inteligencia Emocional entre los grupos experimental y control en la prueba de entrada y salida, en la prueba de entrada los grupos antes mencionados presentaron los siguientes resultados: en la categoría de nivel negativo de IE 0% y 0% respectivamente, en el nivel bajo 22% y 19%, en cuanto al nivel medio 70% y 44%, en nivel bueno 4% y 37% y en el rango de excelente 4% y 0%, mientras que en la prueba de Salida presentaron los siguientes resultados: en el rango de nivel negativo 0% y 0% respectivamente, en el nivel bajo 0% y 11%, en el nivel medio 63% y 59%, en el nivel bueno 26% y 30% y en el nivel excelente 11% y 0%, en base a los resultados obtenidos se puede observar que los rangos de *bajo* y *medio* son superiores en la medida que los sujetos en primera instancia se ubicaron en esos niveles, después del programa el grupo experimental incremento sus niveles de bueno y excelente en porcentajes, mientras que en el grupo de control no se presentaron cambios significativos, por lo tanto se puede inferir que el programa aplicado al grupo experimental tuvo influencia positiva en los estudiantes.

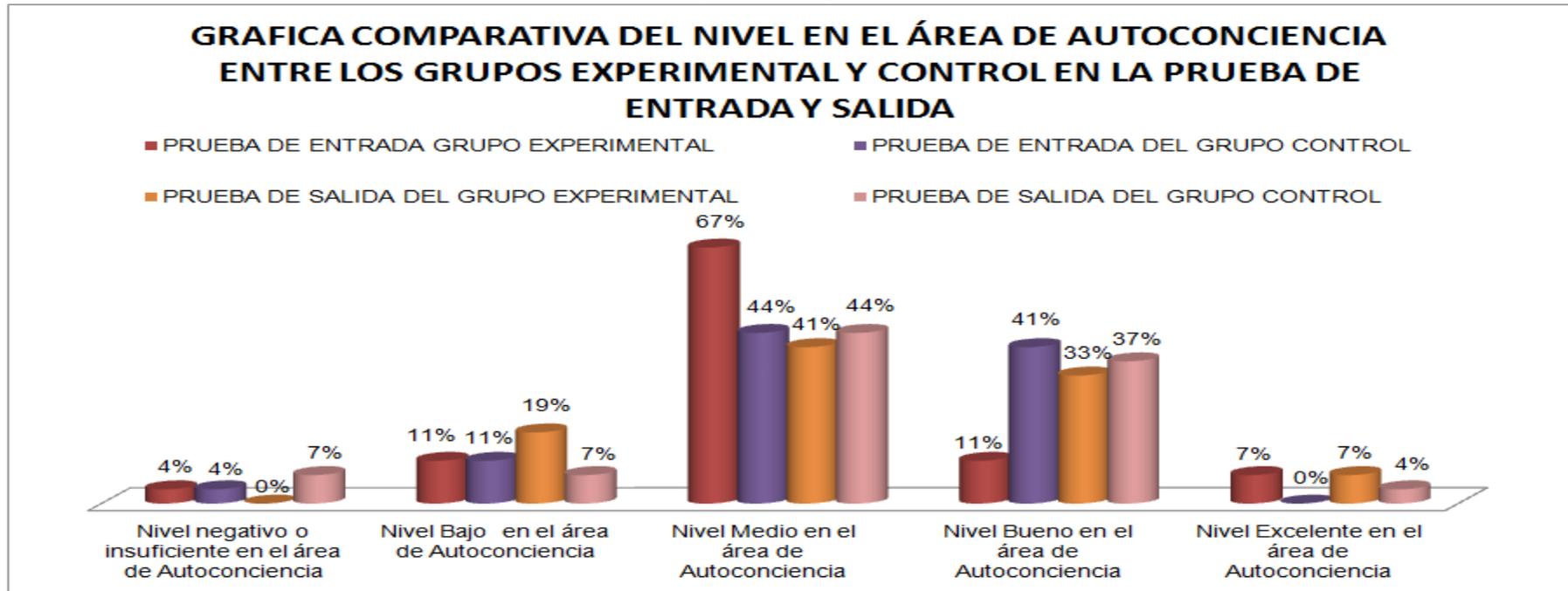
CUADROS Y GRAFICAS COMPARATIVAS DE LOS NIVELES OBTENIDOS EN LAS DIFERENTES ÁREAS DE IE POR EL GRUPO EXPERIMENTAL Y EL GRUPO CONTROL EN LAS PRUEBAS DE ENTRADA Y DE SALIDA.

A) CUADRO COMPARATIVO EN EL ÁREA DE AUTOCONCIENCIA EN LAS PRUEBAS DE ENTRADA Y DE SALIDA DE AMBOS GRUPOS.

Tabla 4.5.2. Contiene frecuencias y porcentajes de los niveles obtenidos en el área de autoconciencia en las pruebas de entrada y salida de los grupos experimental y control.

NIVELES EN EL AREA DE AUTOCONCIENCIA	FRECUENCIA DEL GRUPO EXPERIMENTAL PRUEBA DE ENTRADA	PRUEBA DE ENTRADA GRUPO EXPERIMENTAL	FRECUENCIA DEL GRUPO CONTROL PRUEBA DE ENTRADA	PRUEBA DE ENTRADA DEL GRUPO CONTROL	FRECUENCIA DEL GRUPO EXPERIMENTAL PRUEBA DE SALIDA	PRUEBA DE SALIDA DEL GRUPO EXPERIMENTAL	FRECUENCIA DEL GRUPO CONTROL PRUEBA DE SALIDA	PRUEBA DE SALIDA DEL GRUPO CONTROL
Nivel negativo o insuficiente en el área de Autoconciencia	1	4%	1	4%	0	0%	2	7%
Nivel Bajo en el área de Autoconciencia	3	11%	3	11%	5	19%	2	7%
Nivel Medio en el área de Autoconciencia	18	67%	12	44%	11	41%	12	44%
Nivel Bueno en el área de Autoconciencia	3	11%	11	41%	9	33%	10	37%
Nivel Excelente en el área de Autoconciencia	2	7%	0	0%	2	7%	1	4%
TOTAL	27	100%	27	100%	27	100%	27	100%

Gráfica 4.5.2. Representa los diferentes niveles obtenidos en el área de autoconciencia en la pruebas de entrada y de salida de los grupos experimental y control.



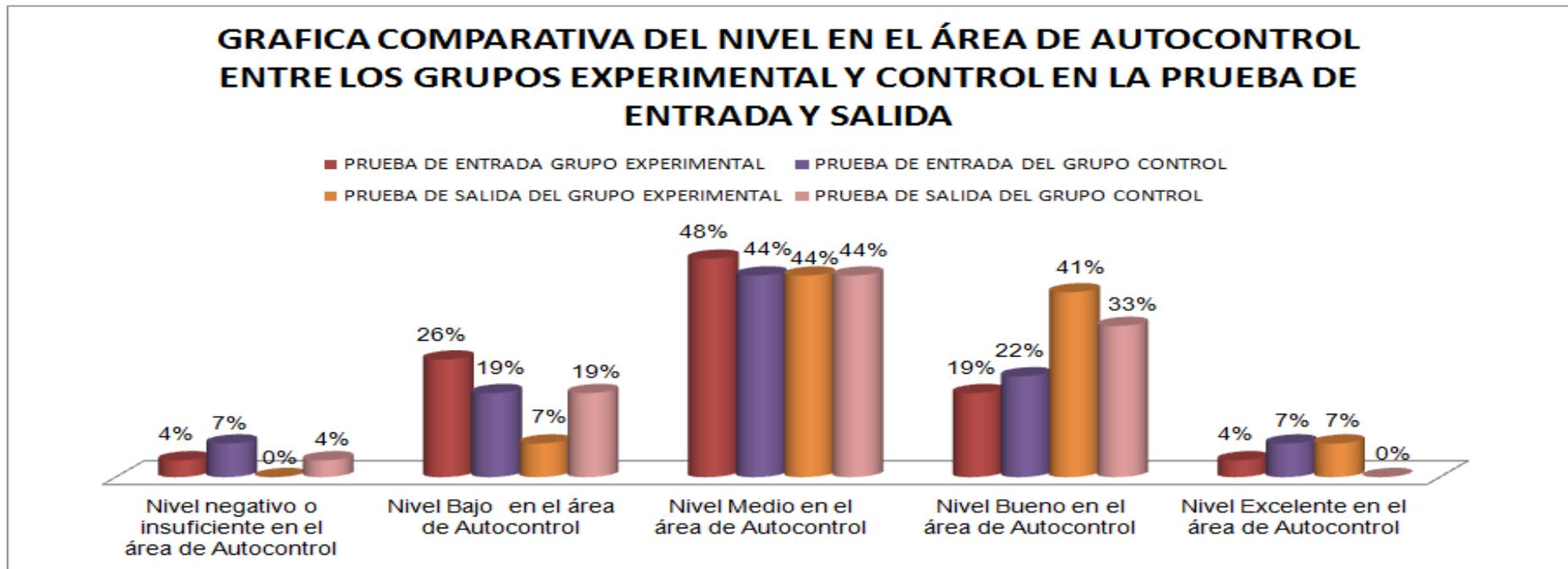
En la presente gráfica se muestra la comparación del nivel de Autoconciencia entre los grupos experimental y control en la prueba de entrada y salida, en la prueba de entrada los grupos antes mencionados presentaron los siguientes resultados: en la categoría de nivel negativo 4% y 4% respectivamente, en el nivel bajo 11% y 11%, en cuanto al nivel medio 67% y 44%, en nivel bueno 11% y 41% y en el rango de excelente 7% y 0%, mientras que en la prueba de Salida presentaron los siguientes resultados: en el rango de nivel negativo 0% y 7% respectivamente, en el nivel bajo 19% y 7%, en el nivel medio 41% y 44%, en el nivel bueno 33% y 37% y en el nivel excelente 7% y 4%, en base a los resultados obtenidos se puede observar que los rangos de *bajo*, *medio* y *bueno* son superiores en la medida que los sujetos en primera instancia se ubicaron en esos niveles, después del programa el grupo experimental incremento sus niveles de bueno y excelente en porcentajes, mientras que en el grupo de control no se presentaron cambios significativos, por lo tanto se puede mencionar que el programa aplicado al grupo experimental tuvo influencia positiva en los jóvenes estudiantes.

B) CUADRO COMPARATIVO EN EL ÁREA DE AUTOCONTROL EN LAS PRUEBAS DE ENTRADA Y DE SALIDA DE AMBOS GRUPOS.

Tabla 4.5.3. Contiene las frecuencias y medias obtenidas de los niveles en el área de autocontrol en las pruebas de entrada y salida del grupo experimental y control.

NIVELES EN EL AREA DE AUTOCONTROL	FRECUENCIA DEL GRUPO EXPERIMENTAL PRUEBA DE ENTRADA	PRUEBA DE ENTRADA GRUPO EXPERIMENTAL	FRECUENCIA DEL GRUPO CONTROL PRUEBA DE ENTRADA	PRUEBA DE ENTRADA DEL GRUPO CONTROL	FRECUENCIA DEL GRUPO EXPERIMENTAL PRUEBA DE SALIDA	PRUEBA DE SALIDA DEL GRUPO EXPERIMENTAL	FRECUENCIA DEL GRUPO CONTROL PRUEBA DE SALIDA	PRUEBA DE SALIDA DEL GRUPO CONTROL
Nivel negativo o insuficiente en el área de Autocontrol	1	4%	2	7%	0	0%	1	4%
Nivel Bajo en el área de Autocontrol	7	26%	5	19%	2	7%	5	19%
Nivel Medio en el área de Autocontrol	13	48%	12	44%	12	44%	12	44%
Nivel Bueno en el área de Autocontrol	5	19%	6	22%	11	41%	9	33%
Nivel Excelente en el área de Autocontrol	1	4%	2	7%	2	7%	0	0%
TOTAL	27	100%	27	100%	27	100%	27	100%

Gráfica 4.5.3. Muestra los diferentes niveles comparativos en el área de autocontrol en la prueba de entrada y salida
Por los grupos experimental y control.



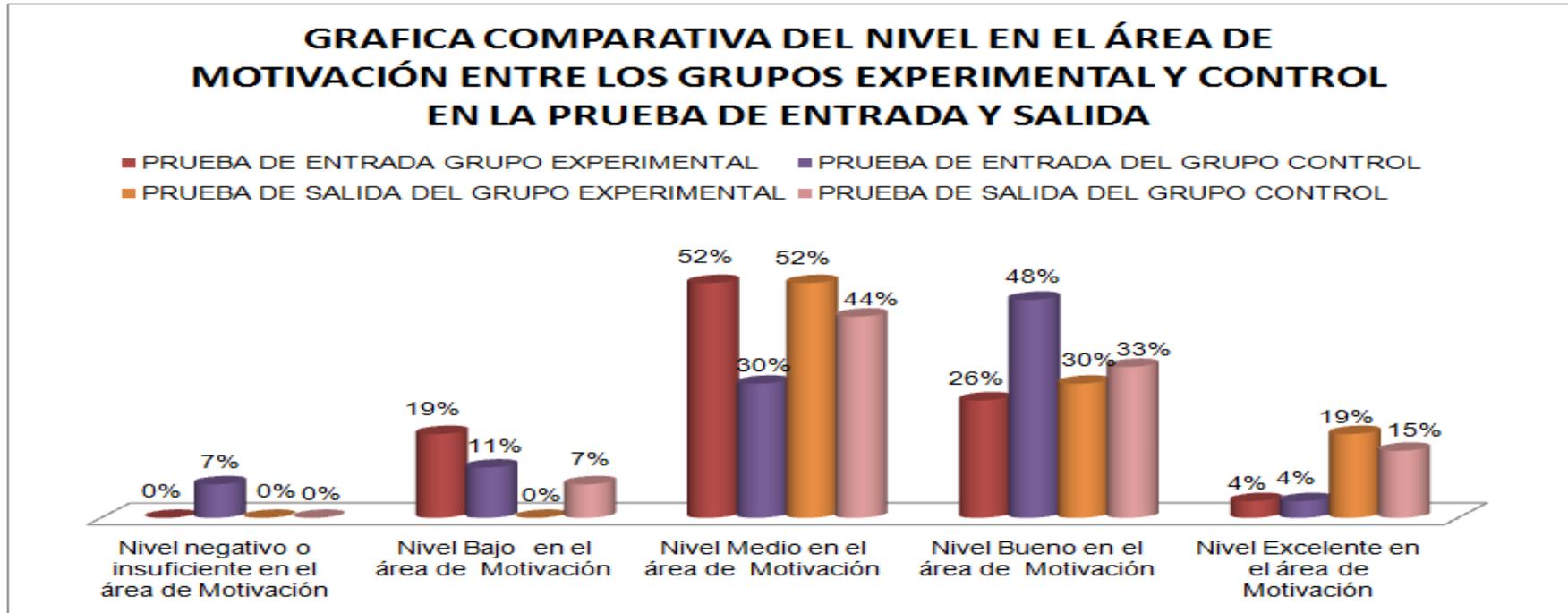
En la presente gráfica se muestra la comparación del nivel de Autocontrol entre los grupos experimental y control en la prueba de entrada y salida, en la prueba de entrada los grupos antes mencionados presentaron los siguientes resultados: en la categoría de nivel negativo 4% y 7% respectivamente, en el nivel bajo 26% y 19%, en cuanto al nivel medio 48% y 44%, en nivel bueno 19% y 22% y en el rango de excelente 4% y 7%, mientras que en la prueba de Salida presentaron los siguientes resultados: en el rango de nivel negativo 0% y 4% respectivamente, en el nivel bajo 7% y 19%, en el nivel medio 44% y 44%, en el nivel bueno 41% y 33% y en el nivel excelente 7% y 0%, en base a los resultados obtenidos se puede observar que los rangos de *bajo*, *medio* y *bueno* son superiores en la medida que los sujetos en primera instancia se ubicaron en esos niveles, después del programa el grupo experimental incremento sus niveles de bueno y excelente en porcentajes, en cuanto al nivel medio se mantuvo en 44%, mientras que en el grupo de control no se presentaron cambios significativos, por lo tanto se puede concluir que el programa aplicado al grupo experimental tuvo influencia positiva en los estudiantes.

C) CUADRO COMPARATIVO EN EL ÁREA DE MOTIVACIÓN EN LAS PRUEBAS DE ENTRADA Y DE SALIDA DE AMBOS GRUPOS

Tabla 4.5.4. Corresponde a las frecuencias y porcentajes obtenidos en el área de motivación en las pruebas de entrada y de salida de los grupos experimental y control.

NIVELES EN EL AREA DE MOTIVACIÓN	FRECUENCIA DEL GRUPO EXPERIMENTAL PRUEBA DE ENTRADA	PRUEBA DE ENTRADA GRUPO EXPERIMENTAL	FRECUENCIA DEL GRUPO CONTROL PRUEBA DE ENTRADA	PRUEBA DE ENTRADA DEL GRUPO CONTROL	FRECUENCIA DEL GRUPO EXPERIMENTAL PRUEBA DE SALIDA	PRUEBA DE SALIDA DEL GRUPO EXPERIMENTAL	FRECUENCIA DEL GRUPO CONTROL PRUEBA DE SALIDA	PRUEBA DE SALIDA DEL GRUPO CONTROL
Nivel negativo o insuficiente en el área de Motivación	0	0%	2	7%	0	0%	0	0%
Nivel Bajo en el área de Motivación	5	19%	3	11%	0	0%	2	7%
Nivel Medio en el área de Motivación	14	52%	8	30%	14	52%	12	44%
Nivel Bueno en el área de Motivación	7	26%	13	48%	8	30%	9	33%
Nivel Excelente en el área de Motivación	1	4%	1	4%	5	19%	4	15%
TOTAL	27	100%	27	100%	27	100%	27	100%

Gráfica 4.5.4. Se reflejan los diferentes niveles obtenidos en el área de motivación en las pruebas de entrada y de salida por los grupos experimental y control.



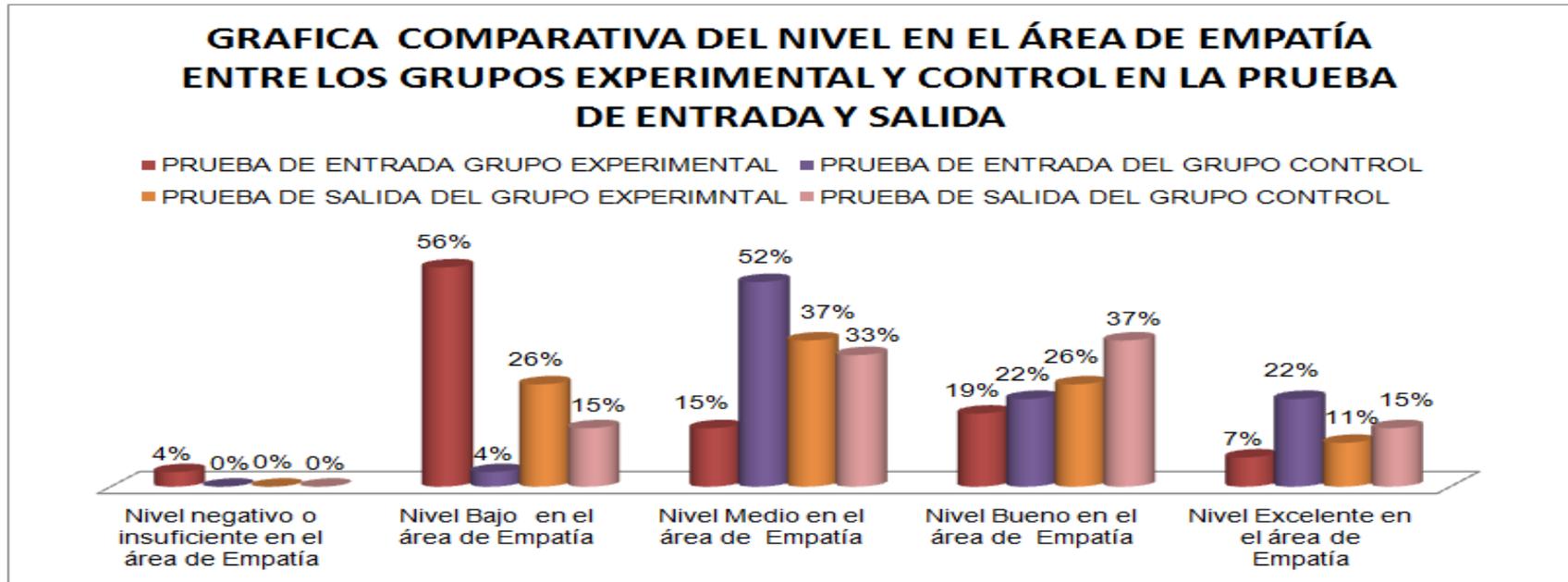
De acuerdo con los resultados de la gráfica comparativa del nivel de motivación entre los grupos experimental y control en la prueba de entrada y salida en el rango *Negativo* el porcentaje más elevado corresponde a la prueba de entrada del grupo control con 7%, mientras que en la categoría *Medio* la ponderación más alta fue en la prueba de entrada del grupo experimental con 19%, posteriormente en el nivel *Medio* el porcentaje más prominente fueron en la prueba de entrada y salida del grupo experimental con 52% respectivamente, en última instancia en la categoría *Excelente* el resultado más ponderado correspondió a la prueba de salida del grupo experimental con 19%. Se puede reflejar que los estudiantes del grupo experimental que se ubicaron en las categorías *Bajo* y *Medio* a través del programa progresaron a los rangos *Bueno* y *Excelente*.

D) CUADRO COMPARATIVO EN EL ÁREA DE EMPATÍA EN LAS PRUEBAS DE ENTRADA Y DE SALIDA AMBOS GRUPOS

Tabla 4.5.5. Muestra los diferentes niveles en el área empatía en las pruebas de entrada y salida del grupo experimental y el grupo control.

NIVELES EN EL AREA DE EMPATÍA	FRECUENCIA DEL GRUPO EXPERIMENTAL PRUEBA DE ENTRADA	PRUEBA DE ENTRADA GRUPO EXPERIMENTAL	FRECUENCIA DEL GRUPO CONTROL PRUEBA DE ENTRADA	PRUEBA DE ENTRADA DEL GRUPO CONTROL	FRECUENCIA DEL GRUPO EXPERIMENTAL PRUEBA DE SALIDA	PRUEBA DE SALIDA DEL GRUPO EXPERIMENTAL	FRECUENCIA DEL GRUPO CONTROL PRUEBA DE SALIDA	PRUEBA DE SALIDA DEL GRUPO CONTROL
Nivel negativo o insuficiente en el área de Empatía	1	4%	0	0%	0	0%	0	0%
Nivel Bajo en el área de Empatía	15	56%	1	4%	7	26%	4	15%
Nivel Medio en el área de Empatía	4	15%	14	52%	10	37%	9	33%
Nivel Bueno en el área de Empatía	5	19%	6	22%	7	26%	10	37%
Nivel Excelente en el área de Empatía	2	7%	6	22%	3	11%	4	15%
TOTAL	27	100%	27	100%	27	100%	27	100%

Gráfica 4.5.5. Se representan los resultados comparativos en el área de empatía entre los grupos experimental y control en las pruebas de entrada y salida.



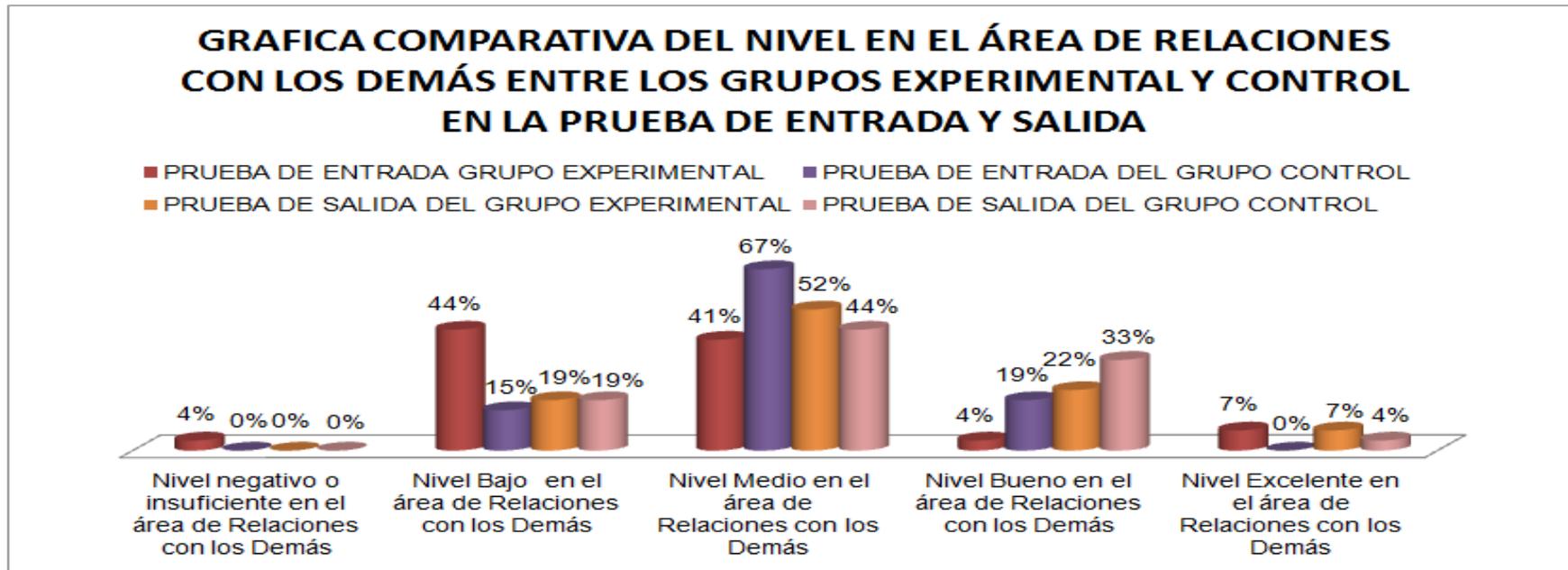
Los resultados indican que en el nivel *Negativo* el porcentaje más alto corresponde a la prueba de entrada del grupo experimental con 4%, mientras que en la categoría *Bajo* el resultado más alto fue el de la prueba de entrada del grupo experimental con 56%, así mismo en el nivel *Medio* la ponderación más alta fue la de el grupo control con 52% en la prueba de entrada del grupo control, por otra parte en el nivel *Bueno* la ponderación más alta fue de la prueba de salida del grupo control con un 37%, posteriormente en el nivel *Excelente del área de Empatía* corresponde a la prueba de entrada del grupo control con un porcentaje de 22%. Se puede apreciar que los efectos positivos del programa fueron en la medida que los la mayoría de los sujetos progresaron de los niveles *Negativo y bajo* a los niveles *Bueno, Medio y Excelente*.

