



UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL
UNIDAD 092 AJUSCO

INTELIGENCIA EMOCIONAL Y RENDIMIENTO ACADÉMICO EN ESTUDIANTES DE SECUNDARIA

TESIS

Para obtener el Título de Licenciatura en
Psicología Educativa

PRESENTA

Noemí Jiménez Labastida

ASESOR

Dr. Miguel Ángel Hernández Trejo

CDMX., Mayo 2024



**UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL
COMISIÓN DE TITULACIÓN
DE LA LICENCIATURA EN PSICOLOGÍA EDUCATIVA**

Ciudad de México, 6 de marzo, 2024

DESIGNACIÓN DE JURADO

La coordinación del Área Académica 3 tiene el agrado de comunicarle que, a propuesta de la Comisión de Titulación, ha sido asignado miembro del jurado del Examen Profesional de:

JIMÉNEZ LABASTIDA NOEMÍ

Generación: **2017-2021**

Pasante de esta Licenciatura, quien presenta la **TESIS**:

“INTELIGENCIA EMOCIONAL Y RENDIMIENTO ACADÉMICO EN ESTUDIANTES DE SECUNDARIA”

Inscrita en la Modalidad: **Informe de investigación empírica**

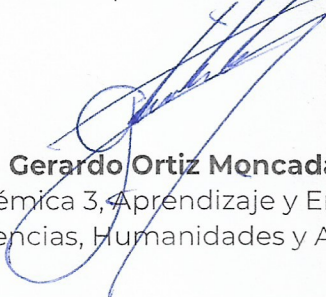
para obtener el Título de: **Licenciatura en Psicología Educativa**

Reciba usted un ejemplar de la TESIS para su revisión y en su caso, aprobación (al considerar un plazo no mayor de veinte días hábiles), para entregar a la Comisión de Titulación la carta-revisión adjunta.

JURADO	NOMBRE
PRESIDENTE	MARICELA GUADALUPE VÉLEZ ESPINOSA
SECRETARIO	ARMANDO RUIZ BADILLO
VOCAL	MIGUEL ÁNGEL HERNÁNDEZ TREJO
SUPLENTE	MARÍA YOLANDA QUIROZ ARCE

ASESOR: **MIGUEL ÁNGEL HERNÁNDEZ TREJO**

Atentamente
“Educar para transformar”



Gerardo Ortiz Moncada
Área Académica 3, Aprendizaje y Enseñanza en
Ciencias, Humanidades y Artes

DEDICATORIAS

Detrás del esfuerzo para realizar esta tesis, está el amor y la paciencia de mis seres queridos, les dedico este trabajo como una muestra de gratitud por acompañarme en este proceso.

Mi mayor agradecimiento y con dedicatoria es para mi madre. Esta tesis es el resultado de tu sacrificio, apoyo incondicional y del amor que me tienes. Gracias por todas las veces que me escuchabas, mientras te contaba como me fue en la universidad, los temas que había visto, así como los temas que me apasionaban y te explicaba sin aun así entender nada de lo que decía. Sin duda, mi éxito académico es el reflejo de tu inquebrantable dedicación. Te amo inmensamente, y esta tesis es una modesta forma de agradecerte todo lo que has hecho por mí.

Le dedico esta tesis a mis abuelos Silvia y Javier, y a mis tíos Roberto, Javier y Guillermo, gracias por brindarme su apoyo en todo momento, valoro mucho las lecciones de vida que me han impartido y todo el cariño que me han brindado a lo largo de mi vida. Esta tesis es un atributo a nuestro legado y a la admiración que siento por ustedes, mi gratitud es imposible de expresar completamente.

A mi novio, le dedico esta tesis porque fuiste y eres un importante pilar en este trabajo, estuviste a lo largo de mi preparación profesional, me apoyaste en las buenas y en las malas, fuiste mi alentador en momentos que creía estar rindiéndome. Sin tu apoyo este proyecto no se hubiera realizado. Gracias por coincidir conmigo, ojalá la vida nos permita seguir creciendo mutuamente y obtener más logros para compartir juntos. Te amo con todo mi corazón.

A mis compañeras y amigas. Fernanda y Ana, desde los inicios de la carrera perseveramos hasta concluir, vivimos tantas experiencias en la universidad, desde terremotos hasta una pandemia global. Espero esta amistad sea duradera y seguir compartiendo risas inolvidables.

En memoria a mi abuela Graciela, que siempre que pudo me alentó en mis estudios, espero que donde sea que te encuentres, estes feliz por este logro.

AGRADECIMIENTOS

Este proyecto no fue fácil, pero tampoco fue imposible, por lo tanto, me gustaría agradecer a las personas que estuvieron presentes apoyándome y motivándome durante este proceso.

Quiero agradecer en primer lugar a mi asesor, el Doctor Miguel Ángel Hernández Trejo, el cual, sin su dedicación, constancia, tiempo, conocimiento y paciencia, no se hubiera logrado concluir con este trabajo. Gracias por alentarme y guiarme en mi desarrollo intelectual, así como profesional. Ha sido un honor aprender bajo su tutela.

Este trabajo no hubiera sido posible sin la ayuda de la escuela secundaria diurna N°2 “Ana María Berlanga” que me abrió las puertas para poder realizar esta investigación. En especial a la directora Gabriela Valencia Palacios por su comprensión y flexibilidad, y la prefecta Irma Verónica Luna Martínez por su amistad y apoyo; fueron cruciales para lograr este trabajo.

Agradezco a las maestras y maestros que fueron parte del jurado para este proyecto, los cuales me realizaron observaciones, críticas constructivas y me orientaron en mi trabajo para así poder enriquecerlo profesionalmente.

Gracias a la universidad que me exigió, pero al mismo tiempo me está permitiendo lograr obtener mi título con entusiasmo. Así mismo, extendo mi agradecimiento a las y los profesores de la carrera de psicología educativa, cuyas enseñanzas me marcaron para mi futuro profesional.

Gracias Dios por poner en mi camino a gente que me aportó y me sumó, así como darme la fuerza para perseverar y adquirir conocimientos.

ÍNDICE

INTRODUCCIÓN.....	5
CAPITULO I. REFERENTES TEÓRICOS CONCEPTUALES.....	7
1.1 Adolescencia.....	7
1.2 Emociones	15
1.3 Inteligencia emocional.....	24
1.4 Inteligencia emocional y rendimiento académico	31
CAPITULO II. MÉTODO.....	36
2.1 Planteamiento del problema.....	36
2.3 Objetivo	37
2.4 Tipo de estudio y diseño	37
2.5 Definiciones conceptuales, operacionales e hipótesis	37
2.6 Participantes	38
2.7 Escenario.....	40
2.8 Instrumento	41
2.9 Procedimiento y consideraciones éticas	42
CAPITULO III. RESULTADOS	44
CAPITULO IV. DISCUSIÓN.....	57
CAPITULO V. CONCLUSIONES	58
REFERENCIAS	61
ANEXOS	67

INTRODUCCIÓN

La adolescencia es una parte de la vida, que todos los seres humanos experimentan de forma diversa, donde se viven diferentes etapas, entre ellas, la pubertad, que son los cambios físicos que empiezan a desarrollarse, en cada uno de los individuos. Y en la adolescencia las emociones juegan un papel muy importante, que suelen influir en la toma de decisiones.

Las emociones son reacciones que tienen componentes biológicos, psicológicos y físicos, que suele influir en nuestra conducta, es decir, que nos ayudan a saber cómo reaccionar y adaptarnos a distintas situaciones. Estas suelen ser inconscientes, con una gran intensidad y transitorias. Cuando un individuo tiene la habilidad de identificar, percibir, asimilar, comprender y regular sus propias emociones, como las de los demás, se le considera que tiene una adecuada inteligencia emocional.

La inteligencia emocional tiene varios beneficios para la salud mental, así como el prever el consumo de drogas, la violencia, el intento de suicidio, la ansiedad, la depresión y el abandono escolar. Por ese motivo, es que surge el interés para realizar esta investigación, dado que un adolescente con inteligencia emocional puede contar con herramientas que le permitan enfrentar ciertos retos que se le presenten en el contexto escolar.

Por lo consiguiente, esta investigación se realizó con el objetivo de identificar la relación que existe entre la inteligencia emocional y el rendimiento académico, en las y los adolescentes de la escuela secundaria Diurna N°2 “Ana María Berlanga”, de la Ciudad de México.

Este estudio contempla cinco apartados, el primero, se refiere a los referentes teóricos conceptuales donde se aborda los aspectos sobre la adolescencia, las emociones, la inteligencia emocional, el rendimiento académico y la relación entre las variables de inteligencia emocional y el rendimiento académico.

El segundo apartado, se refiere al método donde se conforma del planteamiento del problema, la pregunta de investigación, el objetivo, el tipo de estudio y diseño, las definiciones de las variables y las hipótesis de la investigación, los participantes, el escenario, el instrumento, y el procedimiento que se llevó a cabo, así como las consideraciones éticas.

En el tercer apartado, se muestran los resultados descriptivos, donde podemos apreciar que las mujeres destacan por tener niveles más altos en el rendimiento académico, así como en todas las dimensiones de la inteligencia emocional; también se encuentran los resultados referentes al objetivo y a las hipótesis, donde se utilizó la prueba estadística de Spearman para ver la correlación de las variables.

En el cuarto, se presenta la discusión de los resultados, donde observamos que existe una coincidencia con los estudios de Rodríguez y Suarez (2012); Sánchez, León y Barragán (2015) y; Arntz y Trunce (2019). Mientras que con otros estudios como los de Buenrostro, Valadez, Soltero, Nava, Zambrano y García (2012); Páez y Castaño (2015); Valenzuela y Portillo (2018); Usán y Salavera (2018); Jiménez, Sastre, Artola y Alvarado (2020), no hay coincidencias.

Por último, tenemos las conclusiones a las que se llegaron en esta investigación, siendo la principal que no se encontró ninguna correlación significativa entre la inteligencia emocional y el rendimiento académico, en las y los alumnos de esta escuela secundaria.

CAPITULO I. REFERENTES TEÓRICOS

CONCEPTUALES

1.1 Adolescencia

La adolescencia es un periodo de la vida donde dejamos de ser niños para convertirnos en adultos. Como menciona Delval (1994), los niños y las niñas dejan su etapa de la infancia para pasar a una nueva etapa en su vida y convertirse así en adolescentes.

La adolescencia es una puerta a un nuevo mundo, donde existirán importantes cambios, como físicos y psicológicos, es decir que se desarrollaran unas nuevas formas de interactuar con sus iguales y con el resto de las personas que se encuentran en sus círculos sociales, de igual manera empiezan a extender sus formas de pensar siendo un poco más autónomos y razonables al momento de hablar. De igual manera Delval (1994) comparte la idea de que la adolescencia es una etapa que destaca en el desarrollo de la personalidad de cada individuo, que esta misma depende de los cambios significativos en las niñas y en los niños.

Para Busquets (2017) la adolescencia es una etapa donde se considera que existe una desorganización en la conducta del ser humano y también, conlleva ciertos pensamientos y sentimientos a causa de nuevos cambios psicológicos como físicos. Por lo tanto, también se considera que son los inicios de la producción de las hormonas sexuales; es decir, que la producción de hormonas sexuales es el mayor detonador del proceso de los adolescentes. Por lo tanto, el adolescente puede no tener el control de lo que está empezando a experimentar.

Así que, durante esta etapa se llega a tener la idea, de que es una edad especialmente dramática y tormentosa en la que se producen innumerables tensiones, con inestabilidad, entusiasmo y pasión, en la que los jóvenes se encuentran dividido entre tendencias opuestas. Pero la adolescencia no tiene que ser un periodo tormentoso y lleno de tensiones, sino que los jóvenes buscan enfrentar un medio social que se encuentra lleno de limitaciones y en ocasiones los adultos no proporcionan los instrumentos adecuados para enfrentarlo.

También Palacios (1995) menciona que la adolescencia trata de una etapa de transición en la que ya no es un niño o una niña, pero en la que aún no se tienen el estatus de adulto; teniendo así a los jóvenes en un estado de espera, preparándolos para que algún día ejerzan ciertos roles como adultos ante la sociedad.

La adolescencia intenta crear un proceso de independencia e identidad en cada ser humano, con la finalidad de que cada individuo genere su propio proyecto de vida. A pesar de que todos los seres humanos pasan por esta etapa, las señales de sus inicios suelen variar dependiendo de cada uno de los individuos, así mismo como la forma de ser durante esta fase (Busquets, 2017).

Algunas de las características que comentan Carretero y León (1994) de las y los adolescentes es que empiezan a tener sus propias modas y hábitos, su propio estilo de vida, sus propios valores, empiezan por tener ciertas preocupaciones acordes a su edad, sentir inquietudes que ya no son las de la infancia pero que todavía no coinciden con las de un adulto. Y también hay otros que se caracterizan por que empiezan a indisciplinarse, cuestionan la autoridad de sus padres (o tutores de los que aun depende) y también empiezan con el deseo sexual. De esta idea, Busquets (2017) concordaba que las y los adolescentes suelen ser personas con buenas ideas y propósitos validados, pero envueltos en apariencias insolentes, arrogantes y torpes.

Por lo consiguiente Busquets (2017) considera que el adolescente ha demostrado tener muchas posturas o estilos durante esta etapa de su vida, las cuales suelen rotar con diferentes identidades, para que así pueda lograr el objetivo de sentirse identificado y definir su propio estilo e identidad como adulto. Es decir, que con frecuencia las y los adolescentes no se adaptan a una identidad completa, por lo tanto, están explorando más de una, durante esta etapa.

Por esto mismo, las mujeres y los hombres empiezan por optar en hacerse nuevos cambios de imagen; es decir, empiezan con querer hacerse tatuajes, algunos quieren piercings, otros se hacen cortes de cabello drásticos, se empiezan a pintar el cabello de colores tenues o llamativos, mientras que otros, solo buscan nuevos estilos de como vestirse, comprándose ropa nueva.

Las y los adolescentes logran manifestar este proceso de la adolescencia de distintas maneras, así como pueden llegar a tener distintos inicios a pesar de estar viviendo el mismo ciclo de la vida. Busquets (2017) suele mencionar algunos de ellos:

- Hay adolescentes que muestran tener mucho conflicto en todas las diferentes áreas de su vida, y estos cambios de conducta suelen ser repentinos.
- Otros suelen solo tener conflictos en temas específicos, y en lo demás suelen tener una actitud sin cambios.
- Pero también, están los que parecen que no están pasando por la etapa de la adolescencia, y de un de repente están metidos en conflictos que no van acorde a su estilo; en ocasiones, suele pasar que ni los adolescentes saben explicar lo qué esta pasó.
- Hay algunos que suelen mantener actitudes rebeldes a lo largo de la etapa, pero pueden ser manejables dependiendo de la intensidad de ésta.
- También suele haber adolescentes que lo manejan por épocas. Cuando creen lograr manejarlo, y de repente tienen crisis, se descontrola todo nuevamente.

Lo cierto es que cada adolescente es único y, dentro de los contextos sociales cada uno es diferente en su conducta. Es decir, cada adolescente vive dicha etapa en diferentes posturas, teniendo así experiencias y expresiones distintas a la de los demás.

Por otro lado, Delval (1994) dice que la adolescencia está caracterizada porque durante ella se alcanza la etapa final del crecimiento. Y el mismo individuo deberá realizar una serie de herramientas acorde a sus necesidades, así como adaptarse a las facilidades o dificultades que se presenten a lo largo de su etapa.

