

INTELIGENCIA EMOCIONAL EN JÓVENES DE BACHILLERATO Y EN SUS RELACIONES DENTRO DEL ÁMBITO ESCOLAR¹

EMOTIONAL INTELLIGENCE IN HIGH SCHOOL STUDENTS IN THEIR RELATIONSHIPS IN THE SCHOOL

Fernanda Nayeli González Romo² y Yaralin Aceves Villanueva
Universidad Autónoma de Baja California
México

RESUMEN

El presente estudio fue realizado en un Centro de Bachillerato Tecnológico, Industrial y de Servicios del municipio de Mexicali, Baja California, México, la investigación fue efectuada en el periodo de Febrero a Mayo del 2016. Su objetivo fue ilustrar a los jóvenes de bachillerato en la importancia del control emocional, así como potenciar y desarrollar dicha habilidad en su vida académica, por lo que esta investigación se enmarcó en el modelo de programas a través de un taller donde se abordaron temas sobre las competencias sociales y emocionales de Daniel Goleman. La investigación permitió brindar a la institución, propuestas de mejora y fortalecimiento a los programas de tutorías. Los resultados obtenidos en el diagnóstico muestran que los jóvenes dan poco interés a la relación intrapersonal emparejándose con los resultados de la relación interpersonal, en ambos sexos. Los jóvenes mencionaban que prefieren no relacionarse con personas en su ambiente educativo si no se llegará a un acuerdo mutuo, dominándolos tres emociones en específico: alegría, ira y aversión.

ABSTRACT

This research was carried out in a Technological and Industrial High School from Mexicali, Baja California, Mexico. The research was conducted in the period from February to May 2016. Its objective was to explain to high school students the importance of emotional control, and also improve and develop that skill in their academic life. In order to achieve the objective set in this research, it was conducted an intervention model framed in the program through a workshop where there were topics about Daniel Goleman's social and emotional skills. The investigation provides the institution, proposals for improving and strengthening tutorial programs. The results obtained in the diagnosis show that young people give little interest to the intrapersonal relationship matching them with the results of the interpersonal relationship, in both genders. Youth told that they prefer not to relate to people in their educational environment if not come to a mutual agreement, dominating them three emotions in particular: joy, anger and aversion.

PALABRAS CLAVE

Inteligencia emocional, Intervención psicopedagógica, Jóvenes

KEYWORDS

Emotional intelligence, educational and physiological intervention, Youth

¹ Recibido el 03 de enero y aceptado el 30 de mayo del 2016.

² E-mail: Fernanda.gonzalez.romo@outlook.com

Los primeros autores en introducir la temática de inteligencia emocional, fueron Salovey y Mayer en 1990, pero no hubo impacto en la misma sino hasta 5 años después por el psicólogo Daniel Goleman quien apoyado en las investigaciones de Salovey y Mayer, introduce en su libro “Inteligencia emocional”, en el que plantea que la inteligencia de la persona va más allá de resultados en test intelectuales, más allá del área cognitiva, Daniel Goleman menciona que la inteligencia y las capacidades que posee una persona está influenciado prioritariamente por el control de las emociones.

Goleman y Cherniss (2001) definen la inteligencia emocional como una ordenación de conocimientos y aptitudes emocionales que tienen una influencia en nuestra capacidad general de afrontar con eficacia las demandas del entorno. Esta ordenación incluye: (1) La habilidad de ser consciente de uno mismo, comprenderse y expresarse. (2) La habilidad de ser consciente de los demás, de comprenderlos y relacionarse con ellos. (3) La habilidad de lidiar con emociones intensas y de controlar los propios impulsos. (4) La habilidad de adaptarse a cambios y de resolver los problemas de naturaleza personal o social (p. 49).

En una investigación realizada en el Estado de México, se trató de evaluar si la aplicación de ciertas técnicas mejorarían el desempeño en la inteligencia emocional aumentando el rendimiento académico, los resultados mostraron mejoramiento en los jóvenes, pero está la necesidad de darle seguimiento a la aplicación de dichas técnicas. “la solución pasa por la integración de los saberes, es decir, por reorganizar la metodología de la enseñanza de manera que los sentimientos y los conflictos no queden fuera de ella, sino que formen parte del espejo en el que se mira el alumnado” (Sastre, y Moreno, 2002, p. 22).

