



**UNL**

Universidad  
Nacional  
de Loja

**Universidad Nacional de Loja**

**Facultad de la Salud Humana**

**Carrera de Psicología Clínica**

**Inteligencia emocional y el rendimiento académico de los  
estudiantes de la carrera de Psicología Clínica de la  
Universidad Nacional de Loja periodo 2022-2023.**

**Trabajo de Integración Curricular  
Previo a la Obtención del Título de  
Licenciada en Psicología Clínica.**

**AUTORA:**

Hipatia Pamela Izquierdo Gallegos

**DIRECTORA:**

Psi. Cl. Cindy Estefanía Cuenca Sánchez Mg. Sc.

Loja – Ecuador

2023

# Certificación del Trabajo de Integración Curricular



UNL

Universidad  
Nacional  
de Loja

Facultad  
de la Salud  
Humana

## CERTIFICACIÓN

Loja, 31 de marzo de 2023

Psicóloga Clínica  
Cindy Estefanía Cuenca Sánchez. Mg. Sc.  
DIRECTORA DE TRABAJO DE INTEGRACIÓN CURRICULAR

### Certifico:

Haber revisado, dirigido y orientado con pertinencia todo el proceso de la elaboración del trabajo de integración curricular, titulado: **"Inteligencia Emocional y el Rendimiento Académico de los Estudiantes de la Carrera de Psicología Clínica de la Universidad Nacional de Loja Periodo 2022-2023"**, de autoría de la estudiante Hipatia Pamela Izquierdo Gallegos con C.I. 1105571200; estudiante de 8vo ciclo de la carrera de Psicología Clínica, previa a la obtención del título de Licenciada en Psicología Clínica, una vez que el trabajo cumple con todos los requisitos exigidos por la Universidad Nacional de Loja para el efecto, certifico la **culminación y aprobación** del presente trabajo de integración curricular, y autorizo su presentación para la respectiva sustentación y defensa.

Atentamente,



CINDY ESTEFANÍA  
CUENCA SÁNCHEZ

Psi. Cl. Cindy Estefanía Cuenca Sánchez. Mg.Sc.  
1105031262

cindy.cuenca@unl.edu.ec

PERSONAL ACADÉMICO OCASIONAL 1 DE LA UNL  
DIRECTORA DE TRABAJO DE INTEGRACIÓN CURRICULAR  
c.c.: Archivo

## **Autoría**

Yo, **Hipatia Pamela Izquierdo Gallegos**, declaro ser la autora del presente Trabajo de Integración Curricular y eximo expresamente a la Universidad Nacional de Loja y a sus representantes jurídicos de posibles reclamos y acciones legales, por el contenido del mismo.

Adicionalmente acepto y autorizo a la Universidad Nacional de Loja la publicación de mi Trabajo de Integración Curricular en el Repositorio Digital Institucional – Biblioteca Virtual.

**Firma:** 

**Cédula de identidad:** 1105571200

**Fecha:** 12 de abril de 2023

**Correo electrónico:** [hipatia.izquierdo@unl.edu.ec](mailto:hipatia.izquierdo@unl.edu.ec)

**Teléfono o celular:** 0968696508

## Carta de autorización

Yo **Hipatia Pamela Izquierdo Gallegos**, declaro ser autora del Trabajo de Integración Curricular titulado: **Inteligencia emocional y el rendimiento académico de los estudiantes de la carrera de Psicología Clínica de la Universidad Nacional de Loja periodo 2022-2023** como requisito para optar el título de **Licenciada en Psicología Clínica**, autorizo al Sistema Bibliotecario de la Universidad Nacional de Loja para que, con fines académicos, muestre la producción intelectual de la Universidad, a través de la visibilidad de su contenido de la siguiente manera en el Repositorio Institucional.

Los usuarios pueden consultar el contenido de este Trabajo de Integración Curricular en el Repositorio Institucional, en las redes de información del país y del exterior con las cuales tenga convenio la Universidad.