E) CUADRO COMPARATIVO EN EL ÁREA DE RELACIONES CON LOS DEMÁS EN LAS PRUEBAS DE ENTRADA Y DE SALIDA AMBOS GRUPOS

Tabla 4.5.6. Contiene las frecuencias y porcentajes obtenidos en el área de relaciones con los demás en las pruebas de entrada y de salida de los grupos experimental y control.

NIVELES EN EL AREA DE RELACIONES CON LOS DEMÁS	FRECUENCIA DEL GRUPO EXPERIMENTAL PRUEBA DE ENTRADA	PRUEBA DE ENTRADA GRUPO EXPERIMENTAL	FRECUENCIA DEL GRUPO CONTROL PRUEBA DE ENTRADA	PRUEBA DE ENTRADA DEL GRUPO CONTROL	FRECUENCIA DEL GRUPO EXPERIMENTAL PRUEBA DE SALIDA	PRUEBA DE SALIDA DEL GRUPO EXPERIMENTAL	FRECUENCIA DEL GRUPO CONTROL PRUEBA DE SALIDA	PRUEBA DE SALIDA DEL GRUPO CONTROL
Nivel negativo o insuficiente en el área de Relaciones con los Demás	1	4%	0	0%	0	0%	0	0%
Nivel Bajo en el área de Relaciones con los Demás	12	44%	4	15%	5	19%	5	19%
Nivel Medio en el área de Relaciones con los Demás	11	41%	18	67%	14	52%	12	44%
Nivel Bueno en el área de Relaciones con los Demás	1	4%	5	19%	6	22%	9	33%
Nivel Excelente en el área de Relaciones con los Demás	2	7%	0	0%	2	7%	1	4%
TOTAL	27	100%	27	100%	27	100%	27	100%

Gráfica 4.5.6. Se observan los diferentes niveles obtenidos en el área de relaciones con los demás en las pruebas de entrada y de salida de los grupos experimental y control.



Se aprecia en el gráfico comparativo del nivel de relaciones con los demás entre los grupos experimental y control en la prueba de entrada y salida. En el nivel negativo se refleja que en la prueba de entrada el mayor porcentaje corresponde al 4% del grupo experimental. En la categoría *Bajo* el nivel más alto es el de la prueba de entrada del grupo experimental, por otra parte en la categoría *Medio* el porcentaje más alto corresponde a la prueba de entrada del grupo control con un 67%, por otra parte en el rango *Bueno* el porcentaje más elevado corresponde al 33% de la prueba salida del grupo control, posteriormente en el nivel excelente los porcentajes más altos son de la prueba de entrada y salida del grupo experimental con 7% respectivamente. Se puede apreciar que el efecto positivo del programa se refleja en los rangos *Medio* y *Bueno* de la prueba de salida en comparación con la prueba de entrada.

4.6. TABLAS Y GRAFICAS DE LA MEDIA DE CRECIMIENTO ENTRE LA PRUEBA DE ENTRADA Y LA PRUEBA DE SALIDA DE LOS GRUPOS EXPERIMENTAL Y CONTROL

Tabla 4.6.1. Se observan los puntajes y medias de inteligencia emocional obtenidos en las pruebas de entrada y de salida de los grupos experimental y control.

GRUPO EVALUADO CON LA ESCALA DE INTELIGENCIA EMOCIONAL	PUNTOS OBTENIDOS EN LA PRUEBA DE ENTRADA	MEDIA OBTENIDA DEL PUNTAJE DE LA PRUEBA DE ENTRADA	PUNTOS OBTENIDO EN LA PRUEBA DE SALIDA	MEDIA OBTENIDA DEL PUNTAJE DE LA PRUEBA DE SALIDA	DIFERENCIAS ENTRE LAS MEDIAS, EN LAS PRUEBAS DE ENTRADA Y DE SALIDA
GRUPO EXPERIMENTAL	4544	168.30	5152	190.81	22.52
GRUPO CONTROL	4917	182.11	5076	188	5.89

Gráfica 4.6.1. Representación de las diferencias entre las medias de los puntajes en IE en las pruebas de entrada y de salida de los grupos experimental y control.



En la presente gráfica se muestra la media de crecimiento entre los grupos experimental y de control por puntajes, en la escala de Inteligencia Emocional en la prueba de entrada y salida, el grupo experimental obtuvo una media de 22.52, mientras que el grupo de control presentó 5.89, por lo que se puede inferir que el programa aplicado al grupo experimental tuvo influencia positiva en los estudiantes.

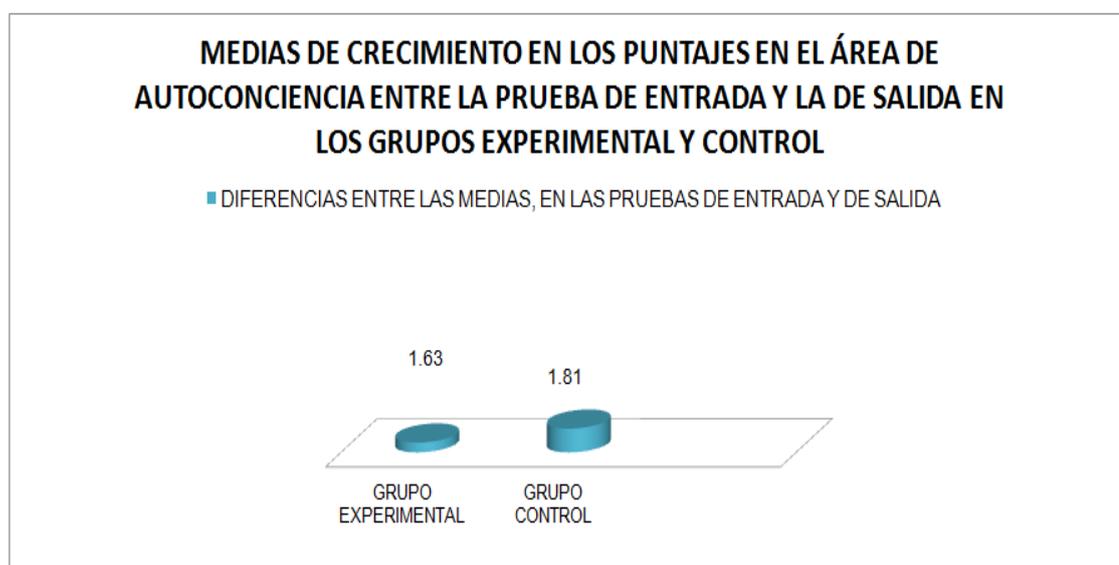
TABLAS Y GRAFICAS DE LA MEDIA DE CRECIMIENTO ENTRE LA PRUEBA DE ENTRADA Y LA PRUEBA DE SALIDA DE LOS GRUPOS EXPERIMENTAL Y CONTROL POR ÁREAS

A) AUTOCONCIENCIA

Tabla 4.6.2. Se observan los puntajes y medias en el área de autoconciencia, obtenidos en las pruebas de entrada y de salida de los grupos experimental y control.

GRUPO EVALUADO CON LA ESCALA DE INTELIGENCIA EMOCIONAL	PUNTOS OBTENIDOS EN LA PRUEBA DE ENTRADA	MEDIA OBTENIDA DEL PUNTAJE DE LA PRUEBA DE ENTRADA	PUNTOS OBTENIDO EN LA PRUEBA DE SALIDA	MEDIA OBTENIDA DEL PUNTAJE DE LA PRUEBA DE SALIDA	DIFERENCIAS ENTRE LAS MEDIAS, EN LAS PRUEBAS DE ENTRADA Y DE SALIDA
GRUPO EXPERIMENTAL	955	35.37	999	37	1.63
GRUPO CONTROL	935	34.63	984	36.44	1.81

Gráfica 4.6.2. Representación de las diferencias entre las medias de los puntajes en el área de autoconciencia en las pruebas de entrada y de salida de los grupos experimental y control.



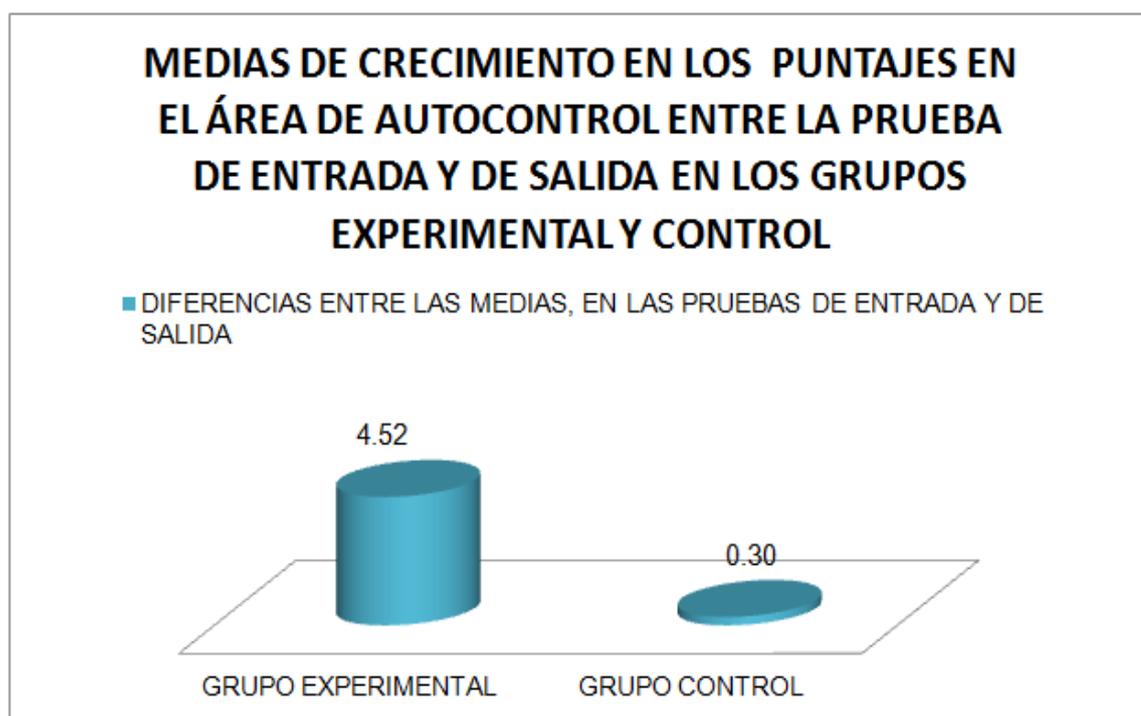
En la presente gráfica se muestra la media de crecimiento entre los grupos experimental y de control por puntajes, en el área de Autoconciencia en la prueba de entrada y salida, el grupo experimental obtuvo una media de 1.63, mientras que el grupo de control presentó 1.81, por lo que se puede observar que existe mayor nivel de autoconciencia en el grupo de control.

B) AUTOCONTROL

Tabla 4.6.3. Muestra los puntajes y medias en el área de autocontrol, adquirido en las pruebas de entrada y de salida de los grupos experimental y control.

GRUPO EVALUADO CON LA ESCALA DE INTELIGENCIA EMOCIONAL	PUNTOS OBTENIDOS EN LA PRUEBA DE ENTRADA	MEDIA OBTENIDA DEL PUNTAJE DE LA PRUEBA DE ENTRADA	PUNTOS OBTENIDO EN LA PRUEBA DE SALIDA	MEDIA OBTENIDA DEL PUNTAJE DE LA PRUEBA DE SALIDA	DIFERENCIAS ENTRE LAS MEDIAS, EN LAS PRUEBAS DE ENTRADA Y DE SALIDA
GRUPO EXPERIMENTAL	932	34.52	1054	39.04	4.52
GRUPO CONTROL	930	34.44	938	34.74	0.30

Gráfica 4.6.3. Evidencia las diferencias entre las medias de los puntajes en el área de autocontrol en las pruebas de entrada y de salida de los grupos experimental y control.



En la presente gráfica se muestra la media de crecimiento entre los grupos experimental y de control por puntajes, en el área de Autocontrol en la prueba de entrada y salida, el grupo experimental obtuvo una media de 4.52, mientras que el grupo de control presentó 0.30, por lo tanto se puede inferir que el programa aplicado al grupo experimental tuvo influencia positiva en los estudiantes.

C) MOTIVACIÓN

Tabla 4.6.4. Enmarca los puntajes y medias en el área de motivación, sacado en las pruebas de entrada y de salida de los grupos experimental y control.

GRUPO EVALUADO CON LA ESCALA DE INTELIGENCIA EMOCIONAL	PUNTOS OBTENIDOS EN LA PRUEBA DE ENTRADA	MEDIA OBTENIDA DEL PUNTAJE DE LA PRUEBA DE ENTRADA	PUNTOS OBTENIDO EN LA PRUEBA DE SALIDA	MEDIA OBTENIDA DEL PUNTAJE DE LA PRUEBA DE SALIDA	DIFERENCIAS ENTRE LAS MEDIAS, EN LAS PRUEBAS DE ENTRADA Y DE SALIDA
GRUPO EXPERIMENTAL	955	35.37	1128	41.78	6.41
GRUPO CONTROL	1026	38	1049	38.85	0.85

Gráfica 4.6.4. Refleja las diferencias entre las medias de los puntajes en el área de motivación en las pruebas de entrada y de salida de los grupos experimental y control.



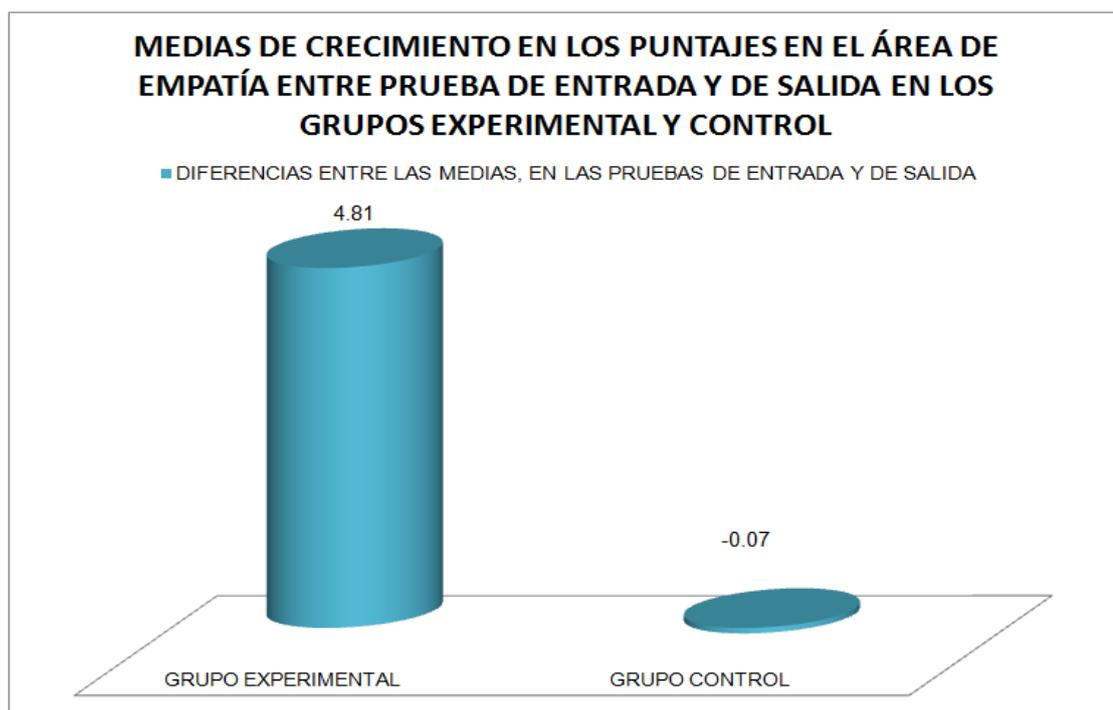
En el gráfico anterior se muestra la media de crecimiento entre los grupos experimental y de control por puntajes, en el área de Motivación, en la prueba de entrada y salida, el grupo experimental obtuvo una media de 6.41, mientras que el grupo de control presentó 0.85, por lo tanto se puede determinar que el programa psicoterapéutico aplicado al grupo experimental tuvo positiva influencia en los estudiantes de educación media.

D) EMPATÍA

Tabla 4.6.5. Circunscribe los puntajes y medias en el área de empatía, obtenido en las pruebas de entrada y de salida de los grupos experimental y control.

GRUPO EVALUADO CON LA ESCALA DE INTELIGENCIA EMOCIONAL	PUNTOS OBTENIDOS EN LA PRUEBA DE ENTRADA	MEDIA OBTENIDA DEL PUNTAJE DE LA PRUEBA DE ENTRADA	PUNTOS OBTENIDO EN LA PRUEBA DE SALIDA	MEDIA OBTENIDA DEL PUNTAJE DE LA PRUEBA DE SALIDA	DIFERENCIAS ENTRE LAS MEDIAS, EN LAS PRUEBAS DE ENTRADA Y DE SALIDA
GRUPO EXPERIMENTAL	864	32	994	36.81	4.81
GRUPO CONTROL	1097	40.63	1095	40.56	-0.07

Gráfica 4.6.5. Expresa las diferencias entre las medias de los puntajes en el área de empatía en las pruebas de entrada y de salida de los grupos experimental y control.



De acuerdo al gráfico se muestra la media de crecimiento entre los grupos experimental y el de control por puntajes, en el área de Empatía, en la prueba de entrada y salida, el grupo experimental obtuvo una media de 4.81, mientras que el grupo de control resultó con -0.07, por lo cual se puede inferir que el programa psicoterapéutico aplicado al grupo experimental tuvo positiva influencia en los estudiantes de bachillerato.

E) RELACIONES CON LOS DEMÁS

Tabla 4.6.6. Encierra los puntajes y medias en el área de relaciones con los demás, derivado de las pruebas de entrada y de salida de los grupos experimental y control.

GRUPO EVALUADO CON LA ESCALA DE INTELIGENCIA EMOCIONAL	PUNTOS OBTENIDOS EN LA PRUEBA DE ENTRADA	MEDIA OBTENIDA DEL PUNTAJE DE LA PRUEBA DE ENTRADA	PUNTOS OBTENIDO EN LA PRUEBA DE SALIDA	MEDIA OBTENIDA DEL PUNTAJE DE LA PRUEBA DE SALIDA	DIFERENCIAS ENTRE LAS MEDIAS, EN LAS PRUEBAS DE ENTRADA Y DE SALIDA
GRUPO EXPERIMENTAL	838	31.04	977	36.19	5.15
GRUPO CONTROL	929	34.41	965	35.74	1.33

Gráfica 4.6.6. Enuncia las diferencias entre las medias de los puntajes en el área de relaciones con los demás en las pruebas de entrada y de salida de los grupos experimental y control.



Según los resultados del gráfico se muestra la media de crecimiento entre ambos grupos tanto el experimental así como el de control por puntajes, en el área de Relaciones Con Los Demás, en la prueba de entrada y salida, el grupo experimental obtuvo una media aritmética de 5.15, por otra parte el grupo control concluyó con 1.33, por lo tanto se puede inferir que el programa psicoterapéutico para el desarrollo de la Inteligencia Emocional aplicado al grupo experimental obtuvo positiva influencia en los estudiantes de educación media.

CAPÍTULO V:

Conclusiones y recomendaciones

5.1 CONCLUSIONES

De acuerdo con los datos obtenidos y a la interpretación analítica respectiva, apoyada en la hipótesis planteada, se proponen las conclusiones siguientes:

- Por medio de la aplicación del programa psicoterapéutico para la Inteligencia Emocional, la mayoría de los estudiantes que se encontraban en los niveles *Negativo*, *Bajo* y *Medio*, progresaron considerablemente hacia los niveles *Bueno* y *Excelente*.
- Por medio del programa se logró que los estudiantes de educación media mejoraran significativamente los niveles de Inteligencia Emocional.
- Las técnicas y los ejercicios psicoterapéuticos utilizados en el programa de Inteligencia Emocional, contribuyeron a incrementar la Inteligencia Emocional en forma significativa.
- El programa de inteligencia emocional fue un valioso aporte para la institución educativa, a través de las diferentes actividades se concientizó a los /las alumnos/as sobre la importancia de desarrollarla.
- Según los resultados obtenidos en la investigación se pudo comprobar que la Inteligencia Emocional puede ser aprendida, modificada y ejercitada y no es un patrón comportamental incondicional o predeterminado.

- Por medio de la distribución t Student se comprobó la hipótesis de investigación y se constató que existe diferencia significativa entre un grupo al cual se le aplicó un programa psicoterapéutico para el desarrollo de la inteligencia emocional y otro grupo al que no se le aplicó dicho programa, en los estudiantes de Bachillerato en el Instituto Nacional “Isidro Menéndez” del Departamento de San Miguel en el año dos mil doce.

- Es necesario que la institución de educación media aplique programas para el desarrollo de la inteligencia emocional, en la medida que es de mucha importancia su aplicación en la etapa de la adolescencia de los estudiantes, en el sentido que serán de mucho provecho en el transcurso de sus vidas.

5.2 RECOMENDACIONES

A continuación se ofrecen una serie de recomendaciones dirigidas a la entidad involucrada en el proceso de investigación:

- Que las autoridades del Instituto Nacional “Isidro Menéndez”, promuevan el desarrollo de la inteligencia emocional en los/las alumnos/as, facilitándoles a estos la asistencia a programas psicoterapéuticos.
- Que las autoridades del Instituto Nacional “Isidro Menéndez”, mantengan el seguimiento a programas psicoterapéuticos con el propósito que los alumnos/as desarrollen en un nivel óptimo las distintas áreas de la Inteligencia Emocional.
- Que la dirigencia del Instituto Nacional “Isidro Menéndez”, a través de la asignatura Orientación para la vida promuevan seminarios sobre el desarrollo de la Inteligencia emocional con el objetivo que los alumnos tengan acceso a esta información, puedan capacitarse y mejorar los niveles de Inteligencia Emocional formando estudiantes integralmente preparados.
- Concientizar a los docentes sobre la importancia que tiene el desarrollo de la inteligencia emocional en el aprendizaje y sobre todo en la vida integral de los alumnos.

5.3 BIBLIOGRAFÍA

- **Hernández Sampieri, R. (1998).** *Metodología de la Investigación*. Segunda Edición. Editorial: Mc Graw Hill.
- **Tamayo y Tamayo, M. (2007).** *El Proceso de la Investigación Científica*. Cuarta Edición. México. Editorial: Limusa Noriega Editores.
- **McGuigan, F. J. (1977).** *Psicología experimental, enfoque metodológico*. Primera edición. México. Editorial Trillas
- **Raúl Rojas Soriano (1989).** *Guía para Realizar Investigaciones Sociales*. Quinta Edición. México Editorial Plaza y Valdés
- **Miguel Lucas (1993).** *La Parapsicología en el Equilibrio Integral*. Tercera Edición. Santafé de Bogotá. D.C. Colombia. Editorial San Pablo.
- Silvio Botero Giraldo (1995). *Como Formar Lideres*. Quinta Edición. Santafé de Bogotá Colombia. Editorial San Pablo.
- De la comisión Episcopal de Juventud de El salvador CEJES, *Manual Curso de Dinámicas para Lideres juveniles (CDL)*
- **Dr. Steve Simmons; Dr. John C. Simmons (2001).** *EQ como medir la Inteligencia Emocional*. Quinta Edición. México. Editorial EDAF Madrid-México
- **Velázquez f., Lozano G., Escalante J., Ripollés M.: Manual de Ergonomía**. Ed. Mapfre, Madrid, 1997.
- **Aquino J., Vola R., Arecco M., Aquino G.: Recursos Humanos**. Ed, Macchi, Buenos Aires, 1996.
- Goleman, Daniel. *La inteligencia emocional*, José Vergara Editor.
- García Garrido, Ferrán. *Educando desde el ajedrez*, Editorial Paidotribo
- **Weisinger H.: La inteligencia Emocional en el trabajo**. Ed. Javier Vergara Editor Buenos Aires, 1998.
- **Wisner, A.: Ergonomía y condiciones de trabajo..** Ed. Humanitas, Buenos Aires, 1988.
- **Sivadon, P., y Fernandez-Zoila, A.: Tiempo de trabajar, tiempo de vivir. Psicopatología de sus ritmos**. Ed. Herder, Barcelona, 1994.

SITIOS WEB

- es.wikipedia.org/wiki/Inteligencia_emocional
- www.cofvirgendeolaz.org/LinkClick.aspx?fileticket...tabid...
- www.monografias.com › Salud › General
- www.monografias.com › Psicología
- www.psicologia-online.com/autoayuda/iemocional/index.shtml
- **Goleman, D.: *Emotional Intelligence***. Nueva York: Bantam, 1995
- Valera Guerrero, Gilda Isabel, las emociones, www.monografias.com
- http://www.laaventuradelavida.net/es/doc_lav/documentos/habilidades/La%20educaci%C3%B3n%20de%20la%20inteligencia%20emocional.pdf
- http://www.investigacion-psicopedagogica.org/revista/articulos/15/espanol/Art_15_244.pdf
- <http://redalyc.uaemex.mx/pdf/292/29211215.pdf>
- http://www.profes.net/rep_documentos/Noticias/IntelEmoc.pdf
- <http://www.uclm.es/varios/revistas/docenciaeinvestigacion/pdf/numero10/10.pdf>
- <http://redalyc.uaemex.mx/pdf/805/80536203.pdf>

ANEXOS

ANEXO 1

Cronograma de actividades

ANEXO 2

**Escala para medir el nivel de
Inteligencia Emocional**

**UNIVERSIDAD DE EL SALVADOR
FACULTAD MULTIDISCIPLINARIA ORIENTAL
DEPARTAMENTO DE CIENCIAS Y HUMANIDADES
SECCIÓN DE PSICOLOGÍA**



ESCALA DE INTELIGENCIA EMOCIONAL (EIE)

**DISEÑADA COMO INSTRUMENTO DE MEDICIÓN DE LA
INTELIGENCIA EMOCIONAL (IE) EN EL TRABAJO DE GRADO:**

**“APLICACIÓN DE PROGRAMA PSICOTERAPÉUTICO PARA EL
DESARROLLO DE LA INTELIGENCIA EMOCIONAL EN LOS
ESTUDIANTES DE BACHILLERATO GENERAL EN EL INSTITUTO
NACIONAL “ISIDRO MENÉNDEZ” DEL DEPARTAMENTO DE SAN
MIGUEL EN EL AÑO DOS MIL DOCE”**

**PRESENTADO POR: AMAYA ORTIZ, NELSON OMAR; CABRERA
REYES, RONALD JAVIER; MEDINA RAMOS, JEOVANNY EXEQUIEL**

CIUDAD UNIVERSITARIA ORIENTAL, SEPTIEMBRE DE 2012

INDICE

CONTENIDO.....	PÁGINA
Introducción	
Escala de Inteligencia Emocional (EIE).....	4
Descripción de la escala.....	9
Valoración y calificación.....	9
Evaluación de las áreas o categorías y.....	10
Niveles y valoraciones de las categorías autoconciencia, autocontrol, motivación, empatía y relaciones con los demás.....	11
Niveles y valoraciones generales de la Inteligencia Emocional.....	25
Hoja de respuestas Escala de Inteligencia Emocional (EIE).....	30

INTRODUCCIÓN

Conociendo de lo necesario y de la utilidad de los instrumentos de medición en la labor psicológica, y más aun de los instrumentos adaptados a la realidad contextual y cultural nuestra, y también con la necesidad de evaluar los niveles de inteligencia emocional como parte del trabajo de grado se diseñó la siguiente escala de medición de la inteligencia emocional.