Al respecto, autores como Allen y Waterman (2019) consideran que la adolescencia tiene tres etapas; las cuales tienen las siguientes características:

Adolescencia Temprana (entre los 10 a los 13 años)

- Los jóvenes suelen crecer muy rápido en esta etapa, y tener cambios físicos notables. Por lo regular las niñas suelen desarrollarse 1 o 2 años antes que los niños.
- Los cambios físicos, suelen generar curiosidad y/o conflictos en los adolescentes, en especial, los que no conocen de este proceso.
- Los adolescentes más jóvenes suelen tener pensamientos concretos o extremistas. Para ellos las cosas están bien o mal, son increíbles o terribles, sin muchos matices. Y suelen sentirse cohibidos con su apariencia.

- Existen otras posturas que indican que los preadolescentes sienten una mayor necesidad de la privacidad. Por lo tanto, buscan explorar la independencia.

Adolescencia Media (entre los 14 a los 17 años)

- Los cambios físicos, continúan en esta etapa.
- Empieza a surgir el interés por las relaciones románticas y sexuales. Algunos jóvenes en esta etapa se cuestionan por su identidad sexual, y no tienen apoyo de sus familiares o de su comunidad.
- Muchos adolescentes constantemente entran en discusión con sus padres, porque quieren más independencia. Suelen pasar más tiempo con sus amistades que con su familia, por lo cual siempre buscan quedar bien, sobre su aspecto.
- El cerebro sigue cambiando y madurando en esta etapa, pero aún hay diferencias de pensar en un adolescente medio a un adulto.

Adolescencia Tardía (entre los 18 a los 21 años... o más)

- La mayoría ya a completó su desarrollo físico. Ya alcanzaron la estatura definitiva que tendrán como adultos.
- Hay mejor control de impulsos. Ya saben lo que les conviene y lo que les puede afectar.
- Tienen un sentido más firme de su nueva identidad como adultos jóvenes.
- Se centran más a un futuro. Tienen claro sus ilusiones e ideales.
- Conectan más y generan relaciones o amistades más estables.
- Logran una independencia. Se separan de su familia física y emocionalmente.

Sobre esto, podemos observar que durante la primer etapa que se mencionó, empiezan a existir ciertos conflictos ante los nuevos cambios físicos y psicológicos que viven las y los adolescentes; en la segunda etapa, podemos observar que las emociones empiezan a jugar un rol importante, junto con los nuevos intereses que existen al dejar de ser niños, para convertirse en adultos; y en la tercera etapa, que es la recta final, las y los adolescentes logran entender y finalmente adaptarse a sus nuevos roles.

Algo que se mencionó en las tres etapas son los cambios físicos, lo cual se le conoce como pubertad, que es diferente a la adolescencia que es aquella que depende de factores psicológicos.

La pubertad también se puede considerar un gran influyente en los cambios tanto psicológicos, sociales y emocionales de las y los adolescentes.

La Organización Mundial de la Salud (OMS) menciona que la adolescencia es un periodo de desarrollo tanto biológico, psicológico, sexual y social, que da comienzo con la pubertad alrededor de los 10 y 12 años, y suele terminar entre los 19 o 20 años. De igual manera, mencionan que, la adolescencia está dividida en dos fases: la temprana (entre los 10 y 15 años) y la tardía (que suele extenderse hasta los 19 años o más). Entonces entendemos que la adolescencia es un periodo, sobre todo, psicológico que es algo extensa por varios años, y está caracterizada por la transformación que existe, de ser niño pasa a convertirse en un adulto.

En esta etapa de la adolescencia como ya se mencionó, existen varios cambios tanto físicos como psicológicos; los mayores cambios, o al menos los que se consideran más notorios, son los físicos; Rice (1999) menciona que los cambios en el crecimiento de los jóvenes, no es lo más primordial de esta etapa, pero resulta ser los más llamativo a primera vista, ya que empiezan a ser evidente los cambios en el cuerpo de los niños y de las niñas al entrar a la adolescencia, teniendo una aceleración en la talla y peso.

Busquets (2017) comenta que el adolescente suele experimentar cambios constantes en el cuerpo durante esta etapa, y que el resultado de la madurez es el aparato reproductor. Por lo tanto, podemos entender que la pubertad es el conjunto de cambios físicos, donde el cuerpo de un niño o de una niña, se convierte en el cuerpo de un adulto con la capacidad de la reproducción.

Los principales cambios en las y los adolescentes como se comentó, son producidos por las hormonas; algunas empiezan a aparecer por primera vez en esta etapa de la pubertad, mientras que otras empiezan a producir cantidades mayores que anteriormente; Busquets (2017) menciona que el cuerpo del adolescente suele producir y liberar una mayor cantidad de hormonas sexuales las cuales son consideradas, para obtener el desarrollo esperado. Pero este proceso, suele desajustar el cuerpo de los jóvenes, lo cual suelen expresarlo con emociones y cambiando su forma de pensar ante la vida.

De igual manera, Delval (1994) menciona que el control hormonal del crecimiento es diferente del que se producían en etapas anteriores. Muchos de los aspectos del desarrollo de la pubertad

son similares entre los niños y las niñas (aparición del vello corporal, peso y talla, cambio de voz), mientras que otros son específicos por género.

Por lo cual, Palacios (1995) menciona que el primer signo de la pubertad en los chicos es la aceleración del crecimiento de los testículos y el escroto, con un débil crecimiento del pelo púbico; un poco más tarde se presenta el crecimiento del pene, y con el tiempo la primera eyaculación de líquido seminal. Lo cual, Busquets (2017) concordaba que los cambios en los hombres durante la pubertad son los siguientes:

- El ensanchamiento de la masa muscular
- La aparición de vello corporal (genitales, axilas, extremidades, facial)
- El cambio de la voz
- El crecimiento de los genitales
- Los cambios en los rasgos faciales
- Y en algunos casos hay aparición de sueños húmedos

En el caso de las chicas, Palacios (1995) menciona que el primer signo de la pubertad es el crecimiento de los senos, y el desarrollo de las partes íntimas, también hay aparición de pelo púbico, y más adelante se presenta la menarquia. De igual manera, Busquets (2017) concordaba de que las mujeres tienen los siguientes cambios:

- El crecimiento del busto y ensanchamiento de cadera
- La aparición de vello en la parte del pubis y las axilas
- Con el tiempo el desarrollo del útero y vagina
- Comienza la menstruación

Entre otros cambios físicos que también menciona Palacios (1995), está la aparición del vello facial, que está más marcado en los varones, en la parte superior de los labios e inferior de la barbilla. Uno de los cambios más nobles que también considera el autor, es la voz, que suele estar más marcado en los hombres que en las mujeres, y esto se debe a un alargamiento de las cuerdas vocales, que da a una modificación del tono y del timbre de la voz.

Es importante mencionar que existe una variación individual, así como unas diferencias entre sujetos en cuanto a la edad de comienzo y de terminación. El cuerpo del ser humano suele sufrir

una variedad constante de cambios que son necesarios, para llegar a desarrollar el cuerpo de un adulto. Por lo cual Busquets (2017) señala que durante este proceso el cuerpo suele perder cierta simetría, y llega a tener alteraciones como en el sueño, y en la alimentación. De igual manera, el autor menciona que la familia tiene un gran impacto en el desarrollo de los adolescentes; antes los padres solían identificar los inicios de la adolescencia por los cambios físicos, actualmente suele ser más evidente los cambios en la conducta, aun cuando el cuerpo no da señales.

Algo importante que también podemos mencionar en este apartado de la adolescencia, es la importancia de los aspectos sociales que rodean a las chicas y chicos que están en la etapa de la adolescencia, las cuales pueden ser un factor importante para su desarrollo. Dado que los grupos sociales tienen como funcionamiento el objetivo de la transición y a partir de estos grupos se enseña y se aprende a poner en práctica la responsabilidad social. Por lo tanto, se considera fundamental que todo ser humano desarrolle habilidades sociales, pero es imprescindible aprender a crear vínculos efectivos que sean significativos para ellos (Busquets, 2017).

En relación con lo mencionado, Palacios (1995) considera que la cultura suele influir en las y en los adolescentes. Es decir, en algunas culturas el estatus de adulto se da a temprana edad, por ejemplo, cuando el adolescente empieza a formar su propia familia, tiene que acceder a nuevas responsabilidades, y con ello a comportarse como adultos. En otras culturas, la adolescencia se identifica por estar aun en un sistema escolar.

Por otro lado, durante esta etapa las y los adolescentes suelen experimentar ciertos conflictos acorde a su edad, los cuales deben solucionar por sí solos; debido a esto Coleman y Hendry (1985) sugieren la teoría focal, donde mencionan que los problemas o conflictos que se le presenta al adolescente, no se deben enfrentar al mismo tiempo, sino de manera consecutiva, lo cual le permite abordarlos y solucionarlos como se vayan presentando, por lo menos, en la mayoría de los casos.

En medio de los problemas existen adolescentes que tienen una adaptación buena y tranquila, a un nuevo estadio evolutivo, pero otros tienen tensiones y conflictos a la que tienen que aprender adaptarse y la mayoría lograra de manera satisfactoria. Esto ayuda a que los jóvenes tengan como objetivo desarrollar una identidad; es decir, una nueva identidad que se lograra cuando el

adolescente desempeñe nuevos roles y adquiera el estatus de un adulto (Coleman & Hendry, 1985)

Uno de los principales apoyos sociales que se presentan en la etapa de la adolescencia, es la familia, los amigos y otras personas que suelen ser significativas, y estas suelen variar dependiendo de las personas, es decir, toman en cuenta ciertas variables como el género, la edad, tipos de familia, contextos en los que viven, los cuales cambian dependiendo de la variedad de las variables en las personas (Ramírez, 2015).

Con referencia al grupo social familiar, McDevitt, Lennon y Kopriva (1991) mencionan que los padres suelen influir mucho en sus hijos; de dicha forma, los padres juegan un papel fundamental en la transición de sus hijos desde la niñez hasta la adultez, como en el desarrollo de sus emociones, valores, círculos sociales, religiosos y políticos básicos.

Por lo cual, Peterson y Rollins (1987) señalan que la falta de apoyo por parte de los padres genera un efecto opuesto, como la baja autoestima, rendimiento académico bajo, conductas impulsivas, poca adaptación social, hasta posiblemente la delincuencia. Por lo consiguiente, Ruvalcaba, Gallegos, Villegas, y Lorenzo (2015) mencionan que debido a que las y los adolescentes están en cambios constantemente, pueden ser vulnerables y expuestos a diferentes riesgos, como es el alcohol, consumo de drogas, trastornos de alimentación, bajo rendimiento académico, embarazos no deseados, problemas de conducta, así como también ansiedad y depresión. Por eso es importante que exista una atención y compañía de los padres hacia sus adolescentes, pero sin exagerar la compañía, para también brindar confianza y el desarrollo de autonomía

Así como Henderson y Argyle (1985) mencionan que el apoyo de los padres hacia sus hijos suele ser asociado a buenas relaciones sociales, como entre hermanos y padres, otros adultos mayores, o con sus iguales; generando en ellos una autoestima alta, éxito académico y con un desarrollo moral avanzado.

Por otro lado, Busquets (2017) menciona que los grupos sociales en las y los adolescentes representa una separación y rompimiento con sus propios padres, para poder lograr así la autosuficiencia a nivel emocional. Cuando esto sucede, los adolescentes suelen refugiarse o acercarse más a sus círculos sociales, fuera de la familia.

Normalmente el adolescente tiene la necesidad de sentir que pertenece a un sitio, por lo tanto, suelen buscar grupos de amistades, creado con sus propias reglas, con su propia forma de vestir, un mismo lenguaje, con los mismo gustos, valores y capacidades similares. Es por eso, que entre adolescentes se encuentran distintos grupos, que se pueden llegar identificar por medio del comportamiento.

En referencia a los grupos sociales como las amistades, Busquets (2017) menciona que suele sufrir ajustes durante esta etapa de la adolescencia. Es decir, que un chico cambia de amigos constantemente; y esto suele pasar porque entran a la adolescencia en diferentes circunstancias.

De igual manera, el autor menciona que una de las experiencias sociales que la mayoría de las y los adolescentes esperan vivir, es el noviazgo. Durante esta experiencia, los chicos suelen experimentar nuevos pensamientos y emociones, donde viven las situaciones con gran intensidad, teniendo así un cambio en sus actitudes y comportamientos (Busquets, 2017).

Ramírez (2015) menciona que todas las relaciones con sus pares que existen en la etapa de la adolescencia suelen considerarse como un ensayo para el apoyo social, el cual no siempre tienen éxito, pero conforme van creciendo los individuos, estas redes de apoyo suelen convertirse más sólidas.

Por lo tanto, se espera que los adolescentes durante esta etapa lleguen a lograr una autonomía en el medio social y a su vez una independencia flexible, dado que ellos van eligiendo sus propios grupos sociales y van personalizando sus afectos para crear vínculos significativos (Ruvalcaba, Gallegos, Villegas, & Lorenzo, 2015).

1.2 Emociones

Los sentimientos y emociones en varias ocasiones se han considerado lo mismo, pero a pesar de tener casi las mismas referencias son distintas. Hernández (2020) menciona que los sentimientos son los que nos ayudan a interpretar la información, entran en el ser humano por medio de los cinco sentidos, y dan sentido a lo que percibimos. Una sola emoción puede generar varios sentimientos en un individuo. También menciona que un sentimiento es más fácil de

manejar ya que se va desarrollando de manera consciente, pero las emociones a veces no son fáciles de controlar porque suelen aparecer de maneras repentinas. El sentimiento viene siendo el resultado de las emociones, que da a entender que sin la emoción no hay sentimientos.

Maturana (1992) considera que una emoción se transforma en un sentimiento en la medida que uno toma consciencia de ella. Por lo tanto, un sentimiento se da cuando interpretamos la emoción y expresamos una valoración de esta, siendo subjetivo sobre las experiencias de cada individuo. Los sentimientos suelen durar más tiempo que las emociones, y no se pueden medir con precisión. En la tabla 1, se muestra las principales características de las diferencias entre emociones y sentimientos, que suelen ser evidentes, y en ocasiones se encuentran relacionadas:

Tabla 1.

Diferencias entre emociones y sentimientos

LAS EMOCIONES:	LOS SENTIMIENTOS:
Son reacciones psicofisiológicas	Es una interpretación de las emociones
Son transitorios y tienen una mayor intensidad	Tienen mayor duración y son menos intensos
Se da de manera rápida e inconsciente	Se necesita tiempo para formarse y logra ser conscientes
Aparece primero	Sin emoción no hay sentimiento

En lo que respecta a las emociones, estas suelen destacar en las acciones de los individuos, como menciona Ibáñez (2002) las emociones pueden influir enormemente para regular las actividades y las conductas de los individuos; es decir que, cuando el sujeto tiene una actitud emocional positiva puede lograr motivar una actividad creativa.

De esta forma Maturana (1990) define que las emociones son un factor más a considerar para poder explicar ciertas acciones de los humanos, dando a entender que todas las acciones de los humanos se presentan ante una emoción, ya que es un reflejo de las acciones corporales que

tenemos. Es decir, que las emociones suelen regular nuestros comportamientos, y suele estar relacionada con nuestra salud (como física y mental).