La Universidad Nacional de Loja, no se responsabiliza por el plagio o copia del Trabajo de Integración Curricular que realice un tercero.

Para constancia de esta autorización, en la ciudad de Loja, a los doce días del mes de abril del año dos mil veinte tres.

**Firma:** 

**Autora:** Hipatia Pamela Izquierdo Gallegos

**Cédula:** 1105571200

**Dirección:** Loja, barrio Borja Alto, Paramaribo y Barrancas.

**Teléfono o celular:** 0968696508

**Correo electrónico:** hipatia.izquierdo@unl.edu.ec

### DATOS COMPLEMENTARIOS

**Directora del Trabajo de Integración Curricular:** Psi. Cl. Cindy Estefanía Cuenca Sánchez Mg. Sc.

## **Dedicatoria**

Quiero dedicar este estudio a mi madre Delia Gallegos y a mi padre Gregorio Izquierdo, los cuales son unos padres maravillosos y son quienes estuvieron siempre para mí, velando por mi bienestar, apoyándome en cada paso que daba, brindándome su amor incondicional y siendo un gran ejemplo de vida a seguir.

A mis hermanos, Jessenia, Evelyng, Mickaela, Yoder y Yelisa que han sido mi guía, compañeros de vida y que han estado presentes con su cariño y deseando lo mejor para mí.

A mis sobrinos, Fernanda por llenarme con mucho amor puro y con su ternura animarme a continuar en mi proceso y a mi ángel Anthony que me cuida desde el cielo y por ser una inspiración más en mi vida.

A mi abuelita Santos, que me inculcó la fortaleza y perseverancia para mantenerme firme en mi formación, mi ángel fue, es y seguirá siendo una mujer de bondad y ejemplo de lucha constante y amor incondicional.

A mis amigos, en especial a mis dos amigas María Isabel y Nataly, por ser una fuente de apoyo y trabajo constante, por su compañía y por los momentos compartidos que han hecho que este proceso sea más llevadero y de cierta manera sea una bonita etapa de mi vida.

*Hipatia Pamela Izquierdo Gallegos*

## **Agradecimiento**

Primeramente, agradezco a la Universidad Nacional de Loja por permitir formarme profesionalmente durante el transcurso de esta hermosa carrera.

A mis docentes quienes fueron aquellos que a través de su paciencia, comprensión y esfuerzo supieron inculcar valiosos valores e importantes enseñanzas y conocimientos.

A mi directora del trabajo de integración curricular la Psi. Cl. Cindy Cuenca una gran persona y profesional quien supo brindarme su apoyo, guía constante y hacer posible la culminación de esta investigación

A la Dra. Ana Puertas, Gestora de nuestra carrera por la apertura y gentileza de realizar la investigación en tan ilustre institución.

De la misma forma, agradezco a mi madre y padre, por ser mi apoyo incondicional, pilar fundamental y principal motivación para luchar y llegar a lograr mis metas, también a mis hermano, hermanas y sobrina que han estado presentes alentándome e incentivándome cada día para poder continuar en este largo camino.

A mis amigos y aquellas personas que formaron parte de mi proceso de formación profesional por confiar en mí y por siempre alentarme a salir adelante.

