

OPTIMIZACIÓN DEL PROCESO DE APRENDIZAJE A TRAVÉS DEL DESARROLLO DE HABILIDADES DE INTELIGENCIA EMOCIONAL: UNA INVESTIGACIÓN EN EDUCACIÓN

OPTIMIZING THE LEARNING PROCESS THROUGH THE DEVELOPMENT OF EMOTIONAL INTELLIGENCE SKILLS: AN INVESTIGATION IN EDUCATION

Bolívar Enrique Villalta Jadan¹

E-mail: us.bolivarvillalta@uniandes.edu.ec

ORCID: <https://orcid.org/0009-0009-8698-1586>

Silvio Amable Machuca Vivar¹

E-mail: us.silviomachuca@uniandes.edu.ec

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-4681-3045>

Diego Paúl Palma Rivera¹

E-mail: us.evagrado@uniandes.edu.ec

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-7684-7721>

Ivanhoe Paola García Reinoso¹

E-mail: ss.ivanhoepr99@uniandes.edu.ec

ORCID: <https://orcid.org/0009-0006-2101-936X>

¹ Universidad Regional Autónoma de Los Andes Santo Domingo. Ecuador.

Cita sugerida (APA, séptima edición)

Villalta Jadan, B. E., Machuca Vivar, S. A., Palma Rivera, D. P., & García Reinoso, I. P. (2023). Optimización del Proceso de Aprendizaje a través del desarrollo de Habilidades de Inteligencia Emocional: una investigación en educación. *Revista Conrado, 19*(S2), 35-41.

RESUMEN

El uso de estrategias y técnicas de inteligencia emocional en el ámbito educativo es esencial para el desarrollo del proceso de aprendizaje. Los docentes no solo deben transmitir información y conocimiento, sino también guiar a los estudiantes en el manejo y control de sus emociones, cultivar la paciencia, promover la participación en clases y crear un ambiente positivo con todos los actores involucrados en la educación. Con este objetivo en mente, se llevó a cabo una investigación cualitativa-cuantitativa en la Unidad Educativa Eloy Alfaro, donde se evidenció que no se utilizan técnicas de inteligencia emocional y se tiene un conocimiento limitado sobre las mismas. Se demostró que la aplicación adecuada de estas técnicas puede mejorar significativamente el proceso de aprendizaje de los estudiantes.

Palabras clave:

Equilibrio psicológico, conocimiento, aprendizaje, estrategias

ABSTRACT

The use of emotional intelligence strategies and techniques in education is essential for the development of the learning process. Teachers should not only transmit information and knowledge, but also guide students in the management and control of their emotions, cultivate patience, promote class participation and create a positive environment with all the actors involved in education. With this objective in mind, qualitative-quantitative research was carried out in the Eloy Alfaro Educational Unit, where it was evidenced that emotional intelligence techniques are not used and there is limited knowledge about them. It was shown that the proper application of these techniques can significantly improve the learning process of students.

Keywords:

Psychological equilibrium, knowledge, learning, strategies, strategies

INTRODUCCIÓN

La inteligencia emocional ha sido estudiada por varios psicólogos y científicos hace varios años atrás y el resultado de dichas investigaciones es el moldeamiento teórico de dicho concepto, con el paso de los años la inteligencia emocional ha tratado de posicionarse de una manera intensa dentro del campo de la educación para hacer frente a estudiantes que son inseguros con sus compañeros de clases, docentes, así como también demuestran incomodidad al momento que les toca participar en clase, ya que si es de hacerlo voluntariamente no lo realizan y esto afecta de manera directa el proceso para adaptarse a la escuela, colegio o educación superior. Por otra parte, la inteligencia emocional es una técnica novedosa que ha sido introducida recientemente dentro de la educación, por esta razón este término ha resultado raro o desconocido para algunas de las personas; en tal sentido, habrá que entenderlo de la siguiente manera: "El concepto de inteligencia emocional alude a una competencia o habilidad caracterizada por la adecuada gestión de las emociones propias y ajenas..." (Fernández-Berrocal & Aranda, 2008) Es decir, hace referencia a que una persona tenga el control y el respectivo manejo que se tiene sobre las propias emociones; la prioridad de poner más atención a nuestras emociones logrando un equilibrio psicológico para que no afecte su rendimiento académico a los educandos. Segun (Lynn, 2017; Serrano et al., 2000).