En estudios realizados en España y Estados Unidos, se afirma que los jóvenes de muy alta inteligencia emocional son estudiantes que transmiten satisfacción ante la vida, tienen mayor facilidad y calidad en sus relaciones sociales, en cambio los que tienen un bajo nivel de inteligencia emocional muestran

conductas de estrés y depresión. En otras investigaciones se menciona que la inteligencia emocional está influenciada por la felicidad y el éxito que siente o busca la persona en su vida; “El éxito o la felicidad del ser humano se encuentran indivisiblemente unidos a la aparición de ciertos estados de ánimo o emociones particulares (generalmente de tipo positivo) que a su vez pueden conllevar un mejor rendimiento individual” (Extremera, y Fernández, 2009, p.89).

Manz (2005), plantea cómo nuestras experiencias han sido influenciadas en todo momento por nuestro estado de ánimo, la forma en que percibimos y actuamos ante diversas situaciones que pueden o no beneficiar a uno mismo, este tipo de “disciplina” es compleja, pero de acuerdo con el autor, nos ayuda a encontrar un desarrollo pleno.

Como es complicado el llegar a crear una disciplina emocional por cuenta propia, Manz (2005) menciona 5 pasos que deberá de identificar la persona para que pueda llegar controlar, de cierta manera, sus emociones ante situaciones que lo ameriten: (a) ¿Cuál es la causa? Identificar la cuestión o el acontecimiento que provoca los sentimientos; (b) centrarse en el cuerpo. Analizar el propio cuerpo ¿Dónde se sienten de forma específica en el cuerpo esos sentimientos?; (c) centrarse en la mente. Identificar los pensamientos y/ o imágenes que acompañan a los sentimientos; (d) centrarse en el Espíritu. Determinar qué parte del ser está manifestando y qué parte se está ocultando; (e) elegir una opción, escoger las acciones y reacciones (estrategias personales de la disciplina emocional) (p.48).

Hablar de inteligencia emocional es preocupante, ya que no se le da la importancia al desarrollo de una disciplina emocional, tanto en el ámbito educativo como en el familiar, ambientes en donde el joven tiende a ser influenciado en el lenguaje, conductas, actitudes, percepciones, etc., hay enfoques que se dan como prioritarios en los ambientes mencionados, cabe recalcar que no se trata de eliminar o de darle menos importancia sino que se integren a la inteligencia emocional, con la finalidad de que la persona que se encuentra en desarrollo pueda tenerlo en plenitud.

MÉTODO

PARTICIPANTES

Se trabajó con estudiantes de cuarto semestre de la especialidad de mecatrónica. Se utilizó una muestra de 25 alumnos (8 mujeres y 17 hombres) entre los 16 y 17 años de edad, que se encuentran cursando el programa de motivación para el adolescente. Para la conformación del grupo y efectuar la intervención se tomó como criterio los resultados obtenidos en el diagnóstico.

MATERIALES

Se utilizó la última versión de CAIM (Cuestionario de Autoevaluación de Inteligencias Múltiples). El cual mide 7 sub inteligencias intrapersonal, interpersonal, verbal-lingüístico, corporal- kinestésico, lógico- matemática, visual-espacial y musical-rítmica. Cada sub inteligencia consta de 10 ítems, otorgando el conocimiento de diversos factores en cada ítem (autoconocimiento, autocrítica, responsabilidad, comunicación, comprensión, asertividad, empatía, liderazgo, creatividad visual, memoria, orientación espacial, aplicaciones lógicas, numérico, memoria, discriminación, habilidad motora y corporal, manipulación y percepción de sensaciones). El instrumento es validado por el Dr. Roberto Kertész a fin de que cada ítem corresponda a un solo factor. El formato de respuesta es tipo Likert siendo 0 "nunca" y 10 "siempre", cada sub inteligencia tiene la posibilidad de dar una suma total de 100. La elaboración de la entrevista fue de autoría propia, realizando 4 preguntas abiertas en las siguientes áreas: Habilidad social, empatía, autoconocimiento, motivación extrínseca e intrínseca y el control emocional durante clases.

TIPO DE ESTUDIO O DISEÑO

Es un estudio de corte mixto, diseño no experimental a un grupo aleatorio ya que la investigación “se concentra en: (a) Estudiar cómo evoluciona una o más variables o las relaciones con ellas, y/o (b) Analizar cambios a través del tiempo de un evento, una comunidad, un fenómeno, una situación o un contexto” (Hernández, Fernández, Pilar del, 2010, p 151).