*Hipatia Pamela Izquierdo Gallegos*

## Índice de Contenido

Portada .....	i
Certificación del Trabajo de Integración Curricular .....	ii
Autoría .....	iii
Carta de autorización .....	iv
Dedicatoria.....	v
Agradecimiento.....	vi
Índice de Contenido .....	vii
Índice de tablas .....	ix
Índice de anexos.....	x
1. Título .....	1
2. Resumen .....	2
2.1 Abstract.....	3
3. Introducción .....	4
4. Marco Teórico .....	6
4.1 Capítulo I: Inteligencia emocional.....	6
4.1.1 <i>Definiciones de Inteligencia Emocional</i> .....	6
4.1.2 <i>Inteligencias múltiples de Garner</i> .....	7
4.1.3 <i>Modelos de la inteligencia emocional</i> .....	8
4.1.4 <i>Factores que influyen en la inteligencia emocional</i> .....	14
4.1.5 <i>Estrategias para fortalecer la inteligencia emocional.</i> .....	15
4.2 Capítulo II: Rendimiento académico .....	17
4.2.1 <i>Definiciones de Rendimiento académico</i> .....	17
4.2.2 <i>Tipos de rendimiento académico</i> .....	18
4.2.3 <i>Factores asociados al rendimiento académico</i> .....	18
4.2.4 <i>Estrategias para mejorar el rendimiento académico.</i> .....	22
5. Metodología .....	23
5.1 Tipo y diseño de estudio .....	23
5.2 Área de Estudio.....	23
5.3 Población y Muestra .....	23
5.3.1 <i>Población</i> .....	23
5.3.2 <i>Muestra</i> .....	23
Criterios de Inclusión y Criterios de Exclusión .....	23

<i>Criterios de Inclusión</i> .....	23
<i>Criterios de Exclusión</i> .....	24
5.4 Instrumentos y Técnicas de Recolección de Datos .....	24
5.4.1 <i>Test de Inteligencia emocional TMMS-24 (Anexo 1)</i> .....	24
5.4.2 <i>Técnica documental</i> .....	24
5.4.3 <i>Consentimiento informado (Anexo 2)</i> .....	24
5.4.4 <i>Cuestionario</i> .....	25
5.5 Técnica de Procesamiento y Análisis de Datos .....	25
5.6 Procedimiento .....	25
5.6.1 <i>Primera etapa</i> .....	25
5.6.2 <i>Segunda etapa</i> .....	25
5.6.3 <i>Tercera etapa</i> .....	25
5.6.4 <i>Cuarta etapa</i> .....	26
6. Resultados .....	26
6.1 Objetivo General.....	26
6.2 Objetivo Específico 1.....	27
6.3 Objetivo Específico 2.....	27
6.4 Objetivo específico 3 .....	28
6.4.1 <i>Programa de prevención para potenciar la inteligencia emocional en los estudiantes universitarios de la carrera de Psicología Clínica de la Universidad Nacional de Loja: “Amando mis emociones”</i> .....	28
7. Discusión.....	38
8. Conclusiones .....	40
9. Recomendaciones.....	41
10. Bibliografía .....	42
11. Anexos .....	47

## Índice de tablas

<b>Tabla 1.</b> <i>Relación entre las dimensiones de la inteligencia emocional y el rendimiento académico de los estudiantes de la carrera de Psicología Clínica de la Universidad Nacional de Loja.</i> .....	26
<b>Tabla 2.</b> <i>Niveles de inteligencia emocional en frecuencia y porcentaje</i> .....	27
<b>Tabla 3.</b> <i>Distribución del Rendimiento Académico</i> .....	27
<b>Tabla 4.</b> <i>Propuesta psicoterapéutica.</i> .....	30
<b>Tabla 5.</b> <i>Resultados de los supuestos de la Regresión Lineal Múltiple</i> .....	53

## Índice de anexos

<b>Anexo 1.</b> Test para evaluar los estados emocionales.....	477
<b>Anexo 2.</b> Consentimiento informado.....	488
<b>Anexo 3.</b> Aprobación del Trabajo de Integración Curricular. ....	49
<b>Anexo 4.</b> Designación de Director del Trabajo de Integración Curricular.....	50
<b>Anexo 5.</b> Registro de calificaciones de la Universidad Nacional de Loja.....	51
<b>Anexo 6.</b> Ficha de registro.....	52
<b>Anexo 7.</b> Resultados de pruebas de supuestos de la Regresión Lineal Múltiple.....	53
<b>Anexo 8.</b> Certificación de autorización de modificación de tercer objetivo específico del Trabajo de Integración Curricular.....	55
<b>Anexo 9.</b> Certificado de traducción. ....	56
<b>Anexo 10.</b> Certificado de aprobación de los tres niveles de Inglés. ....	57

## **1. Título**

Inteligencia emocional y el rendimiento académico de los estudiantes de la carrera de Psicología Clínica de la Universidad Nacional de Loja periodo 2022-2023.