El hecho de lograr un equilibrio psicológico y una buena salud mental es sumamente importante en todos los aspectos de la vida humana, pero cobra aún mayor relevancia en el ámbito educativo. Esto se debe a que el estado emocional y mental de los estudiantes puede tener un impacto determinante en su rendimiento académico. Una mente sana y equilibrada puede favorecer un mejor desempeño en el aprendizaje y contribuir a un ambiente educativo saludable para los educandos.

En Ecuador de manera oficial no se ha tratado otro tipo de educación más que la clásica, dictar clases de teoría, conceptos e información meramente académica además del mando directo de tareas, no tomando en cuenta el desarrollo intelectual progresivo de los estudiantes y, con la cual podrían ser más flexibles y, sobre todo, tener una educación más cercana a sus necesidades. Para (Vílchez, 2002) el concepto de inteligencia ha ido siempre evolucionando y cambiando de acuerdo a las tendencias de cada momento, aunque siempre ha existido una marcada predisposición hacia su medición. Entonces se podría esperar que en un corto lapso de tiempo las autoridades consideren implementar de forma oficial esta nueva técnica.

Aunque no se implemente de manera oficial algunos docentes aplican esta técnica en sus estudiantes que según (Bariso, 2020) se caracteriza el aumento de motivación, aumento de autoestima, un desarrollo de sentimiento positivo en el entorno, favorece en la relaciones interpersonales y aumenta las habilidades en la educación y de manera general ayudando a desarrollar habilidades sociales y afectivas, de esta manera pueden lograr competencias que ayuden al bienestar en todos los ámbitos de la vida cotidiana y educacional comunicativas, entre otras ventajas

La inteligencia emocional se ve muy bien explicada por el modelo de Salovey y Mayers. Este modelo trata acerca de cómo las personas pueden aprender habilidades sociales y emocionales que pueden ayudar a afrontar emociones negativas y destructivas que pueden presentar malos resultados (Fernande Berrocal & Extremera Pacheco, 2005) En este modelo se toma en cuenta lo que la persona siente y como esto afecta en su rendimiento, en este caso, académico.

El concepto de inteligencia de Gardner aportó a que no solo existe un tipo de inteligencia sino 8 tipos, dividiendo así la inteligencia en 8 componentes (Gardner, 2016) Este psicólogo pensaba que la inteligencia no solo se conformaba por las virtudes académicas sino también de ser hábil en otro tipo de componentes como el musical, lingüístico, intrapersonal, naturalista, interpersonal, corporal-kinestésico, lógico matemático y el espacial. Como se puede constatar, Gardner le dio importancia a la inteligencia intrapersonal e interpersonal los cuales son componentes muy importantes para la inteligencia emocional.

Los componentes o meta habilidades, que también pueden llamarse ramas, son 4: la primera es la expresión y percepción de emociones, la segunda la asimilación o facilitación de emociones, la tercera es la comprensión emocional y, por último, la cuarta es la regulación emocional (Fernandez-Berrocal & Extremera Pacheco, 2005)

MATERIALES Y MÉTODOS

La investigación llevada a cabo adoptó una modalidad mixta que combinó enfoques cualitativos y cuantitativos. Para el enfoque cualitativo, se recopilaron datos a través de encuestas realizadas a los docentes del Colegio Eloy Alfaro, estas encuestas permitieron obtener criterios y opiniones subjetivas de los docentes sobre el tema de estudio. Por otro lado, en el enfoque cuantitativo, se realizó un análisis estadístico para evaluar la confiabilidad de los datos obtenidos y se utilizó una matriz de correlación para identificar posibles relaciones entre los resultados. Este enfoque cuantitativo proporcionó una base objetiva

y cuantificable para respaldar los hallazgos cualitativos y brindar una comprensión más completa del tema de investigación. La combinación de ambos enfoques permitió obtener una visión integral y holística del fenómeno estudiado, enriqueciendo así la validez y la confiabilidad de los resultados obtenidos.