Otra definición de las emociones es la de Hernández (2020) que menciona que las emociones son un conjunto de reacciones neuroquímicas y hormonales ante un estímulo externo (algo que se observa, o algo que se puede escuchar) y un estímulo interno (como pensamientos, recuerdos, imágenes, etc.). De igual manera menciona que estas son transitorias (tienen un limitado tiempo de aparición), lo que hace que nos saque de nuestro estado habitual, provocando ciertas acciones; estas llegan a ser más intensas que los sentimientos, pero su duración es menor. Entonces las emociones se transforman en energía que se mueven a través de nuestro cuerpo y que sólo se estanca si son reprimidas, y por lo regular éstas suelen ser inconscientes.

También se considera que las emociones suelen activarse a partir del valor que tienen ciertos acontecimientos de nuestra vida, y se puede evaluar dependiendo de la intensidad de esta, así logramos determinar la emoción que se va a experimentar y expresar en los momentos correspondientes, y lo más importante es que esa emoción se puede identificar y sobrellevar adecuadamente. Por lo tanto, Busquets (2017) menciona que las emociones suelen identificarse por dos características, que son las siguientes:

1. Tienen una caducidad, y por lo regular suelen durar aun después de la situación que los llevo a provocó.
2. Suelen olvidarse ya una vez pasada la situación que los provocó y comienzan a aparecer nuevas necesidades como emociones.

Las emociones dependen de los contextos y de las expresiones que los acompaña, por lo tanto, las emociones son distintas según las culturas, por lo que no existen emociones universales (Bisquerra, 2009).

En todas las situaciones las emociones juegan un papel muy importante, así como la regulación emocional que se puede obtener a través de la identificación y control de estas. Bisquerra (2011) menciona que la educación emocional es un proceso que se debe de contemplar, siendo de manera continua y de forma permanente. Dando a entender que, en cualquier nivel de estudios, se puede brindar una educación emocional, con sus distintas variaciones, ya que no son las

mismas necesidades de un niño a las de un adolescente. Pero con los mismos objetivos en mente, tanto en niños, adolescentes, y adultos:

- Reconocer sus propias emociones
- Reconocer las emociones de los demás
- Identificar y nombrar correctamente las emociones
- Ser capaz de poder regular sus propias emociones
- Desarrollar tolerancia a la frustración
- Identificar de manera anticipada las acciones negativas de respuesta emocionales
- Ser capaz de desarrollar respuestas positivas de las emociones
- Ser capaz de lograr la automotivación
- Tener una actitud positiva ante la vida
- Desarrollar la capacidad de avanzar y no estancarse

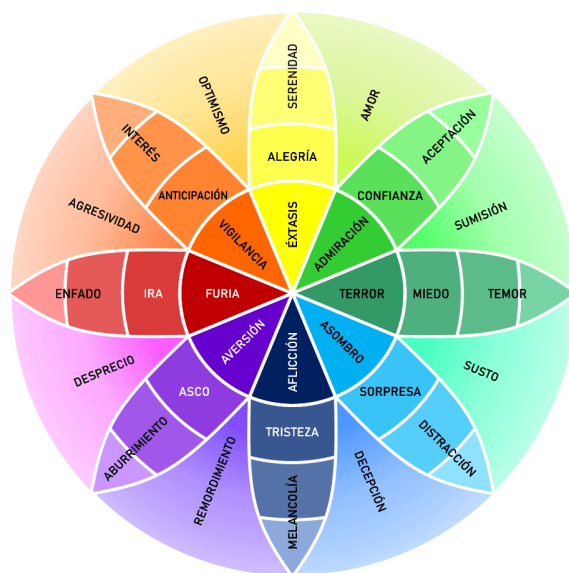
Como se puede ver, la finalidad de estos objetivos es lograr conocer, identificar, controlar y regular las emociones, así como también contribuir en la solución de problemas y conflictos que puede presentar el individuo, independientemente de la etapa del desarrollo en el que se encuentra. Por lo cual, Busquets (2017) menciona que las emociones van evolucionando y desarrollándose conforme a la edad. Es decir, cuando un niño presenta alguna emoción suele ser una a la vez, siendo así que el niño está feliz o está triste; y en todo caso una emoción puede llegar a sustituir a otra por completo; conforme el chico va creciendo, van empezando a aparecer diversas emociones, siendo así que puede experimentar más de una emoción a la vez, por ejemplo: está feliz porque lo dejaron ir a una fiesta, pero al mismo tiempo está preocupado porque va reprobando materias. Y así se van complicando cada vez más conforme van creciendo, llegando a sentir emociones contradictorias en la misma situación.

A partir de lo ya comentado, identificamos que existen numerosas y variadas emociones, de las cuales surgen distintos modelos donde las clasifican como básicas, secundarias, positivas y negativas, o también como jerárquicos o factoriales. Uno de los modelos más reconocidos para entender las emociones, es el de Plutchik (1980) dado que explica que existen emociones desde las más básicas (alegría, tristeza, miedo, ira, sorpresa) hasta las más complejas (éxtasis, melancolía, terror, enfado, asombro), así como también, menciona que estas se pueden mezclar y tener nuevas emociones (amor, optimismo, decepción, susto, remordimiento).

El autor elaboro este modelo con el objetivo de lograr identificar y conocer las distintas emociones y combinaciones de estas, al igual que aprender a conocer de manera más profunda la influencia que tienen en nuestras decisiones como en las relaciones que tenemos en nuestra vida (Figura 1).

FIGURA 1.

Modelo de la Rueda de Emociones



Nota. Adaptado de “La estructura de la emoción humana: Un modelo cromático del sistema afectivo” (p. 30), por J. Diaz y E. Flores, 2001, Revista: Salud mental, 24(4).

Podemos observar que el modelo es un círculo, el cual contempla ocho emociones primarias conocidas también como emociones básicas, con sus respectivas intensidades. Las cuales Plutchik (1980) menciona la definición de cada una de las ocho emociones básicas que el contemplaba para su modelo:

- Felicidad: emoción considerada positiva. Que suele expresarse en un estado de bienestar y satisfacción.
- Confianza: cierta creencia de que se puede actuar sin peligro, perjuicio o daño.
- Miedo: considerada reacción universal e instintiva. Que se expresa cuando hay cierta incertidumbre.
- Sorpresa: suele considerarse neutral. Que es la reacción de un cambio drástico.

- Tristeza: en su mayoría, es una respuesta emocional a una pérdida.
- Asco: da sugerencia al rechazo o evitación.
- Ira: suele llegar a ser una reacción de inconformismo donde existen respuestas de frenar.
- Anticipación: respuesta de una expectativa sobre el futuro.

Plutchik (1980) en su modelo coloca estas emociones básicas de tal manera que las emociones contrarias estén de lados opuestos del círculo, obteniendo así los siguientes 4 ejes:

- Alegría - Tristeza
- Confianza - Asco
- Miedo - Ira
- Sorpresa - Anticipación.

Algo que también podemos observar en dicho modelo, son las intensidades que tiene cada emoción básica, las cuales el autor puso en el círculo del centro con colores intensos dando referencia a las emociones con mayor intensidad, en el siguiente nivel las emociones básicas, y en el último nivel con colores más tenues da referencia a las emociones con menor intensidad.

En la tabla 2, se muestra la distribución de dichas emociones acorde a las que corresponde cada una de las básicas con sus intensidades.

Tabla 2.

Niveles de Intensidad de la Emociones

EMOCIÓN MENOS INTENSA	EMOCIÓN BÁSICA	EMOCIÓN MÁS INTENSA
Serenidad	Alegría	Éxtasis
Aceptación	Confianza	Admiración
Temor	Miedo	Terror
Distracción	Sorpresa	Asombro
Melancolía	Tristeza	Aflicción
Aburrimiento	Asco	Aversión
Enfado	Ira	Furia
Interés	Anticipación	Vigilancia

Algo que menciona Busquets (2017) es que, si un chico o una chica vive con regularidad, las emociones intensas en una sola situación, tema, o área, suele ser un detonante de que la adolescencia ha iniciado. Es decir, en el caso de las mujeres, al haber una mayor cantidad de hormonas que aparecen en la adolescencia se empieza a vivir con gran intensidad sus emociones ante cualquier situación que este experimentando.

También podemos observar en el modelo que hay emociones secundarias que se encuentran entre las emociones ya mencionadas, esto se deben a la combinación de dichas emociones. Puesto que el autor menciona que las emociones raramente se presentaban solas, es común que se presenten en combinación o con distintos grados de intensidad.

En la tabla 3, se muestra dicha combinación de las emociones primarias, así como los resultados que se obtienen al combinarlos para obtener la emoción secundaria. Es importante mencionar, que se utilizaron las emociones básicas para dar la referencia, pero puede ser la combinación de distintas intensidades de las emociones básicas.

Tabla 3.

Combinación de emociones

COMBINACION DE EMOCIONES PRIMARIAS	RESULTADO: EMOCIÓN SECUNDARIA
Alegría + Confianza	<i>Amor</i>
Confianza + Miedo	<i>Sumisión</i>
Miedo + Sorpresa	<i>Susto</i>
Sorpresa + Tristeza	<i>Decepción</i>
Tristeza + Asco	<i>Remordimiento</i>
Asco + Ira	<i>Desprecio</i>
Ira + Anticipación	<i>Agresividad</i>
Anticipación + Alegría	<i>Optimismo</i>

Las emociones en el contexto familiar

Para Rice (1999) los factores familiares influyen mucho de forma significativa: el cariño, la aceptación, el respeto, la mutua estimación, la confianza, la comunicación e interacción, la disciplina que se utiliza, el modelo de rol de los padres, así como las oportunidades de independencia que proporcionan a los jóvenes. Así mismo, el autor menciona que los adolescentes aprenden la consideración si se sintieron cuidados, amados, y que contaban con la confianza de sus padres.

Las emociones suelen estar relacionadas con diferentes indicadores del desarrollo de las y los adolescentes. Por lo consiguiente Rice (1999) menciona que algunas emociones, sentimientos, actitudes y valores que la familia inculca a sus adolescentes, suelen ser positivas y otras se vuelven negativas para los jóvenes:

- **Escucha y Comprensión Empática:** La empatía es la capacidad de identificarse con los pensamientos, actitudes, y sentimientos de otras personas. Es considerada una sensibilidad afectiva, con la capacidad de expresar las emociones asociadas a ella. Hay individuos que son completamente insensibles con los sentimientos y estados de humor de los adolescentes. Así que los adolescentes sienten que no son escuchados, ni comprendidos, y empiezan a evitar la comunicación.
- **Amor y Efecto Positivo:** Sobre afecto, nos referimos a las emociones o sentimientos que existen. Cuando decimos afecto positivo, queremos decir la relación que existe entre el cariño, amor y sensibilidad. Así mismo existe el afecto negativo, por ejemplo, la frialdad, el rechazo y la hostilidad. Los adolescentes están en constante búsqueda de encontrar una gran cantidad de amor y de demostración de afecto, para así sentirse apoyados.
- **Aceptación y Aprobación:** Un componente importante del amor es la aceptación. Los adolescentes necesitan saber que son valorados, aceptados y queridos, con todo y su forma de ser. No les gusta sentirse criticados o juzgados ante la sociedad, saben que no son perfectos y que no cumplirán las expectativas de los demás, pero buscan ser aprobados, con sus propios gustos.

- **Confianza:** La confianza es una demostración de seguridad de que son capaces de lograr sus objetivos. Los adolescentes buscan principalmente la confianza en sus padres, pero esta suele ser muy complicada de obtener, ya que los padres suelen proyectar sus propios miedos, su ansiedad y su culpa en ellos. Pero la clave primordial para esta es la comunicación que debe de existir entre adolescente – padres. Y también los adolescentes piensan que se debería confiar en ellos plenamente a menos que hayan dado razones a los adultos para desconfiar.
- **Separación Individual y Autonomía:** La Individualización es un proceso organizacional del desarrollo humano, donde implica que el adolescente debe comprenderse a sí mismo y elaborar una identidad. Y sobre la autonomía existen dos aspectos: la autonomía conductual, es la que implica llegar a ser suficientemente independiente. Y la autonomía emocional, donde se liberan los vínculos emocionales de la niñez. La meta de todo adolescente es ser aceptado como un adulto independiente.
- **Compañía:** La compañía esta descrita por ser la cercanía que existe entre personas, generando un vínculo emocional. La necesidad de tener amigos se convierte en una cuestión crucial en la adolescencia, donde buscan compartir intereses comunes. Las amistades suelen demostrar comprensión y cuidados que necesitan los adolescentes.
- **Timidez:** La timidez, generalmente aumenta durante la adolescencia temprana, debido a una mayor consciencia de uno mismo, al desarrollo de intereses sexuales y el deseo de ser parte de los grupos sociales. La timidez tiene sus raíces en el miedo a la evaluación negativa por parte de otros, tiene su origen en un deseo de aprobación social, en una baja autoestima y en el miedo al rechazo.
- **Amor y Enamoramiento:** La persona tiene la facilidad de enamorarse por primera vez alrededor de los 14 años. El amor suele ser reciproco, y está asociado a sentirse completo y en éxtasis. Los adolescentes pueden tener un enamoramiento intenso por alguien que realmente no conocen y harán fantasías románticas sobre sus encuentros con dicha persona.
- **Perdida del Amor:** El amor intenso puede ser también un asunto arriesgado. Un amor no correspondido está asociada al vacío y a la ansiedad. La pérdida de un amor puede ser devastadora para el adolescente, pero constituye un cambio fundamental en la vida.

En relación con esto, Busquets (2017) menciona que, en el proceso de la adolescencia, las emociones suelen primero desajustarse; segundo, se radicalizan; y tercero, cobran una mayor intensidad. Siendo así que es considerando que las emociones pueden llegar a tener una gran intensidad y, por lo tanto, pueden llegar a salirse de control, en un adolescente que le cuesta entender esta etapa de la vida.

1.3 Inteligencia emocional

Salovey y Mayer (1990) mencionan que la inteligencia emocional es una habilidad que nos permite percibir, lograr asimilar, así como comprender y regular nuestras propias emociones y sentimientos, al igual nos permite identificar y comprender las emociones de los demás, logrando promover un crecimiento emocional como intelectual. Así mismo, la inteligencia emocional nos permite usar cierta información que nos ayuda a guiar nuestro comportamiento y nuestra forma de pensar. En pocas palabras la inteligencia emocional es asociada con el bienestar psicológico o también conocido como la salud mental.

La OMS en el año de 1948, definió que la salud es un estado completo del bienestar físico, mental y social, de cada ser humano; y no solamente se basa en la presencia de las enfermedades o afecciones. Para Ruvalcaba, Gallegos, Villegas, y Lorenzo (2015), la inteligencia emocional suele tener un gran impacto en el desarrollo humano, así como el bienestar, la felicidad y el significado de la vida.

El término de la inteligencia emocional resulta ser un constructo psicológico que se enfoca en el desarrollo psicológico de las emociones teniendo una interacción entre la emoción y la cognición, la cual ayuda a que el individuo tenga la función de adaptarse a los cambios y a sus contextos (Salovey & Grewal, 2005).

De tal manera que Salovey y Mayer (1990), consideraron que la inteligencia es aquella dada por el procesamiento de la información emocional; desde su perspectiva, este tipo de inteligencia era identificar, asimilar, entender, manejar (controla, regula) las emociones. Es decir, que la inteligencia emocional es la habilidad para razonar las emociones que están basadas

en cómo vive cada individuo sus propias experiencias. Estos autores en 1997 reafirmaron que la inteligencia emocional es considerada la habilidad para percibir con precisión, valorar y expresar emociones con exactitud; así mismo teniendo la habilidad para acceder y/o generar emociones que les pueda facilitar un pensamiento razonable, y así poder obtener la habilidad de comprenderlas y tener conocimiento de estas, junto con la habilidad para regularlas promoviendo un crecimiento emocional e intelectual.