La Escala de Inteligencia Emocional (EIE) se elaboró para medir los niveles de inteligencia emocional, en las áreas de autoconciencia, autocontrol, motivación, empatía y relaciones con los demás (relaciones interpersonales) en jóvenes y adolescentes. La escala consta de 75 ítems y están repartidos en 15 ítems por cada área (de autoconciencia, autocontrol, motivación, empatía y relaciones con los demás) y cada área o categorías a la vez se dividen en sub-categorías (ver evaluación de las áreas o categorías).

La forma y las indicaciones para contestar la escala se muestran en la primera página o portada de la misma, luego se presentan los 75 ítems divididos por categoría o área, esas cinco hojas son las que se le proporcionan a la persona que se evaluará, para que resuelva cada ítem según corresponda.

Luego para el evaluador se proporciona la descripción de la escala, forma de administrar, valoraciones y calificaciones, evaluación de las áreas o categorías con un ejemplo incorporado, los niveles y valoraciones de las categorías o áreas de autoconciencia, autocontrol, motivación, empatía y relaciones con los demás, y los niveles y valoraciones generales de la inteligencia emocional. Al final se proporciona una hoja de corrección con los puntajes de las posibles respuestas por cada ítem.

**UNIVERSIDAD DE EL SALVADOR
FACULTAD MULTIDISCIPLINARIA ORIENTAL
DEPARTAMENTO DE CIENCIAS Y HUMANIDADES
SECCIÓN DE PSICOLOGÍA**



ESCALA DE INTELIGENCIA EMOCIONAL (EIE)

Nombre: _____

Sexo: _____ Edad: _____

Nivel académico: _____

Institución: _____

Puntuación: _____ Valoración: _____

Indicaciones: A continuación encontrará algunas afirmaciones sobre sus emociones y sentimientos. Escriba una "X" en la casilla correspondiente a la respuesta escogida por usted, por considerarla más acertada de acuerdo a su forma de pensar, sentir y actuar.

Elija entre las diferentes casillas conforme a la siguiente valoración:

1	2	3	4	5
Nunca o NO	Raras Veces	Algunas Veces	Con Bastante Frecuencia	Muy Frecuentemente

Pase a la siguiente página y lea atentamente cada afirmación y conteste con sinceridad y sin omitir ninguna de ellas.

A) AUTOCONCIENCIA	1	2	3	4	5
1. Cuando me enojo, conozco exacto el punto en el que me empecé a enfadar					
2. Pienso que mis sentimientos no son a veces claros y en ocasiones los demás me dicen que “no entienden mi manera de ser”					
3. Me sucede a veces, que me veo confundido con mis sentimientos hacia algunas personas, (p.ej. No sé, si es enojo o decepción; amor o ilusión; vergüenza o miedo lo que siento)					
4. Soy de las personas que presta bastante atención a cómo se siente uno mismo					
5. Me pasa que cuando soy testigo o víctima de una injusticia siento enojo, pero me quedo callado/a y no reclamo, aunque sé que tengo derecho de hacerlo					
6. A veces puedo estar de mal humor sin saber por qué					
7. Me autoevaluó periódicamente, y al final o al inicio de cada semana hago una lista de las cosas que hago bien y de las que necesito mejorar					
8. Yo pienso, que lo que quiero ser, lo decidiré luego, hoy no tengo que preocuparme por eso					
9. Pienso que no conozco mis verdaderas fortalezas o las subestimo y no las aprovecho					
10. Siendo sincero/a, viéndome al espejo más de alguna vez he pensado “que si hubiera oportunidad de cambiar algo en mi apariencia física, lo haría”					
11. Me es difícil dar la confianza y abrir mis sentimientos hacia otras personas					
12. Estoy de acuerdo con la siguiente idea: “a veces a quien menos entiendo es a mí mismo/a”					
13. Soy consciente de mi respiración en algún momento del día					
14. Pienso, que para no equivocarse al tomar decisiones en la vida, debe de hacerse con el “cerebro o la razón” y no con el “corazón o los sentimientos”					
15. Discuto frecuentemente con amigos o familiares y soy capaz de enojarme con ellos, pues sé que tengo la razón					

B) AUTOCONTROL	1	2	3	4	5
16. Puedo con facilidad relajarme en una situación de presión					
17. A veces tengo pensamientos que yo sé que son malos o dañinos y me es muy difícil apartarlos de mi mente					
18. Cuando se me acaba la paciencia soy ofensivo/a					
19. El enfado no es algo que me domine, puedo estar enojado/a y mantener la calma					

20. Fácilmente se me nota en el rostro el humor que tengo					
21. Si alguna vez me pongo furioso y tengo la razón, podría volverme agresivo					
22. Se decir NO y sin sentir culpa alguna, cuando me proponen algo que no me conviene, no puedo o no quiero hacer					
23. Sucede que, si me enojé con una persona ando enojado gran parte del día y a veces descargo mi enojo con otras personas					
24. Ante un examen o una exposición, tengo cierta dificultad para controlar la ansiedad y siento que a veces mi preocupación es algo exagerada					
25. Algo que me es difícil tolerar o soportar, son las bromas que me hacen mis compañeros					
26. Cuando converso o discuto con otros me pasa que a veces no escucho bien todo lo que dicen, porque (mentalmente) he estado preparando lo que yo voy a decir o contestar					
27. Cuando intento estudiar sucede que, "pierdo el tiempo en cosas insignificantes"					
28. Una de mis dificultades en los estudios, ha sido lo difícil que se me hace concentrarme en una tarea o actividad específica, y ya me han dicho que no pongo atención					
29. Si me enojo con alguien, se lo digo de una forma pacífica					
30. Los demás no lo saben, pero tengo temores y/o preocupaciones que no puedo controlar					

C) MOTIVACIÓN	1	2	3	4	5
31. A veces dejo sin finalizar cosas importantes para mí					
32. Me falta autodisciplina, pero no me ayuda nada intentar esforzarme mucho					
33. Pienso que las personas que han alcanzado el éxito en la vida han tenido mucha suerte					
34. A veces hago tantos propósitos de cambiar y mejorar, pero a medida que pasa el tiempo me olvido de ellos, y sigo igual					
35. Pienso que no soy tan persistente como yo quisiera, siempre me propongo muchas cosas, pero son pocas las que logro					
36. Para sentir motivación cuando realizo un trabajo, es necesario que el trabajo sea interesante y me guste					
37. Se me da por naturalidad cumplir con lo que decido hacer					
38. Las personas que se esfuerzan y hacen las cosas con honestidad, en nuestro país tienen pocas posibilidades de éxito					

39. La mayoría de veces aplazo los deberes o las tareas desagradables					
40. Me siento comprometido con mis estudios y por tal razón soy responsable en la entrega de tareas y tengo buenos hábitos para estudiar					
41. No importa lo que se diga o pase, pero el esfuerzo y el trabajo honesto al final será premiado					
42. Para hacer bien un trabajo necesito que me motiven					
43. Si me comprometo con alguna persona (como mis padres, maestros, amigos u otros) casi siempre siento que les fallo, y quedo en mal con ellos porque no soy tan responsable					
44. Me es difícil reponerme después de un problema o de un fracaso que me ha sucedido					
45. Mis fracasos me motivan a mejorar y trabajar cada vez más en lo que hago					

D) EMPATÍA	1	2	3	4	5
46. Me es difícil guardar silencio mientras otros expresan sus ideas					
47. Con honestidad, considero ser una persona muy cortés y amable (p.ej. saludo frecuentemente a las personas, doy siempre las gracias y soy muy sonriente)					
48. Tengo la costumbre de expresar frases positivas de otras personas (p.ej. ¡qué bien te quedo ese trabajo...!)					
49. Me es difícil aceptar y tolerar los aspectos negativos y defectos de mis amistades					
50. A menudo uso un tono de voz tan duro que los demás se sienten heridos					
51. Reconozco que soy un poco egoísta y/o que algunas veces he llegado a pensar que mis ideas son más importantes que las de los demás					
52. Presto la debida atención a las demás personas cuando hablan, especialmente si son mayores, por ejemplo, padres o abuelos					
53. Podría perdonar o he perdonado a quienes me han hecho daño					
54. Una de mis características es ser generoso, y podría dejar de comprar algo que me gusta y para lo cual he ahorrado por ayudar a alguien que lo necesita					
55. Por lo general me es difícil hacer nuevos amigos (aunque conservo los pocos que tengo)					
56. Cuando me parece que un conocido tiene mal aspecto me burlo de él, y/o hago comentarios con otros sin que él lo escuche					
57. Algo que se me hace difícil es identificar los cambios de ánimo en los demás; p.ej. si alguien anda triste o preocupado					

58. Tolero conductas sin importancia que me desagradan de mis amistades					
59. Puedo distanciarme de mi punto de vista y ponerme en el lugar de otros					
60. Acostumbro a dar mi tiempo en ayudar a algún compañero/a, explicándole algún tema que no entendió o ayudo voluntariamente a algún niño para que aprenda a leer					

E) RELACIONES CON LOS DEMAS	1	2	3	4	5
61. En el grupo, puedo decir que soy un líder que inspira los otros compañeros					
62. Pienso que las personas sufren o tienen problemas por necios o tercos					
63. Todo lo que hago debe de estar perfecto					
64. Cuando me presentan o conozco a una nueva persona, si quiero memorizar su nombre necesito repetirlo más de una vez y aun así, a veces me es difícil acordarme bien del nombre					
65. Siendo honesto/a las conversaciones con personas mayores las encuentro algo aburridas					
66. Para mi es importante vivir en paz con mis vecinos y en cierta medida lo hago					
67. Soy persuasivo, tengo la habilidad de convencer a otros con mis ideas					
68. Estando en una reunión en grupo, si no entiendo lo que ha dicho una persona, me quedo callado y con la duda, pues tengo temor preguntar					
69. Apruebo a otras personas más frecuentemente de las que crítico					
70. Cuando alguien me trata mal, le digo lo que me molesta de su actitud y lo hago de forma pacífica					
71. Por lo general creo que basta con la primera impresión, para darse cuenta como es aquella persona					
72. Siempre que converso miro a mi interlocutor al rostro					
73. Tengo algo de dificultad empezar una conversación con alguien del sexo opuesto					
74. Me pasa muy frecuente cuando converso con otros, interrumpo a la persona que está hablando y no termino de escucharle para hablar yo					
75. Puedo decir que soy una persona sociable, que hablo con facilidad y a todo tipo de personas					

DESCRIPCIÓN DE LA ESCALA

La escala a utilizada consiste en una serie de 75 afirmaciones agrupadas en las 5 categorías de la inteligencia Emocional (IE) autoconciencia, autocontrol, motivación, empatía y relaciones con los demás. Cada una de las categorías, autoconciencia, autocontrol, motivación, empatía y relaciones con los demás contienen 15 ítems.

FORMA DE ADMINISTRACIÓN

Grupal: La administración de la escala de inteligencia emocional es grupal, sin embargo puede también aplicarse de manera individual.

Tiempo: El tiempo que los estudiantes administraron para contestar la escala es de veinticinco minutos, sin embargo, si excede esta cantidad de tiempo siempre se espera a que la persona lo conteste en su totalidad.

Ambiente: El contexto debe reunir las condiciones adecuadas, es decir, el espacio tienen que ser lo suficientemente grande, ventilado y sin interferencia de ningún tipo de ruido o sonido que pueda alterar la concentración de las personas o individuo que se someta a dicha prueba para la inteligencia emocional.

VALORIZACIÓN Y CALIFICACIÓN:

Cada una de las 75 afirmaciones que contiene la escala ofrece cinco opciones o alternativas de respuesta:

Nunca ó No = 1

Rara vez =2

Algunas veces =3

Con bastante frecuencia =4

Muy frecuente = 5

Las opciones de respuesta aparecen a la derecha de cada afirmación.

Puntaje por cada afirmación:

En las afirmaciones de los ítems “1”, “4”, “7”, “13”, “16”, “19”, “22”, “29”, “37”, “40”, “41”, “45”, “47”, “48”, “52 al 54”, “58 al 61”, “66”, “67”, “69 y 70”, “72” y “75” las opciones de respuesta tendrán la siguiente ponderación:

Nunca ó No= - 1 puntos

Rara vez = 1 punto

Algunas veces = 2 puntos

Con bastante frecuencia = 3 puntos y

Muy frecuente = 4 puntos

En las afirmaciones de los ítems “2”, “3”, “5”, “6”, “8 al 12”, “14”, “15”, “17”, “18”, “20”, “21”, “23 al 28”, “30 al 36”, “38”, “39”, “42 al 44”, “46”, “49 al 51”, “55 al 57”, “62 al 65”, “68”, “71”, “73” y “74” cada opción de respuesta tendrá la siguiente ponderación:

Nunca ó No = 4 puntos

Rara vez = 3 puntos

Algunas veces = 2 puntos

Con bastante frecuencia = 1 punto

Muy frecuente = - 1 puntos

EVALUACIÓN DE LAS ÁREAS O CATEGORÍAS

- 1- La categoría de **Autoconciencia** se evalúa así: los ítems 1, 2, 3, 6, 12 y 13 conforman la sub-categoría **Conciencia Emocional** (6 ítems); los ítems 5, 10 y 11 evalúan la sub-categoría de la **Autoestima** (3 ítem); los ítems 7, 8 y 9 evalúan la sub-categoría **Capacidad de Autoevaluarse** (3 ítems); los ítems 4,14 y 15 evalúan la sub-categoría **Importancia de los Sentimientos** (3 ítems).

A) AUTOCONCIENCIA	1	2	3	4	5
1. Cuando me enojo, conozco exacto el punto en el que me empecé a enfadar			X		
2. Pienso que mis sentimientos no son a veces claros y en ocasiones los demás me dicen que "no entienden mi manera de ser"					X
3. Me sucede a veces, que me veo confundido con mis sentimientos hacia algunas personas, (p.ej. No sé, si es enojo o decepción; amor o ilusión; vergüenza o miedo lo que siento)					X
4. Soy de las personas que presta bastante atención a cómo se siente uno mismo				X	
5. Me pasa que cuando soy testigo o víctima de una injusticia siento enojo, pero me quedo callado/a y no reclamo, aunque sé que tengo derecho de hacerlo	X				
6. A veces puedo estar de mal humor sin saber por qué				X	
7. Me autoevaluó periódicamente, y al final o al inicio de cada semana hago una lista de las cosas que hago bien y de las que necesito mejorar		X			
8. Yo pienso, que lo que quiero ser, lo decidiré luego, hoy no tengo que preocuparme por eso	X				
9. Pienso que no conozco mis verdaderas fortalezas o las subestimo y no las aprovecho			X		
10. Siendo sincero/a, viéndome al espejo más de alguna vez he pensado "que si hubiera oportunidad de cambiar algo en mi apariencia física, lo haría"				X	
11. Me es difícil dar la confianza y abrir mis sentimientos hacia otras personas					X
12. Estoy de acuerdo con la siguiente idea: "a veces a quien menos entiendo es a mí mismo/a"				X	
13. Soy consciente de mi respiración en algún momento del día			X		
14. Pienso, que para no equivocarse al tomar decisiones en la vida, debe de hacerse con el "cerebro o la razón" y no con el "corazón o los sentimientos"		X			
15. Discuto frecuentemente con amigos o familiares y soy capaz de enojarme con ellos, pues sé que tengo la razón					X

Este es un ejemplo de la escala de inteligencia Emocional que ha sido contestada por una joven estudiante de primer año de Bachillerato. Obteniendo **20 puntos**, en la categoría de autoconciencia, y de acuerdo a la valoración

que se tiene se sitúa en un **Nivel bajo de auto-conciencia, pues la puntuación está entre 19 Y 30 puntos.**

2- El **Autocontrol**: esta categoría se evalúa mediante: la sub-categoría del **Autocontrol del estrés** (3 ítems) que comprende los ítems 16, 24 y 30; la sub-categoría de **Control de pensamientos y concentración** (2 ítems) comprendida por los ítems 17 y 26; la sub-categoría de **Autocontrol de Emociones** (5 ítems) que la conforman los ítems 18, 19, 20, 23 y 29; y la sub-categoría de la **Tolerancia** (2 ítems) conformada por los ítems 21 y 25; y la sub-

categoría de **Autodominio** (3 ítems) y comprende los ítems 22, 27 y 28.

B.) AUTOCONTROL	1	2	3	4	5
16. Puedo con facilidad relajarme en una situación de presión	X				
17. A veces tengo pensamientos que yo sé que son malos o dañinos y me es muy difícil apartarlos de mi mente	X				
18. Cuando se me acaba la paciencia soy ofensivo/a			X		
19. El enfado no es algo que me domine, puedo estar enojado/a y mantener la calma	X				
20. Fácilmente se me nota en el rostro el humor que tengo					X
21. Si alguna vez me pongo furioso y tengo la razón, podría volverme agresivo					X
22. Se decir NO y sin sentir culpa alguna, cuando me proponen algo que no me conviene, no puedo o no quiero hacer			X		
23. Sucede que, si me enojé con una persona ando enojado gran parte del día y a veces descargo mi enojo con otras personas				X	
24. Ante un examen o una exposición, tengo cierta dificultad para controlar la ansiedad y siento que a veces mi preocupación es algo exagerada	X				
25. Algo que me es difícil tolerar o soportar, son las bromas que me hacen mis compañeros	X				
26. Cuando converso o discuto con otros me pasa que a veces no escucho bien todo lo que dicen, porque (mentalmente) he estado preparando lo que yo voy a decir o contestar				X	
27. Cuando intento estudiar sucede que, "pierdo el tiempo en cosas insignificantes"					X
28. Una de mis dificultades en los estudios, ha sido lo difícil que se me hace concentrarme en una tarea o actividad específica, y ya me han dicho que no pongo atención					X
29. Si me enojo con alguien, se lo digo de una forma pacífica		X			
30. Los demás no lo saben, pero tengo temores y/o preocupaciones que no puedo controlar					X

Siguiendo con el ejemplo de la escala de inteligencia emocional que ha sido contestada por la joven estudiante de primer año de Bachillerato.

Obteniendo **12 puntos**, en la categoría de autocontrol, y de acuerdo a la valoración que se tiene se sitúa en un **Nivel negativo o insuficiente de auto-control, pues así lo ubican las puntuación menores a 20 puntos.**

3- La Motivación:

Esta categoría se explora con los indicadores: la sub-categoría de la **Autodisciplina** (4 ítems), conformada por los ítems 31, 32, 37 y 39; la sub-categoría de el **Éxito relacionado con el Esfuerzo o con la Suerte** (3 ítems), evaluada por los ítems 33, 38 y 41; la sub-

categoría **Perseverancia en los Objetivos** (4 ítems), evaluada por los ítems 34, 35, 44 y 45; la sub-escala **Orientación Motivacional Intrínseca** (2 ítems), evaluada por los ítems 36 y 42; y la sub-categoría del **Responsabilidad en el Compromiso** (2 ítems) evaluada por los ítems 40 y 43.

C) MOTIVACION	1	2	3	4	5
31. A veces dejo sin finalizar cosas importantes para mí			X		
32. Me falta autodisciplina, pero no me ayuda nada intentar esforzarme mucho					X
33. Pienso que las personas que han alcanzado el éxito en la vida han tenido mucha suerte	X				
34. A veces hago tantos propósitos de cambiar y mejorar, pero a medida que pasa el tiempo me olvido de ellos, y sigo igual					X
35. Pienso que no soy tan persistente como yo quisiera, siempre me propongo muchas cosas, pero son pocas las que logro					X
36. Para sentir motivación cuando realizo un trabajo, es necesario que el trabajo sea interesante y me guste					X
37. Se me da por naturaleza cumplir con lo que decido hacer		X			
38. Las personas que se esfuerzan y hacen las cosas con honestidad, en nuestro país tienen pocas posibilidades de éxito				X	
39. La mayoría de veces aplazo los deberes o las tareas desagradables		X			
40. Me siento comprometido con mis estudios y por tal razón soy responsable en la entrega de tareas y tengo buenos hábitos para estudiar			X		
41. No importa lo que se diga o pase, pero el esfuerzo y el trabajo honesto al final será premiado					X
42. Para hacer bien un trabajo necesito que me motiven				X	
43. Si me comprometo con alguna persona (como mis padres, maestros, amigos u otros) casi siempre siento que les fallo, y quedo en mal con ellos porque no soy tan responsable					X
44. Me es difícil reponerme después de un problema o de un fracaso que me ha sucedido		X			
45. Mis fracasos me motivan a mejorar y trabajar cada vez más en lo que hago				X	

Continuando con el ejemplo de la escala contestada por la estudiante de primer año de bachillerato ahora con el categoría o área de motivación, obteniendo 19 puntos. Y de acuerdo a la valoración

que se tiene se sitúa en un **Nivel negativo o insuficiente de motivación, ya que la puntuación es menor 20 puntos.**

4- La habilidad de la *Empatía*:

esta categoría se indaga mediante los siguientes indicadores: la sub-categoría de la **Atención a los Otros** (5 ítems), conformada por los ítems 46, 51, 52, 57 y 59; la sub-categoría denominada **de Agrado en el Trato Social** (4 ítems) evaluada por los ítems 47, 48, 50 y 55; y la sub-categoría **Comprensión de los Otros** (4 ítems) evaluada por los ítems 49, 53, 56 y 58; y la sub-categoría **Generosidad** (2 ítems) evaluada por los ítems 54 y 60.

D) EMPATIA	1	2	3	4	5
46. Me es difícil guardar silencio mientras otros expresan sus ideas		X			
47. Con honestidad, considero ser una persona muy cortés y amable (p.ej. saludo frecuentemente a las personas, doy siempre las gracias y soy muy sonriente)				X	
48. Tengo la costumbre de expresar frases positivas de otras personas (p.ej. ¡qué bien te quedo ese trabajo...!)				X	
49. Me es difícil aceptar y tolerar los aspectos negativos y defectos de mis amistades		X			
50. A menudo uso un tono de voz tan duro que los demás se sienten heridos			X		
51. Reconozco que soy un poco egoísta y/o que algunas veces he llegado a pensar que mis ideas son más importantes que las de los demás	X				
52. Presto la debida atención a las demás personas cuando hablan, especialmente si son mayores, por ejemplo, padres o abuelos				X	
53. Podría perdonar o he perdonado a quienes me han hecho daño					X
54. Una de mis características es ser generoso, y podría dejar de comprar algo que me gusta y para lo cual he ahorrado por ayudar a alguien que lo necesita		X			
55. Por lo general me es difícil hacer nuevos amigos (aunque conservo los pocos que tengo)				X	
56. Cuando me parece que un conocido tiene mal aspecto me burlo de él, y/o hago comentarios con otros sin que él lo escuche		X			
57. Algo que se me hace difícil es identificar los cambios de ánimo en los demás; p.ej. si alguien anda triste o preocupado	X				
58. Toleró conductas sin importancia que me desagradan de mis amistades			X		
59. Puedo distanciarme de mi punto de vista y ponerme en el lugar de otros			X		
60. Acostumbro a dar mi tiempo en ayudar a algún compañero/a, explicándole algún tema que no entendió o ayudo voluntariamente a algún niño para que aprenda a leer			X		

Continuando con el ejemplo de la escala contestada por la estudiante de primer año de bachillerato ahora con la categoría o área de

empatía, obteniendo 40 puntos. Y de acuerdo a la valoración que se tiene se sitúa en un **Nivel bueno en empatía, ya que la puntuación está entre 39 – 50 puntos.**

5- Las relaciones con los demás

esta categoría se evalúan así: la sub-categoría **Capacidad de Liderar** (2 ítems), evaluada por los ítems 61 y 67; la sub-categoría **Percepción de las Personas** (3 ítems), evaluado por los ítems 62, 69 y 71; la sub-categoría de **Asertividad** (3 ítems), evaluada por los ítems 63, 68 y 70; la sub-categoría de la **Habilidad en relaciones sociales** (4 ítems), se evalúa con los ítems 64, 66, 73 y 75; y la sub-categoría de **Atención al otro Interlocutor** (3 ítems) conformada

E) RELACIONES CON LOS DEMÁS	1	2	3	4	5
61. En el grupo, puedo decir que soy un líder que inspira los otros compañeros			X		
62. Pienso que las personas sufren o tienen problemas por necios o tontos	X				
63. Todo lo que hago debe de estar perfecto				X	
64. Cuando me presentan o conozco a una nueva persona, si quiero memorizar su nombre necesito repetirlo más de una vez y aun así, a veces me es difícil acordarme bien del nombre	X				
65. Siendo honesto/a las conversaciones con personas mayores las encuentro algo aburridas		X			
66. Para mi es importante vivir en paz con mis vecinos y en cierta medida lo hago					X
67. Soy persuasivo, tengo la habilidad de convencer a otros con mis ideas					X
68. Estando en una reunión en grupo, si no entiendo lo que ha dicho una persona, me quedo callado y con la duda, pues tengo temor preguntar	X				
69. Apruebo a otras personas más frecuentemente de las que critico				X	
70. Cuando alguien me trata mal, le digo lo que me molesta de su actitud y lo hago de forma pacífica				X	
71. Por lo general creo que basta con la primera impresión, para darse cuenta como es aquella persona		X			
72. Siempre que converso miro a mi interlocutor al rostro			X		
73. Tengo algo de dificultad empezar una conversación con alguien del sexo opuesto	X				
74. Me pasa muy frecuente cuando converso con otros, interrumpo a la persona que está hablando y no termino de escucharle para hablar yo		X			
75. Puedo decir que soy una persona sociable, que hablo con facilidad ya todo tipo de personas				X	

por los ítems 65, 72 y 74.