El método descriptivo describe analiza, registra e interpreta las condiciones que se dan en una situación y momento determinado es decir Este método implica la recopilación y presentación sistemática de datos para dar una idea clara de una determinada situación. (Serrano, 2000). Los datos recogidos se pueden representar tanto en números como en palabras; ahí la diferencia entre ambos tipos. Y es que, mientras la investigación cuantitativa se ocupa de los números y las estadísticas, en la investigación cualitativa se emplean las palabras y los significados. (Sampieri, 2018) Los tipos de investigación considerados son: bibliográfica, diseño transversal, no experimental, La combinación del método descriptivo y los tipos de investigación mencionados permitirá obtener una comprensión detallada y holística del fenómeno estudiado, brindando una base sólida para el análisis y la interpretación de los resultados obtenidos.

El colegio Eloy Alfaro cuenta con 1967 estudiantes 1241 de género femenino y 726 de género masculino, 86 docentes, 47 del género femenino y 39 del género masculino, En la población del estudio se consideró únicamente a los docentes que son el total de 86 de ambos géneros, dado que no sobrepasa la base se tomó en consideración la totalidad de esta, para el proceso de la aplicación de la encuesta se utilizó la aplicación Forms de office 365, para así determinar si los docentes hacen uso de las técnicas de inteligencia emocional en sus estudiantes para mejorar el aprendizaje.

RESULTADOS

Los objetivos de la Institución del Ministerio de Educación son generar oportunidades y resultados educativos de igual calidad para todos; garantizar que estudiantes e instituciones educativas logren sus aprendizajes pertinentes y de calidad; lograr una educación superior de calidad como factor favorable para el desarrollo y la competitividad nacional, así como promover una sociedad que educa a sus ciudadanos y los compromete con su comunidad. Y en el ámbito del docente: fortalecer capacidades para que los maestros ejerzan profesionalmente la docencia además de conocer sobre la transformación del entorno educativo y las habilidades o destrezas que pueden ser imprescindibles en la vida, es decir, aptitudes

necesarias para el desarrollo de los estudiantes en su vida personal y estudiantil.

Se procedió a realizar una encuesta a los docentes de la Unidad Educativa Eloy Alfaro donde se pudo recopilar la siguiente información con una escala con valores asignados que son muy a menudo, frecuentemente, a veces, pocas veces y nunca

Aplica actividades previas a la clase para mejorar la confianza y comunicación con sus estudiantes
86 respuestas

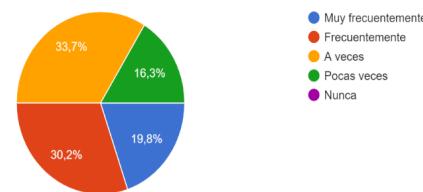


Figura 1. Actividades previas a la clase

Fuente: Encuesta a estudiantes de la Unidad Educativa Eloy Alfaro.

En lo referente a los ítems el 33,7% de los docentes a veces aplican actividades previas para mejorar la confianza y comunicación de sus estudiantes, el 30,2% aplican las actividades previas frecuentemente, el 19,8% de docentes muy frecuentemente aplican actividades previas a clase y el 16,3% pocas veces aplican actividades previas a clase.

¿Conoce técnicas educativas para fomentar la inteligencia emocional en sus alumnos/as?
86 respuestas

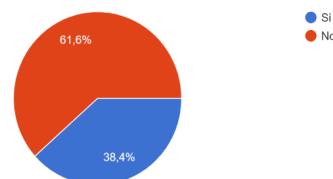


Figura 2. Conocimiento de técnicas para fomentar la inteligencia emocional.