## 2. Resumen

La presente investigación tuvo como objetivo general determinar la relación entre la inteligencia emocional y el rendimiento académico de un grupo de estudiantes universitarios. El estudio tiene un enfoque cuantitativo, con un diseño no experimental, de corte transversal de tipo descriptivo-correlacional. Se contó con una muestra de 73 universitarios de la carrera de Psicología Clínica de la Universidad Nacional de Loja, seleccionada mediante muestreo probabilístico aleatorio simple. Los instrumentos empleados fueron el Test de Inteligencia Emocional TMMS-24 y los registros de calificación de los estudiantes del periodo académico abril – septiembre 2022. El análisis de datos se realizó por medio del programa Stata/MP14.0. Los hallazgos obtenidos revelan que, la mayor parte de la muestra de estudio presenta un nivel adecuado de inteligencia emocional en las dimensiones atención, claridad y regulación emocional; así mismo, se evidencia que los estudiantes participantes del estudio se ubican en un nivel excelente de rendimiento académico. Finalmente, se encontró una relación positiva y negativa entre las variables de estudio, es decir, a mayor atención emocional y reparación emocional, mayor rendimiento académico, mientras que, a mayor claridad emocional, menor es el rendimiento académico, sin embargo, estas relaciones no son estadísticamente significativas.

**Palabras clave:** Inteligencia emocional, atención emocional, claridad emocional, reparación emocional, rendimiento académico, universitarios.

## **2.1 Abstract**

The general objective of this research was to determine the relationship between emotional intelligence and academic performance of a group of university students. The study has a quantitative approach, with a non-experimental, cross-sectional, descriptive-correlational design. A sample of 73 university students from the Clinical Psychology program of the Universidad Nacional de Loja was selected by simple random probability sampling. The instruments used were the Emotional Intelligence Test TMMS-24 and the students' grade records for the academic period April-September 2022. The data analysis was performed by means of the Stata/MP14.0 program. The findings obtained reveal that most of the study sample presents an adequate level of emotional intelligence in the dimensions of attention, clarity and emotional regulation; likewise, it is evident that the students participating in the study are at an excellent level of academic performance. Finally, a positive and negative relationship was found between the study variables, that is, the higher the emotional attention and emotional repair, the higher the academic performance, while the higher the emotional clarity, the lower the academic performance; however, these relationships are not statistically significant.

**Key words:** Emotional intelligence, emotional attention, emotional clarity, emotional repair, academic performance, university students.

### 3. Introducción

La etapa universitaria viene cargada de múltiples experiencias que van moldeando al ser humano, sin embargo, este ambiente es más demandante y no solo se requiere de la capacidad intelectual sino también de la capacidad emocional; si se logra una igualdad entre estas dos, el universitario podrá tomar decisiones asertivas, gestionar sus emociones con adecuado control de impulsos y conservar lazos interpersonales saludables (Idrogo-Zamora & Asenjo-Alarcón, 2021).

La inteligencia emocional trae consigo beneficios a lo largo de la vida del ser humano como establecer buena adaptación al entorno, desempeñarse adecuadamente en el trabajo, estudio, poseer estabilidad emocional, controlar las respuestas conductuales guiando y controlando el estado de ánimo; sin embargo, la escases de la inteligencia emocional puede acarrear problemas a nivel familiar social y escolar, tales como mayor predisposición a desarrollar sintomatología ansiosa y depresiva, problemas de consumo de sustancias, conductas disruptivas, baja autoestima y un rendimiento académico deficiente (Fernández-Berrocal y Ramos-Díaz, 2004).