La última parte del ejemplo de la escala contestada por la estudiante de primer año de bachillerato es la

categoría o área de relaciones con los demás, obteniendo 47 puntos. Y de acuerdo a la valoración que se tiene se sitúa en un **Nivel bueno en relaciones con los demás, pues la puntuación está entre 39 – 50 puntos.**

Los niveles de inteligencia emocional (IE) se obtendrán de acuerdo a la siguiente valoración, primeramente por cada una de las cinco categorías; **autoconciencia, autocontrol, motivación, empatía y relaciones con los demás**; y después se hará una valoración general sumando los distintos puntajes de cada categoría.

a) Niveles y valoraciones de las categorías autoconciencia, autocontrol, motivación, empatía y relaciones con los demás

Niveles y valoraciones en Autoconciencia:

Menor a 20 puntos = Nivel negativo o insuficiente de auto-conciencia.

La persona que obtenga una puntuación en el área de autoconciencia que le ubique en este nivel:

No presta atención a sus emociones, su percepción emocional es limitada y muy distorsionada, no discrimina e identifica con claridad la fuente de sus emociones, por ejemplo, si se está enojado/a, quizá lo esté, pero puede que también esté equivocado/a. Puede que en realidad tenga miedo, esté celoso/a, o sienta las dos cosas. Es muy poco consciente y perceptivo en cuanto a lo que pasa con sus emociones y sus decisiones las toma sin reparar en cuestiones emocionales, no le interesa auto-evaluarse o por lo menos no piensa en ello, Sus relaciones interpersonales pueden verse dañadas, se ve disminuida la posibilidades de manejar sus emociones y no establece relaciones sanas y adecuadas con los demás, puede hacer valoraciones o mostrarse duro e inflexible, y puede exteriorizar dificultades con su autoestima.

Desde 20 – hasta 29 puntos = Nivel bajo de auto-conciencia.

La persona que obtenga una puntuación en el área de autoconciencia que le ubique en este nivel:

Presta cierta atención al estado de sus emociones, pero en forma limitada, lo hace en los momentos de crisis, cuando una emoción es lo suficientemente fuerte para llamar su atención o cuando su situación

emocional pone en riesgo su estabilidad y sus intereses, su percepción emocional sigue siendo limitada y distorsionada, a veces intenta identificar lo que siente. Muestra sentimientos y emociones confusas y difíciles de entender para sí mismo y para los demás, pero hay esfuerzos momentáneos por quererlos entender, lo que crea conflictos internos esporádicos, exterioriza algunas dificultades con su autoestima, o con la comunicación de sus emociones, no es asertivo/a, se auto-evalúa muy poco, lo cual sigue dificultando la autocorrección, por tanto, tiene poco conocimiento de sí mismo/a, ignorará sus propias debilidades y carece de la seguridad que brinda el tener una evaluación correcta de las propias fuerzas

Desde 30 – hasta 39 puntos = Nivel medio de auto-conciencia.

La persona que obtenga una puntuación en el área de autoconciencia que le ubique en este nivel posee:

Presta bastante atención a sus sentimientos y emociones, percibe los cambios emocionales en sí mismo/a y en las otras personas, aunque con cierta dificultad, y aun, no identifica con claridad las diferentes emociones que le sobrevienen, de modo que se le dificulta darle un correcto nombre a lo que siente, en este nivel la persona percibe los cambios emocionales, pero no es capaz de distinguir los factores desencadenantes, de esas diversas emociones que le abordan, por tanto, puede realizar juicios equivocados en la lectura de sus sentimientos y/o de los otros y tener ciertos conflictos al relacionarse con los demás, la autocorrección puede darse, pero en este nivel hace falta apertura de los sentimientos y por eso la autocorrección no da los mejores resultados, pues aun no se genera la confianza para que los demás le expresen lo que sienten.

Desde 40 – hasta 49 puntos = Buen nivel de auto-conciencia.

La persona que obtenga una puntuación en el área de autoconciencia que le ubique en este nivel posee:

La persona tiene un nivel de atención muy bueno referente a sus sentimientos, pero que puede ser mejorarlo, también posee una buena percepción emocional, por tanto, es atento con sus sentimientos, se autoevalúa cuando le es posible o siente que lo requiere, muestra una autoestima saludable, pero no es un auto-conocimiento constante, pues este fluctúa entre un nivel medio y un nivel alto, esto sucede porque aun no se tiene una clara identificación de las emociones y se sigue ocultando la verdadera razón por la cual se está “malhumorado”, si es que se está malhumorado o quizá solo sea que se está triste o se siente frustrado o las tres cosas.

Desde 50 – hasta 60 puntos = Nivel Excelente de auto-conciencia.

La persona que obtenga una puntuación en el área de autoconciencia que le ubique en este nivel posee:

Un alto grado de atención hacia sus propios sentimientos y hacia los de los demás, está atento a los cambios emocionales, lo que le prepara para hacerle frente a las diversas situaciones estresantes que pudieran surgir, conoce sus fortalezas, las explota y desarrolla al máximo, y trabaja con sus debilidades para superarlas, puede percibir e identificar con suficiente claridad sus emociones, sabe que es lo que siente, porque se siente así? y no tiene dificultad alguna para hacer saber eso que siente, de una forma que los demás le entienden, goza de una muy buena autoestima y también pueden ser capaz de energizar a los demás, de comprometerse y confiar en quienes desarrollan una tarea con él/ella

Niveles y valoraciones en Auto-control:

Menor a – 20 puntos = Nivel negativo o insuficiente de auto-control.

La persona que obtenga una puntuación en el área de autocontrol que le ubique en este nivel:

Tiene un nivel de control de sí mismo y de sus emociones muy bajo, es totalmente inconstante, se irrita con facilidad y puede pasar rápidamente de una emoción a otra de extremo, su mente es un ir y venir de

pensamientos y emociones sin control alguno, lo que dificulta que pueda tener concentración en una tarea específica, no fácilmente se adapta a acontecimientos nuevos, no tiene control en situaciones de estrés, suele ser impulsivo, por ello no tiene estabilidad emocional, esta persona puede verse envuelta en conductas de riesgo, ya que no tiene un dominio de sí mismo y de sus emociones y es influenciado con facilidad por otros, no posee fuerza de voluntad.

Desde 20 – hasta 29 puntos = Nivel bajo de auto-control.

La persona que obtenga una puntuación en el área de autocontrol que le ubique en este nivel:

Tiene un bajo nivel de autocontrol, es emocionalmente inconstante, en ocasiones puede irritarse y es bastante notorio cuando está de malhumor, aun no hay control de sus impulsos emocionales, pero si ocasionalmente tiene luchas internas queriendo controlar algunos impulsos, y el escaso autodomínio emocional no le permite ser firme en sus propósitos, tolera algunas conductas o situaciones que le disgusta aparte de los demás, pero porque no tiene la fuerza para revelarse de otro modo no, le falta habilidad para comunicar asertivamente sus emociones.

Desde 30 – hasta 39 puntos = Nivel medio de auto-control.

La persona que obtenga una puntuación en el área de autocontrol que le ubique en este nivel posee:

Posee un nivel regular o medio en autocontrol, es fluctuante en el manejo de las emociones, en ocasiones puede mostrar un buen control emocional y en otras tantas no, algunas veces maneja bien las situaciones de estrés que se le presentan, pero otras veces no; le hace falta trabajar en el manejo de sus emociones y para que este buen manejo sea constante, hay una lucha interna por controlar sus impulsos emocionales, muestra un cierto grado de autodomínio y de tolerancia, pero de manera condicional, tiene que desarrollar una mejor habilidad para comunicar sus emociones, ser más asertivo.

De 37 – 48 puntos = Buen nivel de auto-control.

La persona que obtenga una puntuación en el área de autocontrol que le ubique en este nivel posee:

Su nivel de autocontrol emocional es muy bueno y es más constante en el buen manejo de sus emociones, pero aun hay situaciones estresantes que le son difíciles de manejar y que con un entrenamiento puede superar, necesita mejorar su autodomínio y aprender algunas habilidades de comunicación asertiva.

De 49 – 60 puntos = Nivel Excelente de auto-control.

La persona que obtenga una puntuación en el área de autocontrol que le ubique en este nivel posee:

Tiene un nivel muy alto de autocontrol emocional, ha desarrollado una muy buena habilidad para comunicar de manera asertiva sus emociones, ha trabajado en el buen manejo de sus emociones, no es fácil que las situaciones estresantes que se le presenten le hagan perder el control de sí mismo, conoce la manera de relajarse, y tiene un alto grado de autodomínio y tolerancia, pues tiene formas adecuadas de expresar su punto de vista cuando difiere con el de los otros.

Niveles y valoraciones en motivación:

Menor a – 20 puntos = Nivel negativo o insuficiente de motivación.

La persona que obtenga una puntuación en el área de motivación que le ubique en este nivel:

Tiene un muy bajo nivel de motivación, no hay un sentido de la responsabilidad, tiene serias dificultades en el cumplimiento de lo que se propone, da muchos rodeos para iniciar un trabajo o una tarea, es inconstante, quiere y se propone hacer muchas cosas, pero no finaliza cosas importantes, le resta valor al trabajo y el esfuerzo y le da mayor relevancia a la suerte u otras circunstancias para alcanzar el éxito en la

vida, ninguna de las orientaciones (interna o externa) de la motivación está desarrollada

Desde 20 – hasta 29 puntos = Nivel bajo de motivación.

La persona que obtenga una puntuación en el área de motivación que le ubique en este nivel:

Persiste siempre un bajo nivel de motivación, no hay un desarrollo de la autodisciplina y hay un mínimo sentido de responsabilidad y del compromiso, no puede hacer a un lado los distractores, hay un deseo por querer hacer las cosas pero es efímero, se empieza a trabajar, pero a medida se avanza en la tarea las fuertes distracciones vienen y se pierde de vista el objetivo, ambas orientaciones de la motivación permanecen sin desarrollarse, no se relaciona el éxito con valor del trabajo y el esfuerzo.

Desde 30 – hasta 39 puntos = Nivel medio de motivación.

La persona que obtenga una puntuación en el área de motivación que le ubique en este nivel posee:

Hay un nivel bueno o regular de la motivación, ya se tiene un sentido de la responsabilidad desarrollado a medias, se quiere cumplir con los compromisos que se adquieren y en cierta medida se logra, pero constantemente, aun no se tiene una autodisciplina desarrollada, se ha avanzado en la perseverancia hacia los objetivos, la orientación motivacional más desarrollada es la externa, puede motivarse si se le presiona o si se va a obtener un premio tangible y a corto plazo.

Desde 40 – hasta 49 puntos = Buen nivel de motivación.

La persona que obtenga una puntuación en el área de motivación que le ubique en este nivel posee:

Se tiene un muy buen nivel de motivación, se puede notar un grado aceptable de responsabilidad y de compromiso por la realización de la tarea o trabajo, ya hace una relación del éxito con el trabajo y el esfuerzo y se dejan menos cosas al azar o al destino, se puede trabajar perfectamente motivado en tareas agradables, de lo contrario es más difícil

la motivación, se requiere desarrollar a profundidad la motivación con orientación interna

Desde 50 – hasta 60 puntos = Nivel Excelente de motivación.

La persona que obtenga una puntuación en el área de motivación que le ubique en este nivel posee:

Un alto nivel de motivación y un sentido de la responsabilidad se encuentran bien desarrollados, se ha trabajado en la autodisciplina, y se pueden vencer con mayor facilidad los agente distractores que se presentan, se ha desarrollado no solamente la motivación externa sino también la motivación interna, y aunque la tarea o el trabajo a desarrollar no sea del todo agradable se encuentran formas de motivarse.

Niveles y valoraciones en empatía:

Menor a – 20 puntos = Nivel negativo o insuficiente de Empatía.

La persona que obtenga una puntuación en el área de empatía que le ubique en este nivel:

Presenta un muy bajo nivel de empatía, se es egoísta, no hay una debida atención hacia el otro, y no se presta atención a lo que este requiera o demande, no es de trato social agradable, no hay las normas de cortesía mínimas, y no se tiene un grado de comprensión para con el otro, prácticamente no interesa el otro. No hay muestras de generosidad par con los otros.

Desde 20 – hasta 29 puntos = Nivel bajo de empatía.

La persona que obtenga una puntuación en el área de empatía que le ubique en este nivel:

Persiste un bajo nivel de empatía, en la mayoría de veces se es egoísta y no se presta una debida atención al otro, no hay un interés por los problemas, alegrías, o lo que sienta o le pase al otro, pero si hay cierto grado de cortesía para tratar al otro, aunque el grado de comprensión es

bien mínimo, el otro no interesa tanto, pero hay necesidad de relacionarse con él, se tienen pocas muestras de generosidad.

Desde 30 – hasta 39 puntos = Nivel medio de empatía.

La persona que obtenga una puntuación en el área de empatía que le ubique en este nivel posee:

Se tiene un nivel regular de empatía, hay una búsqueda por querer agradar a los demás, se muestra un cierto grado de interés por los problemas, alegrías, sentimientos u otras cosas que pase el otro, se tienen buenas normas de cortesía y se es regularmente de trato agradable para los demás, pero aun no se llega a un sentido de comprensión mayor con el otro y hay muestras de generosidad pero aun no se da a si mismo a los demás, hay emociones y sentimientos de bien hacia los otros pero de forma efímera y sin profundidad necesaria.

Desde 40 – hasta 49 puntos = Buen nivel de empatía.

La persona que obtenga una puntuación en el área de empatía que le ubique en este nivel posee:

Es un nivel alto de empatía, hay relaciones de mayor profundidad con el otro, un buen nivel de escucha de los sentimientos del otro, se tiene simpatía y normas de cortesía muy buenas, hay un buen nivel de comprensión del otro aunque no de toda situación, aun no se tiene ese nivel deseado de conectividad con el otro, de que no necesite expresarnos lo que necesita, siente, o está pasando por que ya se intuye cuando se le ve o habla.

Desde 50 – hasta 60 puntos = Nivel Excelente de empatía.

La persona que obtenga una puntuación en el área de empatía que le ubique en este nivel posee:

Es un nivel muy alto de empatía, tiene capacidad de cultivar relaciones profundas con un alto nivel de atención hacia el otro, se es abierto para observar los detalles, es de trato social agradable, se le hace fácil comprender al otro porque conoce mucho de las personas y les

entiende, es característicamente generoso no solo materialmente sino, dándose a sí mismo, dando su tiempo para escuchar, mostrando interés por lo del otro.

Niveles y valoraciones en las relaciones con los demás:

Menor a – 20 puntos = Nivel negativo o insuficiente en las relaciones con los demás.

La persona que obtenga una puntuación en el área de relaciones con los demás que le ubique en este nivel:

Un nivel muy bajo en la entablación de las relaciones con los demás, no tiene un gusto y una práctica por relacionarse con los demás, rehúye al contacto social, solo se acerca a aquellas personas con las que ya ha generado lazos de confianza y no son muchas, se tienen prejuicios que distorsionan la percepción que hace de las otras personas, y no es bueno conversando, tiene dificultades para prestar atención cuando otro habla, no cuenta con las habilidades sociales que le faciliten el trato con los demás, y no es asertivo.

Desde 20 – hasta 29 puntos = Nivel bajo en las relaciones con los demás.

La persona que obtenga una puntuación en el área de relaciones con los demás que le ubique en este nivel:

Persiste un nivel bajo en las relaciones sociales, presenta un gusto por las relaciones sociales, pero solo es algo deseable, y que no trabaja para lograrlo, aunque siempre se propone mejorar sus relaciones sociales, luego ese deseo ve interrumpido por la realidad, no posee y no ha aprendido a mejorar sus habilidades sociales, no es asertivo, ni tiene habilidades para conversar, y esto por los prejuicios que tiene en la percepción que hace de las otras personas.

Desde 30 – hasta 39 puntos = Nivel medio de relaciones con los demás.

La persona que obtenga una puntuación en el área de relaciones con los demás que le ubique en este nivel posee:

Ha alcanzado un nivel regular en la entablación de las relaciones con los demás, hay un gusto por las relaciones sociales, hace esfuerzos y trabaja por mejorar sus relaciones con los demás, pero no se poseen las habilidades sociales requeridas para ello, persisten algunos prejuicios respecto a la percepción los demás.

Desde 40 – hasta 49 puntos = Buen nivel de relaciones con los demás.

La persona que obtenga una puntuación en el área de relaciones con los demás que le ubique en este nivel posee:

Hay un nivel alto en la entablación de relaciones sociales, se tiene un gusto por el contacto social, y hay algunas habilidades sociales ya desarrolladas, se tienen una muy buena cantidad de amigos, pero aun hay problemas para el mantenimiento de estas relaciones sociales.

Desde 50 –hasta 60 puntos = Nivel Excelente de relaciones con los demás

La persona que obtenga una puntuación en el área de relaciones con los demás que le ubique en este nivel posee:

Es un nivel muy alto en la entablación de relaciones sociales, las habilidades sociales están desarrolladas, se es muy buen conversador, asertivo, y se está libre de muchos prejuicios que distorsionaban la percepción que se tenía de los otros, se tiene cierto potencial de liderazgo e influencia en la relación con otros. Hay capacidad de relacionarse con facilidad y con todo tipo de personas.

b) Niveles y valoraciones generales de la Inteligencia Emocional

Para obtener esta valorización se suman los puntajes de todas las categoría, considerando que el puntaje mínimo que se puede obtener es de “0 puntos” y el mayor puntaje será de “300 puntos” el nivel de la

inteligencia emocional se establecerá de acuerdo a la siguiente valorización.

Menor a – 101 puntos = Nivel negativo o insuficiente de inteligencia emocional.

La persona que obtenga un puntaje general que lo ubique en este nivel tendrá:

Una inteligencia emocional escasamente desarrollada, donde sus importantes áreas: el autoconocimiento, el autocontrol, la motivación, la empatía y las relaciones con los demás, (ver los niveles de valoración por cada categoría) están apenas desarrolladas. Y se caracterizará en una insuficiente o distorsionada conciencia emocional, una baja autoestima, no hay importancia ni atención para los sentimientos y emociones, no se autoevalúa, y tiene un escaso control de las emociones y de los factores estresantes, niveles muy bajos de tolerancia, autodominio y control de sus pensamientos, le falta disciplina y perseverancia en los objetivos, no hay una motivación firme que le impulse a obrar, el éxito no es visto como consecuencia del esfuerzo y el buen trabajo, falla en la responsabilidad y compromiso, sus habilidades sociales son deficientes, requiere entrenamiento que le permita desenvolverse mejor en las relaciones interpersonales, mejore su autoconocimiento, tenga mayor control de sus emociones, le ayude y fortalezca su motivación y eleve el nivel de empatía al relacionarse con los demás.

Desde 101 – hasta 150 puntos = Bajo Nivel de inteligencia emocional

La persona que obtenga un puntaje general que lo ubique en este nivel tendrá:

Una inteligencia emocional poco desarrollada, las importantes áreas de la inteligencia emocional, autoconocimiento, autocontrol, motivación, empatía y relaciones con los demás (ver los niveles de valoración por cada categoría) estarán poco desarrolladas. Y se caracterizará en una mínima y distorsionada conciencia emocional, baja autoestima, le da una mínima importancia a los sentimientos y emociones, rara vez se autoevalúa, tiene un poco control de las emociones y de los factores estresantes, aun hay

niveles bajos de tolerancia, autodominio y control de sus pensamientos, le falta disciplina y perseverancia en los objetivos, muestra poca motivación y el éxito no es visto como consecuencia del esfuerzo y el buen trabajo, vacila en la responsabilidad y compromiso, sus habilidades sociales son problemáticas, requiere entrenamiento que le permita desenvolverse mejor en las relaciones interpersonales, mejore su autoconocimiento, tenga mayor control de sus emociones, le ayude y fortalezca su motivación y eleve el nivel de empatía al relacionarse con los demás.

Desde 151 – hasta 200 puntos = Nivel intermedio de inteligencia emocional.

La persona que obtenga un puntaje general que lo ubique en este nivel tendrá:

Un desarrollo regular de la inteligencia emocional, las importantes áreas de la inteligencia emocional, autoconocimiento, autocontrol, motivación, empatía y relaciones con los demás (ver los niveles valoración por cada categoría) estarán medianamente desarrollados. Se tiene una conciencia emocional abierta, pero con limitaciones, debido a patrones de pensamientos que le permiten tener la claridad de lo que siente, puede haber dificultad en el manejo de su autoestima, le da bastante importancia a los sentimientos y emociones, se autoevalúa de vez en cuando, mas en tiempos de crisis y que siente que lo necesita, tiene un poco control de las emociones y de los factores estresantes, la tolerancia, autodominio y control de sus pensamientos, son fluctuantes, en ocasiones puede manejar inteligentemente sus emociones, pero muchas otras veces no, tiene ciertas dificultad con la disciplina y perseverancia en los objetivos, muestra motivación.

pero falta orientarla hacia una motivación interna, el éxito a veces no es visto como consecuencia del esfuerzo y el buen trabajo, vacila en la responsabilidad y compromiso, sus habilidades sociales son fluctuantes e inestables, a veces pueden ser conflictivas, puede mejorar en el manejo de sus emociones si recibe entrenamiento, que le permita desenvolverse

mejor en las relaciones interpersonales, mejore su autoconocimiento, tenga mayor control de sus emociones, le ayude y fortalezca su motivación y eleve el nivel de empatía al relacionarse con los demás.

Desde 201 – hasta 250 puntos = Nivel Bueno de inteligencia emocional.

La persona que obtenga un puntaje general que lo ubique en este nivel tendrá:

Un buen desarrollo de la inteligencia emocional, las importantes áreas de la inteligencia emocional, autoconocimiento, autocontrol, motivación, empatía y relaciones con los demás (ver los niveles valoración por cada categoría) estarán bastante desarrolladas. Se tiene una conciencia emocional abierta, se perciben con mucha claridad las emociones propias y las de los demás, su autoestima es saludable, le da bastante importancia a los sentimientos y emociones, se autoevalúa de periódicamente, en ocasiones puede no controlar las emociones y verse afectado notoriamente por factores estresantes, tiene un nivel equilibrado de la tolerancia, autodominio y control de sus pensamientos, tiene ciertas dificultad con la disciplina y perseverancia en los objetivos, muestra motivación, pero falta orientarla hacia una motivación interna, el éxito a veces no es visto como consecuencia del esfuerzo y el buen trabajo, es más responsable y repara mas en sus compromiso, sus habilidades sociales son buenas, aunque siempre requiere de y puede optar por mejorarlas con entrenamiento, para canalizar mejor sus habilidades y utilizarlas en la consecución de sus objetivos y metas, que le permita desenvolverse mejor al relacionarse con los otros, para ser más consciente de sí mismo, eleve al máximo sus capacidades.

Desde 251 – hasta 300 puntos = Nivel Excelente de inteligencia emocional.

La persona que obtenga un puntaje general que lo ubique en este nivel tendrá:

Un alto desarrollo de la inteligencia emocional, las importantes áreas de la inteligencia emocional, autoconocimiento, autocontrol, motivación, empatía y relaciones con los demás (ver los niveles valoración por cada categoría) estarán muy bien desarrolladas. Se tiene una conciencia emocional abierta y precisa, se perciben con mucha claridad las emociones propias y las de los demás, su autoestima es saludable, le da bastante importancia a los sentimientos y emociones, se autoevalúa constantemente, tiene un muy buen control de sus emociones, sabe cómo expresar lo que siente, maneja bien las situaciones estresantes, tiene un nivel equilibrado de la tolerancia, autodominio y control de sus pensamientos, es perseverante en los objetivos, se motiva a sí mismo, se esfuerza en cumplir con lo que dice o se propone, el éxito es visto como consecuencia del esfuerzo y el buen trabajo, es más responsable y repara más en sus compromiso, sus habilidades sociales son muy buenas, posee capacidad de liderar.

**UNIVERSIDAD DE EL SALVADOR
FACULTAD MULTIDISCIPLINARIA ORIENTAL
DEPARTAMENTO DE CIENCIAS Y HUMANIDADES
SECCIÓN DE PSICOLOGÍA**



**HOJA DE RESPUESTA
ESCALA DE INTELIGENCIA EMOCIONAL (EIE)**

Luego de tener la escala contestada según las opciones de respuestas sugeridas

1	2	3	4	5
Nunca O No	Rara Vez	Algunas Veces	Con Bastante Frecuencia	Muy Frecuentemente

Se pasa a asignar el puntaje por cada afirmación:

En las afirmaciones de los ítems “1”, “4”, “7”, “13”, “16”, “19”, “22”, “29”, “37”, “40”, “41”, “45”, “47”, “48”, “52 al 54”, “58 al 61”, “66”, “67”, “69 y 70”, “72” y “75” las opciones de respuesta tendrán la siguiente ponderación:

Nunca ó No= -1 puntos; **Rara vez** = 1punto; **Algunas veces** = 2 puntos;

Con bastante frecuencia = 3puntos y; **Muy frecuentemente** = 4 puntos

En las afirmaciones de los ítems “2”, “3”, “5”, “6”, “8 al 12”, “14”, “15”, “17”, “18”, “20”, “21”, “23 al 28”, “30 al 36”, “38”, “39”, “42 al 44”, “46”, “49 al 51”, “55 al 57”, “62 al 65”, “68”, “71”, “73” y “74” cada opción de respuesta tendrá la siguiente ponderación:

Nunca ó No = 4 puntos; **Rara vez** = 3 puntos; **Algunas veces** = 2 puntos; **Con bastante frecuencia** = 1punto; **Muy frecuente** = -1 puntos.

Para facilitar a continuación la escala con sus respectivas ponderaciones por cada opción de respuesta.