PROCEDIMIENTO

Fase I.- Se seleccionó aleatoriamente a un grupo de jóvenes de cuarto semestre del Centro de Bachillerato Tecnológico, Industrial y de Servicios no. 21, que cursan el programa de motivación para el adolescente.

Fase II.- Para el diagnóstico se aplicó el instrumento CAIM al grupo completo, se analizaron los resultados y los jóvenes que obtuvieron resultados por debajo de la media, se les realizó una entrevista de autoría propia sobre los factores.

Fase III.- De acuerdo a los resultados del diagnóstico se diseñó una intervención enmarcada en el modelo de programas, el cual consiste en la realización de una intervención continua previamente planificada, con la finalidad de atender necesidades en el contexto de los sujetos, desarrollando o potenciando ciertas competencias (Álvarez, Riart, Martínez y Bisquerra, 1998) a través de la implementación de un taller. El taller fue titulado “Conexión emocional” y consistió en la impartición de temas y actividades de autoconocimiento, autoconciencia, empatía, motivación, habilidades sociales, comunicación intrapersonal e interpersonal y control emocional.

Fase IV.- Para la evaluación de la intervención se elaboraron dos instrumentos, aplicados previo y posterior al taller.

RESULTADOS

En la figura 1 puede percibirse que en la relación intrapersonal (autoconocimiento, autocrítica y responsabilidad) las mujeres tiene mayor porcentaje (con un 68.3%) y en la relación interpersonal (empatía, asertividad y liderazgo) los hombres obtienen el porcentaje mayor de un 71.9%. Es importante mencionar que antes de iniciar el taller (intervención) se observaba a los alumnos con disposición, sin embargo los 25 jóvenes se encontraban con entregas finales de proyectos y les preocupaba la entrega del trabajo en equipo, percibiéndose estados de estrés y de preocupación.

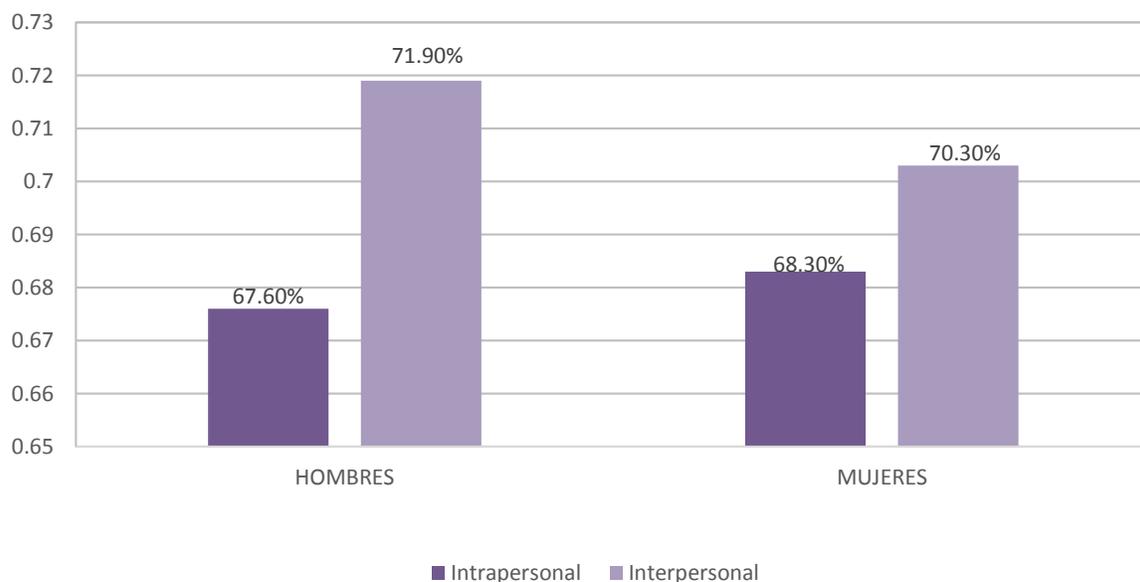


Figura 1. Porcentaje de la relación intrapersonal e interpersonal de hombres y mujeres.

En la figura 2 se puede observar que casi la mitad del grupo refirió presentar una actitud positiva, emocionados de lo que se está por experimentar en el taller.

Se observa en la figura 3 lo que los jóvenes mencionaron estar dispuestos a ofrecer durante las actividades del taller, recalcando que la mayoría estaban dispuestos a poner en práctica los valores.