En este contexto, la deficiencia del rendimiento académico de los universitarios, va a ocasionar que tengan bajas calificaciones, tendencia a la frustración, baja autoestima, estrés académico, entre otros. El rendimiento académico es la evaluación de lo que un estudiante ha sido capaz de aprender durante un curso o periodo de estudio, es la habilidad del aprendiz para responder a las demandas del proceso de enseñanza-aprendizaje basado en metas y habilidades (Albán-Obando y Calero-Mieles, 2017).

Es importante señalar que uno de los atributos que contribuyen al afrontamiento y al éxito de situaciones adversas, es la inteligencia emocional, definida por Sánchez-Mora (2017), como la capacidad de percibir, controlar, comprender y gestionar de forma adecuada las propias emociones y las de los demás, favoreciendo la adaptación del individuo al entorno, el desarrollo de empatía y comunicación asertiva.

Según Guamani-Carrillo (2017), en su estudio realizado en Ambato en los estudiantes universitarios de la carrera de Psicología Clínica sobre la inteligencia emocional, pone en evidencia que el 56% de la población presenta un coeficiente emocional promedio, seguido de un 28% de estudiantes que poseen un nivel bajo y un 9% de la población con un coeficiente emocional muy bajo. La carencia de las capacidades emocionales puede afectar de forma negativa en los estudiantes ya que se pueden desencadenar varios problemas en

torno al rendimiento académico, vínculos con pares y en la estabilidad emocional (Gutiérrez-Carmona y Expósito-López, 2015).

La presente investigación constituye un tema de gran relevancia, dada la incidencia de problemáticas en torno a la salud mental que aquejan a los jóvenes en la actualidad y que guardan relación con la inteligencia emocional en todas sus dimensiones. Así mismo, es un punto de partida para la ejecución de futuras investigaciones aplicables a poblaciones más amplias, diversas, puesto que son escasas las investigaciones realizadas en nuestro contexto. Teniendo claro este panorama, el trabajo de integración curricular se construye alrededor del objetivo general que es determinar la relación que existe entre la inteligencia emocional y rendimiento académico en los estudiantes de la carrera de Psicología Clínica de la Universidad Nacional de Loja, a partir de sus tres objetivos específicos que son: evaluar las dimensiones de la inteligencia emocional a través del test TMMS-24, identificar el rendimiento académico de los Estudiantes matriculados en periodo académico octubre 2022 – febrero 2023 a través de los registros de calificación; y finalmente elaborar un plan de prevención para potenciar y/o desarrollar la inteligencia emocional en los estudiantes basado en el enfoque cognitivo conductual.

El trabajo de investigación está estructurado en dos capítulos: capítulo 1, inteligencia emocional en la que se muestran definiciones, inteligencias múltiples de Garner, modelos y factores que influyen; capítulo 2, rendimiento académico en el que se abarcan definiciones, tipos y factores asociados. Así mismo, se presenta un apartado de metodología, se establece el enfoque, tipo de diseño, población, muestra, instrumentos, técnicas, procedimientos, análisis de datos, promedios de los estudiantes, test TMMS-24 y finalmente, de acuerdo a los resultados se plasman la propuesta, discusión, conclusiones, recomendaciones, bibliografía y anexos.

## 4. Marco Teórico

### 4.1 Capítulo I: Inteligencia emocional

#### 4.1.1 *Definiciones de Inteligencia Emocional*

La gran importancia que tiene la inteligencia emocional ha desembocado en muchos autores el interés por estudiarla con el fin de llegar a comprender su estructura y dar una definición de la misma.

Goleman (1996), define a la inteligencia emocional como la capacidad de gestionar e identificar nuestras propias emociones y la de los demás, automotivarnos, ser capaces de controlar nuestros impulsos y no dejarnos llevar por la ira, el miedo o la frustración, sino que más bien saber canalizar de forma adecuada.