De igual manera, Ruvalcaba, Gallegos, Villegas y Lorenzo (2015) consideraban que las habilidades emocionales, eran muy importantes en el futuro de los individuos tanto en el ámbito académico, psicológico y social. El cual les permitía desarrollar una adecuada resiliencia para tener la habilidad de transformar subjetivamente las emociones agradables (como optimismo, felicidad, satisfacción) en oportunidades de aprendizaje, y las emociones desagradables (agresividad, ansiedad, depresión) en una posibilidad de crecimiento personal.

Estos autores mencionan que, si un individuo es emocional y socialmente inteligente, logrará saberse expresar de una manera más eficaz, y también podrá crear habilidades y fortalezas, así como poder afrontar de manera satisfactoria sus necesidades. Por lo tanto, consideraban como características de las habilidades emocionales, que los individuos logran identificar, entender, y manejar de mejor manera sus propias emociones, así como las de los demás, logrando crear estrategias para la solución de problemas (Ruvalcaba, Gallegos, Villegas & Lorenzo, 2015).

Por otro lado, Bar-On (2006) describe cinco competencias socioemocionales las cuales tienen la capacidad de relacionarse entre sí:

1. Intrapersonal: capacidad de ser autoconsciente y poder expresarse; así como la autoestima, autoconciencia emocional, asertividad, autoconfianza, e independencia.
2. Interpersonales: capacidad de relacionarse con otros individuos; es decir, tener conciencia social, desarrollar empatía y tener responsabilidad social.
3. Manejo de estrés: habilidad para regular las emociones; como la tolerancia y el control de impulsos.
4. Adaptabilidad: habilidades para manejar los cambios que se presentan; tal como, la flexibilidad y la solución de problemas.
5. Estado de ánimo: capacidad de las personas para motivarse; incluyendo el optimismo y la felicidad.

De lo consiguiente, para Salovey y Mayer (1997) consideran que la inteligencia emocional tiene las siguientes características: la capacidad de motivación, lograr perseverancia ante posibles frustraciones, tener un control de impulsos, saber regular nuestros propios estados de ánimo, poder evitar angustias que puedan interferir en nuestras capacidades racionales, la capacidad de empatizar y lograr tener confianza en los demás.

Algunas de las características de una persona que se puede considerar que tiene una adecuada inteligencia emocional las mencionaron autores como Extremera y Fernández (2013); Salovey y Mayer (1990), que son las siguientes:

- Identifica y controla sus emociones con mayor facilidad.
- Toma conciencia de sus propias emociones.
- Comprende sus sentimientos y los de los demás.
- Desarrolla la capacidad de interactuar con todo lo que le rodea de forma adecuada y receptiva.
- Controla emociones tanto en el ámbito personal como el social.
- Genera cierta tolerancia ante las presiones y frustraciones que se presentan en su vida diaria.
- Adopta una actitud empática y social, y así tiene posibilidades de desarrollo personal.
- Una persona emocionalmente inteligente es positiva, tiene empatía, posee suficiente autoestima, es capaz de reconocer y expresar sus sentimientos positivos y negativos, pero también de controlarlos.
- Logra participar, deliberar y convivir con otros individuos desde un ambiente armónico y de paz.
- La inteligencia emocional permite entender las razones por las cuales las otras personas se comportan de cierta manera y te hace sentir de un modo determinado para que, a partir de ahí, sea capaz de decidir cómo reaccionar de forma racional.

De esto mismo, Ruvalcaba, Gallegos, Villegas y Lorenzo (2015) resaltan que, en estudios sobre la inteligencia emocional, la gente mayor suele ser más inteligente en los aspectos emocionales, que las y los adolescentes; por otro lado, señalan que las mujeres son más conscientes de sus emociones y son las que demuestran tener más habilidad para empatizar; mientras que los

hombres, son más propensos a manejar sus emociones de manera directa, además de que pueden adaptarse con más facilidad.

Por otro lado, los autores Fernández-Berrocal y Ruiz-Aranda (2008) consideran que existe una disminución simbólica de la inteligencia emocional durante la adolescencia; ya que se considera que los factores emocionales como una inteligencia, se van desarrollando e incrementando conforme van avanzando a largo de la vida.

Bisquerra (2011) tiene contemplado algunas de las competencias emocionales como una parte de la inteligencia emocional, mencionando que la educación emocional debe ser incluida desde el nacimiento para que los individuos crezcan desarrollando estas dichas competencias:

- Conciencia emocional: Conocer las emociones propias y las de los demás.
- Regulación de las emociones: Saber responder de manera adecuada cuando alguien experimente una emoción.
- Autonomía emocional: Que los estímulos externos no afecten de manera drástica al individuo. Ser sensible, pero con cierto autoblindaje.
- Habilidades socioemocionales: Ser capaces de construir redes sociales.
- Competencias para la vida y el bienestar: Favorecen una sana convivencia social y personal.

Las competencias emocionales suelen influir en los cambios de conducta. Y de esto mismo, el autor consideraba importante mencionar que también existen varios beneficios de la inteligencia emocional; los que se consideran más importantes serían la salud física y mental, que a partir de ahí se desenvuelven otros beneficios como, el evitar el consumo de drogas, lograr crear vínculos y tener relaciones sociales, evitar conductas agresivas, tener menos niveles de ansiedad y/o depresión, evitar intentos de suicidio, mayor utilización de estrategias para afrontamiento de conflictos, y obtener un mejor rendimiento académico. Los adolescentes que han desarrollado de manera adecuada su proceso de inteligencia emocional, por lo general reflejan mejores índices de salud física y psicológica, lo que los faculta y potencia para saber manejar de manera óptima sus problemas emocionales.

Busquets (2017) menciona que, en la etapa de la adolescencia, las y los chicos presentan su “primer examen de autorregulación de emociones” y el cual suele verse reflejado con frecuencia en su comportamiento frente a la violencia, el sexo, el alcohol y a las drogas.

Referente a esto, Ruvalcaba, Gallegos, Villegas y Lorenzo, (2015) mencionan que existen ciertos beneficios de la inteligencia emocional en las y los adolescentes, las cuales son que les permite crear la capacidad para desarrollar un autoconcepto positivo, una comprensión y regulación de mejor manera, teniendo como resultados éxito en establecer mejores interacciones con los demás.

Estas habilidades nos pueden servir como recursos personales para lograr el desempeño en diferentes contextos. Así como los autores Fernández y Aranda (2008) consideraban que la inteligencia emocional tiene ciertos beneficios que se relacionan entre sí:

- **Inteligencia Emocional y las Relaciones Interpersonales:** Un objetivo fijo de un individuo es mantener las mejores relaciones posibles con las personas que lo rodean. Para poder relacionarse con los estados emocionales de los demás, hay que ser capaz, previamente de manejar adecuadamente los propios estados emocionales.
- **Inteligencia Emocional y Bienestar Psicológico:** Un individuo con una mayor inteligencia emocional tendrá un menor número de síntomas físicos, menos ansiedad social y depresión, y logrará mayor utilización de estrategias de afrontamiento activo para solucionar problemas. Incluso, se recupera de mejor manera en sus estados de ánimo.
- **Inteligencia Emocional y Rendimiento Académico:** Las personas con escasas habilidades emocionales, es posible que experimenten estrés y dificultades emocionales durante sus estudios. La inteligencia emocional podría actuar como un moderador de los efectos de las habilidades cognitivas sobre el rendimiento académico.
- **Inteligencia Emocional y la Aparición de Conductas Disruptivas:** Los individuos con bajos niveles de inteligencia emocional, presentan mayores niveles de impulsividad y peores habilidades interpersonales y sociales, por lo cual es posible que se desarrolle un diverso comportamiento antisocial. Las personas con menor inteligencia emocional se implican más a conductas autodestructivas como el consumo de sustancias que los llevan a las adicciones. Por lo tanto, los adolescentes con una mayor habilidad emocional, de

afectivas basadas en la comprensión, el manejo y la regulación de sus propias emociones, no utilizara ningún tipo de regulador externo (por ejemplo, tabaco, alcohol, drogas), para reparar sus estados de ánimo, provocados por variables acontecimientos que son expuestos acorde a su edad.

Debido a esto, autores como Ruvalcaba, Gallegos, Villegas y Lorenzo (2015) llegaron a la conclusión de que las y los alumnos con una mayor inteligencia emocional, suelen seleccionar mejor sus estrategias dentro de ámbito escolar, así como tener menos probabilidad de faltar a sus clases, lo cual se ha visto relacionado con el rendimiento académico.

Rodríguez y Suarez (2012) decían que la razón y la emoción suelen unirse, y una vez juntas conformaban la inteligencia humana; queriendo decir que las emociones son importantes para los ejercicios de razonamiento y, entre el sentir y el pensar, la emoción es la que suele guiar nuestras decisiones.

Uno de los modelos más reconocidos de la Inteligencia Emocional es el Salovey y Mayer (1990) donde, mencionan que los centros emocionales vienen del cerebro, siendo algo específicos, del neocórtex, dándole así un lugar al cerebro pensante. Estos autores mencionan que el neocórtex nos permite un aumento de sutileza y complejidad de la vida emocional; y consideran que dieron origen a una nueva inteligencia, que ellos dieron a conocer como la habilidad de controlar las emociones, como propias y las de los demás, así como identificarlas entre ellas y darle uso a la información para poder tener un pensamiento y comportamiento adecuado a las situaciones.

Otra parte también importante del cerebro que conlleva las emociones, que mencionaron los autores, son las amígdalas cerebrales que, en su proceso evolutivo le da lugar al córtex y neocórtex; esta amígdala está especializada en las emociones, y es considerada una estructura muy importante que se encuentra ligada a los procesos de aprendizaje y de la memoria, si se llegara a separar la amígdala del cerebro, no sería posible saber el significado emocional de los diversos sucesos que vivirán (conocido como ceguera afectiva). Esto quiere decir que las personas que viven sin amígdala suelen perder la memoria y tienen un desequilibrio emocional; ya que la amígdala es la que se encarga de guardar nuestros recuerdos que tuvieron más impacto emocional en nuestras vidas.

De lo cual, surgió el modelo de inteligencia emocional de Salovey y Mayer (1997) que tiene 4 ramas, de forma jerárquica (Tabla 4), donde la percepción de emociones es el nivel básico, y la regulación de emociones es un componente más complejo.

Tabla 4.

Modelo de Inteligencia Emocional de Salovey y Mayer

DIMENSIONES	DESCRIPCIÓN DE LAS DIMENSIONES
1. Percepción Emocional	Habilidad para percibir las emociones propias y ajenas, así como percibir emociones en el arte, fotografía, música y otros estímulos.
2. Facilitación Emocional	Habilidad para generar y sentir emociones y emplearlas en los procesos cognitivos de toma de decisiones.
3. Comprensión Emocional.	Habilidad para comprender la información emocional, comprender como las emociones se combinan, progresan y apreciar el significado emocional de los eventos.
4. Regulación Emocional	Habilidad para estar abierto y modular nuestros sentimientos y los de los demás y promover el crecimiento personal y emocional.

Nota. Adaptado de “*Inteligencia Emocional en Adolescentes*” (p. 35), por N. Extremera y P. Fernández, 2013, *Revista Padres y Maestros*, (352).

Podemos apreciar que entre la segunda rama y las otras tres hay una gran diferencia. Es decir, en la primera rama vemos lo que es la percepción, donde evaluamos y expresamos las emociones; en la tercera vemos la comprensión emocional; y en la cuarta, la regulación emocional, estas tres ramas hacen cierta referencia al proceso de razonar sobre las emociones, mientras que la segunda rama que es la facilitación, donde se trata de asimilar las emociones, dándole lugar al proceso del pensamiento.

El conjunto de estas ramas del modelo, desarrollan una adecuada inteligencia emocional, el cual se puede ir desarrollando en cualquier ámbito (familiar, escolar, social). Un decir, es el contexto

escolar, en donde se ha ido incrementando la educación emocional, debido a que se cree una cierta relación con el rendimiento académico de las y los estudiantes.

1.4 Inteligencia emocional y rendimiento académico

El rendimiento académico según Jiménez (1994) es la evaluación de los conocimientos adquiridos en el contexto escolar. En otras palabras, el rendimiento académico suele medir las capacidades, así como también las habilidades de las y los estudiantes que demuestran lo que están aprendiendo a lo largo de su proceso educativo.

En forma general, este concepto se expresa como el nivel de conocimiento demostrado en una área o materia al compararse con la norma de edad y nivel académico. Debido a esto, el proceso educativo justamente busca ir aumentando con la edad, logrando así la capacidad para ir tolerando mayores expectativas de la realidad (Busquets, 2017)

Por eso mismo, Albán y Calero (2017) consideran que el rendimiento académico de un estudiante (de un centro educativo) es la crítica que determina los niveles de aprendizaje, así como también el esfuerzo que demuestra tener, el cual es expresada en una nota o como se conoce, con una calificación. De esta manera los autores, determinaron que el rendimiento académico es la expresión de las capacidades y características de la enseñanza y del aprendizaje, la cual evalúa el nivel de desempeño y de los logros escolares que tienen las y los alumnos. Es decir, como la aprobación o desaprobación de los conocimientos y aptitudes.

Para Martínez-Otero (1996) el rendimiento académico es una respuesta que dan las y los alumnos en el ámbito escolar de la enseñanza, y normalmente es expresada a través de las calificaciones. Pero de igual manera, menciona que las calificaciones tienen un valor relativo que evalúa el rendimiento, ya que no es considerado un criterio especial para evaluar.

En el caso de Jiménez (1994) el rendimiento académico podría estar determinado por factores motivacionales, socioeconómicos, metodologías de enseñanza, conocimientos previos y con el nivel de pensamiento formal y se considera que a pesar de la capacidad intelectual y de las aptitudes, el educado puede no obtener el rendimiento esperado.

Por otro lado, Jiménez y López (2009) mencionan que en la mayoría de las investigaciones que son sobre el rendimiento académico, toman en cuenta las calificaciones como un indicador materializado del rendimiento, aunque las calificaciones son lo más visible, no suelen reflejar otras respuestas como procedimientos, participaciones, atención que prestan, actitudes de las y los alumnos, dinámica de las clases, entre otras.

Por regular, cuando se habla de rendimiento escolar, puede ser interpretado por el rendimiento del profesorado, o rendimiento de los recursos, o incluso del rendimiento del sistema educativo; pero esta investigación está dirigida al rendimiento académico de las y los alumnos. El resultado del aprendizaje que es expresado en una conducta de aprovechamiento por los estudiantes, que es evidenciado con el promedio (Martínez-Otero, 1996).

Por lo consiguiente, la relación entre la inteligencia emocional y el rendimiento académico es una gran fuente de debate, del cual ya se han realizado estudios internacionales como nacionales donde la mayoría confirman que los aspectos emocionales pueden influir en el rendimiento escolar de los estudiantes, es decir, que existe una relación positiva y significativa entre ellas; que, si los alumnos no tienen una inteligencia emocional percibida, suelen no tener un promedio académico deseado.

En el análisis de los distintos factores que integran la inteligencia emocional, busca identificar cómo y en qué medida los distintos elementos emocionales influyen en el rendimiento académico. Puesto que el efecto de la inteligencia emocional en el rendimiento académico probablemente disminuya a medida que el aprendizaje se vuelva más rígido y las interacciones que fluyen en los trabajos en equipo sean menos frecuentes, así como también en la transición a nuevos entornos educativos (Ibáñez, 2002).