Fuente: Encuesta a estudiantes de la Unidad Educativa Eloy Alfaro.

En lo referente al conocimiento sobre técnicas para fomentar la inteligencia emocional de los alumnos el 61,6% de docentes no tienen conocimiento sobre lo antes dicho y el 38,4% de docentes si tiene conocimiento sobre estas técnicas.

¿Reconocen el estado anímico de sus estudiantes? (1 como nunca y 5 como siempre)
86 respuestas

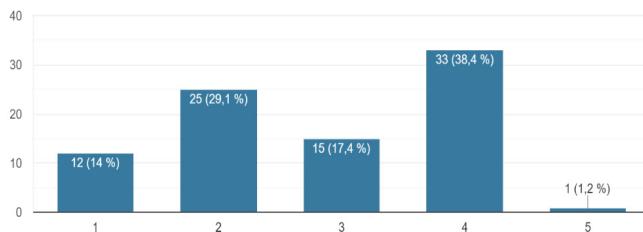


Figura 3. Reconocimiento del estado anímico de docente a estudiante.

Fuente: Encuesta a estudiantes de la Unidad Educativa Eloy Alfaro.

Los resultados de esta figura (figura 3) están realizados con valores asignados donde 1. Nunca, 2. Rara vez, 3. A veces, 4. Casi siempre y 5. Todas las veces o siempre.

El 14% de los docentes nunca reconocen el estado anímico de sus estudiantes, el 29,1% rara vez reconocen el estado anímico de sus estudiantes, el 17,4% de docentes a veces reconocen el estado anímico de sus estudiantes, el 38,4% de docentes casi siempre reconocen el estado anímico de sus estudiantes y el 1,2% de docentes siempre reconocen el estado anímico de sus estudiantes.

De las siguientes técnicas de Inteligencia emocional, cuales aplica (puede seleccionar varios)
86 respuestas

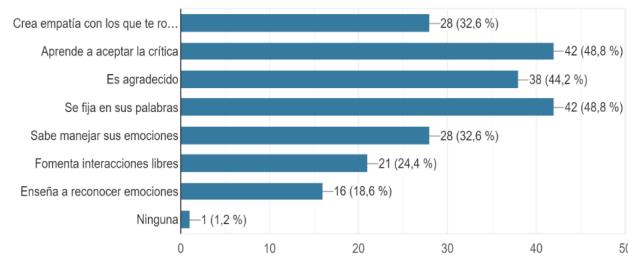


Figura 4. Aplicación de técnicas de inteligencia emocional.

Fuente: Encuesta a estudiantes de la Unidad Educativa Eloy Alfaro.

Referente a las técnicas de inteligencia emocional que los docentes aplican, el 32,6% crea empatía con las personas que los rodean ya sean sus estudiantes o personas de su vida personal, el 48,8% aprende a aceptar la crítica por parte de otras personas, el 44,2% Es agradecido con la vida y con los actos que realizan hacia él, el 48,8% se fija en las palabras que usa con las demás personas de

su alrededor, el 32,6% puede y sabe manejar y controlar sus emociones ante hechos que hacen modificarlas, el 24,4% fomenta interacciones libres dentro del aula y en su vida personal, el 18,6% enseña a sus estudiantes a conocer y controlar sus emociones y el 1,2% no usa ninguna técnica.

Al momento de realizar sus planificaciones toma en cuenta mejorar el ambiente en clase
86 respuestas

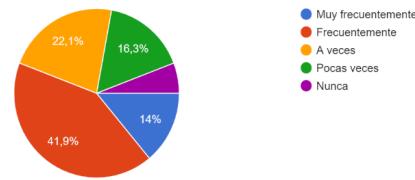


Figura 5. Consideración del ambiente en las planificaciones docentes.

Fuente: Encuesta a estudiantes de la Unidad Educativa Eloy Alfaro.