A) AUTOCONCIENCIA	1	2	3	4	5
1. Cuando me enojo, conozco exacto el punto en el que me empecé a enfadar	-1	1	2	3	4
2. Pienso que mis sentimientos no son a veces claros y en ocasiones los demás me dicen que “no entienden mi manera de ser”	4	3	2	1	-1
3. Me sucede a veces, que me veo confundido con mis sentimientos hacia algunas personas, (p.ej. No sé, si es enojo o decepción; amor o ilusión; vergüenza o miedo lo que siento)	4	3	2	1	-1
4. Soy de las personas que presta bastante atención a cómo se siente uno mismo	-1	1	2	3	4
5. Me pasa que cuando soy testigo o víctima de una injusticia siento enojo, pero me quedo callado/a y no reclamo, aunque sé que tengo derecho de hacerlo	4	3	2	1	-1
6. A veces puedo estar de mal humor sin saber por qué	4	3	2	1	-1
7. Me autoevaluó periódicamente, y al final o al inicio de cada semana hago una lista de las cosas que hago bien y de las que necesito mejorar	-1	1	2	3	4
8. Yo pienso, que lo que quiero ser, lo decidiré luego, hoy no tengo que preocuparme por eso	4	3	2	1	-1
9. Pienso que no conozco mis verdaderas fortalezas o las subestimo y no las aprovecho	4	3	2	1	-1
10. Siendo sincero/a, Viéndome al espejo más de alguna vez he pensado “que si hubiera oportunidad de cambiar algo en mi apariencia física, lo haría”	4	3	2	1	-1
11. Me es difícil dar la confianza y abrir mis sentimientos hacia otras personas	4	3	2	1	-1
12. Estoy de acuerdo con la siguiente idea: “a veces a quien menos entiendo es a mí mismo/a”	4	3	2	1	-1
13. Soy consciente de mi respiración en algún momento del día	0	1	2	3	4
14. Pienso, que para no equivocarse al tomar decisiones en la vida, debe de hacerse con el “cerebro o la razón” y no con el “corazón o los sentimientos”	4	3	2	1	-1
15. Discuto frecuentemente con amigos o familiares y soy capaz de enojarme con ellos, pues sé que tengo la razón	4	3	2	1	-1

B) AUTOCONTROL	1	2	3	4	5
16. Puedo con facilidad relajarme en una situación de presión	-1	1	2	3	4
17. A veces tengo pensamientos que yo sé que son malos o dañinos y me es muy difícil apartarlos de mi mente	4	3	2	1	-1
18. Cuando se me acaba la paciencia soy ofensivo/a	4	3	2	1	-1
19. El enfado no es algo que me domine, puedo estar enojado/a y mantener la calma	-1	1	2	3	4

20. Fácilmente se me nota en el rostro el humor que tengo	4	3	2	1	-1
21. Si alguna vez me pongo furioso y tengo la razón, podría volverme agresivo	4	3	2	1	-1
22. Se decir NO y sin sentir culpa alguna, cuando me proponen algo que no me conviene, no puedo o no quiero hacer	-1	1	2	3	4
23. Sucede que, si me enojé con una persona ando enojado gran parte del día y a veces descargo mi enojo con otras personas	4	3	2	1	-1
24. Ante un examen o una exposición, tengo cierta dificultad para controlar la ansiedad y siento que a veces mi preocupación es algo exagerada	4	3	2	1	-1
25. Algo que me es difícil tolerar o soportar, son las bromas que me hacen mis compañeros	4	3	2	1	-1
26. Cuando converso o discuto con otros me pasa que a veces no escucho bien todo lo que dicen, porque (mentalmente) he estado preparando lo que yo voy a decir o contestar	4	3	2	1	-1
27. Cuando intento estudiar sucede que, "pierdo el tiempo en cosas insignificantes"	4	3	2	1	-1
28. Una de mis dificultades en los estudios, ha sido lo difícil que se me hace concentrarme en una tarea o actividad específica, y ya me han dicho que no pongo atención	4	3	2	1	-1
29. Si me enojo con alguien, se lo digo de una forma pacífica	-1	1	2	3	4
30. Los demás no lo saben, pero tengo temores y/o preocupaciones que no puedo controlar	4	3	2	1	-1

C) MOTIVACIÓN	1	2	3	4	5
31. A veces dejo sin finalizar cosas importantes para mí	4	3	2	1	-1
32. Me falta autodisciplina, pero no me ayuda nada intentar esforzarme mucho	4	3	2	1	-1
33. Pienso que las personas que han alcanzado el éxito en la vida han tenido mucha suerte	4	3	2	1	-1
34. A veces hago tantos propósitos de cambiar y mejorar, pero a medida que pasa el tiempo me olvido de ellos, y sigo igual	4	3	2	1	-1
35. Pienso que no soy tan persistente como yo quisiera, siempre me propongo muchas cosas, pero son pocas las que logro	4	3	2	1	-1
36. Para sentir motivación cuando realizo un trabajo, es necesario que el trabajo sea interesante y me guste	4	3	2	1	-1
37. Se me da por naturaleza cumplir con lo que decido hacer	-1	1	2	3	4
38. Las personas que se esfuerzan y hacen las cosas con honestidad, en nuestro país tienen pocas posibilidades de éxito	4	3	2	1	-1

39. La mayoría de veces aplazo los deberes o las tareas desagradables	4	3	2	1	-1
40. Me siento comprometido con mis estudios y por tal razón soy responsable en la entrega de tareas y tengo buenos hábitos para estudiar	-1	1	2	3	4
41. No importa lo que se diga o pase, pero el esfuerzo y el trabajo honesto al final será premiado	-1	1	2	3	4
42. Para hacer bien un trabajo necesito que me motiven	4	3	2	1	-1
43. Si me comprometo con alguna persona (como mis padres, maestros, amigos u otros) casi siempre siento que les fallo, y quedo en mal con ellos porque no soy tan responsable	4	3	2	1	-1
44. Me es difícil reponerme después de un problema o de un fracaso que me ha sucedido	4	3	2	1	-1
45. Mis fracasos me motivan a mejorar y trabajar cada vez más en lo que hago	-1	1	2	3	4

D) EMPATÍA	1	2	3	4	5
46. Me es difícil guardar silencio mientras otros expresan sus ideas	4	3	2	1	-1
47. Con honestidad, considero ser una persona muy cortés y amable (p.ej. saludo frecuentemente a las personas, doy siempre las gracias y soy muy sonriente)	-1	1	2	3	4
48. Tengo la costumbre de expresar frases positivas de otras personas (p.ej. ¡qué bien te quedo ese trabajo...!)	-1	1	2	3	4
49. Me es difícil aceptar y tolerar los aspectos negativos y defectos de mis amistades	4	3	2	1	-1
50. A menudo uso un tono de voz tan duro que los demás se sienten heridos	4	3	2	1	-1
51. Reconozco que soy un poco egoísta y/o que algunas veces he llegado a pensar que mis ideas son más importantes que las de los demás	4	3	2	1	-1
52. Presto la debida atención a las demás personas cuando hablan, especialmente si son mayores, por ejemplo, padres o abuelos	-1	1	2	3	4
53. Podría perdonar o he perdonado a quienes me han hecho daño	-1	1	2	3	4
54. Una de mis características es ser generoso, y podría dejar de comprar algo que me gusta y para lo cual he ahorrado por ayudar a alguien que lo necesita	-1	1	2	3	4
55. Por lo general me es difícil hacer nuevos amigos (aunque conservo los pocos que tengo)	4	3	2	1	-1
56. Cuando me parece que un conocido tiene mal aspecto me burlo de él, y/o hago comentarios con otros sin que él lo escuche	4	3	2	1	-1
57. Algo que se me hace difícil es identificar los cambios de ánimo en los demás; p.ej. si alguien anda triste o preocupado	4	3	2	1	-1

58. Tolero conductas sin importancia que me desagradan de mis amistades	-1	1	2	3	4
59. Puedo distanciarme de mi punto de vista y ponerme en el lugar de otros	-1	1	2	3	4
60. Acostumbro a dar mi tiempo en ayudar a algún compañero/a, explicándole algún tema que no entendió o ayudo voluntariamente a algún niño para que aprenda a leer	-1	1	2	3	4

E) RELACIONES CON LOS DEMAS	1	2	3	4	5
61. En el grupo, puedo decir que soy un líder que inspira los otros compañeros	-1	1	2	3	4
62. Pienso que las personas sufren o tienen problemas por necios o tercos	4	3	2	1	-1
63. Todo lo que hago debe de estar perfecto	4	3	2	1	-1
64. Cuando me presentan o conozco a una nueva persona, si quiero memorizar su nombre necesito repetirlo más de una vez y aun así, a veces me es difícil acordarme bien del nombre	4	3	2	1	-1
65. Siendo honesto/a las conversaciones con personas mayores las encuentro algo aburridas	4	3	2	1	-1
66. Para mi es importante vivir en paz con mis vecinos y en cierta medida lo hago	-1	1	2	3	4
67. Soy persuasivo, tengo la habilidad de convencer a otros con mis ideas	-1	1	2	3	4
68. Estando en una reunión en grupo, si no entiendo lo que ha dicho una persona, me quedo callado y con la duda, pues tengo temor preguntar	4	3	2	1	-1
69. Apruebo a otras personas más frecuentemente de las que crítico	-1	1	2	3	4
70. Cuando alguien me trata mal, le digo lo que me molesta de su actitud y lo hago de forma pacífica	-1	1	2	3	4
71. Por lo general creo que basta con la primera impresión, para darse cuenta como es aquella persona	4	3	2	1	-1
72. Siempre que converso miro a mi interlocutor al rostro	-1	1	2	3	4
73. Tengo algo de dificultad empezar una conversación con alguien del sexo opuesto	4	3	2	1	-1
74. Me pasa muy frecuente cuando converso con otros, interrumpo a la persona que está hablando y no termino de escucharle para hablar yo	4	3	2	1	-1
75. Puedo decir que soy una persona sociable, que hablo con facilidad y a todo tipo de personas	-1	1	2	3	4

Anexo 3

**Hoja de corrección de la
escala de inteligencia
emocional**

**UNIVERSIDAD DE EL SALVADOR
FACULTAD MULTIDISCIPLINARIA ORIENTAL
DEPARTAMENTO DE CIENCIAS Y HUMANIDADES
SECCIÓN DE PSICOLOGÍA**



**HOJA DE RESPUESTA
ESCALA DE INTELIGENCIA EMOCIONAL**

Luego de tener la escala contestada según las opciones de respuestas sugeridas

1	2	3	4	5
Nunca O No	Rara Vez	Algunas Veces	Con Bastante Frecuencia	Muy Frecuentemente

Se pasa a asignar el puntaje por cada afirmación:

En las afirmaciones de los ítems “1”, “4”, “7”, “13”, “16”, “19”, “22”, “29”, “37”, “40”, “41”, “45”, “47”, “48”, “52 al 54”, “58 al 61”, “66”, “67”, “69 y 70”, “72” y “75” las opciones de respuesta tendrán la siguiente ponderación:

Nunca ó No= -1 puntos; **Rara vez** = 1punto; **Algunas veces** = 2 puntos;

Con bastante frecuencia = 3puntos y; **Muy frecuentemente** = 4 puntos

En las afirmaciones de los ítems “2”, “3”, “5”, “6”, “8 al 12”, “14”, “15”, “17”, “18”, “20”, “21”, “23 al 28”, “30 al 36”, “38”, “39”, “42 al 44”, “46”, “49 al 51”, “55 al 57”, “62 al 65”, “68”, “71”, “73” y “74” cada opción de respuesta tendrá la siguiente ponderación:

Nunca ó No = 4 puntos; **Rara vez** = 3 puntos; **Algunas veces** = 2 puntos; **Con bastante frecuencia** = 1punto; **Muy frecuente** = -1 puntos.

Para facilitar a continuación la escala con sus respectivas ponderaciones por cada opción de respuesta.

F) AUTOCONCIENCIA	1	2	3	4	5
76. Cuando me enojo, conozco exacto el punto en el que me empecé a enfadar	-1	1	2	3	4
77. Pienso que mis sentimientos no son a veces claros y en ocasiones los demás me dicen que "no entienden mi manera de ser"	4	3	2	1	-1
78. Me sucede a veces, que me veo confundido con mis sentimientos hacia algunas personas, (p.ej. No sé, si es enojo o decepción; amor o ilusión; vergüenza o miedo lo que siento)	4	3	2	1	-1
79. Soy de las personas que presta bastante atención a cómo se siente uno mismo	-1	1	2	3	4
80. Me pasa que cuando soy testigo o víctima de una injusticia siento enojo, pero me quedo callado/a y no reclamo, aunque sé que tengo derecho de hacerlo	4	3	2	1	-1
81. A veces puedo estar de mal humor sin saber por qué	4	3	2	1	-1
82. Me autoevaluó periódicamente, y al final o al inicio de cada semana hago una lista de las cosas que hago bien y de las que necesito mejorar	-1	1	2	3	4
83. Yo pienso, que lo que quiero ser, lo decidiré luego, hoy no tengo que preocuparme por eso	4	3	2	1	-1
84. Pienso que no conozco mis verdaderas fortalezas o las subestimo y no las aprovecho	4	3	2	1	-1
85. Siendo sincero/a, Viéndome al espejo más de alguna vez he pensado "que si hubiera oportunidad de cambiar algo en mi apariencia física, lo haría"	4	3	2	1	-1
86. Me es difícil dar la confianza y abrir mis sentimientos hacia otras personas	4	3	2	1	-1
87. Estoy de acuerdo con la siguiente idea: "a veces a quien menos entiendo es a mí mismo/a"	4	3	2	1	-1
88. Soy consciente de mi respiración en algún momento del día	0	1	2	3	4
89. Pienso, que para no equivocarse al tomar decisiones en la vida, debe de hacerse con el "cerebro o la razón" y no con el "corazón o los sentimientos"	4	3	2	1	-1
90. Discuto frecuentemente con amigos o familiares y soy capaz de enojarme con ellos, pues sé que tengo la razón	4	3	2	1	-1

G) AUTOCONTROL	1	2	3	4	5
91. Puedo con facilidad relajarme en una situación de presión	-1	1	2	3	4
92. A veces tengo pensamientos que yo sé que son malos o dañinos y me es muy difícil apartarlos de mi mente	4	3	2	1	-1
93. Cuando se me acaba la paciencia soy ofensivo/a	4	3	2	1	-1
94. El enfado no es algo que me domine, puedo estar enojado/a y mantener la calma	-1	1	2	3	4

95. Fácilmente se me nota en el rostro el humor que tengo	4	3	2	1	-1
96. Si alguna vez me pongo furioso y tengo la razón, podría volverme agresivo	4	3	2	1	-1
97. Se decir NO y sin sentir culpa alguna, cuando me proponen algo que no me conviene, no puedo o no quiero hacer	-1	1	2	3	4
98. Sucede que, si me enojé con una persona ando enojado gran parte del día y a veces descargo mi enojo con otras personas	4	3	2	1	-1
99. Ante un examen o una exposición, tengo cierta dificultad para controlar la ansiedad y siento que a veces mi preocupación es algo exagerada	4	3	2	1	-1
100. Algo que me es difícil tolerar o soportar, son las bromas que me hacen mis compañeros	4	3	2	1	-1
101. Cuando converso o discuto con otros me pasa que a veces no escucho bien todo lo que dicen, porque (mentalmente) he estado preparando lo que yo voy a decir o contestar	4	3	2	1	-1
102. Cuando intento estudiar sucede que, "pierdo el tiempo en cosas insignificantes"	4	3	2	1	-1
103. Una de mis dificultades en los estudios, ha sido lo difícil que se me hace concentrarme en una tarea o actividad específica, y ya me han dicho que no pongo atención	4	3	2	1	-1
104. Si me enojo con alguien, se lo digo de una forma pacífica	-1	1	2	3	4
105. Los demás no lo saben, pero tengo temores y/o preocupaciones que no puedo controlar	4	3	2	1	-1

H) MOTIVACIÓN	1	2	3	4	5
106. A veces dejo sin finalizar cosas importantes para mí	4	3	2	1	-1
107. Me falta autodisciplina, pero no me ayuda nada intentar esforzarme mucho	4	3	2	1	-1
108. Pienso que las personas que han alcanzado el éxito en la vida han tenido mucha suerte	4	3	2	1	-1
109. A veces hago tantos propósitos de cambiar y mejorar, pero a medida que pasa el tiempo me olvido de ellos, y sigo igual	4	3	2	1	-1
110. Pienso que no soy tan persistente como yo quisiera, siempre me propongo muchas cosas, pero son pocas las que logro	4	3	2	1	-1
111. Para sentir motivación cuando realizo un trabajo, es necesario que el trabajo sea interesante y me guste	4	3	2	1	-1
112. Se me da por naturalidad cumplir con lo que decido hacer	-1	1	2	3	4
113. Las personas que se esfuerzan y hacen las cosas con honestidad, en nuestro país tienen pocas posibilidades de éxito	4	3	2	1	-1

114. La mayoría de veces aplazo los deberes o las tareas desagradables	4	3	2	1	-1
115. Me siento comprometido con mis estudios y por tal razón soy responsable en la entrega de tareas y tengo buenos hábitos para estudiar	-1	1	2	3	4
116. No importa lo que se diga o pase, pero el esfuerzo y el trabajo honesto al final será premiado	-1	1	2	3	4
117. Para hacer bien un trabajo necesito que me motiven	4	3	2	1	-1
118. Si me comprometo con alguna persona (como mis padres, maestros, amigos u otros) casi siempre siento que les fallo, y quedo en mal con ellos porque no soy tan responsable	4	3	2	1	-1
119. Me es difícil reponerme después de un problema o de un fracaso que me ha sucedido	4	3	2	1	-1
120. Mis fracasos me motivan a mejorar y trabajar cada vez más en lo que hago	-1	1	2	3	4

I) EMPATÍA	1	2	3	4	5
121. Me es difícil guardar silencio mientras otros expresan sus ideas	4	3	2	1	-1
122. Con honestidad, considero ser una persona muy cortés y amable (p.ej. saludo frecuentemente a las personas, doy siempre las gracias y soy muy sonriente)	-1	1	2	3	4
123. Tengo la costumbre de expresar frases positivas de otras personas (p.ej. ¡qué bien te quedo ese trabajo...!)	-1	1	2	3	4
124. Me es difícil aceptar y tolerar los aspectos negativos y defectos de mis amistades	4	3	2	1	-1
125. A menudo uso un tono de voz tan duro que los demás se sienten heridos	4	3	2	1	-1
126. Reconozco que soy un poco egoísta y/o que algunas veces he llegado a pensar que mis ideas son más importantes que las de los demás	4	3	2	1	-1
127. Presto la debida atención a las demás personas cuando hablan, especialmente si son mayores, por ejemplo, padres o abuelos	-1	1	2	3	4
128. Podría perdonar o he perdonado a quienes me han hecho daño	-1	1	2	3	4
129. Una de mis características es ser generoso, y podría dejar de comprar algo que me gusta y para lo cual he ahorrado por ayudar a alguien que lo necesita	-1	1	2	3	4
130. Por lo general me es difícil hacer nuevos amigos (aunque conservo los pocos que tengo)	4	3	2	1	-1
131. Cuando me parece que un conocido tiene mal aspecto me burlo de él, y/o hago comentarios con otros sin que él lo escuche	4	3	2	1	-1
132. Algo que se me hace difícil es identificar los cambios de ánimo en los demás; p.ej. si alguien anda triste o preocupado	4	3	2	1	-1

133. Tolero conductas sin importancia que me desagradan de mis amistades	-1	1	2	3	4
134. Puedo distanciarme de mi punto de vista y ponerme en el lugar de otros	-1	1	2	3	4
135. Acostumbro a dar mi tiempo en ayudar a algún compañero/a, explicándole algún tema que no entendió o ayudo voluntariamente a algún niño para que aprenda a leer	-1	1	2	3	4

J) RELACIONES CON LOS DEMAS	1	2	3	4	5
136. En el grupo, puedo decir que soy un líder que inspira los otros compañeros	-1	1	2	3	4
137. Pienso que las personas sufren o tienen problemas por necios o tercos	4	3	2	1	-1
138. Todo lo que hago debe de estar perfecto	4	3	2	1	-1
139. Cuando me presentan o conozco a una nueva persona, si quiero memorizar su nombre necesito repetirlo más de una vez y aun así, a veces me es difícil acordarme bien del nombre	4	3	2	1	-1
140. Siendo honesto/a las conversaciones con personas mayores las encuentro algo aburridas	4	3	2	1	-1
141. Para mi es importante vivir en paz con mis vecinos y en cierta medida lo hago	-1	1	2	3	4
142. Soy persuasivo, tengo la habilidad de convencer a otros con mis ideas	-1	1	2	3	4
143. Estando en una reunión en grupo, si no entiendo lo que ha dicho una persona, me quedo callado y con la duda, pues tengo temor preguntar	4	3	2	1	-1
144. Apruebo a otras personas más frecuentemente de las que crítico	-1	1	2	3	4
145. Cuando alguien me trata mal, le digo lo que me molesta de su actitud y lo hago de forma pacífica	-1	1	2	3	4
146. Por lo general creo que basta con la primera impresión, para darse cuenta como es aquella persona	4	3	2	1	-1
147. Siempre que converso miro a mi interlocutor al rostro	-1	1	2	3	4
148. Tengo algo de dificultad empezar una conversación con alguien del sexo opuesto	4	3	2	1	-1
149. Me pasa muy frecuente cuando converso con otros, interrumpo a la persona que está hablando y no termino de escucharle para hablar yo	4	3	2	1	-1
150. Puedo decir que soy una persona sociable, que hablo con facilidad y a todo tipo de personas	-1	1	2	3	4

Anexo 4

**Programa psicoterapéutico
para desarrollar la
inteligencia emocional**

**PROGRAMA PSICOTERAPÉUTICO
PARA DESARROLLAR LA
INTELIGENCIA EMOCIONAL (EQ)**

**“APRENDIENDO A DESARROLLAR
LA INTELIGENCIA EMOCIONAL” (EQ)**



ELABORADO POR:

AMAYA ORTIZ, NELSON OMAR

CABRERA REYES, RONALD JAVIER

MEDINA RAMOS, JEOVANNY EXEQUIEL

Universidad de El Salvador

Hacia la libertad por la cultura

ÍNDICE

CONTENIDO	PÁGINA
Introducción.....	i
Objetivos.....	ii
Descripción del programa.....	5
Población a la que se dirige.....	6
Técnicas y dinámicas para desarrollar la autoconciencia.....	7
Técnicas y dinámicas para desarrollar el autocontrol.....	22
Técnicas y dinámicas psicológicas para desarrollar la motivación....	34
Técnicas y dinámicas para desarrollar la empatía.....	39
Técnicas y dinámicas para desarrollar las relaciones interpersonales.....	45

INTRODUCCIÓN

La inteligencia emocional, siendo su desarrollo de mucha importancia especialmente en adolescentes estudiantes, donde su formación personal todavía se encuentra en proceso. Por medio de cinco áreas que conforman la inteligencia antes mencionada los estudiantes conocerán sus propias características emocionales y su mejor forma de aplicación en la práctica social diaria. Los estudiantes tendrán la oportunidad de desarrollar la inteligencia emocional a través de un programa psicoterapéutico en doce sesiones que comprende las áreas de autoconciencia, autocontrol, relaciones con los demás, empatía y motivación, aprenderán estrategias para relacionarse con una amplia variedad de personas de manera funcional y aprenderán a trabajar en equipo.

Los estudiantes aprenderán sus características de personalidad, cuales provocan conflictos y la manera correcta de prevenirlos y resolverlos, así mismo podrán adquirir un mejor autocontrol y mayor autoconciencia. El programa se aplicará en el Instituto Nacional "Isidro Menéndez" del departamento de San Miguel, dicho programa contiene técnicas centrales y dinámicas de grupo para facilitar la asimilación de las sesiones psicoterapéuticas.

Dicho programa es de mucha importancia en el sentido que el desarrollo de la Inteligencia Emocional mejora la calidad de vida y la convivencia en armonía con las demás personas y especialmente en la etapa de la adolescencia en donde existe turbulencia o inestabilidad emocional que afecta considerablemente las áreas en que los estudiantes se desempeñan. Dichos individuos se comprenderán mejor así mismos y a los demás en cuanto empiecen a conocer las facetas concretas de la inteligencia emocional. Adoptaran conocimiento acerca de la gente y las causas de su comportamiento, mostrándoles las leyes generales que gobiernan el desarrollo y exponiendo muchas estrategias para el reforzamiento y desarrollo de la inteligencia emocional.

OBJETIVOS

OBJETIVO GENERAL:

- Desarrollar la inteligencia emocional en los estudiantes del Instituto Nacional “Isidro Menendez”

OBJETIVOS ESPECIFICOS:

- Desarrollar el nivel de autoconciencia en los estudiantes
- Contribuir en el desarrollo del autocontrol de los estudiantes
- Mejorar el nivel de relaciones interpersonales de los estudiantes
- Incrementar el nivel de empatía en los estudiantes
- Aumentar el nivel de motivación en los estudiantes

DESCRIPCIÓN DEL PROGRAMA

El presente programa psicoterapéutico se ha elaborado con el propósito de desarrollar la inteligencia emocional en los jóvenes estudiantes de bachillerato del Instituto Nacional "Isidro Menéndez" del departamento de San Miguel en el año dos mil doce, en vista de la importancia de las áreas que la componen es imprescindible la implementación de diferentes técnicas y estrategias para el desarrollo de diferentes habilidades sociales en los adolescentes antes mencionados quienes serán la población beneficiada con dicho proyecto.

El programa está constituido por diferentes áreas que conforman la inteligencia emocional, las cuales son; La Autoconciencia, El Autocontrol, Las Relaciones Interpersonales, La Empatía y La Motivación. Para cada una de dichas áreas utilizarán técnicas y estrategias de las diferentes escuelas psicológicas; cognitivo-conductuales, Humanísticas, Existenciales y Eclécticas para lograr un adecuado desarrollo de las diferentes habilidades sociales por parte de los beneficiados.

Dicho programa se implementará por medio de doce sesiones las cuales se llevaran a cabo en un lapso de seis semanas, dos sesiones de aproximadamente una hora por semana, para ello es imprescindible la planificación de las actividades a desarrollar en dichas sesiones, así mismo es de gran importancia el profesionalismo por parte de los facilitadores, dentro de los cuales se incluyen la ética, responsabilidad, respeto, espíritu de servicio, capacidad en el desarrollo de las diferentes temáticas a tratar y manejo adecuado de las diferentes técnicas y estrategias.

Por otra parte es indefectible para la ejecución del proyecto contar con el ambiente y espacio adecuado; un salón amplio, sillas, papel bond, y demás recursos materiales pertinentes al programa, para lograr en los estudiantes una mejor calidad de vida por medio del manejo de las diferentes áreas que conforman la inteligencia emocional, el horario de asistencia a la institución será según convenga a los estudiantes y estará sujeta a cambio si es necesario.

POBLACIÓN A LA QUE SE DIRIGE

Las técnicas y dinámicas de intervención psicoterapéuticas que contiene este programa se han diseñado acorde a las necesidades y realidad de los estudiantes inscritos en el bachillerato general en el Instituto Nacional “Isidro Menéndez” del departamento de San Miguel en el año dos mil doce.

Para que se observe mayor efectividad en el programa de inteligencia emocional se abordaran cinco áreas: Autoconciencia, autocontrol, relaciones con los demás, empatía y motivación. Este programa puede aplicarse también con población más joven, siempre que sean aplicadas por un profesional de la salud mental quien debe aplicar las técnicas y dinámicas de acuerdo a las condiciones y realidad de nuestro contexto.