Para Extremera y Fernández (2013) la falta de inteligencia emocional puede llegar a afectar a los adolescentes en su vida cotidiana como en el contexto escolar. Y también mencionan que los adolescentes con mayores habilidades emocionales logran un mejor rendimiento académico; y los adolescentes que tienen pocas habilidades emocionales experimentan más emociones negativas y dificultades en la escuela, y a su vez tienen menos recursos psicológicos que no les permite afrontar sus problemas con éxito.

Por eso mismo, autores como Salovey y Mayer (1990), Extremera y Fernández (2013) han propuesto en varios estudios, de la importancia de incluir la educación emocional en los currículos escolares dado que se ha mostrado que las habilidades emocionales ayudan en distintos aspectos, teniendo como beneficios el mejorar la convivencia con los demás, teniendo una mejor resolución de problemas, evitando conflictos de riesgo, entre otros. La enseñanza de estas habilidades favorece el bienestar psicológico y emocional de las y los alumnos, logrando así un rendimiento positivo, el cual se verá reflejado en su promedio. Estos autores también mencionan que es necesario que los docentes aprendan como enseñar estas habilidades y competencias emocionales, no solo para el aprendizaje de sus alumnos, sino para lograr un acompañamiento mientras que se desenvuelve un ambiente de bienestar y desarrollan un adecuado rendimiento académico para sus alumnos.

En referencia a esto, Jiménez y López (2009) mencionan que el éxito y el bienestar de los adultos es consecuencia del aprendizaje de las habilidades sociales y emocionales, desde una temprana edad, dado que estas reducen riesgos de problemas mentales, y ayuda a tener un mejor bienestar psicológico. Debido a esto, en los últimos años habido un incremento de interés en este tema, de la relación entre estas variables, con la idea de si la inteligencia emocional puede influir en el rendimiento académico de los estudiantes; por lo tanto, se han realizado estudios de esta correlación en distintos niveles académicos, pero se han tenido resultados tan contradictorios que no se ha podido llegar a una sola conclusión.

Uno de los estudios que menciona la correlación entre las variables de inteligencia emocional y rendimiento académico, es el de Páez y Castaño (2015) donde tuvieron resultados positivos en la relación. Este estudio fue llevado a cabo en una universidad de Colombia, en todas las carreras pero que estuvieran cursando el 2º semestre. Cuando los autores recopilaron los datos, se percataron de que había un mayor índice de confiabilidad en las carreras de medicina y psicología, basándose solo en estas carreras concluyeron su investigación, obteniendo resultados de 263 participantes. Ellos comentaron que, sí existe una relación significativa entre inteligencia emocional y el rendimiento académico, pero sin tener tendencias claras de ello.

También se encuentra el estudio de la universidad de Zaragoza, España, de Usán y Salavera (2018), el cual se realizó con 3512 estudiantes los cuales pertenecían a 18 secundarias. Los resultados que obtuvieron en su investigación arrojaron que entre las dimensiones que tiene la

motivación y las dimensiones de inteligencia emocional, tienen una relación positiva; por otro lado, las dimensiones de motivación con rendimiento académico arrojan que la relación es negativa; y en el caso de inteligencia emocional y rendimiento académico, la mayoría de las dimensiones tuvieron una relación positiva y significativa. Por lo tanto, estos autores mencionan que los resultados no llegan a ser totalmente claros y concluyentes por eso creen necesario seguir realizando investigaciones sobre esta correlación de inteligencia emocional y rendimiento académico.

De igual manera, tenemos el estudio de las Regiones de España, de los autores, Jiménez, Sastre, Artola y Alvarado (2020), que se realizó en educación primaria con alumnos de 2° a 6° grado, obteniendo un total de 776 participantes. En los resultados mencionan que, si existe una relación entre rendimiento académico e inteligencia emocional, aunque esta relación suele ser inconsistente. Estos autores dicen que, mayor rendimiento académico a media que aumenta la inteligencia emocional; así mismo, mencionan que la inteligencia emocional sumaría a las habilidades cognitivas como el logro escolar.

Algo importante que mencionaron los autores del último estudio, es que la relación entre inteligencia emocional y rendimiento académico suele variar dependiendo de la edad de los individuos; es decir, que la relación entre estas variables suele ser más alta en las etapas más tempranas de la vida, así que es posible que disminuya la correlación en la adolescencia.

Por otro lado, también existen investigaciones que dicen lo contrario, de que estas variables de inteligencia emocional y rendimiento académico no tienen ninguna relación significativa entre sí. Como es el estudio de Rodríguez y Suarez (2012), el cual fue realizado en una universidad de Colombia. Contaron con 76 participantes de II a IX semestre del programa de psicología. Estos autores en sus resultados obtuvieron que las variables de inteligencia emocional y rendimiento académico no tienen ninguna relación en los estudiantes, pero sí en cambio la variable de depresión sí suele afectar el rendimiento académico de los estudiantes universitarios. Dando a entender que los estudiantes con mayores rangos de depresión suelen tener un rendimiento bajo.

También está un estudio realizado por Arntz y Trunche (2019), el cual contó con la participación de 131 estudiantes de la carrera de nutrición de una universidad pública chilena. Los resultados que tuvieron en este estudio arrojaron que ninguna de las dimensiones de inteligencia

emocional, están relacionadas con el rendimiento académico de estos estudiantes que aplicaron las pruebas.

Es importante resaltar que, así como hubo estudios de otros países donde mencionaban que, si existía o no una relación entre inteligencia emocional y rendimiento académico, también se encontraron estudios de nuestro país, el cual algunos afirmaban la relación significativa y otros la rechazaban.

Como es el caso del estudio de Buenrostro, Valadez, Soltero, Nava, Zambrano y García (2012), el cual mencionan que las variables tuvieron una correlación positiva y significativa. Estos autores de Guadalajara, Jalisco, realizaron su estudio con alumnos de 1 grado de distintas secundarias, teniendo así un total de 439 participantes. Los datos obtenidos arrojaron resultados donde mencionan que los alumnos con rendimiento académico alto obtuvieron mayores puntuajes en las escalas de inteligencia emocional; es decir, que el rendimiento académico estuvo fuertemente vinculado con las habilidades intrapersonales de la inteligencia emocional.

Otro estudio que tuvo correlación de las variables en México fue en Sonora, por Valenzuela y Portillo (2018). Dicho estudio fue realizado con alumnos de 5° y 6° grado de primaria, obteniendo un total de 58 participantes. Su resultado fue que sí existe una relación significativa de inteligencia emocional y rendimiento académico. Así mismo, mencionaron que el manejo de las emociones es esencial para que los alumnos tengan un buen desarrollo en la escuela, obteniendo así buenos resultados en su rendimiento. Y estos autores agregaron que el buen manejo de la inteligencia emocional puede tener un fortalecimiento cognitivo e intelectual.

Por último, mencionamos un estudio que dice que no existe la relación entre estas variables, la cual es de Sánchez, León y Barragán (2015), esta investigación se llevó a cabo con 90 estudiantes de una escuela superior de rehabilitación, en la Ciudad de México. Los resultados que obtuvieron arrojaron que la inteligencia emocional y bienestar psicológico si están fuertemente relacionadas; pero ninguna de las dimensiones de inteligencia emocional está correlacionada con el rendimiento académico. Algo que mencionan estos autores, es que encontraron que el mayor rendimiento académico no necesariamente está relacionada a una mayor inteligencia emocional.

CAPITULO II. MÉTODO

2.1 Planteamiento del problema

Como se ha mostrado anteriormente las emociones son un aspecto fundamental y se dan en cada una de las etapas de la vida, en el caso particular de la adolescencia estas son muy importantes dado que las y los adolescentes están experimentando constantemente nuevos cambios.

Por lo mencionado, es importante que las y los adolescentes logren identificar, comprender y regular sus emociones, así como también las de los demás, para así poder incrementar su inteligencia emocional, y que a su vez les permita desenvolverse en todas sus áreas, especialmente en el ámbito escolar; debido a que se ha demostrado que existe cierta relación entre la inteligencia emocional y el rendimiento académico.

Dicha relación se ha visto y comprobado en estudios internacionales (Páez y Castaño, 2015; Rodríguez y Suarez, 2012; Jiménez, Sastre, Artola, y Alvarado, 2020) como también nacionales (Buenrostro, Valadez, Soltero, Nava, Zambrano, y García, 2012; Valenzuela y Portillo, 2018) en distintos niveles académicos. Por lo tanto, así como se encontraron investigaciones que demostraron que, si existe una relación entre estas variables, también hay estudios que rechazaron esta dicha correlación (Rodríguez y Suarez, 2012; Sánchez, León y Barragán, 2015; Arntz y Trunce, 2019).

En el caso de la Ciudad de México (CDMX) no se logró encontrar estudios que mencionaran dicha relación entre la inteligencia emocional y el rendimiento académico, en las y los adolescentes de nivel secundaria.

2.2 Pregunta de investigación

A partir de lo anterior es que surge la siguiente pregunta de investigación ¿Qué relación existe entre la inteligencia emocional y el rendimiento académico en las y los estudiantes de la escuela secundaria Diurna N°2 “Ana María Berlanga”, de la Ciudad de México?

2.3 Objetivo

El objetivo que se planteó en este estudio fue:

Identificar la relación que existe entre la inteligencia emocional y el rendimiento académico en las y los estudiantes de la escuela secundaria Diurna N°2, de la Ciudad de México.

2.4 Tipo de estudio y diseño

Este proyecto fue con un enfoque cuantitativo, de un tipo de estudio correlacional, dado que pretendió identificar la relación que existe entre las variables de inteligencia emocional y rendimiento académico en las y los adolescentes de una escuela secundaria; bajo un diseño no experimental.

2.5 Definiciones conceptuales, operacionales e hipótesis

Inteligencia emocional

La definición conceptual que se adaptó para inteligencia emocional fue la de Salovey y Mayer (1990), que la definen como una habilidad que permite al ser humano, percibir, identificar, asimilar, comprender y regular tanto sus propias emociones como las de los demás.

Esta variable se operacionalizó con la escala Trait Meta-Mood Scale-24 (TMMS-24) de Salovey, Mayer, Goldman, Turvey y Palfai (1995), que fue confiabilizada y validada en México por Fernández-Berrocal, Extremera, y Ramos (2004).

Rendimiento académico

Para esta variable se consideró la definición de Martínez-Otero (1996), que define el rendimiento académico como una respuesta que dan las y los alumnos en el ámbito escolar de la enseñanza, y normalmente es expresada a través de las calificaciones.

Esta se operacionalizó a través de los promedios generales de las y los estudiantes que

participaron en el estudio.

HIPÓTESIS

Hi. La Inteligencia Emocional se relaciona significativamente con el Rendimiento Académico, de las y los adolescentes de la secundaria Diurna N°2.

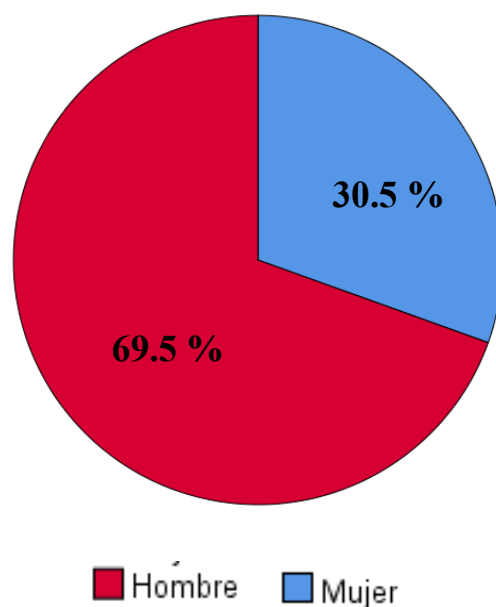
Ho. Inteligencia Emocional no se relaciona significativamente con el Rendimiento Académico, de las y los adolescentes de la secundaria Diurna N°2.

2.6 Participantes

En esta investigación participaron un total de 82 estudiantes del turno vespertino de una secundaria. En la figura 2, se muestra la distribución por género, en donde se puede ver que la mayoría de los estudiantes son hombres, representando un 69.5% y la minoría de los participantes son mujeres con el 30.5%.

FIGURA 2.

Género de los participantes.



En la tabla 5, se muestra la distribución de los participantes por edad, en la cual se puede observar que el 39% se encuentra ubicado en los 14 años, el 36.6% de los participantes tienen 13 años, un 15.9% de las y los estudiantes tienen 12 años y, por último, el otro 8.5% están en los 15 años.

Tabla 5.

Distribución de los participantes por edad.

EDAD	FRECUENCIA	PORCENTAJE
12 años	13	15.9 %
13 años	30	36.6 %
14 años	32	39.0 %
15 años	7	8.5 %
TOTAL	82	100 %

En la tabla 6, se puede apreciar la distribución de los participantes por grupo y género. En el cual observamos que el grupo con mayor porcentaje es el de tercero D, con un 20.7% del total de participantes, en el cual el 29.4% son mujeres y el 70.6% son hombre en este grupo. Los grupos con el menor porcentaje del total de participantes son, primero C y tercero A con el 13.4% cada uno. En el primero C el 18.2% son mujeres y el 81.8% son hombres; y en el grupo de tercero A las mujeres ocupan el 54.5% y los hombres el 45.5%. En la tabla se muestra la distribución de los demás grados y grupos.

Tabla 6.*Distribución de los participantes por grupo y género.*

Grado y grupo	Estudiantes por grupo	Porcentaje	GÉNERO			
			Mujeres por grupo	Porcentaje	Hombres por grupo	Porcentaje
Primero A	16	19.5 %	4	25 %	12	75 %
Primero C	11	13.4 %	2	18.2 %	9	81.8 %
Segundo B	13	15.9 %	5	38.5 %	8	61.5 %
Segundo D	14	17.1 %	3	21.4 %	11	78.6 %
Tercero A	11	13.4 %	6	54.5 %	5	45.5 %
Tercero D	17	20.7 %	5	29.4 %	12	70.6 %

2.7 Escenario

El estudio se llevó a cabo en la Escuela Secundaria Diurna N°2 “Ana María Berlanga”. Esta Secundaria se encuentra ubicada en la Colonia Santa María la Ribera de la Alcaldía Cuauhtémoc, dentro de la Ciudad de México (CDMX) la cual se encuentra en una zona de estrato socioeconómico medio.

2.8 Instrumento

Para esta investigación se utilizó la escala Traid Meta Mood Scale (TMMS-24) de Salovey, Mayer, Goldman, Turvey y Palfai (1995), la cual fue traducida y validada en México por Fernández-Berrocal, Extremera y Ramos (2004) obteniendo .85 de confiabilidad (Anexo 1). La escala es de tipo Likert con cinco opciones de respuesta, que van desde 1 que es nada de acuerdo, hasta el 5 que es totalmente de acuerdo. Esta escala está conformada por 24 reactivos que contempla 3 dimensiones: la atención emocional, la claridad emocional y la reparación de emociones. En la tabla 7 se muestra la distribución de los reactivos de cada una de las dimensiones.

Tabla 7.

Dimensiones de la escala TMMS-24

DIMENSIÓN	REACTIVOS	QUÉ EVALÚA
Atención Emocional	1, 2, 3, 4, 5, 6, 7 y 8	Evalúa la percepción o identificación que se tiene de las propias emociones.
Claridad Emocional	9, 10, 11, 12, 13, 14, 15 y 16	Evalúa la comprensión que se tiene de las propias emociones.
Reparación de Emociones	17, 18, 19, 20, 21, 22, 23 y 24	Evalúa la capacidad de regular las propias emociones.