El 14% de los docentes muy frecuentemente toman en cuenta en sus planificaciones mejorar el ambiente en clase, el 41,9% de los docentes frecuentemente toman en cuenta en sus planificaciones mejorar el ambiente en clase, el 22,1% de los docentes a veces toman en cuenta en sus planificaciones mejorar el ambiente en clase, el 16,3% de los docentes pocas veces toman en cuenta en sus planificaciones mejorar el ambiente en clase, el 5,8% de los docentes nunca toman en cuenta en sus planificaciones mejorar el ambiente en clase.

¿Ayuda a encontrar una pronta solución a los conflictos que se presentan en el aula? (1 como nunca y 5 como siempre)
86 respuestas

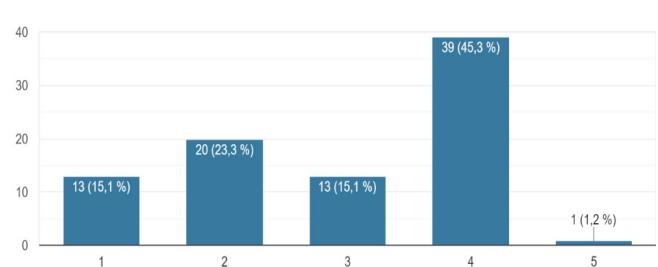


Figura 6. Ayuda de conflictos.

Fuente: Encuesta a estudiantes de la Unidad Educativa Eloy Alfaro.

Los resultados de esta figura (figura 6) están realizados con valores asignados donde 1. Nunca, 2. Rara vez, 3. A veces, 4. Casi siempre y 5. Todas las veces o siempre.

El 15,1% de los docentes nunca ayudan a encontrar una solución a los conflictos que se presentan en el aula, el 23,3% de los docentes rara vez ayudan a encontrar una solución a los conflictos que se presentan en el aula, el 15,1% de los docentes a veces ayudan a encontrar una solución a los conflictos que se presentan en el aula, el 45,3% de los docentes casi siempre ayudan a encontrar una solución a los conflictos que se presentan en el aula, el 1,2% de los docentes todas las veces ayudan a encontrar una solución a los conflictos que se presentan en el aula.

Brinda facilidades a los estudiantes para que participen o gestionen actividades dentro del aula en función de mejorar el ambiente
86 respuestas

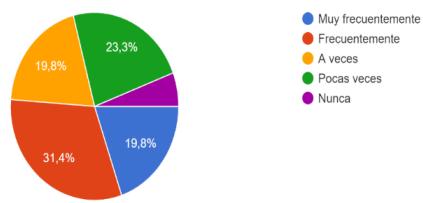


Figura 7. Brinda facilidades a sus estudiantes.

Fuente: Encuesta a estudiantes de la Unidad Educativa Eloy Alfaro.

El 19,8% de los docentes muy frecuentemente brinda facilidades a sus estudiantes para que participen o gestionen actividades dentro del aula, el 31,4 % de los docentes frecuentemente brinda facilidades a sus estudiantes para que participen o gestionen actividades dentro del aula, el 19,8% de los docentes a veces brinda facilidades a sus estudiantes para que participen o gestionen actividades dentro del aula, el 23,3% de los docentes pocas veces brinda facilidades a sus estudiantes para que participen o gestionen actividades dentro del aula, el 5,8% de los docentes nunca brinda facilidades a sus estudiantes para que participen o gestionen actividades dentro del aula.

DISCUSIÓN

La responsabilidad principal de los docentes es garantizar la instrucción de alta calidad. Esto comprende tareas como abordar el plan de estudios, asegurar el compromiso y el aprendizaje, adaptar la instrucción a las necesidades de los estudiantes, preparar los materiales de clase, brindar retroalimentación a los alumnos y a los padres, además de organizar y evaluar. (UNESCO, 2017)

La inteligencia emocional y sus efectos se han estudiado preferentemente en ámbitos específicos del que hacer humano, como el empresarial y el escolar, atendiendo al enfrentamiento de situaciones conflictivas o de alta tensión, las capacidades emocionales se ponen de manifiesto y son necesarias en la cotidianidad de la vida.