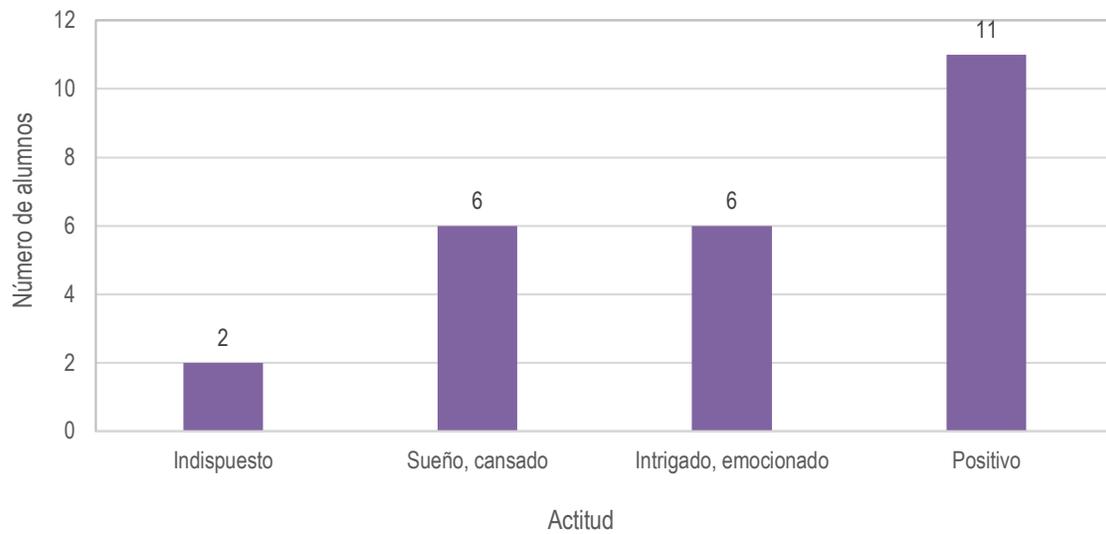


Figura 2. Actitud con la que se presentan al taller.

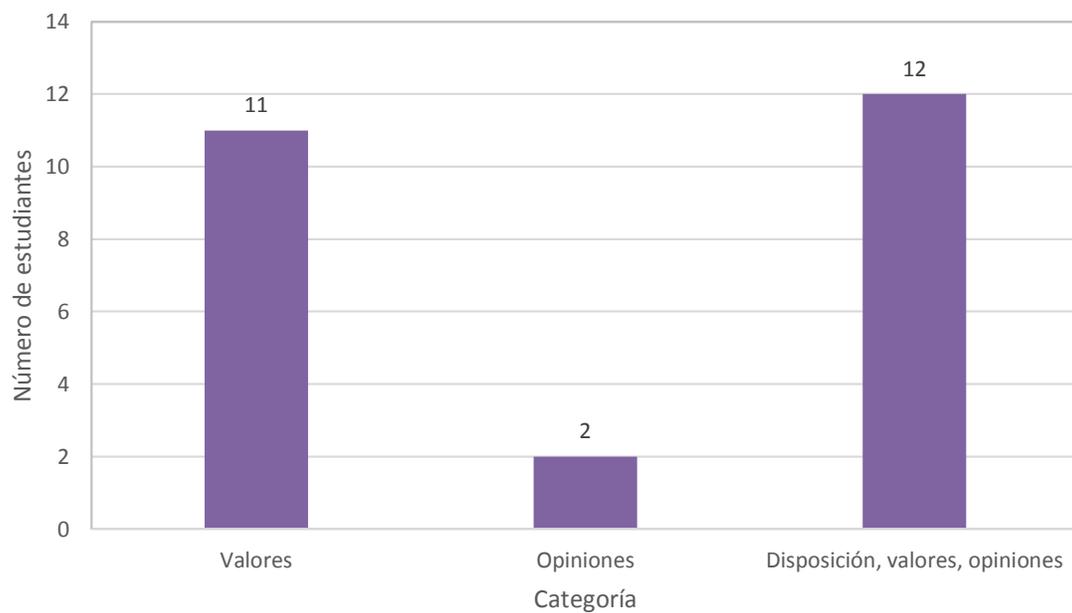


Figura 3. Disposición a ofrecer durante el taller.