Nota. Adaptado de la escala TMMS-24 de P. Fernández-Berrocal, N. Extremera y N. Ramos, (2004).

Dicha escala se puede aplicar individualmente o en grupo, alrededor de 5 a 10 min. Y para evaluarla, se necesita dividir la escala por cada dimensión ya mencionada, siendo así que se sumara cada uno de los puntos de la escala, por cada una de estas; una vez teniendo el resultado, se compara en las tablas guía (Anexo 2) y se ve en que rango corresponde cada uno de las y los

participantes, dependiendo del género, ya que los autores consideran que las mujeres suelen tener una mejor inteligencia emocional que los hombres.

2.9 Procedimiento y consideraciones éticas

Procedimiento

1. Se tuvo una reunión con la directora de la secundaria, para presentar a detalle el proyecto de la investigación con el objetivo de tener su autorización para realizar la aplicación del instrumento en el plantel.
2. Una vez autorizado por la directora, ella asignó los grupos y el turno para realizar el proyecto.
3. Se acordaron en conjunto las fechas y horarios de la aplicación del instrumento.
4. Se aplicó el instrumento de forma grupal en cada uno de los grupos asignados, con la compañía de los profesores responsables del grupo o en todo caso con el prefecto del grado escolar.
5. Durante la sesión, en primer momento se les explicó de manera general a las y a los alumnos el objetivo del proyecto; en segundo lugar, se les dio las instrucciones para responder el instrumento; en tercer lugar, se les entregó el instrumentó y una vez que hayan respondido todos, se les recogió.
6. Se le solicito a la directora del plantel la información sobre los promedios de todos los participantes que realizaron el instrumento.
7. Una vez que se recolectaron todos los datos, se elaboró la base de datos en el programa estadístico para las ciencias sociales (SPSS por sus siglas en inglés). Y se realizó la captura de la información.
8. Se realizó el análisis de los datos obtenidos.

Consideraciones éticas

- En esta investigación se actuó de manera profesional en cada una de las acciones que enmarcan el proyecto, mostrando respeto, responsabilidad y paciencia; de igual manera hubo inclusividad, ya que no se permitiría ningún tipo de discriminación.
- La información recabada se trató de manera confidencial, ya que no hubo ningún tipo de grabaciones, fotos, o divulgación de datos personales de los participantes.
- La investigación tiene la finalidad de mostrar los resultados de la investigación, con fines académicos, sin manipular ningún dato.
- Los resultados obtenidos se compartieron con las autoridades de la secundaria.

CAPITULO III. RESULTADOS

En este capítulo se muestra los resultados obtenidos en la investigación, en primer lugar, se presentan los resultados descriptivos, que son aquellos que dan referencia al rendimiento académico y a la inteligencia emocional. Y, en segundo lugar, están los resultados sobre el objetivo y las hipótesis planteadas en el proyecto.

Resultados descriptivos

❖ *Rendimiento académico.*

En la tabla 8, se muestra los resultados referentes al promedio de las y los estudiantes de la escuela secundaria, donde se puede ver que el promedio medio (7.4 – 8.6) representa menos de la mitad con el 40.2%, el promedio alto (8.7 – 10) se ubica en el 30.5%, mientras que el otro 29.3% son estudiantes con promedio bajo (6 – 7.3).

Tabla 8.

Promedios de todos los participantes.

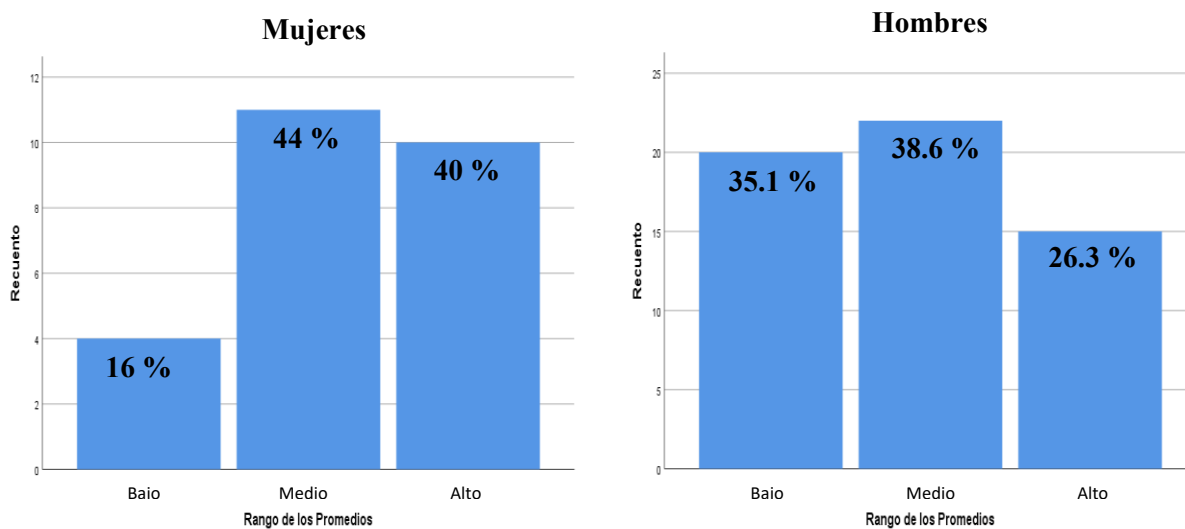
Rango de los Promedios	Frecuencia	Porcentaje
Bajo	24	29.3 %
Medio	33	40.2 %
Alto	25	30.5 %
Total	82	100 %

Por lo tanto, podemos observar que las y los estudiantes de la escuela secundaria, manejan un promedio considerado alto, ya que el 70.7% son alumnos que se encuentran entre promedios de medios a altos (del 7.4 a 10). Y un porcentaje menor son los que se ubican en el promedio bajo (menos de 7.3).

En la figura 3 observamos los resultados de los promedios por género, donde vemos que las mujeres tienen su porcentaje mayor en el promedio medio con un 44%, mientras que el 40% de las adolescentes se encuentra en el promedio alto y el porcentaje menor con 16% se ubicaba en el promedio bajo. En el caso de los hombres, el porcentaje mayor con 38.6% se ubicaba en el promedio medio, el 35.1% de los estudiantes tienen un promedio bajo, mientras que su porcentaje menor con un 26.3% se encontraba en el promedio alto.

FIGURA 3.

Los promedios por género de los participantes.



Lo que podemos observar en las gráficas, sin importar la cantidad de participantes por género; nos damos cuenta de que las mujeres mantienen un promedio más alto que los hombres, aunque ambos géneros tienen su mayor porcentaje en el promedio medio; mientras que las mujeres tienen su porcentaje menor en el promedio bajo, los hombres tienen más del doble de participantes en este rango, y en el promedio alto las mujeres destacan más en este rango que los hombres.

Con relación a los resultados de los promedios, en la tabla 9 podemos observar la distribución de estos, por los tres grados de la escuela secundaria. En la cual podemos ver que los

participantes de primer grado destacan más en el promedio medio, teniendo un 51.9% de participantes en este rango, mientras que el 29.6% se encuentra en el promedio bajo, y el otro 18.5% se encuentra en el promedio alto. Los estudiantes de segundo grado destacan más en el promedio alto con un 44.5% de participantes, en el promedio medio se encuentra el 33.3% de estudiantes, mientras que el otro 22.2% se encuentra en el promedio bajo. En el caso de las y los alumnos de tercer grado, tienen un 35.7% de participantes en el promedio bajo, otro 35.7% de participantes en el promedio medio, y el 28.6% de los alumnos se encuentran en el promedio alto.

Tabla 9.

Rango de los promedios por grado escolar.

Rango de promedio	Primer grado	% de 1°	Segundo grado	% de 2°	Tercer grado	% de 3°
Bajo	8	29.6 %	6	22.2 %	10	35.7 %
Medio	14	51.9 %	9	33.3 %	10	35.7 %
Alto	5	18.5 %	12	44.5 %	8	28.6 %
Total	27	32.9 %	27	32.9 %	28	34.2 %

Nos damos cuenta de que las y los alumnos de primer grado entran a la secundaria con un promedio considerado medio ya que un poco más de la mitad están dentro de este rango. Las y los alumnos de segundo suben sus porcentajes en los promedios altos, dejando la minoría en el promedio bajo. Y creeríamos que para tercer grado seguirían subiendo los promedios, pero observamos que los promedios bajan, ya que las y los estudiantes se encuentran entre promedios medios y bajos, con la misma cantidad de participantes, dejando su minoría en el promedio alto.

❖ **Inteligencia emocional.**

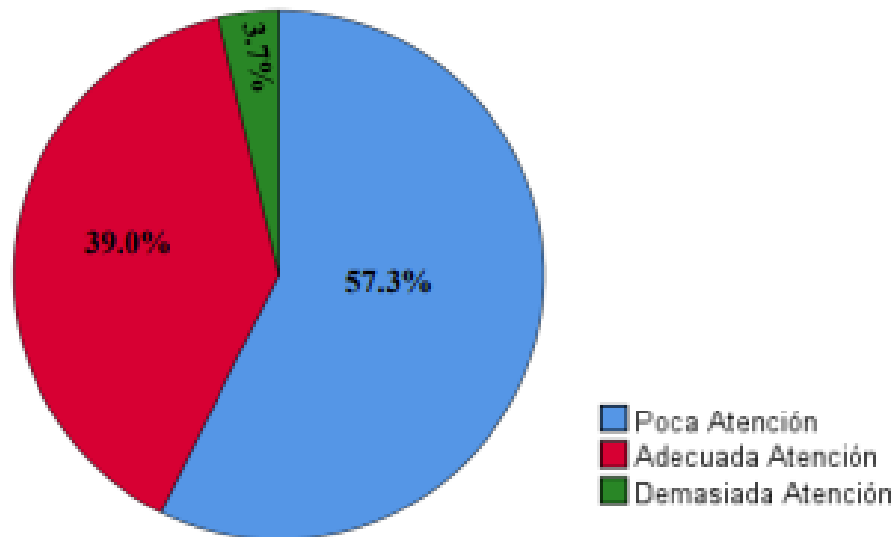
Como anteriormente se mencionó en el apartado del instrumento, la escala que se utilizó para inteligencia emocional contempla tres dimensiones (la atención emocional, la claridad y la reparación emocional). A continuación, se presentarán los resultados obtenidos por las y los adolescentes de la escuela secundaria, por cada una de estas dimensiones.

a) Atención emocional

En la figura 4 observamos los resultados en la dimensión de atención emocional por todos las y los participantes en este estudio, donde vemos que el 57.3% de participantes se encuentra en el rango de poca atención emocional, mientras que el 39% de las y los participantes se encuentran en el rango de adecuada atención emocional y, el otro 3.7% de participantes tienen demasiada atención emocional.

FIGURA 4.

Resultados en la dimensión de atención emocional.



Por lo tanto, se puede considerar que la mayoría de las y los participantes no cuentan con una buena percepción de emociones, o les cuesta lograr identificar sus propias emociones como las

de los demás. Y una minoría de las y los participantes tienen demasiada atención emocional, lo cual es que logran identificar las emociones que suelen presentarse.

En la tabla 10 podemos observar los resultados de la dimensión de atención emocional distribuida por género, dado que los autores de la escala tienen la teoría de que las mujeres tienen mayor desarrollo de la inteligencia emocional que los hombres. Por lo tanto, podemos ver que el 52% de las mujeres se encuentra en poca atención emocional, mientras que el otro 48% está en una adecuada atención emocional. En el caso de los hombres, la mayoría se encuentra en poca atención emocional, con un 59.6%, mientras que el 35.1% está en adecuada atención emocional, y la minoría de los hombres se encuentra en demasiada atención emocional con un 5.3%.

Tabla 10.

Atención emocional por género.

Rango de atención emocional	Mujeres	%	Hombres	%
Poca atención	13	52.0 %	34	59.6 %
Adecuada atención	12	48.0 %	20	35.1 %
Demasiada atención			3	5.3 %
Total	25	100 %	57	100 %

Podemos ver que la teoría de que las mujeres tienen más inteligencia emocional que los hombres, podría ser verdad, ya que podemos observar en esta dimensión, los hombres tienen un mayor porcentaje que las mujeres en el rango de poca atención, mientras que en adecuada las mujeres tienen más porcentaje que los hombres, a pesar de que los hombres tienen una minoría en demasiada atención. Entonces con estos resultados podemos entender que las mujeres tienen una mejor percepción de las emociones.

En la tabla 11 se muestra la distribución de los rangos de atención emocional, por cada uno de los grados escolares de la secundaria; en el cual podemos observar que la mayoría de primer

grado, tienen poca atención emocional representado con un 70.4%, y el otro 29.6% tiene una adecuada atención emocional. Los de segundo grado, el 48.1% de los estudiantes tiene poca atención emocional, el 40.7% está en una adecuada atención emocional, y a comparación de los otros grados, el 11.2% de los estudiantes de segundo tiene una demasiada atención emocional. Mientras que los de tercer grado, el 53.6% de los estudiantes tiene poca atención emocional y el otro 46.4% se encuentra en adecuada atención emocional.

Tabla 11.

Atención emocional por grado escolar.

Rango de atención emocional	Primer grado	% de 1°	Segundo grado	% de 2°	Tercer grado	% de 3°
Poca atención	19	70.4 %	13	48.1 %	15	53.6%
Adecuada atención	8	29.6 %	11	40.7 %	13	46.4 %
Demasiada atención			3	11.2 %		
Total	27	100 %	27	100 %	28	100 %

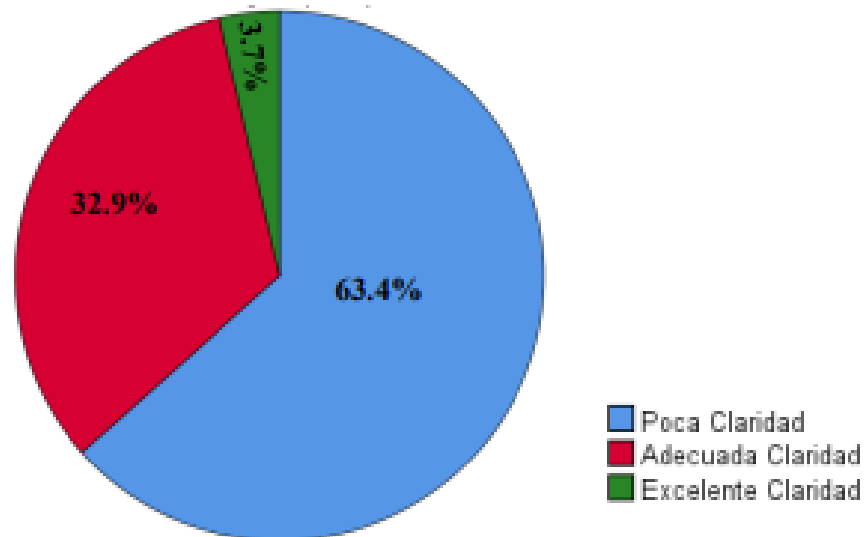
Podemos observar que entre los de primero y tercer grado, están en poca atención y adecuada atención emocional, aunque los de primer grado destacan más en el rango de poca atención emocional. Y las y los alumnos de segundo grado, aunque tengan una mayoría en poca atención, a comparación de los otros rangos, cuentan con una minoría de participantes en el rango de demasiada atención emocional; por lo tanto, podemos entender que los alumnos de segundo grado identifican de mejor manera las emociones propias como las de los demás.

b) Claridad emocional.