Sin embargo, es importante destacar que la inteligencia emocional no se limita solo a situaciones conflictivas o de alta tensión. También juega un papel fundamental en la cotidianidad de la vida diaria, la capacidad de reconocer y gestionar las propias emociones y las de los demás es esencial en las interacciones sociales, en la toma de decisiones, en la resolución de problemas y en el manejo del estrés en situaciones cotidianas. Un mayor desarrollo de la inteligencia emocional puede contribuir a una vida más equilibrada y satisfactoria en diversos contextos, promoviendo relaciones interpersonales saludables, una toma de decisiones más informada y una mejor calidad de vida en general.

Según (Fernández-Berrocal & Aranda, 2008) Las emociones nos acompañan todo el día y todos los días, así que las capacidades emocionales las concebimos como herramientas para llevar la vida. De esta manera, ellas están presentes en situaciones tan simples y cotidianas como cuando somos capaces de:

Darnos cuenta cuando no estamos de buen ánimo y evitamos involucrarnos en situaciones donde no podemos garantizar una buena respuesta, no dejar que los pensamientos negativos crezcan. Disfrutar el logro de pequeñas metas, ser conscientes de que la violencia no es solución para la irritación, utilizar el humor para enfrentar situaciones incómodas, ver las situaciones que provocan emociones perturbadoras de forma diferente, buscar ayuda cuando nuestros propios recursos no son suficientes.

Del trabajo (Goleman, 2012), Se debe considerar aspectos importantes para que los docentes apliquen en sí mismos y en sus alumnos técnicas sobre la inteligencia emocional, las cuales son un conjunto de capacidades emocionales que se refieren a:

- La autoconciencia; autovaloración realista y autoconfianza.
- La autorregulación; autocontrol emocional, adaptabilidad, iniciativa y perseverancia en obtención de metas.
- Habilidades sociales; empatía, mediación de conflictos, liderazgo, persuasión, promover cambios.

Según (Prieto Galindo, 2018) el autoconocimiento es tener conciencia de las propias emociones. Los problemas en la comunicación no verbal inhiben a menudo las

interacciones sociales del niño, de ahí la importancia de identificar y transmitir las emociones propia.

Autocontrol, manejo adecuado de las emociones perturbadoras. (Breitbart et al., 2004) Entre los problemas emocionales más comunes en los niños, se encuentran el manejo de la ira y la tristeza, que interfieren en sus rendimientos académicos y bienestar personal.

Automotivación, se refiere a ordenar las emocionales al servicio de un objetivo. Los niños con altos niveles de motivación esperan tener éxito y no temen plantearse metas elevadas. (Espinosa et al., 2015)

Empatía, la conciencia de las emociones ajenas. (Roig, 2019) Los niños socialmente rechazados no hacen una buena lectura de las señales emocionales de los otros.

Manejo de relaciones, manejo de las emociones en la relación con los demás. Muchos niños que tienen problemas para llevarse bien con otros carecen de la capacidad de conversar y tienen dificultades para transmitir sus necesidades a los demás.

CONCLUSIONES

Los docentes no tienen una idea clara de cuáles son las técnicas de inteligencia emocional para el mejoramiento del aprendizaje en sus estudiantes, ni de como aplicarlas de manera correcta, por ende, tampoco tienen idea de como implementarlas a ellos mismos y esto conlleva a que no se obtenga un correcto proceso de aprendizaje en los estudiantes y en su conducta social.

Se debe tomar en cuenta que las capacidades emocionales son recursos de toda persona, pueden y deben desarrollarse, lo que hace de la educación emocional un imperativo actual que expande su alcance fuera de los marcos estrictamente académicos, el uso de técnicas de inteligencia emocional para el aprendizaje parte desde los docentes, de tener una inteligencia emocional clara y precisa para impartir a sus estudiantes, por ende, los docentes deben mejorar su propia inteligencia emocional y sus métodos o técnicas de enseñanza.