Se observa en la figura 4 que la mayoría del grupo le agrado el taller, a continuación se presentan algunos de los comentarios de los jóvenes:

“Me hizo ver lo que le hace falta a mi grupo”.

“Me hizo cambiar el modo de ver mis acciones”.

“Fue dinámico, expresamos nuestras emociones, convivimos más como grupo”.

“Me motiva, me ayuda a tener autoestima”.

“Ayuda a conocerte a ti mismo y a los demás”.

Los comentarios de los jóvenes que se observaron un poco indispuestos respondieron al término del taller lo siguiente:

“No me gustó pero no lo odié, me da lo mismo”.

“Más o menos, porque hablé con algunos compañeros que no conocía y lo demás me aburrió.”

En la figura 5 se observa que la mayoría de los jóvenes terminaron el taller con una actitud muy positiva, mencionando en la evaluación que tienen una actitud optimista, alegre, motivadora y con ganas de mejorar, sin embargo aquella persona que terminó con una actitud negativa mencionaba que desde un inicio le daba igual.

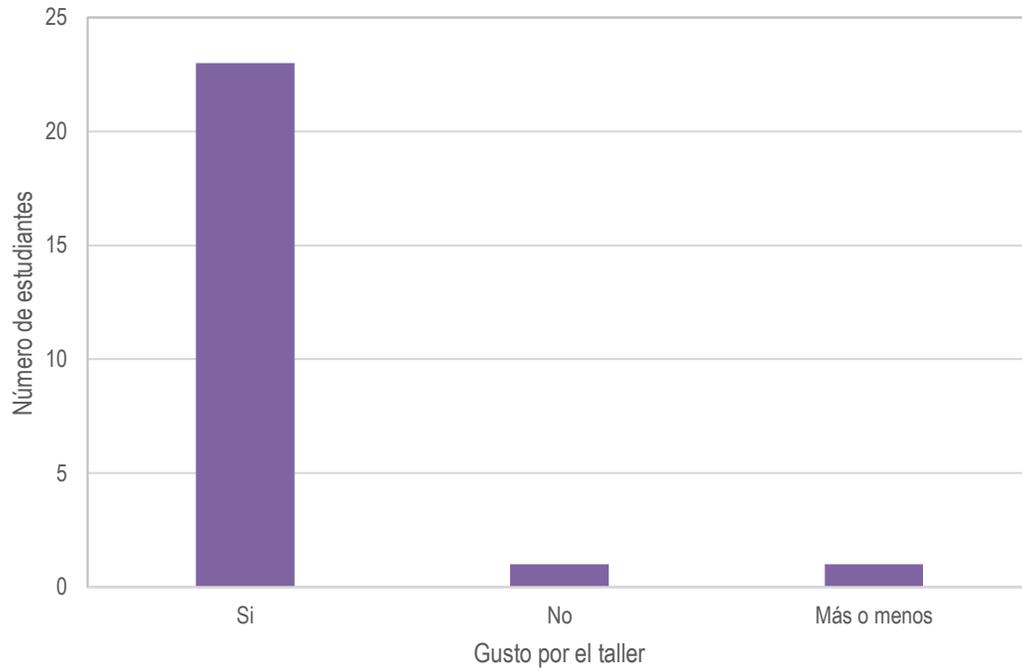


Figura 4. Gusto por el taller.