En la figura 5 se muestra el resultado general, de ambos géneros en la dimensión de claridad emocional. En la cual tenemos un total de 63.4% de participantes con poca claridad emocional, un 32.9% de las y los participantes se encuentra en una adecuada claridad emocional y, el otro 3.7% de las y los participantes, cuenta con una excelente claridad emocional.

FIGURA 5.

Resultados de la dimensión de claridad emocional.



Podemos ver que la mayoría de las y los participantes de esta escuela secundaria, tienen poca comprensión de las emociones, tanto propias como las de los demás; y una minoría de las y los participantes cuenta una excelente comprensión emocional.

En la tabla 12 podemos observar la distribución de la dimensión de claridad por género, basado en la teoría de los autores de la escala. Donde vemos que más de la mitad de las mujeres, con un 60% cuentan con poca claridad emocional, por lo tanto, el otro 40% de las mujeres se encuentra en adecuada claridad emocional. En el caso de los hombres su mayoría es de 64.9% que se encuentra en poca claridad emocional, teniendo un 29.8% de hombres en el rango de

adecuada claridad emocional, y su minoría representada por un 5.3% de hombres que tienen una excelente claridad emocional.

Tabla 12.

Claridad emocional por género.

Rango de claridad emocional	Mujeres	%	Hombres	%
Poca claridad	15	60.0 %	37	64.9 %
Adecuada claridad	10	40.0 %	17	29.8 %
Excelente claridad			3	5.3 %
Total	25	100 %	57	100 %

Podemos observar que de igual manera que en la dimensión de atención emocional, las mujeres demuestran tener más desarrollada la dimensión de claridad que los hombres, porque a pesar de que los hombres cuentan con una minoría de participantes en el rango de excelente claridad, tienen más porcentaje en el rango de poca claridad que las mujeres, y en el rango de adecuada claridad las mujeres destacan más que los hombres.

En la tabla 13 se muestra la distribución de los resultados de la dimensión de claridad emocional, por cada uno de los grados escolares de la secundaria; en la cual, podemos observar que los de primer grado cuentan con una mayoría de 77.8% de alumnos en el rango de poca claridad, y la minoría de 22.2% de las y los alumnos se encuentra en adecuada atención emocional. Los de segundo grado, el 63% de las y los estudiantes tienen poca claridad emocional, mientras que el 29.6% de estudiantes cuenta con una adecuada claridad emocional, y el otro 7.4% de estudiantes tiene una excelente claridad emocional. Las y los alumnos de tercer grado, cuentan con el 50% de estudiantes en poca claridad emocional, mientras que el 46.4% tiene una adecuada claridad emocional y, por último, el 3.6% de estudiantes de tercer grado tiene una excelente claridad emocional.

Tabla 13.*Claridad emocional por grado escolar.*

Rango de claridad emocional	Primer grado	% de 1°	Segundo grado	% de 2°	Tercer grado	% de 3°
Poca claridad	21	77.8 %	17	63.0 %	14	50.0 %
Adecuada claridad	6	22.2 %	8	29.6 %	13	46.4 %
Excelente claridad			2	7.4 %	1	3.6 %
Total	27	100 %	27	100 %	28	100 %

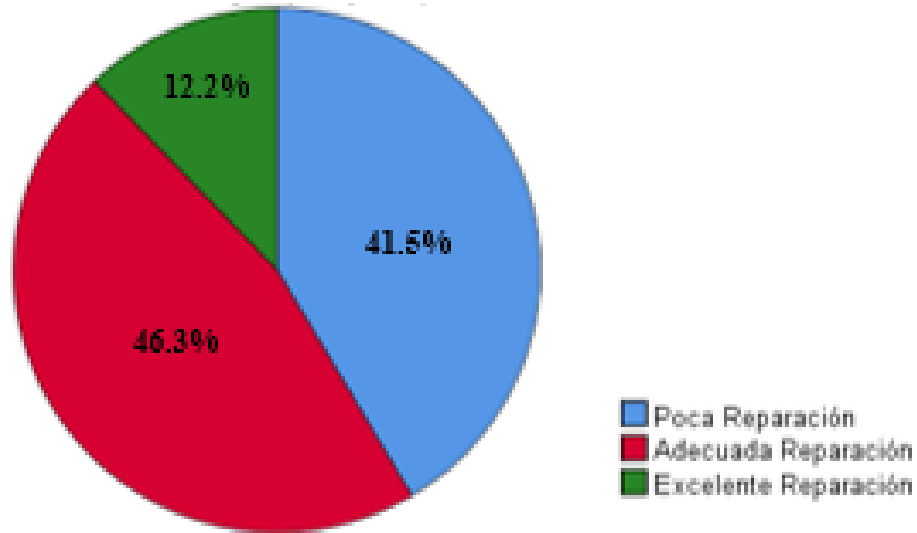
Podemos ver los de primer grado de secundaria son los que menos comprensión logran tener de las emociones, tanto propias como las de los demás. Como podemos observar, en el rango de poca claridad los de primero son los que tienen el porcentaje mayor, y va disminuyendo en segundo y disminuye aún más para las y los chicos de tercer grado. Mientras que en el rango de adecuada claridad los de primer grado son los que tienen el porcentaje menor y va aumentando por cada grado, siendo así que los de tercero, tienen el porcentaje mayor en este rango. Mientras que en excelente claridad los de segundo y tercero si cuentan con una minoría de participantes.

c) Reparación emocional.

En la figura 6 nos muestra el resultado general de todos los y las participantes en la dimensión de reparación emocional. Y podemos ver que el 46.3% de participantes se encuentra en el rango de adecuada reparación emocional, después tenemos el 41.5% de las y los participantes que tienen poca reparación emocional y, el otro 12.2% de participantes cuentan con una excelente reparación emocional.

FIGURA 6.

Resultado de reparación emocional.



Podemos ver que, en esta dimensión, los porcentajes ya aumentaron tanto en adecuada reparación y excelente reparación, y a diferencia de las otras dimensiones, disminuyó la poca reparación. Entonces podemos entender que las y los estudiantes de esta escuela secundaria tienen más desarrollada la habilidad de controlar o regular las emociones que suelen presentarse.

En la tabla 14 de igual manera que las otras dos dimensiones, por la teoría de los autores, los rangos de esta dimensión van dependiendo del género, a pesar de que en esta última dimensión las diferencias son muy pocas. Por lo tanto, observamos que el 48% de las mujeres cuentan con poca reparación emocional, mientras que el 40% de las mujeres tienen una adecuada reparación emocional, y a diferencia de las otras dimensiones, en esta el 12% de las mujeres cuentan con una excelente reparación emocional. En el caso de los hombres, el 49.1% se encuentran en el rango de adecuada reparación emocional, el 38.6% de los hombres tienen poca reparación emocional y, por último, el otro 12.3% de los hombres de esta secundaria cuentan una excelente reparación emocional.

Tabla 14.*Reparación emocional por género.*

Rango de reparación emocional	Mujeres	%	Hombres	%
Poca reparación	12	48.0 %	22	38.6 %
Adecuada reparación	10	40.0 %	28	49.1 %
Excelente reparación	3	12.0 %	7	12.3 %
Total	25	100 %	57	100 %

En esta dimensión los resultados están totalmente distintos que las otras dimensiones que llevaban una cierta similitud. Es decir, aquí no se ve tan reflejada la teoría de que las mujeres tienen más inteligencia emocional que los hombres, ya que en el rango de poca reparación, las mujeres destacan más que los hombres; para el rango de adecuada reparación, los hombres cuentan con un porcentaje más alto que las mujeres; y para el rango de excelente reparación, a comparación de las otras dimensiones, las mujeres si cuentan con un porcentaje dentro de este rango, pero los hombres tienen levemente más alto su porcentaje que las mujeres.

En la tabla 15 se muestra la distribución de los rangos de la dimensión de reparación emocional, por cada uno de los grados de la secundaria; en el cual podemos ver que las y los alumnos de primer grado, el 70.4% se encuentra en adecuada reparación, el 25.9% de estudiantes de primero tienen poca reparación, y el otro 3.7% tiene una excelente reparación emocional. Para las y los alumnos de segundo grado, el 59.3% se encuentra en poca reparación emocional, el 29.6% de las y los estudiantes tienen una adecuada reparación emocional, y el 11.1% cuenta con una excelente reparación emocional. En el caso de las y los alumnos de tercer grado, el 39.3% tienen poca reparación emocional, otro 39.3% de estudiantes cuenta con una adecuada reparación emocional y, por último, el 21.4% de estudiantes de tercero, se encuentran en una excelente reparación emocional.

Tabla 15.*Reparación emocional por grado escolar.*

Rango de reparación emocional	Primer grado	% de 1°	Segundo grado	% de 2°	Tercer grado	% de 3°
Poca reparación	7	25.9 %	16	59.3 %	11	39.3 %
Adecuada reparación	19	70.4 %	8	29.6 %	11	39.3 %
Excelente reparación	1	3.7 %	3	11.1 %	6	21.4 %
Total	27	100 %	27	100 %	28	100 %

A diferencia de las otras dimensiones en esta, los tres grados escolares cuentan con participantes en el rango de excelente reparación. Los de primero se puede considerar que la mayoría mejoran su habilidad de regular sus emociones, ya que se mas de la mitad se encuentran en una adecuada reparación emocional, y ya tenemos una minoría en excelente reparación. Los de segundo, se puede observar que tienen una cierta similitud en las tres dimensiones, no hay cambios tan bruscos. Y para los de tercer grado, vemos que fueron mejorando sus habilidades en la inteligencia emocional ya que, en esta última dimensión, los participantes pasaron a una excelente reparación emocional teniendo un incremento notorio en este rango.

Resultados bajo la prueba Spearman

En los siguientes resultados podemos observar lo que es referente al objetivo y a las hipótesis de la investigación. En la cual, buscamos identificar si la inteligencia emocional que está formada por las tres dimensiones ya mencionadas (atención, claridad y reparación), tienen alguna relación significativa con el rendimiento académico, de las y los adolescentes de la escuela secundaria Diurna N°2 “Ana María Berlanga”.

En la tabla 16 vemos los resultados, en el cual se utilizó la prueba de correlación de Spearman, dado que la investigación es con enfoque cuantitativa discontinua, con estadísticas no paramétricas. Cabe resaltar que los puntajes que se utilizaron en ambas variables fueron naturales, no hubo ningún tipo de rangos para así poder obtener un resultado más asertivo.

Tabla 16.

Resultados con prueba estadística Spearman.

Dimensiones	Rendimiento académico
	Muestra total n = 82
Atención emocional	r = .037 p = .740
Claridad emocional	r = .085 p = .449
Reparación emocional	r = .026 p = .815

De acuerdo con los resultados obtenidos mediante la prueba de Spearman, indican que no hay una correlación significativa entre cada una de las dimensiones que contempla la inteligencia emocional, con el rendimiento académico. Por lo tanto, se rechaza la hipótesis de investigación, y se acepta la hipótesis nula: la inteligencia emocional no se relaciona significativamente con el rendimiento académico de las y los adolescentes de la secundaria Diurna N°2 “Ana María Berlanga”.

CAPITULO IV. DISCUSIÓN

Al aceptar la hipótesis nula, estamos afirmando que no existe correlación significativa entre las variables de inteligencia emocional con el rendimiento académico, en estos estudiantes de escuela secundaria en la ciudad de México.

Esto coincide con los estudios de Rodríguez y Suarez (2012); Sánchez, León y Barragán (2015); Arntz y Trunce (2019), los cuales confirman que un mayor rendimiento académico no está asociado a una mayor inteligencia emocional, dado que no se encontró correlación significativa entre el rendimiento académico con ninguna de las dimensiones de la inteligencia emocional, pero existen más variables (como la depresión) que sí puede llegar a influir en el rendimiento académico.

Por otro lado, también hay investigaciones que muestran lo contrario, como es el caso de Buenrostro, Valadez, Soltero, Nava, Zambrano y García (2012) y; Valenzuela y Portillo (2018), los cuales en sus estudios mencionan que, si hay una relación significativa entre variables, dado que muestran que alumnos con rendimiento académico alto, obtuvieron mayores puntajes en la inteligencia emocional. De igual manera mencionan que las emociones son esenciales para el desarrollo del alumno en la escuela.

Como podemos observar hay quienes afirman que un individuo con una adecuada inteligencia emocional se puede considerar que tendrá un buen rendimiento académico (calificaciones altas). Como en el estudio de Jiménez, Sastre, Artola y Alvarado (2020), afirma que hay mayor rendimiento académico a media que aumenta la inteligencia emocional, dado que hay una relación inconsciente, pero dicha relación es considerada más alta en las etapas más tempranas de la vida, lo cual es posible que disminuya conforme van creciendo los individuos.

Por lo tanto, tampoco se puede garantizar que el rendimiento académico alto, es debido a niveles altos de inteligencia emocional. Como se menciona en el estudio de Páez y Castaño (2015) que, sí existe una relación entre las variables, pero no se llegan a tener tendencias claras de esto. Cabe señalar que el rendimiento académico también suele depender de la forma de enseñar de los docentes, así como su forma de evaluar de cada uno de ellos; por lo tanto, esto puede generar un cierto sesgo en las y los estudiantes.

CAPITULO V. CONCLUSIONES

A partir de todos los resultados que se obtuvieron en esta investigación, es que podemos concluir con lo siguiente:

- Para concluir, recordemos que el objetivo de esta investigación fue, identificar la relación que existe entre la inteligencia emocional y el rendimiento académico en las y los estudiantes de la escuela secundaria Diurna N°2. La cual, con los resultados de la investigación, podemos afirmar que no existe ninguna correlación entre estas variables, en esta población.
- En relación con la inteligencia emocional, las y los alumnos de esta escuela secundaria, mostraron tener niveles bajos en todas las dimensiones que contempla la inteligencia emocional.
- En respecto a los resultados de la escala de la inteligencia emocional por los géneros, las mujeres mostraron tener mejores niveles en todas las dimensiones de la inteligencia emocional, que los hombres
- En relación con las tres dimensiones de la inteligencia emocional, se puede concluir que la dimensión de claridad emocional, donde los individuos muestran su habilidad para comprender las emociones, tanto propias como las de los demás; fue la dimensión en la que las y los alumnos de esta secundaria mostraron tener bajos niveles a comparación de las otras.
- Por otro lado, la dimensión de reparación emocional, en la que los individuos demuestran su capacidad de controlar y regular sus propias emociones, es la dimensión que las y los alumnos de la secundaria demostraron tener mayores niveles.
- Y en los resultados por las tres dimensiones de la inteligencia emocional, por los tres grados de la secundaria, concluimos en que, los de primer grado son los que tienen los niveles más bajos en las dimensiones de atención y claridad emocionales; y en la dimensión de reparación emocional, los de segundo grado son los que tuvieron los niveles más bajos.
- Por otro lado, los de segundo grado tuvieron mayores niveles en la dimensión de atención emocional; los de tercer grado son los que mostraron mayores niveles en la

dimensión de claridad emocional; y los de primer grado, mostraron tener mayores niveles en la dimensión de reparación emocional.

- En lo que respecta al rendimiento académico, las y los alumnos de esta secundaria suelen reflejarlo con los promedios, los cuales están entre medios y altos (desde 7.4 hasta 10 de calificación); y muy poco se encuentran en bajo (menos del 7.3 de calificación).
- En el caso de las diferencias por género, podemos concluir que es evidentemente que las mujeres tienen mejores niveles de rendimiento académico que los hombres que, a pesar de tener niveles medios, manejan más los promedios bajos.
- En referencia a los resultados del rendimiento académico, por los tres grados escolares de la secundaria, podemos concluir que los de primer grado maneja promedios medios; los de segundo grado, muestran promedios altos; y los de tercer grado, tienen promedios bajos.