JÓVENES ESTUDIANTES DE EDUCACIÓN MEDIA



BIENVENIDOS/AS AL PROGRAMA

“APRENDIENDO A DESARROLLAR LA INTELIGENCIA EMOCIONAL”

1ª SESIÓN: INTRODUCCIÓN AL PROGRAMA

Objetivo: Inaugurar el desarrollo del programa de inteligencia emocional, propiciando la confianza en los/as adolescentes.

Resumen general de la sesión: Esta sesión que consiste en la inauguración del programa, se iniciara con la generación del rapport con los jóvenes para que ellos tengan confianza con el facilitador que aplicara dicho plan, puesto que esto es básico para lograr los resultados que se esperan obtener. Asimismo, se realizara la correspondiente exposición de los objetivos y principios en los que se fundamentara el desarrollo del programa.

Actividades:

- Saludo y presentación.
- Técnica de presentación.
- Exposición de principios del programa.
- Cierre.

Tiempo: el desarrollo de la sesión conllevara la duración de una hora.

Recursos:

- Humanos: el facilitador del programa y los estudiantes.
- Materiales: salón amplio, sillas , bolígrafo y papel

DESARROLLO

Técnica de presentación:

DOCUMENTO DE IDENTIFICACIÓN

Objetivo: Conocer algunas características de los miembros del grupo de forma rápida y ágil.

A partir de 15 participantes. Duración aproximada de 20 minutos.

Desarrollo: Se invita a los participantes a escribir su tarjeta de identificación con los siguientes datos:

UNA CUALIDAD PERSONAL_____
UN HOBBY_____
NOMBRE_____

¿CON \$5000 YO HARIA? _____
¿HARIA UN VIAJE A?_____
(LUGAR DE ESTUDIO)

Todos los participantes se pasean por la sala con su tarjeta sobre el pecho.

Líneas introductorias al programa:

Lo primero será obtener algunos conocimientos sobre el término de inteligencia emocional y lo que este implica.

Las emociones son: estados anímicos que manifiestan una gran actividad orgánica, que se refleja en los comportamientos externos e internos, la vida cotidiana está estrechamente ligada a las emociones, cada decisión que tomamos lleva o genera un cierto grado de emoción. Existen una amplia variedad de emociones alegría, tristeza, ira, vergüenza, etc. (ver cuadro de emociones) y en la forma o medida en la que somos conscientes y manejamos esas emociones determinara el nivel de inteligencia emocional.

Grafica N°1. Cuadro de emociones

Duelo	Depresión	Confusión
Decepción	Indignación	Irritabilidad
Hostilidad	Cólera.	Miedo
Pánico	Melancolía	Decepción
Nerviosismo	Consternación	Terror
Fobia	Pesimismo	Satisfacción
Euforia	Éxtasis	Placer
Gratificación	Felicidad	Rabia
Furia	Resentimiento	Desesperación
Temor	Aprensión	Ansiedad

Entonces, ¿Qué es la inteligencia emocional?

“Es la capacidad para reconocer sentimientos propios y ajenos, y la habilidad para manejarlos”. Aunque ya anteriormente algunos autores habían escrito sobre este término, fue Daniel Goleman quien lo popularizó en 1995.

Goleman estima que la inteligencia emocional se puede organizar entorno a cinco capacidades: conocer las emociones y sentimientos propios, manejarlos, reconocerlos, crear la propia motivación, y gestionar las relaciones.

La inteligencia emocional es, por tanto, un conjunto de talentos o capacidades organizadas en cuatro dominios:

- Capacidad para percibir las emociones de forma precisa.
- Capacidad de aplicar las emociones para facilitar el pensamiento y el razonamiento.

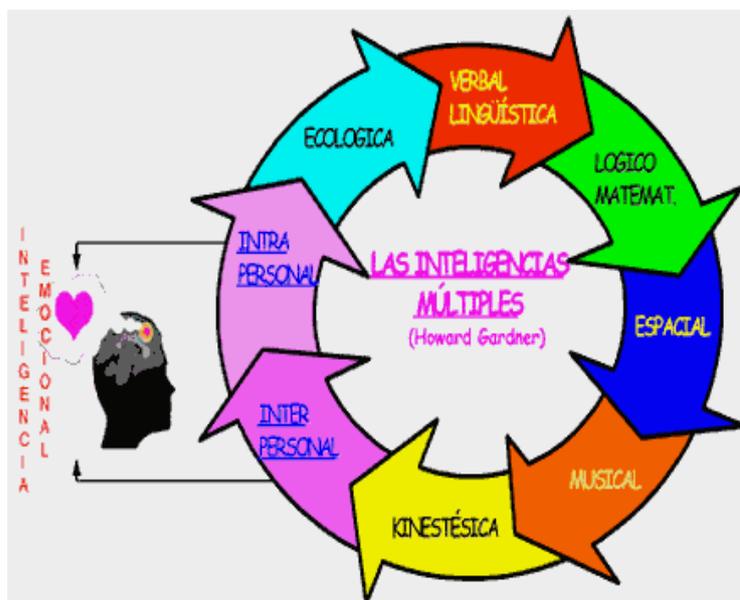
- Capacidad para comprender las propias emociones y las de los demás.
- Capacidad para controlar las propias emociones.

¿Cómo nace el término de inteligencia emocional?

La sociedad ha valorado durante los últimos siglos un ideal muy concreto del ser humano: la persona inteligente. El niño inteligente en la escuela tradicional, era cuando dominaba el Lenguaje y las Matemáticas, con preferencia. Recientemente, se lo ha identificado con el que obtiene una puntuación elevada en los Test de Inteligencia o Test de Coeficiente Intelectual.

El Cociente Intelectual se ha convertido en el referente de este ideal, el cual se sustentó en la relación positiva que existe entre el CI, parámetro de comparación de los estudiantes, y su rendimiento académico. Hoy en día esto ha cambiado desde que en 1983 Howard Gardner diera su concepto de inteligencias múltiples.

Gráfica N° 2. Inteligencias Múltiples.



En este concepto propone una nueva visión de la inteligencia como una capacidad múltiple: no hay propiamente un único tipo de inteligencia,

sino un amplio abanico de capacidades intelectuales,(ver Grafica N°2) que Gardner agrupó en siete inteligencias básicas, cada una de ellas relativamente independiente de las otras: Inteligencia Musical; Inteligencia Quinestésica-Corporal; Inteligencia Lógico-Matemática; Inteligencia Lingüística; Inteligencia Intrapersonal e Inteligencia Interpersonal

Este término incluye dos tipos de inteligencias, que son los que están relacionados con la IE,

La Inteligencia Personal que está compuesta a su vez por una serie de competencias que determinan el modo en que nos relacionamos con nosotros mismos. Esta inteligencia comprende tres componentes:

- **Conciencia en uno mismo:** es la capacidad de reconocer y entender en uno mismo las propias fortalezas, debilidades, estados de ánimo, emociones e impulsos, así como el efecto que éstos tienen sobre los demás y sobre el trabajo.
- **Autorregulación o control de sí mismo:** es la habilidad de controlar nuestras propias emociones e impulsos para adecuarlos a un objetivo, de responsabilizarse de los propios actos, de pensar antes de actuar y de evitar los juicios prematuros.
- **Auto-motivación:** es la habilidad de estar en un estado de continua búsqueda y persistencia en la consecución de los objetivos, haciendo frente a los problemas y encontrando soluciones.

Y la **Inteligencia Interpersonal** cuyas competencias tienen que ver con el manejo social efectivo, la capacidad de relacionarse con quienes nos rodean y de crear una red de relaciones interpersonales sanas. Comprende los siguientes componentes:

- **Empatía:** es la habilidad para entender las necesidades, sentimientos y problemas de los demás, poniéndose en su lugar, y responder correctamente a sus reacciones emocionales.
- **Destreza social:** es el talento en el manejo de las relaciones con los demás, en saber persuadir e influenciar a los demás.

Estas cinco competencias son muy útiles para cuatro áreas fundamentales de nuestra vida:

1. Convienen a nuestro **bienestar psicológico**, base para el desarrollo armónico y equilibrado de nuestra personalidad.
2. Contribuyen a nuestra **buena salud física**, moderando o eliminando patrones y/o hábitos psicosomáticos dañinos o destructivos, y previniendo enfermedades producidas por desequilibrios emocionales permanentes (angustia, miedo, ansiedad, ira, irritabilidad, etc.).
3. Favorecen nuestro **entusiasmo y motivación**. Gran parte de nuestra motivación en distintas áreas de la vida está basada en estímulos emocionales.
4. Permiten un **mejor desarrollo de nuestras relaciones con las personas**, en el área familiar-afectiva, social y laboral-profesional.

El objetivo de este programa será desarrollar a través de conocimientos, ejercicios, juegos o dinámicas, y diversas técnicas psicológicas el nivel de inteligencia emocional del grupo (los estudiantes) para que adquieran competencias necesarias para el éxito y la felicidad.

- Poseer suficiente grado de autoestima.
- Ser personas positivas.
- Saber dar y recibir.
- Empatía, entender los sentimientos de los otros.
- Reconocer los propios sentimientos.
- Ser capaz de expresar los sentimientos positivos como los negativos.
- Ser capaz también de controlar estos sentimientos.
- Motivación, ilusión, interés.
- Tener valores alternativos.
- Superación de las dificultades y de las frustraciones.
- Encontrar equilibrio entre exigencia y tolerancia

Son algunas de las competencias que se desarrollarán con la aplicación de este programa, el cual contiene 12 reuniones o sesiones

incluyendo esta, que es introductoria. También se dará a conocer las fechas y horarios de las siguientes reuniones.

PREGUNTAS: Se dará un espacio para alguna pregunta respecto al programa que inicia de parte de los estudiantes.

PUNTO DE CIERRE:

Se Agradecer a los jóvenes por su atención, se dará por concluida la reunión y se invita y motiva a participar en las posteriores actividades del programa.

BIENVENIDOS/AS AL PROGRAMA

“APRENDIENDO A DESARROLLAR LA INTELIGENCIA EMOCIONAL”

SESIÓN N°2: “EL CONOCIMIENTO DE UNO MISMO”

Objetivo:

Mejorar la inteligencia emocional en los/as adolescentes, fomentando el desarrollo de la habilidad del autoconocimiento.

Resumen general de la sesión:

El desarrollo de la sesión tendrá como finalidad reforzar en los/as adolescentes la interiorización de sus sentimientos y emociones, así como de sus cualidades y defectos, puesto que la técnica de apoyo es una de las técnicas básicas y fundamentales para que el joven sea consiente tanto de su realidad exterior como interior. Se espera que con esta técnica el tome consciencia de su realidad emocional, y que pueda perfectamente ser un ente de cambio si se lo propone.

Por otra parte, mediante la técnica central se tratara de motivar a los estudiantes para que se conozcan entre ellos, y que no hayan diferencias en cuanto a mencionar las diferentes fortalezas y debilidades de cada compañero. Se pretende que cada uno de ellos posea un nivel aceptable en su autoestima y autoconciencia, y que los demás compañeros aporten a esta causa.

Actividades:

- Saludo
- Aplicación de la técnica de apoyo: “Toma de conciencia”
- Aplicación de la técnica central: “La Ventana de Johari”.
- Dinámica.
- Cierre.

Tiempo: el desarrollo de la sesión conllevará una duración de 1 hora con 30 minutos.

Recursos:

- **Humanos:** El facilitador del programa y los estudiantes.
- **Materiales:** Salón amplio, sillas, hojas de papel bond y lapiceros.

DESARROLLO

Se saluda y se da la bienvenida a los estudiantes, luego se hace un rápido recordatorio de la primera reunión que servirá de entrada para la siguiente técnica. Un área de la inteligencia emocional es la autoconciencia; y la relajación plantea un certero camino para entrar en la conciencia de sí mismo. El acelerado y vertiginoso ritmo de la sociedad moderna no permite dar lugar al autoconocimiento.

Ejercicio de relajación “toma de consciencia”

Para empezar buscamos una posición cómoda, sentados, con la cabeza un poco levantada las manos reposando sobre las piernas y sin cruzar **piernas ni** brazos.

Con los ojos abiertos, fijen su atención en un punto escogido por cada uno de ustedes en la pared. Respiren despacio y profundamente. Inspiren recogiendo el aire por la nariz y soltándolo por la boca. Inspiren por cinco segundos, retenga el aire tres segundos, y suéltelo durante cinco segundos. Haga esto unas cinco veces.

Ahora Cierren sus ojos. Aflojen la nuca y su cuero cabelludo. Imagine que su cerebro se abre como lo hace una mano que está cerrada. Imagine que su frente esta agradablemente fresca. Relajen la mandíbula y las mejillas. Deje la boca un poco abierta.

Relajen los músculos de su cuello y suelten los hombros, déjenlos un poco caídos hacia adelante. Dejen sus brazos flojos, relajados. Imaginen

que están tranquilos y serenos y que una sensación de bienestar corre por todo su cuerpo. Dejen sus manos sueltas.

Permitan que el tronco de su cuerpo quede relajado: el estómago, los intestinos, el hígado, la vesícula, los riñones y todos los músculos que están alrededor de la columna vertebral. Imaginen que su corazón late tranquila y fuertemente. Dejen que sus piernas y pies queden sueltos, flojos, relajados. Imagina que estas respirando por los pies, por las piernas, por el abdomen y el pecho.

Imagine que todos los músculos de su cuerpo están libres de tensiones y que todos sus miembros funcionan en perfecto equilibrio. Afloje de nuevo su nuca, permita que su mente quede libre de tensiones y preocupaciones, tranquila y serena.

Ahora, mentalmente, viaja a un lugar agradable para descansar, cerca de una pequeña montaña, colina o cerro. Imagina que ya estas allí. Busca mentalmente un camino para subir. Ya lo has encontrado, ve subiendo mentalmente. Conforme subes cuenta de uno hasta cinco y baya profundizando cada vez más en el ritmo alfa, en la relajación física y mental. Imagina que terminas de subir y que vez el cielo azul, que oyes cantar a los pájaros y respiras el perfume de las flores (respire despacio y profundamente cinco veces) imaginen también que los rayos del sol penetran en su cuerpo y que sienten una paz muy agradable.

Ahora busca un camino para bajar; imagina que ya lo encuentre; baja de la pequeña montaña, colina o cerro. Imagina que has terminado de bajar. Ahora centren su atención en el mundo exterior, formulándose frases que describan su percepción del entorno como por ejemplo: “soy consciente del bullicio que proviene de los estudiantes afuera del aula, que se escucha el ruido de los autos y autobuses que pasan, del movimiento de los arboles, etc.”.

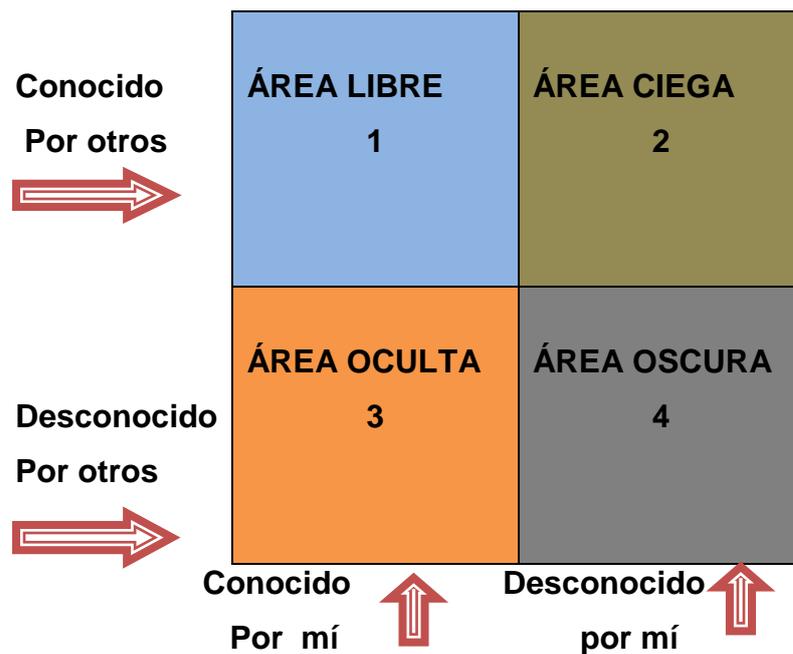
Luego de haber tomado conciencia de su alrededor, deberán dirigir su atención nuevamente a su propio cuerpo y las sensaciones que este

experimenta, te sugestionaras positivamente diciéndote a si mismo/a, cada momento que pasa me siento mejor; cada momento que pasa y, a través de la relajación, tendré más felicidad para aceptarme como soy y aceptar a los demás como son. Buscare mi identidad dentro de mí, no fuera. Quiero valorarme y así tendré más capacidad para enfrentarme a la vida.

Ahora mentalmente volveremos a donde realmente estamos.

Cuenten de uno a cinco, y conforme lo hacen volverán al estado normal de conciencia, sin cansancio, sin mareo, sin dolor de cabeza. Uno, dos, tres, cuatro, cinco. Abran sus ojos.

APLICACIÓN DE LA TÉCNICA CENTRAL: “LA VENTANA DE JOHARI”



El origen del término “Johari” viene de los nombres de quienes inventaron esta técnica: John y Harry. Se trata de una importante herramienta para mejorar el autoconocimiento y la calidad de las relaciones interpersonales.

Observemos la figura, a continuación se explicara cada cuadrante de la figura, que simboliza la forma de una ventana.

1. Área libre

El área libre de mi personalidad abarca mis actitudes, comportamientos, motivaciones y maneras de pensar conocidas por los otros y por mí. Cuando tengo una gran área libre en mi vida, puedo ser transparente.

El área de mi vida en la que no necesito usar mascararas. Un amor y una amistad verdaderos solamente pueden ser posibles en el área libre. Cuando menor sea el área libre, tanto más pobre y superficial será la comunicación entre las personas. Cuanto mayor sea esta área, tanto más libre seré como persona humana, y más capacidad tendré de desarrollar una autentica comunicación y relación con los demás. Puedo estar en contacto con la realidad y correr un menor riesgo de vivir en un mundo de ilusión. La disminución en una de las otras áreas significa la automática ampliación del área libre.

2. Área Ciega

El área ciega de mi personalidad abarca mis actitudes, comportamientos, motivaciones y maneras de pensar que son conocidos por los otros y desconocidos por mí. Es lo que mis amigos saben de mí, pero no me lo dicen por temor a mi reacción.

El autoconocimiento es la clave para la construcción de mi personalidad, y para eso necesito de la crítica constructiva de los otros. Puedo corregir los desequilibrios de mi personalidad a partir del momento en que tome conocimiento de su existencia. Si tengo mal aliento, solo podre corregirlo cuando un amigo tenga el coraje de decirme la verdad.

Si la impresión que los otros tienen de mi es la de un ser autoritario, presumido, falso, perezoso, desorganizado, irresponsable, frio, alejado,

solo podre mejorar o enfrentar el problema en la medida en que tome conciencia de esa realidad. Necesito del “feedback” (retroalimentación) de los otros. Necesito de una crítica constructiva, cuya meta es ayudar a no destruir.

Por medio del rechazo no permito que los otros hablen la verdad, y esto significa condenarme a vivir en un mundo de ilusiones, construyendo castillos en el aire. El mayor problema es cuando decidimos en ellos. La auto-ilusión, eventualmente, nos lleva al estancamiento y a la regresión.

Pero para que se pueda aceptar la crítica constructiva de los otros, se necesita estar dispuesto a correr el riesgo, de ser rechazado, de no ser comprendido. Es necesario luchar contra la tentación de huir, o de agredir, o de optar por el boicot.

3. Área oculta

El área oculta de mi personalidad abarca mis secretos. Son las actitudes, comportamientos, motivaciones y maneras de ser conocidos por mí, pero desconocido por los otros. Mi comunicación con los otros es mas autentica, real y profunda en la medida en que yo consiga disminuir esta área. Si una persona no se abre a otra, ésta encuentra dificultad para descubrir sus verdaderos sentimientos y actitudes. Si tengo un resentimiento secreto contra una persona cercana, pero nunca se lo expreso o hablo de ello será imposible eliminar la barrera y tal vez clarificar mal entendidos.

Todos tenemos experiencia de alguien que nos abrió el corazón confiándonos algo muy personal. Nos sentimos privilegiados y honrados. Disminuyo la distancia entre nosotros. Los lazos afectivos se fortalecieron y nos hicimos más amigos. Por supuesto, estamos hablando de de comunicación entre personas emocionalmente equilibradas.

Ésta es la situación ideal, no significa, sin embargo, que me sea negado el derecho a guardar un cierto número de secretos y máscaras, a

causa de las limitaciones humanas que impiden la vivencia completa de este ideal. Sin embargo, cuanto, menos máscaras tenga, mas autentica y respetada será una persona.

4. Área Oscura

El área oscura de mi personalidad es desconocida por los otros y también por mí. Es el área de las motivaciones inconscientes, a veces creadas durante la infancia, que ejercen una poderosa influencia sobre mis actitudes, mi manera de tratar a los otros, de enfrentar al mundo y de reaccionar a ciertas circunstancias. Esta área es controlada por las costumbres, la formación social, los temores, entre otros.

Motivaciones como esta son semejantes como a los dos tercios de un tempano de hielo que flota en el océano y del cual solo conocemos el tercio superior que emerge del agua, siguen motivando nuestro comportamiento sin que jamás podamos conocerlas. Únicamente un tratamiento psicológico puede hacer emerger a la luz algunas de estas motivaciones.

Es importante tener presente esta misteriosa área que ejerce enorme influencia sobre las relaciones entre las personas y que a veces es responsable de trastornos inesperados. Este autoconocimiento nos hace menos tendenciosos en acusar a otros durante situaciones de conflicto.

En el desarrollo del programa se trabajara por ampliar el área libre de cada participante, y consecuentemente mejorara su autoconocimiento. La madurez de las personas y la profundidad de las relaciones interpersonales dependen de su capacidad de ampliar el área libre, y la ampliación de ésta área se produce en el momento en que se disminuyen las otras áreas. En general, cuanto mayor es el área libre, tanto mejor es la calidad de las relaciones interpersonales.

La felicidad y el éxito en los proyectos de vida dependen de eso. El establecimiento y la solidez de los lazos de amistad dependen de eso. El

noviazgo entre dos jóvenes también. Es difícil establecer relaciones estables y profundas cuando el área libre es pequeña. Una chica se casa, y tres meses después del matrimonio estalla la crisis: ella descubre que no es lo que pensaba, el paquete era bello afuera, pero su interior no lo era, pues en una convivencia íntima, bajo un techo común, ya no es posible ocultarse detrás de las máscaras, el matrimonio terminó.

Una ventana simboliza comunicación. Por medio de ella puedo ver al otro y el otro puede verme.

DINÁMICA

Para desarrollar la dinámica el encargado le pide a cada joven en orden consecutivo que mencione el animal con el cual se identifica, explicando las razones por las que se eligió dicho animal. La elección debe corresponder a sus cualidades o rasgos físicos o de personalidad. Luego de que todos hayan finalizado, se dedicarán unos minutos para reflexionar sobre la actividad realizada.

PREGUNTAS: se dará un espacio para alguna pregunta por parte de los estudiantes respecto al tema visto el día de hoy.

PUNTO DE CIERRE:

Se brinda el correspondiente agradecimiento a los jóvenes por su colaboración con las actividades requeridas, incentivándoles a participar en la próxima sesión

BIENVENIDOS/AS AL PROGRAMA
“APRENDIENDO A DESARROLLAR LA INTELIGENCIA EMOCIONAL”

SESIÓN N°3: “EL CONOCIMIENTO DE NUESTRA CONDUCTA”

Objetivo: Mejorar la inteligencia emocional en los/as adolescentes, propiciando el desarrollo de la habilidad de autoconciencia.

Resumen general de la sesión:

La técnica de apoyo que se desarrollara tendrá el propósito de potencializar en el joven la capacidad para lograr un estado de relajación, ya que también debe formar parte de los recursos y estrategias personales de todo individuo. En el caso particular de los jóvenes, se suelen presentar ocasionalmente altos niveles de ansiedad y estrés, por lo que se considera primordial que desarrollen el autocontrol emocional para afrontar de manera adecuada las presiones y tensiones procedentes del entorno.

Ahora bien, a través de la técnica central se pretende que le joven desarrolle la capacidad de tomar decisiones por sí mismo, de forma reflexiva, calmada y pensando no solamente en su bienestar, sino también el de los que le rodean. También se espera que él mismo encuentre dentro de sus habilidades, la manera de salir adelante con el poder de la autonomía.

Actividades:

- Saludo
- Aplicación de la técnica de apoyo: “Relajación”
- Aplicación de la técnica central: “¿díganme quién soy?”
- Dinámica.
- Cierre.

Recursos:

- **Humanos:** el facilitador del programa y los estudiantes.
- **Materiales:** Salón amplio, sillas, marcadores, papel bond.

DESARROLLO:

Buenos días, sean bienvenidos a la tercera reunión del programa “aprendiendo a desarrollar la inteligencia emocional”, en la reunión anterior estábamos desarrollando la inteligencia emocional trabajando nuestro autoconocimiento, con las técnicas de hoy ampliaremos el conocimiento que tenemos de sí mismos. Una de las preguntas que busca responder la psicología es ¿Por qué las personas hacemos lo que hacemos? ¿Qué es lo que impulsa o motiva nuestra conducta?

Para responder a groso modo y dentro del contexto del programa estas preguntas, planteamos de que al profundizar en el conocimiento de uno mismo, ira dándonos respuestas del porque actuamos como actuamos; el filósofo Sócrates expreso “conocerse a uno mismo es el principio de todo conocimiento; y es preciso conocerse bien para conducirse bien en la vida” al trabajar en el autoconocimiento y lograr ser conscientes de nuestra conducta también permitirá mejorarnos y ser más competentes en diversas áreas de nuestra vida.

Sigamos en la evocación de la conciencia por medio de la ejercitación de la técnica de relajación.

Técnica de relajación:

Así como se indicó en la reunión anterior, escojan una posición cómoda y concéntrense. Cierren sus ojos y Relajen sus músculos como se hizo en el primer ejerció. Sientan sus músculos relajados. Visualicen ahora dentro de su cerebro una pequeña escalera con diez peldaños o escalones. Procuren introducir en su inconsciente mas refuerzo, relájense diciendo: “esta relajación será cada vez más profunda conforme baje los diez peldaños de la escalera. A medida que lo hago, alcanzare los niveles más profundos de mi mente”.