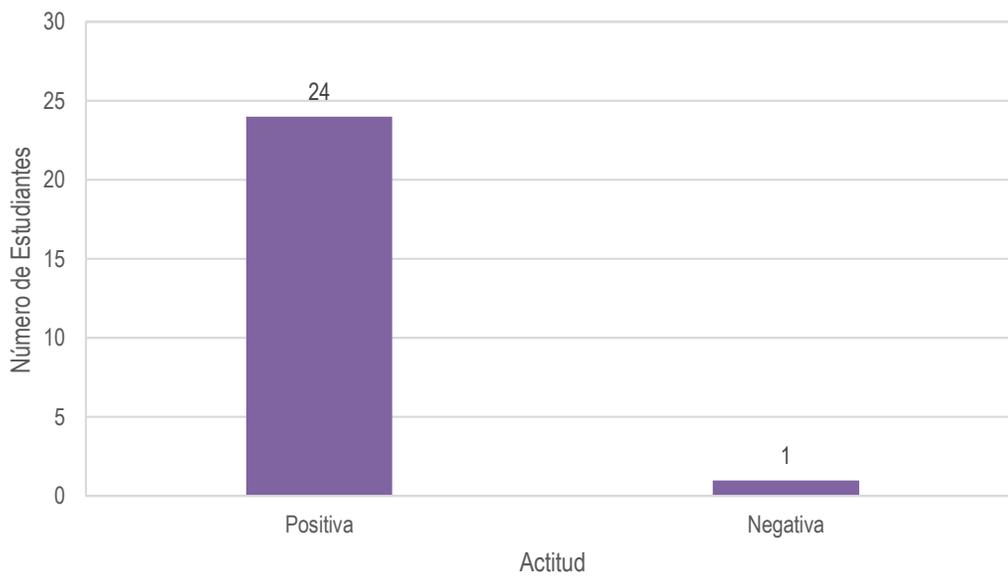


Figura 5. Actitud con la que terminan el taller

DISCUSIÓN

Los resultados de la intervención son congruentes ya que se busca enseñar y comprender a los jóvenes, situación no muy común en la institución a la que asisten, los alumnos están dispuestos a cambios, pero se requiere de un seguimiento constante durante sus estudios.

De acuerdo con Serrano y García (2010), los jóvenes que se encuentran en el ámbito educativo tienen miedo a fracasar, esto llevándolos a relacionarse solamente con ciertos grupos sociales, se considera que los jóvenes tienen miedo a que el resto de las personas que le rodean en la escuela conozcan sus debilidades, se externaba dentro del taller que en el salón las personas hablan a espaldas de otros, ¿cómo se podría dar al joven la confianza de ser el mismo en todo momento? ¿Cómo enseñarle a controlar sus emociones ante las dificultades que se presentan en esta etapa? Sastre y Moreno (2002) mencionan que los alumnos ven a sus formadores educativos como personas de ejemplo, personas que podrán orientarlos cuando tengan alguna dificultad. La realidad es que algunos docentes no se sienten preparados para atender tal responsabilidad o sencillamente la ignoran creando discusiones y malentendidos entre maestros-alumnos no permitiendo la práctica de una inteligencia emocional.

En una de las entrevistas realizadas los alumnos mencionaban que si no se puede llegar a una solución con los maestros, preferirán no relacionarse, quejarse y hacer lo que les pidan con una actitud pesimista, llevándolos a tener experiencias académicas desagradables.

Los adolescentes saben cuando el profesor solamente está para enseñar y cuando está para enseñar y comprender “la relación educativa con el adolescente puede resultar exitosa en la medida que tenemos interés por saber cómo son. Se trata de comprender, en definitiva, para acertar en la intervención” (Funes, 2011, p.61).

Para futuras investigaciones se propone realizar estudios sobre el impacto de las emociones en docentes antes y durante clases.

REFERENCIAS

- Álvarez, M., Riart, J., Martínez, M. y Bisquerra, R. (1998). *Modelos de orientación e intervención psicopedagógica*. Barcelona: Editorial Práxis.
- Extremera, N. y Fernández, P (2004). El papel de la inteligencia emocional en el alumnado: evidencias empíricas. *Revista electrónica de investigación educativa*. 6 (2), 1-18
- Funes, J. (2011). *9 Ideas clave: Educar en la adolescencia*. Barcelona: Editorial Graó.
- Goleman, D. y Cherniss, C. (2001). *Inteligencia emocional en el trabajo*. Barcelona: Editorial Kairós.
- Hernández, R., Fernández, C., Del Pilar, Ma. (2010). *Metodología de la investigación*. Perú: Editorial Mc Graw Hill.
- Kertész, R., Stecconi, C., Etchezáhar, E., Longueira, M. (2013). Construcción y validación del cuestionario de autoevaluación de las inteligencias múltiples. *Ciencia Red*. Recuperado el 16 de mayo de 2015 de: http://cienciared.com.ar/ra/usr/3/1461/hologramatica_n18v3pp85_111.pdf
- Manz, C. (2005). *Disciplina emocional. Claves para aprender a controlar tu estado de ánimo*. Barcelona: Editorial Paidós Ibérica.
- Sastre, G. y Moreno, M. (2002). *Resolución de conflictos y aprendizaje emocional*. Barcelona: Editorial: Gedisa, S.A.
- Serrano, M. y García, D. (2010). Inteligencia emocional: autocontrol en adolescentes estudiantes del último año de secundaria. *Multiciencias*. 10 (3), 273-280.