Limitaciones

Se puede considerar como limitación la población dado que fueron pocos participantes, de los cuales el muestreo de las mujeres fue mucho más pequeño que la de los hombres, dado que en esta secundaria en el turno vespertino la población son mayoría de hombres. Podemos llegar a considerar que esto pudo influir en los resultados obtenidos.

Por otro lado, no se tuvo la oportunidad de contar con la participación de las y los estudiantes del turno matutino, debido a las actividades programadas con anterioridad, por la escuela.

Sugerencias

Realizar más investigaciones sobre esta correlación, con una población más grande. Es decir, podría ser una investigación con distintas secundarias, una con ambos turnos, o una donde tengan el mismo muestreo de hombres y mujeres.

Crear programas de intervención emocional en las escuelas para brindar herramientas, las cuales nos ayuda a prevenir riesgos como el bullying, alcoholismo, violencia, depresión, estrés, ansiedad, consumo de drogas, intentos de suicidio y prevenir el abandono escolar.

Complementar esta investigación con observaciones y entrevistas; quizás con un enfoque más cualitativo.

Papel de la psicóloga educativa

El objetivo con el que se hizo esta investigación era conocer si existía una relación significativa entre la inteligencia emocional y el rendimiento académico, dado que tenía la idea de que las emociones si podían influir en las y en los estudiantes, dentro del ámbito escolar.

El elegir hacer la investigación con adolescentes, fue debido a que se conoce que estos están en constantes cambios, por lo cual puede haber un mayor índice de aparición de emociones.

La formación que se recibí durante la carrera facilito el desarrollo del marco teórico de este estudio, aunque represento un reto plasmar de una forma más clara las ideas de manera escrita.

Con relación a la parte metodológica, uno de los retos como psicóloga educativa fue que a lo largo de la formación no es común elaborar trabajos escolares siguiendo un método de desarrollo, como el de esta investigación.

El poder generar conocimiento lleva un proceso, aunque la investigación está a expensas de las autoridades educativas.

REFERENCIAS

- Albán, J., y Calero, J. (2017). *El rendimiento académico: aproximación necesaria a un problema pedagógico actual*. Revista Conrado, 13(58). 213-220.
<https://conrado.ucf.edu.cu/index.php/conrado/article/view/498/532>
- Allen, B., y Waterman, H. (21 de mayo de 2019). *Etapas de la adolescencia*. Healthy children.
<https://www.healthychildren.org/Spanish/ages-stages/teen/Paginas/Stages-of-Adolescence.aspx>
- Arntz, J. y Trunce, S. (2019). *Inteligencia emocional y rendimiento académico en estudiantes universitarios de nutrición*. Investigación en educación médica. 8(31). 82-91.
https://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2007-50572019000300082
- Barcelata, B. (2015). *Adolescentes en riesgo. Una mirada a partir de la resiliencia*. Manual Moderno. México.
- Bar-On, R. (2006). *The Bar-On Model of Emotional-Social Intelligence*. Psicothema, 18, (Supl). 13-25.
- Bisquerra, R. (2009). *Psicopedagogía de las emociones*. Reseña de la revista de la asociación de inspectores de educación de España. N.16. Síntesis, Madrid.
<https://avances.adide.org/index.php/ase/article/view/375/197>
- Bisquerra, R. (2011). *Educación Emocional*. Revista Padres y Maestros. N.337. Universidad de Barcelona. 5-8.
<https://redined.educacion.gob.es/xmlui/bitstream/handle/11162/81300/00820113012348.pdf?s>
- Buenrostro-Guerrero, A., Valadez-Sierra, M., Soltero-Avelar, R., Nava-Bustos, G., Zambrano-

- Guzmán, R., y García-García, A. (2012). *Inteligencia emocional y rendimiento académico en adolescentes*. Revista de educación y Desarrollo, 20(1). Guadalajara, Jalisco. 29-37.
https://www.cucs.udg.mx/revistas/edu_desarrollo/anteriores/20/020_Buenrostro.pdf
- Busquets, R. (2017). *Si lo amas, ¡edúcalo! Para adolescentes. Una guía de acompañamiento para los padres de hoy*. Grijalbo. Ciudad de México.
- Carretero, M., y León, J. (1994). *Desarrollo cognitivo y aprendizaje en la adolescencia*. En C. Coll, J. Palacios y A. Marchesi. (comps.) *Desarrollo psicológico y educación I. Psicología Evolutiva*. Madrid: Alianza. 311-326.
- Coleman, J., y Hendry, L. (1985). *Psicología de la Adolescencia*. Editorial Morata. Primera edición.
<https://clea.edu.mx/biblioteca/files/original/9d07ab878a8993e15115cc2eedc876f1.pdf>
- Colom, J., y Fernández, M. (2009). *Adolescencia y desarrollo emocional en la sociedad actual*. Revista de Psicología. Vol. 1. Psicología del desarrollo: Infancia y Adolescencia. INFAD. 235-242. <https://dehesa.unex.es/handle/10662/16398>
- Delval, J. (1994). *La pubertad y la adolescencia*. En *El desarrollo humano*. México: Siglo XXI. 531-550.
- Díaz, J., y Flores, E. (2001). *La estructura de la emoción humana: Un modelo cromático del sistema afectivo*. Revista: Salud mental. 24(4). México. 20-35.
<https://www.medigraphic.com/pdfs/salmen/sam-2001/sam014c.pdf>
- Extremera, N., y Fernández, P. (2013). *Inteligencia Emocional en Adolescentes*. Revista Padres y Maestros. Núm. 352. Universidad de Málaga.
<https://revistas.comillas.edu/index.php/padresymaestros/article/view/1170/993>
- Fernández-Berrocal, P., Extremera, N. y Ramos, N. (2004). *Instrumento: Train Meta-Mood*

Scale (TMMS-24). En: *Instrumentos para la evaluación de la salud mental y el desarrollo positivo adolescente y los activos que lo promueven*. 144-159. [Archivo PDF]. https://www.formajoven.org/AdminFJ/doc_recursos/201241812465364.pdf

Fernández-Berrocal, P., y Aranda, D. (2008). *La inteligencia emocional en la educación*.

Revista Electrónica de Investigación Psicoeducativa. ISSN. 15(6). 421-436.
<https://ojs.ual.es/ojs/index.php/EJREP/article/view/1289/1363>

Henderson, M., y Argyle, M. (1985). *Social support by four categories of work colleagues:*

Relationships between activities, stress and satisfaction. Journal of Organizational Behavior. 6(3). 229-239.

Hernández, A. (22 de septiembre de 2020) *¿Cuál es la diferencia entre emoción y*

sentimiento? <https://www.hernandezpsicologos.es/blog/diferencia-emocion-sentimiento/>

Ibáñez, N. (2002). *Las emociones en el aula*. Estudios pedagógicos, No. 28. 31-45.

https://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0718-07052002000100002

Jiménez, I., & López-Zafra, E. (2009). *Inteligencia emocional y rendimiento escolar: estado*

actual de la cuestión. Revista Latinoamericana de Psicología. 41(1). 69-79.
<https://www.redalyc.org/pdf/805/80511492005.pdf>

Jiménez, M. (1994). *Competencia social: intervención preventiva en la escuela*. Infancia y

Sociedad, 24. 21-48. https://www.researchgate.net/profile/Manuel-Jimenez-21/publication/259442484_Competencia_social_intervencion_preventiva_en_la_escuela/links/54461db60cf2d62c304da000/Competencia-social-intervencion-preventiva-en-la-escuela.pdf

Jiménez-Blanco, A., Sastre, S., Artola González, T., y Alvarado Izquierdo, J. M. (2020).

Inteligencia emocional y rendimiento académico: Un modelo evolutivo. La Revista Iberoamericana de Diagnóstico y Evaluación. RIDEP, 3(56). 129-141.

<https://digiuv.villanueva.edu/bitstream/handle/20.500.12766/198/Inteligencia%20Emocional%20y%20Rendimiento%20Acad%c3%a9mico.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Martínez-Otero, V. (1996). *Factores determinantes del rendimiento académico en enseñanza media*. Colegio oficial de psicólogos de Madrid.
<https://www.copmadrid.org/webcopm/publicaciones/educativa/1996/vol1/arti5.htm>

Maturana, H. (1990). *Emociones y lenguaje en educación y política*. Dolmen. Santiago.
https://des-juj.infed.edu.ar/sitio/upload/Maturana_Romesin_H_-_Emociones_Y_Lenguaje_En_Educacion_Y_Politica.pdf

Maturana, H. (1992). *El sentido de lo humano*. Hachette. Santiago.
<http://escuelainternacionaldecoaching.com/downloads/BibliotecaEIC/Humberto%20Maturana%20-%20El%20Sentido%20de%20lo%20Humano.pdf>

Mayer, J. y Salovey, P. (1997). *What is emotional intelligence?*. En P, Salovey., & D, Sluyter. (Eds.). *Emotional development and emotional intelligence: Educational applications*. New York: Basic Books. 3-31.

McDevitt, T., Lennon, R., y Kopriva, R. (1991). Adolescents perceptions of mothers and fathers prosocial actions and empathic responses. *Youth y Society*. 22(3). 387-409.

Páez, M., y Castaño, J. (2015). *Inteligencia emocional y rendimiento académico en estudiantes universitarios*. *Psicología desde el Caribe*, 32(2). Colombia. 268-285.
http://www.scielo.org.co/scielo.php?pid=S0123-417X2015000200006&script=sci_arttext

Palacios, J. (1995). *¿Qué es la adolescencia?* En C. Coll, J. Palacios y A. Marchesi (comps.) *Desarrollo psicológico y educación*. Vol. I *Psicología Evolutiva*. Madrid: Alianza. 299-309.

Peterson, G. y Rollins, B. (1987). *Parent-child socialization*. In *Handbook of marriage and the family*. Boston, MA: Springer US. 471-507.

- Plutchik, R. (1980). *Emotion: A Psychoevolutionary Synthesis*. Harper & Row, Nueva York.
- Ramírez, O. (2015). *Identificación de problemáticas ambientales en Colombia a partir de la percepción social de estudiantes universitarios localizados en diferentes zonas del país*. Revista internacional de contaminación ambiental. 31(3). 293-310.
https://www.scielo.org.mx/scielo.php?pid=S0188-49992015000300009&script=sci_arttext
- Rice, P. (1999). *Desarrollo del juicio moral, carácter, valores, creencias y conducta*. En Adolescencia. España: Prentice hall. 299-321.
- Rice, P. (1999). *Desarrollo social, relaciones, citas amorosas parejas de hecho y matrimonio*. En Adolescencia. España: Prentice hall. 261-298.
- Rice, P. (1999). *La imagen corporal*. En Adolescencia. España: Prentice hall. 113 – 128
- Rice, P. (1999). *Los adolescentes y sus familiares*. En Adolescencia. España: Prentice hall. 325-343.
- Rodríguez, U., y Suarez, Y. (2012). *Relación entre inteligencia emocional, depresión, y rendimiento académico en estudiantes de psicología*. Psicogente, 15(28). Universidad Simón Bolívar. Colombia. 348-359.
<https://revistas.unisimon.edu.co/index.php/psicogente/article/view/1881/1797>
- Ruvalcaba, N., Gallegos, J., Villegas, D. y Lorenzo, M. (2015). *Habilidades socioemocionales y resiliencia*. Cap.5. de Adolescentes en riesgo. Una mirada a partir de la resiliencia. Manual Moderno. México. 109-117.
- Salovey, P. y Grewal, D. (2005). *The Science of emotional intelligence*. Currents Directions in Psychological Science, 14. 141-152
- Salovey, P., Mayer, J., Goldman, S., Turvey, C. y Palfai, T. (1995). *Emotional attention*,

clarity and repair: exploring emotional intelligence using the trait meta-mood scale. En J. Pennebaker (ed.). *Emotion, disclosure and health.* Washington, D.C. American Psychological Association.

Salovey, P., y Mayer, J. (1990). *Emotional intelligence.* *Imagination, Cognition and Personality,* 9. (185). 21-31.
https://resources.inei.edu.mx/pdfRecursos/1628798551_Inteligencia%20Emocional.pdf

Salovey, P., y Mayer, J. (1997). *El modelo de inteligencia emocional.* M. Salovey.
<https://research.yale.edu/cgi-bin/cgiwrap/miehot/heblab/home.cgi>

Sánchez, D., León, S. y Barragán, C. (2015). *Correlación de inteligencia emocional con bienestar psicológico y rendimiento académico en alumnos de licenciatura.* *Investigación en educación médica.* 4(15). 126-132.
https://www.scielo.org.mx/scielo.php?pid=S2007-50572015000300126&script=sci_arttext

Usán, P. y Salavera, C. (2018). *Motivación escolar, inteligencia emocional y rendimiento académico en estudiantes de educación secundaria obligatoria.* *Actualidades en psicología.* 32(125). 95-112.
https://www.scielo.sa.cr/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2215-35352018000200095#B60

Valenzuela-Santoyo, A., y Portillo-Peñuelas, S. (2018). *La inteligencia emocional en educación primaria y su relación con el rendimiento académico.* *Revista Electrónica Educare,* 22(3). Sonora, México. 228-242.
https://www.scielo.sa.cr/scielo.php?pid=S1409-42582018000300228&script=sci_arttext

ANEXOS

ANEXO 1

Nombre(s): _____ Edad: _____

Grupo y Grado: _____ Ultimo Promedio General: _____

PRUEBA TMMS-24.

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

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

No emplee mucho tiempo en cada respuesta.

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

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

ANEXO 2

TABLAS DE GUIA DE RANGO DE RESULTADOS

Para obtener el puntaje de cada factor, se debe sumar los ítems: del ítem 1 al 8 para la Atención a las emociones (percepción), del ítem 9 al 16 para la Claridad emocional (comprensión) y del ítem 17 al 24 para la Reparación emocional (regulación). Obteniendo un resultado entre 8 a 40 puntos en cada factor.

Una vez calculados los puntos, vemos el nivel que se maneja en cada factor, con el apoyo de las tablas que los autores aportaron, siendo diferentes rangos dependiendo del sexo (para mujeres y para hombres).

	HOMBRES	MUJERES
ATENCIÓN A LAS EMOCIONES <i>(Suma del ítem 1 al 8)</i>	Debe mejorar su atención: presta poca atención. < 21	Debe mejorar su atención: presta poca atención. < 24
	Adecuada Atención 22 a 32	Adecuada Atención 25 a 35
	Debe mejorar su atención: presta demasiada atención >33	Debe mejorar su atención: presta demasiada atención >36

	HOMBRES	MUJERES
CLARIDAD EMOCIONAL <i>(Suma del ítem 9 al 16)</i>	Debe mejorar su claridad emocional < 25	Debe mejorar su claridad emocional < 23
	Adecuada claridad emocional 26 a 35	Adecuada claridad emocional 24 a 34
	Excelente claridad emocional >36	Excelente claridad emocional >35

	HOMBRES	MUJERES
REPARACIÓN DE LAS EMOCIONES <i>(Suma del ítem 17 al 24)</i>	Debe mejorar su reparación de las emociones < 23	Debe mejorar su reparación de las emociones < 23
	Adecuada reparación de las emociones 24 a 35	Adecuada reparación de las emociones 24 a 34
	Excelente reparación de las emociones >36	Excelente reparación de las emociones >35