Coloque los pies en el tope de la escalera, en el decimo peldaño, después en el noveno, octavo, séptimo, sexto, quinto, cuarto, tercero, segundo y

primero. Abajo existe un “sótano” (que es el inconsciente) baja al fondo e imagina que ahí, a tu lado hay una silla, siéntate.

Durante algunos minutos pensarán en ustedes y en su vida y se responderán la pregunta ¿Quién soy? (se dejan unos minutos) Ahora sin perder la concentración abran sus ojos, toman papel y lápiz y escribirán la respuesta. ¿Quién soy? Cuando terminen cerraran sus ojos y seguirán pensando en quienes son un momento más. Ahora es el momento de subir la escalera, coloque los pies en el primer peldaño, el segundo, el tercero, cuarto, quinto, sexto, octavo, noveno y decimo... al contar hasta cinco abrirá sus ojos y sentirán una sensación de bienestar y volverán al estado normal de conciencia. Cuente hasta cinco y habrá sus ojos...

Dinámica: “¿díganme quién soy?”

Tomen una página de papel en blanco, le escribirán en la parte superior “¿díganme quién soy? (repintado o con marcador de forma que se note) y le pedirán a un compañero/a que con cinta adhesiva les pegue en la espalda la pagina. Cuando estén listos tomaran una pluma o un lápiz y se pasearan por el salón mientras unos a otros van escribiendo con breves frases, cualidades o actitudes que sientan que identifican a aquella persona a la que le escriben. De modo que le respondan la pregunta y le digan quien es. Si a alguien no le han escrito en su página debe buscar a que le escriban. Cuando se haya terminado se quitan la pagina con cuidado de no romperla y en subgrupos leerán cada quien su página, es lo que los otros piensan que es y que selo han escrito, esta persona podrá decir si está de acuerdo o en desacuerdo con lo que los otros le han escrito.

Dinámica de juego:

CARA A CARA

Indicaciones: Formación de los jugadores en círculo formando parejas, colocándose uno frente al otro. En el centro del círculo está un jugador

solo, quien grita: "**Cara a cara**": todos deben realizar esta acción. Luego dice: "**De espaldas**": también deben todos hacerlo. De pronto puede gritar: "**Todos a cambiar**". A este grito, todos los jugadores, incluyendo el del centro, buscan nueva pareja, quien quede sin ella, se coloca en el centro y le toca dar las órdenes. Este juego puede practicarse con un grupo de cualquier número, pero debe ser impar.

PREGUNTAS: se dará un espacio para alguna pregunta respecto a la reunión y el tema de hoy por parte de los estudiantes.

PUNTO DE CIERRE:

Se brinda el correspondiente agradecimiento a los jóvenes por su colaboración con las actividades requeridas, incentivándoles a participar en la próxima reunión

BIENVENIDOS/AS AL PROGRAMA
“APRENDIENDO A DESARROLLAR LA INTELIGENCIA EMOCIONAL”

SESIÓN N°4 “El conocimiento de nuestras emociones”

Objetivo: Mejorar la inteligencia emocional en los/as adolescentes, fomentando el desarrollo de la habilidad de autocontrol emocional.

Resumen general de la sesión:

Durante la sesión se fortalecerá con los jóvenes el autocontrol por medio de la respiración profunda, como parte del entrenamiento en relajación. Con esta técnica de apoyo se pretende conseguir primeramente el control emocional del grupo, que ellos mismos hagan consciencia de todas las cosas que pueden realizar efectivamente si se relajan por medio de esta estrategia.

Con la técnica central se incentivará en los jóvenes la habilidad de la expresión libre de sus sentimientos y emociones, y que comprendan que si ellos expresan un sentimiento no los va a hacer más débiles, sino por el contrario, crearan un sistema de apoyo más amplio. Además, el conocimiento y verbalización de sus propias emociones contribuirá a facilitar el desarrollo del autocontrol emocional, al ser capaces de identificarlas.

Actividades:

- Saludo.
- Aplicación de la técnica de apoyo: “Respiración profunda”.
- Aplicación de la técnica central: “Técnica de los dados”.
- Dinámica.
- Cierre.

Tiempo: el desarrollo de la sesión conllevará una duración de 1 hora con 30 minutos.

Recursos:

- **Humanos:** El facilitador del programa y los estudiantes.
- **Materiales:** salón amplio y sillas.

DESARROLLO:

Bienvenidos a la cuarta reunión del programa “aprendiendo a desarrollar la inteligencia emocional” ya hemos visto el tema introductorio donde se explico el concepto y lo que implica la inteligencia emocional, las técnicas en las dos reuniones anteriores tenían el objetivo fomentar o impulsar al conocimiento de sí mismo. En esta reunión se tiene por objetivo mejorar la inteligencia emocional a través del conocimiento y control de nuestras emociones. Decíamos en la reunión introductoria a este programa que Las emociones son estados anímicos que manifiestan una gran actividad orgánica, y que se refleja en los comportamientos externos e internos. El desarrollo de la inteligencia emocional tiene que ver con la capacidad primeramente en conocer nuestras propias emociones, ser conscientes de ellas, y saber leerlas en los demás.

Plantea Salovey que, conocer las propias emociones: se refiere a la capacidad de descubrir cuáles son nuestros verdaderos sentimientos, ya que ellos serian la mejor guía en la vida para asumir las decisiones personales correctas. Y Daniel Goleman agrega “¿Cómo una persona tan evidentemente inteligente pudo hacer algo tan irracional, tan absolutamente estúpido? la respuesta es: la inteligencia académica tiene poco que ver con la vida emocional. Las personas más brillantes pueden hundirse en los peligros de las paciones desenfrenadas y de los impulsos incontrolables; personas con un C.I. elevado pueden ser pilotos increíblemente malos de sus vidas privadas”.

Vamos a seguir utilizando la relajación para desarrollar y fortalecer el autoconocimiento, utilizaremos la técnica que usábamos en la segunda reunión con unas pocas variantes para este ejercicio.

Ejercicio de relajación “conciencia de emociones”

Para empezar buscamos una posición cómoda, sentados, con la cabeza un poco levantada las manos reposando sobre las piernas y sin cruzar piernas ni brazo.

Con los ojos abiertos, fijen su atención en un punto escogido por cada uno de ustedes en la pared. Respiren despacio y profundamente. Inspiren recogiendo el aire por la nariz y soltándolo por la boca. Inspiren por cinco segundos, retenga el aire tres segundos, y suéltelo durante cinco segundos. Haga esto unas cinco veces.

Ahora Cierren sus ojos. Aflojen la nuca y su cuero cabelludo. Imagine que su cerebro se abre como lo hace una mano que está cerrada. Imagine que su frente esta agradablemente fresca. Relajen la mandíbula y las mejillas. Deje la boca un poco abierta.

Relajen los músculos de su cuello y suelten los hombros, déjenlos un poco caídos hacia adelante. Dejen sus brazos flojos, relajados. Imaginen que están tranquilos y serenos y que una sensación de bienestar corre por todo su cuerpo. Dejen sus manos sueltas.

Permitan que el tronco de su cuerpo quede relajado: el estomago, los intestinos, el hígado, la vesícula, los riñones y todos los músculos que están alrededor de la columna vertebral. Imaginen que su corazón late tranquila y fuertemente. Dejen que sus piernas y pies queden sueltos, flojos, relajados. Imagina que estas respirando por los pies, por las piernas, por el abdomen y el pecho.

Imagine que todos los músculos de su cuerpo están libres de tensiones y que todos sus miembros funcionan en perfecto equilibrio. Afloje de nuevo su nuca, permita que su mente quede libre de tensiones y preocupaciones, tranquila y serena.

Ahora, mentalmente, viaja a un lugar agradable para descansar, cerca de una pequeña montaña, colina o cerro. Imagina que ya estas allí. Busca mentalmente un camino para subir. Ya lo has encontrado, ve subiendo mentalmente. Conforme subes cuenta de uno hasta cinco y baya profundizando cada vez más en el ritmo alfa, en la relajación física y mental. Imagina que terminas de subir y que vez el cielo azul, que oyes cantar a los pájaros y respiras el perfume de las flores (respire despacio y profundamente cinco veces) imaginen también que los rayos del sol penetran en su cuerpo y que sienten una paz muy agradable.

Ahora busca un camino para bajar; imagina que ya lo encontraste; baja de la pequeña montaña, colina o cerro. Imagina que has terminado de bajar.

Ahora te sugestionaras positivamente diciéndote a si mismo/a, cada momento soy capaz de reconocer las diversas emociones que experimento; cada momento que pasa y, a través de la relajación, puedo manejar con inteligencia mis emociones, puedo controlar mi ira, puedo canalizar mi enojo, puedo disfrutar de la alegría, soy capaz de sobreponerme en las dificultades, puedo aceptarme como soy y aceptar a los demás como son. Buscare mi identidad dentro de mí, no fuera. Quiero valorarme y así tendré más capacidad para enfrentarme a la vida.

Ahora mentalmente volveremos a donde realmente estamos.

Cuenten de uno a cinco, y conforme lo hacen volverán al estado normal de conciencia, sin cansancio, sin mareo, sin dolor de cabeza. Uno, dos, tres, cuatro, cinco. Abran sus ojos.

Técnica central: “Técnica de los dados”.

En el desarrollo de esta técnica utilizaremos un dado, el cual tiene en cada lado una emoción o situación específica. Se indicará a cada

estudiante lance el dado en orden consecutivo, y seguidamente narre con emoción una experiencia vivida según la cara del dado que caiga (amor, alegría, tristeza, ira, miedo, entre otras). Posteriormente se guiará un proceso de reflexión en el que los jóvenes manifiesten su opinión sobre la actividad realizada, y como le ayudo a identificar la emoción experimentada.

PREGUNTAS: se dará un espacio para alguna pregunta respecto a la reunión y el tema de hoy por parte de los estudiantes.

PUNTO DE CIERRE:

Se hace una breve reflexión y valoración de lo aprendido, ofreciéndose después el correspondiente agradecimiento a los jóvenes por su colaboración con las actividades requeridas, incentivándoles a participar en la próxima sesión.

BIENVENIDOS/AS AL PROGRAMA
“APRENDIENDO A DESARROLLAR LA INTELIGENCIA EMOCIONAL”

SESIÓN N°5: “Controlando las emociones”

Objetivos: Mejorar la inteligencia emocional en los/as adolescentes, estimulando el desarrollo de la habilidad de autocontrol emocional.

Resumen general de la sesión:

Con la aplicación de esta técnica de apoyo se fomentara la relajación como un medio para poder desarrollar la autonomía de cada una de los jóvenes participantes, puesto que se lograra que ellos tomen conciencia de que siempre deberán tomar sus decisiones de forma calmada y serena, en especial las que sean de mayor importancia. Esta práctica reforzara su autonomía y su forma de pensar para tomar decisiones acertadas de manera adecuada.

En esta sesión también se pretende que el joven ya posea un nivel de concentración y de integración con el grupo y con los facilitadores, más profundo. Así también se incentivara en los/as adolescentes el hecho de que no se cohíban entre los demás, y que por contrario se expresen de un manera libre, de acuerdo a sus sentimientos y emociones.

Actividades:

- Saludo
- Aplicación de la técnica de apoyo: “Entrenamiento autónomo”
- Aplicación de la técnica central: “Focusing”
- Dinámica.
- Cierre

Tiempo: El desarrollo de la sesión conllevara una duración de 1 hora con 30 min.

Recursos:

- **Humanos:** El facilitador del programa y los estudiantes.
- **Materiales:** Salón amplio y sillas.

DESARROLLO:

Sean bienvenidos/as a la reunión número cinco del programa “aprendiendo a desarrollar la inteligencia emocional, a este numero de reuniones ya hemos alcanzado un alto grado de autoconocimiento, en esta reunión trabajaremos con el autocontrol emocional.

La capacidad de manejar las emociones propias le permite a la persona recuperarse con rapidez de las dificultades que la vida presenta.

Técnica de apoyo: “Entrenamiento autónomo”

Se solicita a los estudiantes que adopten una posición cómoda, cierren sus ojos y repitan lentamente las siguientes frases por lo menos seis veces: “mi cuerpo esta recostado y tranquilo... mi brazo derecho se relaja fácilmente... mi pierna izquierda se relaja fácilmente... mi pie derecho se relaja fácilmente... mi pie izquierdo se relaja fácilmente...” ahora vayan realizando el mismo procedimiento para relajar la tensión en cada parte de su cuerpo. Hasta lograr un estado de relajación.

En este estado de relajación, ahora repítanse por lo menos seis veces frases como estas; soy capaz controlar mi ira, puedo canalizar mi enojo, pedo disfrutar de la alegría, soy consciente de mis emociones y puedo manejarlas conscientemente, soy consciente de las emociones que expreso con mi rostro y puedo tener control sobre ello. (Se deja un espacio) Por último se les pide que abran sus ojos y empiecen a mover lentamente su cuerpo.

Técnica central: “Focusing”

La aplicación de esta técnica implicará inicialmente, que la prepare a los/as adolescentes para que observen las emociones y sensaciones que registran sus cuerpos. Anoten en una hoja los sentimientos que experimentan en estos momentos. Se debe fomentar en los jóvenes la escucha profunda y amable del propio cuerpo, integrando las sensaciones corporales con las emociones y los pensamientos. Luego iremos expresado estas emociones, recuerden que no hay emociones ni buenas ni malas, solo son emociones que experimentamos, lo que tiende a juzgarse como bueno o malo es lo que hacemos con esas emociones. Con la aplicación de la técnica se pretende efectuar progresivamente una curación emocional en los/as adolescentes.

Dinámica

El facilitador o responsable pide a los jóvenes que expresen sentimientos a través de las expresiones faciales exageradas como la sonrisa extrema o el ceño fruncido. También deben de decir como son las cosas a su alrededor y como les gustaría que fueran.

PREGUNTAS: Se dará un espacio para alguna pregunta respecto a la reunión y el tema de hoy por parte de los estudiantes.

PUNTO DE CIERRE:

Se brinda el correspondiente agradecimiento a los jóvenes por su colaboración con las actividades requeridas, luego de guiar una reflexión sobre lo aprendido, e incentivándoles a participar en la próxima sesión.

BIENVENIDOS/AS AL PROGRAMA
“APRENDIENDO A DESARROLLAR LA INTELIGENCIA EMOCIONAL”

SESIÓN N°: 6

MOTIVACIÓN

NOMBRE DE LA SESIÓN: “La importancia de la motivación”.

Establecimiento de objetivos

DEFINICIÓN:

La palabra motivación deriva del latín *motivus*, que significa (causa del movimiento). La motivación puede definirse como el señalamiento o énfasis que se descubre en una persona hacia un determinado medio de satisfacer una necesidad, creando o aumentando con ello el impulso necesario para que ponga en obra ese medio o esa acción, o bien para que deje de hacerlo. La motivación es un estado interno que activa, dirige y mantiene la conducta.

OBJETIVO:

Fortalecer la motivación en los estudiantes adolescentes.

NOMBRE DE LA TÉCNICA:

Visualización del futuro

DESCRIPCIÓN DE LA TÉCNICA:

Esta técnica debe aplicarse de manera colectiva a estudiantes. Se les indica a los estudiantes que cierren sus ojos y se imaginen dentro de

siete años y que observen el papel que jugaran dentro de la sociedad, mediante este método se concientiza al joven estudiante para que tome en cuanto a la importancia de planificar su vida en años posteriores para lograr una vida satisfactoria y plenamente funcional.

DESARROLLO:

El terapeuta dirá a los estudiantes que cierren sus ojos y que respiren profundamente mientras se relajan, cuando se alcanza un estado apropiado de relajación se les indica que se imaginen dentro de siete años, que analicen y reflexionen sobre la importancia de tener en cuenta el futuro para lograr el éxito personal o profesional logrando de esa manera un adecuado desarrollo de la personalidad y como individuos plenamente funcionales.

APLICACIÓN DE DINÁMICA:

“La araña y las moscas”

DESCRIPCIÓN DE LA DINÁMICA:

1. Una persona es la araña y se va a un extremo del salón. Las demás personas son las moscas y se van al otro lado.
2. Cuando la araña grita: **¡Las moscas!** todas las moscas tienen que correr cerca de la araña. Si la araña las toca, se convierten en telaraña.
3. La araña coloca la telaraña (Las moscas tomadas de los brazos) en zigzag o como quieran. Pero la telaraña no se puede mover.
4. La araña vuelve a gritar: **¡Las moscas!** y sigue cazando moscas. las moscas que tocan la telaraña se unen a ella.

5. El juego termina cuando la mayoría de las moscas ha sido convertida en telaraña. Si se juega en un espacio abierto, hay que poner límites para las moscas.

RECURSOS:

MATERIALES:

- Sillas
- Grabadora

HUMANOS:

- Los estudiantes
- El terapeuta

BIENVENIDOS/AS AL PROGRAMA
“APRENDIENDO A DESARROLLAR LA INTELIGENCIA EMOCIONAL”

SESIÓN N°: 7

MOTIVACIÓN

NOMBRE DE LA SESIÓN:

Bitácora motivadora

OBJETIVO:

Aumentar la motivación en los adolescentes estudiantes

DESCRIPCION DE LA TECNICA:

Esta técnica puede aplicarse de forma individual o colectiva a todo tipo de edades, es importante que la persona tenga un registro de los logros o éxitos obtenidos, mediante ese método se incrementa el nivel de autoexigencia y se obtienen resultados mucho más satisfactorios aumentando la motivación considerablemente.

DESARROLLO:

El terapeuta dirá a los estudiantes que escriban en una hoja de papel bond los logros o éxitos obtenidos recientemente y los motivará a que superen esos éxitos mediante el uso y desarrollo de actividades estratégicas. El estudiante llevara un registro o bitácora de sus logros o éxitos alcanzados y tratará de emularlos considerablemente diariamente. El terapeuta los incentivará para que se autocomprometan a lograr los objetivos y metas establecidos.

APLICACIÓN DE DINAMICA: “La pelota cooperativa”

OBJETIVO: Motivar y lograr la participación de todos los estudiantes presentes en la sesión.

DESCRIPCIÓN DE LA DINÁMICA:

- A) Se forman un círculo lo más cerrado posible con las personas participantes sentadas en sillas o en bancas.

- B) La persona que coordina estira las piernas hacia adelante, se coloca una pelota sobre los pies y la pasa a la persona que está a su lado, siempre sobre la misma parte de la pierna. No deben ayudarse con ninguna otra parte del cuerpo.

- C) La persona que recibe la pelota la pasa a la persona que tiene a su derecha y así sucesivamente.

- D) Se empieza despacio, pero se puede ir haciéndolo cada vez más rápido para hacer más interesante el juego, hasta lograr una coordinación de todos las personas que juegan sin que se caiga la pelota, quien la deje caer es eliminado del juego.

RECURSOS:

MATERIALES:

- Sillas
- Pelota
- Hoja de registros

HUMANOS:

- Los estudiantes
- El terapeuta

BIENVENIDOS/AS AL PROGRAMA
“APRENDIENDO A DESARROLLAR LA INTELIGENCIA EMOCIONAL”

SESIÓN N°: 8

ÁREA DE EMPATÍA

Tema: “El Arte de Comprender a los Demás”.

Objetivo:

- Mejorar la inteligencia emocional en los/as adolescentes, incentivando el desarrollo de la habilidad de empatía.

Concepto de Empatía:

La empatía es una destreza básica de la comunicación interpersonal, ella permite un entendimiento sólido entre dos personas, en consecuencia, la empatía es fundamental para comprender en profundidad el mensaje del otro y así establecer un dialogo. Esta habilidad de inferir los pensamientos y sentimientos de otros, genera sentimientos de simpatía, comprensión y ternura.

Resumen General de la Sesión:

En la sesión se fomentará en los/as adolescentes por medio de la relajación, la comunicación con su “yo” interior, el cual también debe ser tomado en cuenta por ellos, ya que este constituye sus deseos más profundos y que tal vez muchas veces no creen capaces de realizar.

Se implementará asimismo una técnica central para promover que los/as jóvenes no solamente se centren en ellos mismos, sino también puedan alcanzar un nivel de identificación, comprensión y solidaridad con las personas que les rodean.

Actividades:

- Saludo
- Desarrollo del concepto de la empatía
- Aplicación de la técnica de apoyo: “Se cae una piedrita”
- Aplicación de la técnica central: “El zapato del otro”
- Dinámica
- Cierre

Procedimiento Metodológico de la Técnica de Apoyo:

Esta técnica se acompañara con un fondo musical. Se les solícita a los/as jóvenes que adopten una postura cómoda y cierren sus ojos. Luego se ofrecen las indicaciones: “Imagínese una poza profunda, clarita, limpia y fresca. En la poza empieza a caer una piedrita, despacito, calmada, poco a poco dirigiéndose hacia el fondo. Mírenla mientras se mueva, contra la fuerza del agua, cayendo y cayendo, poco a poco hacia el fondo. La piedrita toma el camino que quiere, tranquila hacia el fondo.

Sigue bajándose, y mientras sigue ustedes se sienten cada vez más relajados, más profunda su tranquilidad. La piedrita cada vez más profunda en el agua, ustedes cada vez más profundos en su tranquilidad. Pueden ver el fondo de la poza ya, hasta el suelo. Es un fondo limpio, calmado, arenoso. Miren mientras la piedrita vaya acercándose hacia el fondo, caminando despacito, despacito, hasta el momento que llegue al fondo y se quede quieta. En ese momento ustedes se encuentran en un estado de relajación total, profundo, cómodo”.

Procedimiento Metodológico de la Técnica Central:

El/la facilitador/a les solicitará a los/as estudiantes que se quiten los zapatos, las señoritas a un lado del salón y los caballeros al otro lado del salón o donde estén ubicados. Luego se intercambiaran de lugar de

manera que donde están los zapatos de las señoritas estén los caballeros y viceversa.

Seguidamente se forman equipos, puesto que realizarán una competencia en la que tendrán que llevar puestos los zapatos de un lado del salón al otro, el/la que lleve mayor cantidad de pares de zapatos en el tiempo indicado ganará el juego. Posteriormente se analizará la actividad con diferentes preguntas.

Tiempo: El desarrollo de la sesión conllevará una duración de 1 hora con 30 minutos.

RECURSOS:

MATERIALES:

- Sillas
- Pelota
- Hoja de registros

HUMANOS:

- Los estudiantes
- El terapeuta

BIENVENIDOS/AS AL PROGRAMA
“APRENDIENDO A DESARROLLAR LA INTELIGENCIA EMOCIONAL”

SESIÓN N°: 9

Tema: “Escuchando con Atención”.

Objetivo:

- Mejorar la inteligencia emocional en los/as adolescentes, fortaleciendo el desarrollo de la habilidad de empatía.

¿Qué Significa Escuchar con Atención?

Prestar atención y mostrar interés por lo que nos están contando, ya que no es suficiente con saber lo que el otro siente, sino que tenemos que demostrárselo; no interrumpir mientras nos están hablando y evitar convertirnos en un experto que se dedica a dar consejos en lugar de intentar sentir lo que el otro siente.

Resumen General de la Sesión:

En esta sesión los/as adolescentes deben centrarse dónde quieren llegar en esta técnica de apoyo. Se les motivará a que se relajen y a la vez, que el/la mismo/a joven tome la iniciativa de imaginarse en la cima de una montaña, puesto que ese debe ser el punto de partida para el/ella hacia un futuro mejor.

Ahora bien, con la técnica central se pretende que los/as jóvenes puedan enfocarse más en las demás personas que lo rodean, sin dejar a un lado sus propios sentimientos, puesto que se trata primero de entender y luego de ser entendido. Por lo tanto, con el desarrollo de dicha actividad se favorecerá las habilidades de comprensión y escucha efectiva en los/as adolescentes.

Actividades:

- Saludo
- Desarrollo del significado de escuchar con atención
- Aplicación de la técnica de apoyo: “El sendero de la montaña”
- Aplicación de la técnica central: “Me gusta escuchar”
- Dinámica
- Cierre

Procedimiento Metodológico de la Técnica de Apoyo:

Para el desarrollo de esta técnica se hará uso de música instrumental. En primer lugar el/la facilitador/a les solícita a los/as estudiantes que adopten una posición cómoda y cierren sus ojos. Les guiará posteriormente en el proceso indicándoles que imaginen que suben por una montaña, invitándoles a olvidar sus preocupaciones y tensiones dejándolas a un lado del camino y liberándose.

Y así sucesivamente se les invitará a concentrarse en los detalles del paisaje, en las sensaciones que les producen los olores, el viento que sopla a su alrededor. Se les pedirá que caminen por un sendero hasta llegar a la cima, logrando en ese preciso momento una relajación completa. Se les sugerirá que recurran a dicha imaginación siempre que detecten tensión en su organismo.

Procedimiento Metodológico de la Técnica Central:

El/la facilitador/a pregunta: ¿hemos vivido la experiencia de escuchar a otros? ¿Nos hemos sentido escuchados en alguna ocasión? Para ayudar a responder las interrogantes los/as estudiantes leerán un documento escrito por un especialista. Seguidamente se reparte el documento y se solícita a los/as jóvenes que marquen las palabras o frases que más les impacten.

Posteriormente se dirige un proceso para que los/as participantes comenten brevemente las primeras impresiones: ¿Qué les pareció? ¿Les gusto? ¿Cómo calificarían el documento? Luego se solicita voluntarios para que compartan con el grupo las frases que más les impactaron y las razones que provocan este impacto. Al término de la actividad anterior, el/la facilitador/a guía un proceso de reflexión con base a las siguientes preguntas: ¿Han vivido situaciones parecidas? ¿Se sienten identificados con los protagonistas? ¿Se sienten escuchados en el grupo? ¿Con quiénes en el grupo les resulta más fácil comunicarse?

Tiempo: El desarrollo de la sesión conllevará una duración de 1 hora con 30 minutos.

RECURSOS:

MATERIALES:

- Sillas
- Pelota
- Hoja de registros

HUMANOS:

- Los estudiantes
- El terapeuta

BIENVENIDOS/AS AL PROGRAMA
“APRENDIENDO A DESARROLLAR LA INTELIGENCIA EMOCIONAL”

SESIÓN N°: 10

ÁREA DE RELACIONES INTERPERSONALES

Tema: “Conociendo a los demás”.

Objetivo:

- Mejorar la inteligencia emocional en los/as adolescentes, potenciando el desarrollo de sus habilidades sociales.

Concepto de Habilidades Sociales: Conjunto de conductas emitidas por un individuo en un contexto interpersonal que expresa los sentimientos, actitudes, deseos, opiniones o derechos de este, de un modo adecuado a la situación inmediata, respetando esas conductas en los demás, y que generalmente resuelve los problemas inmediatos de la situación mientras minimiza la probabilidad de futuros problemas.