Implementar la inteligencia emocional en los estudiantes de la unidad educativa sería de gran ayuda en el aprendizaje debido a que educarlos en el control y orientación de sus emociones permite que estos reflexionen sobre ellas, identificar las causas que las provocan, tener conciencia de las consecuencias de sus reacciones emocionales y por ende adquieren con más facilidad los conocimientos académicos y lo aprendido se mantiene en el tiempo.

La enseñanza del manejo de las emociones en el ámbito educativo se vuelve una herramienta necesaria no solo para el aprendizaje escolar, sino para enfrentar los

desafíos diarios. Entender cómo las emociones pueden afectar distintos procesos como la memoria y la atención, ayuda no solo a los docentes en el momento de dar clases, sino también a los alumnos para que sepan cómo pueden influir en su aprendizaje, es una actividad que se puede corregir partiendo con capacitaciones a los docentes sobre la inteligencia emocional, poco interés de parte de las autoridades y docentes, desconocimiento sobre las técnicas de aprendizaje respecto a la inteligencia emocional.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Bariso, J. (2020). *Inteligencia emocional para la vida cotidiana: Una guía para el mundo real*. Málaga. Sirio Sa.
- Breitbart, M., Wegley, L., Leeds, S., Schoenfeld, T., & Rohwer, F. (2004). Phage community dynamics in hot springs. *Applied and Environmental Microbiology*, 70(3), 1633-1640.
- Espinosa, B. J. G., Sepúlveda, G. C. T., & Montoya, M. S. R. (2015). Retos de automotivación para el involucramiento de estudiantes en el movimiento educativo abierto con MOOC. RUSC. *Universities and Knowledge Society Journal*, 12(1), 91-103.
- Fernández Berrocal, P., & Extremera Pacheco, N. (2005). La Inteligencia Emocional y la educación de las emociones desde el Modelo de Mayer y Salovey. *Revista Interuniversitaria de Formación del profesorado*. 19(3), 63-93. <https://redined.educacion.gob.es/xmlui/bitstream/handle/11162/35428/01420073000724.pdf?sequence=1>
- Fernández-Berrocal, P., & Aranda, D. R. (2008). La inteligencia emocional en la educación. *Electronic Journal of Research in Education Psychology*, 6(15), 421-436.
- Gardner, H. (2016). *Estructuras de la mente: la teoría de las inteligencias múltiples*. Fondo de cultura económica.
- Goleman, D. (2012). *El cerebro y la inteligencia emocional: nuevos descubrimientos*. Barcelona. Ediciones B, S. A.
- Lynn, A. B. (2017). *50 actividades para desarrollar la inteligencia emocional*. España. Centro de Estudios Ramon Areces SA.
- Prieto Galindo, F. H. (2018). El pensamiento crítico y autoconocimiento. *Revista de filosofía*, 74, 173-191. <https://www.scielo.cl/pdf/rfilosof/v74/0718-4360-rfilosof-74-00173.pdf>
- Roig, M. G. (2019). *El arte de la empatía: Aprende del poder de tu sensibilidad*. AMAT.

Sampieri, R. H. (2018). *Metodología de la investigación: las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta*.

Serrano, G. P. (2000). *Modelos de investigación cualitativa en educación social y animación sociocultural: aplicaciones prácticas* (Vol. 46). España. Narcea Ediciones.

Serrano, M. A., Salvador, A., González-Bono, E., & Martínez-Sanchís, S. (2000). Bienestar psicológico, equilibrio hormonal y características de personalidad en el binomio actividad física-salud. *Revista de Psicología de la Salud*, 12(2), 3-14.

UNESCO. (2017). *Informe de Seguimiento de la Educación en el Mundo*. UNESCO. <https://gem-report-2017.unesco.org/es/chapter/docentes-responsables/>

Vílchez, P. S. (2002). Evolución de los conceptos sobre inteligencia. Planteamientos actuales de la inteligencia emocional para la orientación educativa. *Educación XXI*, 5(1), 98-121.