Resumen General de la Sesión: En esta sesión se incentivará en los/as adolescentes mediante la técnica de apoyo, la capacidad de lograr un estado de relajación que cada uno tiene, y que de igual manera también serán capaces de tomar decisiones acertadas.

Ahora bien, la técnica central a desarrollar destacará la importancia de conocerse verdaderamente entre los compañeros y amigos; esto implica que cada adolescente deberá ser capaz de expresar sus sentimientos libremente y dar apertura al grupo al que pertenece.

Actividades:

- Saludo
- Desarrollo del concepto de habilidades sociales
- Aplicación de la técnica de apoyo: “El tesoro sumergido”
- Aplicación de la técnica central: “Conocerse entre sí”
- Dinámica
- Cierre

Procedimiento Metodológico de la Técnica de Apoyo:

Para la ejecución de esta técnica, el facilitador indicará a los/as adolescentes que se deben hacer una “pasada” por todo el cuerpo, es decir, examinarse minuciosamente de abajo hacia arriba explorando signos de tensión, y dejando en último lugar el tórax. Se les dirá que una vez en ese punto, deben escuchar con atención y sentir el latido de su corazón y, a continuación, imaginar un tesoro sumergido en el mar: El tesoro que esconde su corazón, el cual tiene ahora la forma de un misterioso cofre. Al final de la técnica los jóvenes deben estar totalmente relajados.

Procedimiento Metodológico de la Técnica Central:

Para el desarrollo de esta técnica inicialmente el facilitador forma grupos de **20 estudiantes** como máximo, y les proporciona un gafete grande para que coloquen en él su nombre y cinco actividades actitudes que consideren los caracterizan como persona. Después, cuando estén en el grupo se sentaran en círculo, y se les dará tiempo a todos para que individualmente piensen y coloquen sus habilidades. Luego se intercambiarán de **cinco en cinco alumnos** para que conozcan lo que ha escrito cada uno de sí mismo. Con esta actividad

se intentará lograr que se relacionen todos los/as adolescentes entre sí y que se conozcan mejor, promoviendo al mismo tiempo sus habilidades sociales.

Tiempo: El desarrollo de la sesión conllevará una duración de 1 hora con 30 minutos.

RECURSOS:

MATERIALES:

- Sillas
- Pelota
- Hoja de registros

HUMANOS:

- Los estudiantes
- El terapeuta

BIENVENIDOS/AS AL PROGRAMA
“APRENDIENDO A DESARROLLAR LA INTELIGENCIA EMOCIONAL”

SESIÓN N°: 11

Tema: “Mejorando las Relaciones Interpersonales”.

Objetivo:

- Mejorar la inteligencia emocional en los/as adolescentes, fortaleciendo el desarrollo de sus habilidades sociales.

Concepto de Relaciones Interpersonales: Son interacciones recíprocas entre dos o más personas. Se trata de relaciones sociales que, como tales, se encuentran reguladas por las leyes e instituciones de la interacción social.

Resumen General de la Sesión: Durante la sesión se pondrá en práctica el entrenamiento en relajación, consistente en una forma de meditación que proviene de los místicos orientales. Así se tiene que en el pensamiento oriental, la flor de loto de muchos pétalos simboliza la interconexión de todos los elementos del universo. Por consiguiente, se procurará que los jóvenes establezcan una conexión con sus emociones positivas al relacionarlas con conceptos cuyos significados sean importantes para ellos.

Así también, los beneficios que se pretende lograr con la realización de la técnica central, es la exteriorización de sentimientos de los/as adolescentes para con los demás, sin ninguna idea preconcebida o estereotipo, puesto que también implica conocerse mejor y tener un nivel de confianza muy alto para poder opinar sobre los otros de manera asertiva.

Actividades:

- Saludo
- Desarrollo del concepto de relaciones interpersonales
- Aplicación de la técnica de apoyo: “El loto de mil pétalos”
- Aplicación de la técnica central: “Corrección por correo”
- Dinámica
- Cierre

Procedimiento Metodológico de la Técnica de Apoyo:

Se les brindarán a los jóvenes las siguientes instrucciones: “Sitúese en un lugar tranquilo y concéntrese. Elija una palabra, imagen o concepto que será el centro de la flor. Al principio, es preferible que elija palabras positivas como “calma”, “amigos”, o “felicidad” para inducir con ellas un humor igualmente positivo. Con el tiempo, le acudirá a la mente algo que guardará relación con la palabra que haya elegido. Imagínese esta palabra o idea asociada como uno de los pétalos de la flor que rodean a la palabra central.

Durante siete segundos, piense en las dos palabras y en la relación que existe entre ellas. No se fuerce a entenderla. La relación puede hacerse clara de forma espontánea o por el contrario, puede que no llegue a encontrarle sentido alguno. En cualquiera de los dos casos, vuelva a la palabra central y espere a que se le ocurra otra asociación”. Se les recomendará no prestar excesiva atención a las asociaciones más o menos interesantes que puedan formarse.

Procedimiento Metodológico de la Técnica Central:

El facilitador les pedirá a los/as adolescentes que se sienten en círculo y a cada participante se le dará un sobre con tiras de páginas de papel bond; el sobre traerá escrito su nombre. Después se les explicará que en cada papel

deberán escribir una cualidad positiva de sus compañeros y otra negativa. Posteriormente, a cada quien que pase al frente deberán ponerle el papel los demás compañeros en la parte final de la técnica. Cada quien leerá individualmente lo que se le escribió y se darán un abrazo entre todos con las personas que consideren que no se han relacionado muy bien.

Tiempo: El desarrollo de la sesión conllevará una duración de 1 hora con 30 minutos.

RECURSOS:

MATERIALES:

- Sillas
- Pelota
- Hoja de registros

HUMANOS:

- Los estudiantes
- El terapeuta

BIENVENIDOS/AS AL PROGRAMA
“APRENDIENDO A DESARROLLAR LA INTELIGENCIA EMOCIONAL”

SESIÓN N°: 12

Tema: “Valorando lo aprendido”.

Objetivo:

- Reflexionar y valorar los conocimientos y aprendizajes adquiridos, consolidando el desarrollo de su inteligencia emocional y las habilidades que la integran.

Resumen general de la sesión:

En esta última sesión se valorarán y reflexionará sobre los conocimientos y habilidades adquiridas mediante la ejecución del programa, se confirmarán los fuertes lazos de amistad que ahora se podrán observar en el grupo, y también la afinidad que se pudo lograr con los facilitadores del programa. Posteriormente se darán las felicitaciones y se brindará el respectivo agradecimiento a los/as adolescentes por su colaboración, participación y desempeño en cada una de las actividades realizadas. Con ello se logrará una mejor estabilidad mental y afectiva para los jóvenes.

Actividades:

- Saludo
- Evaluación del programa
- Refrigerio
- Despedida

Tiempo:

El desarrollo de la sesión conllevará una duración de 1 hora con 30 minutos.

Recursos:

- **Humanos:** Los facilitadores del programa y los estudiantes.
- **Materiales:** Aula de clases de la institución, sillas

Anexo 5

**Hoja de asistencia al programa
de inteligencia emocional**



**UNIVERSIDAD DE EL SALVADOR
FACULTAD MULTIDISCIPLINARIA ORIENTAL
DEPARTAMENTO DE CIENCIAS Y HUMANIDADES
SECCIÓN DE PSICOLOGÍA**

Listado de alumnos que asisten al programa de Desarrollo de la Inteligencia Emocional del Bachillerato General del “Instituto Nacional Isidro Menéndez”, San Miguel.

Área de inteligencia emocional a fortalecer: _____

Número de sesión: _____

Fecha: _____ **Hora:** _____

N°	Nombre	Edad	Firma
1			
2			
3			
4			
5			
6			
7			
8			
9			
10			
11			
12			
13			
14			
15			
16			

17			
18			
19			
20			
21			
22			
23			
24			
25			
26			
27			
28			
29			
30			
31			
32			
33			
34			
35			
36			
37			
38			
39			
40			

Anexo 6

**Procedimiento y resultados de
la prueba estadística “t”
Student**

DESARROLLO DEL PROCESO ESTADÍSTICO DE LA DISTRIBUCIÓN

“t” DE STUDENT

En la cuadro 1 se muestran los resultados de la post-prueba (puntuaciones obtenidas de la escala de Inteligencia Emocional) tanto del grupo control como del grupo experimental, el cual fue sometido a la aplicación del programa para desarrollar la Inteligencia Emocional.

Nº DE SUJETOS	PUNTAJES DEL GRUPO EXPERIMENTAL	PUNTAJES DEL GRUPO CONTROL
1	226	236
2	164	124
3	168	157
4	179	218
5	174	189
6	223	192
7	213	166
8	182	192
9	164	187
10	166	158
11	174	237
12	204	201
13	162	163
14	204	224
15	184	158
16	171	243
17	256	145
18	185	199
19	164	224
20	163	178
21	201	184
22	152	188
23	257	174
24	163	185
25	164	179
26	215	234
27	274	141
SUMATORIA $\Sigma =$	5152	5076
MEDIA	190.81	188.00

McGuigan da como primer paso en el proceso de búsqueda del valor “t” obtener la media de las puntuaciones del grupo experimental y control, en la cuadro 1 se puede ver además de las puntuaciones de cada uno de los grupos, la sumatoria de esas puntuaciones y la media obtenida, se aplico la siguiente formula $\bar{X} = \frac{\Sigma X}{n}$ el proceso de la operación se realizo en Excel, el cual permite realizar la sumatoria de los puntajes que son “ΣX” en la formula, y dividir esta sumatoria entre el numero de sujetos, que en este caso fueron 27 por cada grupo y que representan el valor de “n” en la formula.

Dando como resultado

RESULTADOS	EN EL GRUPO EXPERIMENTAL	EN EL GRUPO CONTROL
SUMATORIA $\Sigma =$	5152	4917
MEDIA $\bar{X} =$	190.81	188.00

La formula a utilizar para la obtención de “t” es

$$t = \frac{\bar{X}_1 - \bar{X}_2}{\sqrt{\left(\frac{SC_1 + SC_2}{(n_1 - 1) + (n_2 - 1)}\right) \left(\frac{1}{n_1} + \frac{1}{n_2}\right)}}$$

En donde ya se conoce \bar{X}_1 que es igual media del grupo 1, el experimental.

\bar{X}_2 Representa el valor de la media del grupo 2, el grupo control

n_1 = Representa el número de sujetos evaluados del grupo 1, el experimental

n_2 = o representa el numero de sujetos evaluados pero del grupo 2, el grupo control

El siguiente paso es obtener SC_1 = a la suma de cuadrados en este caso del grupo 1 el grupo experimental.

SC_2 = A la suma de cuadrados, pero en este caso del grupo 2, el grupo control.
(Ver cuadro 2)

Cuadro 2 muestra los puntajes y además los cuadrados de estos puntajes tanto del grupo experimental como del grupo control

Nº DE SUJETOS	PUNTAJES DEL GRUPO EXPERIMENTAL	SUMA DE CUADRADOS DEL GRUPO EXPERIMENTAL	PUNTAJES DEL GRUPO CONTROL	SUMA DE CUADRADOS DEL GRUPO CONTROL
1	226	51076	236	55696
2	164	26896	124	15376
3	168	28224	157	24649
4	179	32041	218	47524
5	174	30276	189	35721
6	223	49729	192	36864
7	213	45369	166	27556
8	182	33124	192	36864
9	164	26896	187	34969
10	166	27556	158	24964
11	174	30276	237	56169
12	204	41616	201	40401
13	162	26244	163	26569
14	204	41616	224	50176
15	184	33856	158	24964
16	171	29241	243	59049
17	256	65536	145	21025
18	185	34225	199	39601
19	164	26896	224	50176
20	163	26569	178	31684
21	201	40401	184	33856
22	152	23104	188	35344
23	257	66049	174	30276
24	163	26569	185	34225
25	164	26896	179	32041
26	215	46225	234	54756
27	274	75076	141	19881
SUMATORIA $\Sigma =$	5152	1011582	5076	980376
MEDIA	190.814815	37466.00	188.00	36310.22

Con estos datos procedemos a buscar la sumatoria de cuadrados utilizando la siguiente formula

$$SC = \sum X^2 - \frac{(\sum X)^2}{n} \text{ Para ambos grupos, experimental y control}$$

Sustituyendo valores:

$$\begin{aligned} SC_1 &= 1011582 - \frac{(5152)^2}{27} = 1011582 - \frac{26543104}{27} \\ &= 1011582 - 983077.9259 = \end{aligned}$$

$$SC_1 = 28504.0741$$

Este es el valor de la sumatoria de cuadrados del grupo experimental

Ahora se buscara el valor de la sumatoria de cuadrados del grupo control

$$\begin{aligned} SC_2 &= 980376 - \frac{(5076)^2}{27} = 980376 - \frac{25765776}{27} \\ &= 980376 - 954288 = 26088 \end{aligned}$$

$$SC_2 = 26088$$

Ahora tenemos todos los valores que se requieren para encontrar el valor de "t"

$$\bar{X}_1 = 190.81$$

$$\bar{X}_2 = 188.00$$

$$n_1 = 27$$

$$n_2 = 27$$

$$SC_1 = 28504.0741$$

$$SC_2 = 26088$$

Y sustituyendo estos valores en la formula de la "t" Student

$$t = \frac{\bar{X}_1 - \bar{X}_2}{\sqrt{\left(\frac{SC_1 + SC_2}{(n_1 - 1) + (n_2 - 1)}\right) \left(\frac{1}{n_1} + \frac{1}{n_2}\right)}}$$

$$t = \frac{190.81 - 188.00}{\sqrt{\left(\frac{28504.0741 + 26088}{(27-1) + (27-1)}\right) \left(\frac{1}{27} + \frac{1}{27}\right)}}$$

Para calcular “t” debemos pasar por las siguientes fases:

- a) Obtener la diferencia entre las medias: $190.81 - 182.11 = \mathbf{2.81}$
- b) Sumar SC_1 y SC_2 : $28504.0741 + 26088 = \mathbf{54592.0741}$
- c) Calcular $n_1 - 1$: $27 - 1 = \mathbf{26}$
- d) Calcular $n_2 - 1$: $27 - 1 = \mathbf{26}$
- e) Sumar $\frac{1}{n_1} + \frac{1}{n_2} = \frac{1}{27} + \frac{1}{27} = \mathbf{0.0741}$

Al sustituir estos valores queda:

$$t = \frac{2.81}{\sqrt{\left(\frac{54592.0741}{26+26}\right) (0.0741)}}$$

$$t = \frac{2.81}{\sqrt{\left(\frac{54592.0741}{52}\right) (0.0741)}}$$

$$t = \frac{2.81}{\sqrt{(1049.8476)(0.0741)}}$$

$$t = \frac{2.81}{\sqrt{(1049.8476)(0.0741)}}$$

$$t = \frac{2.81}{\sqrt{77.7937}}$$

El siguiente paso es encontrar la raíz cuadrada de 77.7937

$$t = \frac{2.81}{\sqrt{77.7937}}$$

$$t = \frac{2.81}{8.82} = \mathbf{0.32} \text{ entonces } t = 0.32$$

Antes de buscar en la tabla t que tan significativo es el dato obtenido se requiere encontrar otro dato o valor, los grados de libertad (gl).

Los grados de libertad (gl) que se usan para la prueba t están en función del número de sujetos del experimento (N).

Formula: $gl = N - 2$ donde N es igual a la suma de n_1 y n_2

Entonces: $N = 27 + 27 = 54$ y quedando como grado de libertad

$$gl = 54 - 2 = 52$$

RESULTADOS DE LA "t" STUDENT	GRUPO EXPERIMENTAL	GRUPO CONTROL
N	27	27
Σ	5152	4917
\bar{X}	190.81	182.11
SC	28504.0741	33664.6667
gl	52	
"t"	0.32	

Una vez obtenidos los resultados de la prueba "t" comparamos estos resultados en la tabla de la distribución de la "t" Student (anexo 7) para

encontrar la (P) Diferencia significativa entre el grupo experimental y el grupo control

Con un grado de libertad de $gl = 52$ y un valor de $t = 0.32$ se encontró en la tabla de distribución que $P < 0.25$ lo cual indica que una diferencia entre las medias de los dos grupos del tamaño que se obtuvo tiene una probabilidad de menos de 0.25 es decir, que una diferencia de este tamaño entre las medias puede esperarse que en menos de 25 en cien sea debida al azar ($0.25 = 25/100$).

La diferencia encontrada también se da como significativa debido a una observación importante la cual se detalla seguidamente:

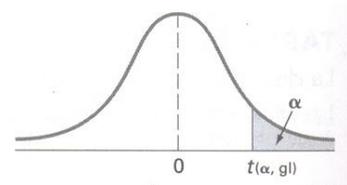
Se tuvo un nivel de inteligencia emocional inicial mayor en el grupo control: en la prueba de entrada se obtuvo una media en el nivel de inteligencia emocional en el grupo experimental de 168.30 y en el grupo control la media fue de 182.11 (**ver tablas 4.2.1 y 4.2.3**). Habiendo una diferencia de 13.81 en la medias favoreciendo al grupo control, lo que indica que el grupo experimental tenía antes de la aplicación del programa un mejor nivel de inteligencia emocional en comparación con la media del grupo experimental, y estos datos no son tomados en cuenta en la prueba estadística “t” Student, pues esta hace suponer que los dos grupos parten en condiciones iniciales de igualdad o equivalencia inicial.

Las medias de inteligencia emocional en la prueba de salida fueron; en el grupo experimental de 190.81 y en el grupo control de 188; habiendo una diferencia entre las medias de 2.81. Lo que concluye que entre la prueba de entrada y de salida el grupo experimental mejoro en el puntaje de su media un 16.62 en relación con la media del grupo control.

Anexo 7

**Tabla de distribución de la
prueba estadística “t” Student**

TABLA DE LA DISTRIBUCIÓN t de Student.



Para un número particular de grados de libertad, las entradas representan el valor crítico de t correspondiente a un área de extremo superior especificada (α).

<u>Grados de Libertad</u>	<u>AREAS DE EXTREMOS SUPERIOR (α)</u>					
	0.25	0.10	0.05	0.025	0.01	0.005
1	1.0000	3.0777	6.3138	12.7062	31.8207	63.6574
2	0.8165	1.8856	2.9200	4.3027	6.9648	9.9248
3	0.7649	1.6377	2.3534	3.1824	4.5407	5.8409
4	0.7407	1.5332	2.1318	2.7764	3.7489	4.6041
5	0.7267	1.4759	2.0150	2.5706	3.3649	4.0322
6	0.7176	1.4398	1.9432	2.4469	3.1427	3.7074
7	0.7111	1.4149	1.8946	2.3846	2.9980	3.4995
8	0.7064	1.3968	1.8595	2.3060	2.8965	3.3554
9	0.7027	1.3830	1.8331	2.2622	2.8214	3.2498
10	0.6998	1.3722	1.8125	2.2281	2.7638	3.1693
11	0.6974	1.3634	1.7959	2.2010	2.7181	3.1058
12	0.6955	1.3562	1.7823	2.1788	2.6810	3.0545
13	0.6938	1.3502	1.7709	2.1604	2.6503	3.0123
14	0.6924	1.3450	1.7613	2.2448	2.6245	3.9768
15	0.6912	1.3406	1.7531	2.1315	2.6025	2.9467
16	0.6901	1.3368	1.7459	2.1199	2.5835	2.9208

17	0.6892	1.3334	1.7396	2.1098	2.5669	2.8982
18	0.6884	1.3304	1.7341	2.1009	2.5524	2.8784
19	0.6876	1.3277	1.7291	2.0930	2.5395	2.8609
20	0.6870	1.3253	1.7247	2.0860	2.5280	2.8453
21	0.6864	1.3232	1.7207	2.0796	2.5177	2.8314
22	0.6858	1.3212	1.7171	2.0739	2.5083	2.8188
23	0.6853	1.3196	1.7139	2.0687	2.4999	2.8073
24	0.6848	1.3178	1.7109	2.0639	2.4922	2.7969
25	0.6844	1.3163	1.7081	2.0595	2.4851	2.7874
26	0.6840	1.3150	1.7056	2.0555	2.4786	2.7787
27	0.6837	1.3137	1.7033	2.0518	2.4727	2.7707
28	0.6834	1.3125	1.7011	2.0484	2.4671	2.7633
29	0.6830	1.3114	1.6991	2.0452	2.4620	2.7564
30	0.6828	1.3104	1.6973	2.0423	2.4573	2.7500
31	0.6825	1.3095	1.6955	2.0395	2.4528	2.7440
32	0.6822	1.3086	1.6939	2.0369	2.4487	2.7385
33	0.6820	1.3077	1.6924	2.0345	2.4448	2.7333
34	0.6818	1.3070	1.6909	2.0322	2.4411	2.7284
35	0.6816	1.3062	1.6896	2.0301	2.4377	2.7238
36	0.6814	1.3055	1.6883	2.0281	2.4345	2.7196
37	0.6812	1.3049	1.6871	2.0282	2.4314	2.7154
38	0.6810	1.3042	1.6860	2.0244	2.4286	2.7116
39	0.6808	1.3036	1.6849	2.0227	2.4258	2.7079

40	0.6807	1.3031	1.6839	2.0211	2.4233	2.7045
41	0.6805	1.3025	1.6829	2.0195	2.4208	2.7012
Grados de libertad	<u>AREAS DE EXTREMOS SUPERIOR (α)</u>					
	0.25	0.10	0.05	0.025	0.01	0.005
42	0.6804	1.3020	1.6820	2.0181	2.4185	2.6981
43	0.6802	1.3016	1.6811	2.0167	2.4163	2.6951
44	0.6801	1.3011	1.6802	2.0154	2.4141	2.6923
45	0.6800	1.3006	1.6794	2.0141	2.4121	2.6896
46	0.6799	1.3002	1.6787	2.0129	2.4102	2.6870
47	0.6797	1.2998	1.6779	2.0117	2.4083	2.6846
48	0.6796	1.2994	1.6772	2.0106	2.4066	2.6822
49	0.6795	1.2991	1.6766	2.0096	2.4049	2.6800
50	0.6794	1.2987	1.6759	2.0086	2.4033	2.6778
51	0.6793	1.2984	1.6753	2.0076	2.4017	2.6757
52	0.6782	1.2960	1.6747	2.0066	2.4002	2.6737
53	0.6791	1.2977	1.6741	2.0057	2.3988	2.6718
54	0.6791	1.2974	1.6736	2.0049	2.3974	2.6700
55	0.6790	1.2971	1.6730	2.0040	2.3961	2.6682
56	0.6789	1.2969	1.6725	2.0032	2.3948	2.6665
57	0.6788	1.2966	1.6720	2.0025	2.3936	2.6649
58	0.6787	1.2963	1.6716	2.0017	2.3924	2.6633
59	0.6787	1.2961	1.6711	2.0010	2.3912	2.6618

60	0.6786	1.2958	1.6706	2.0003	2.3901	2.6603
61	0.6785	1.2956	1.6702	1.9996	2.3890	2.6589
62	0.6785	1.2954	1.6698	1.9990	2.3880	2.6575
63	0.6784	1.2951	1.6694	1.9983	2.3870	2.6561
64	0.6783	1.2949	1.6690	1.9977	2.3860	2.6549
65	0.6783	1.2947	1.6686	1.9971	2.3851	2.6536
66	0.6782	1.2945	1.6683	1.9966	2.3842	2.6524
67	0.6782	1.2943	1.6679	1.9960	2.3833	2.6512
68	0.6781	1.2941	1.6676	1.9955	2.3824	2.6501
69	0.6781	1.2939	1.6672	1.9949	2.3816	2.6490
70	0.6780	1.2938	1.6669	1.9944	2.2808	2.6479
71	0.6780	1.2936	1.6666	1.9939	2.3800	2.6469
72	0.6779	1.2934	1.6663	1.9935	2.3793	2.6459
73	0.6779	1.2933	1.6660	1.9930	2.3785	2.6449
74	0.6778	1.2931	1.6657	1.9925	2.3778	2.6439
75	0.6778	1.2929	1.6654	1.9921	2.3771	2.6430
76	0.6777	1.2928	1.6652	1.9917	2.3764	2.6421
77	0.6777	1.2926	1.6649	1.9913	2.3758	2.6412
78	0.6776	1.2925	1.6646	1.9908	2.3751	2.6403
79	0.6776	1.2924	1.6644	1.9905	2.3745	2.6395
80	0.6776	1.2922	1.6641	1.9901	2.3739	2.6387
81	0.6775	1.2921	1.6639	1.9897	2.3733	2.6379
82	0.6775	1.2920	1.6636	1.9893	2.3727	2.6371

83	0.6775	1.2918	1.6634	1.9890	2.3721	2.6364
84	0.6775	1.2917	1.6632	1.9886	2.3716	2.6356
85	0.6774	1.2916	1.6630	1.9883	2.3710	2.6349
86	0.6774	1.2915	1.6628	1.9879	2.3705	2.6342

<u>Grados de libertad</u>	AREAS DE EXTREMOS SUPERIOR (α)					
	0.25	0.10	0.05	0.025	0.01	0.005
87	0.6773	1.2914	1.6626	1.9876	2.3700	2.6335
88	0.6773	1.2912	1.6624	1.9873	2.3695	2.6329
89	0.6773	1.2911	1.6622	1.9870	2.3690	2.6322
90	0.6772	1.2910	1.6620	1.9867	2.3685	2.6316
91	0.6772	1.2909	1.6618	1.9864	2.3680	2.6309
92	0.6772	1.2908	1.6616	1.9861	2.3676	2.6303
93	0.6771	1.2907	1.6614	1.9858	2.3671	2.6297
94	0.6771	1.2906	1.6612	1.9855	2.3667	2.6291
95	0.6771	1.2905	1.6611	1.9853	2.3662	2.6286
96	0.6771	1.2904	1.6609	1.9850	2.3658	2.6280
97	0.6770	1.2903	1.6607	1.9847	2.3654	2.6275
98	0.6770	1.2902	1.6606	1.9845	2.3650	2.6269
99	0.6770	1.2902	1.6604	1.9842	2.3646	2.6264
100	0.6770	1.2901	1.6602	1.9840	2.3642	2.6259
110	0.6767	1.2893	1.6588	1.9818	2.3607	2.6213

120	0.6765	1.2886	1.6577	1.9799	2.3578	2.6174
∞	0.6745	1.2816	1.6449	1.9600	2.3263	2.5758

Fuente:

www.emp.uva.es/inf_acad/hermer/.../e2t_tabla_t_de_student.pdf

es.wikipedia.org/wiki/Distribuci3n_t_de_Student