Mayer y Salovey (1997, citado en Fernández-Berrocal y Extremera-Pacheco, 2005) considera a la inteligencia emocional como:

la habilidad para percibir, valorar y expresar emociones con exactitud, la habilidad para acceder y/o generar sentimientos que faciliten el pensamiento; la habilidad para comprender emociones y el conocimiento emocional y la habilidad para regular las emociones promoviendo un crecimiento emocional e intelectual. (p. 68).

Güell (2013), la concibe como la gestión racional de las respuestas emocionales al establecer una conexión entre la inteligencia y las emociones, dicha relación no significa que las acciones van a manifestarse de manera racional e indiferente ni tampoco de una forma ostentosa y exaltada, sino que más bien dando una respuesta emocional adecuada de acuerdo a la situación que se presenta después de haberlo pensado de forma razonable, teniendo en cuenta el bienestar de sí mismo como el de los demás, tratando de actuar de forma flexible evitando el perjuicio para ambos.

Arrabal-Martín (2018), asegura que la inteligencia emocional es la capacidad de aceptar y gestionar conscientemente nuestras emociones, incluso cuando no somos conscientes de ellas, tomando en cuenta lo fundamental que llega a ser en la toma de decisiones y en cada respuesta que se genera entorno a las diversas situaciones cotidianas de la vida.

De acuerdo a los conceptos antes expuestos, la inteligencia emocional se puede definir como el conjunto de capacidades que permiten al ser humano ser consciente de sí mismo, controlar y gestionar las emociones, tener la habilidad de reconocer las emociones de los demás, ser suficientemente asertivo a la hora de expresar sus sentimientos y pensamientos

y buscar soluciones ajustadas al contexto del problema.

El desarrollo óptimo de este constructo asegura que el individuo tenga un mayor grado de calidad de vida, ya que le permite sentir mucha más confianza y seguridad en las decisiones importantes que tome en su vida y en el actuar diario. La forma adecuada de sobrellevar las situaciones estresantes permite generar un equilibrio y sentido de bienestar en el sujeto logrando así el éxito personal.

#### **4.1.2 Inteligencias múltiples de Garner**

Howard Gardner plantea la necesidad de superar el esquema de una única inteligencia emocional, ya que no puede abarcar todo lo que comprende la mente humana (Gamandé-Villanueva, s. f.). En su modelo toma en consideración la interacción del sujeto con el ambiente y la influencia que tienen las experiencias y la educación en su desarrollo (Federación de Enseñanza, 2011). Villatoro (s. f.), describe los nueve tipos de inteligencia propuestos por Gardner los cuales son:

- **Lingüística:** Capacidad del uso del lenguaje y el poder para comunicarse de una forma efectiva, de manera oral en forma oral o escrita e incluye la gestualidad. La poseen los periodistas, escritores, abogados, poetas etc. Incluye por tanto la habilidad en el uso de la sintaxis, la fonética, la semántica y los usos pragmáticos del lenguaje (retórica, mnemónica, etc.).
- **Lógico matemática:** Capacidad para usar los números de manera efectiva y razonar adecuadamente. La tienen los científicos, matemáticos ingenieros etc.
- **Cinestésica- corporal:** Es la capacidad de usar todo el cuerpo en la expresión de ideas y sentimientos, así como también la capacidad de utilizar todo el cuerpo para realizar actividades o resolver problemas. La poseen los bailarines, deportistas, cirujanos, actores etc.
- **Musical:** Es la capacidad de percibir, transformar y expresar las formas musicales. Incluye la sensibilidad al ritmo, al tono y al timbre. La poseen los músicos, los cantantes etc.
- **Espacial:** Es la capacidad de pensar en tres dimensiones. Consiste en definitiva en formar un modelo mental del mundo en tres dimensiones. La tienen los ajedrecistas, los arquitectos, los geógrafos etc.
- **Interpersonal:** Capacidad de entender a los demás e interactuar eficazmente con ellos. Corresponde a los líderes políticos y religiosos, vendedores etc.

- **Intrapersonal:** Capacidad de construir una percepción precisa respecto de sí mismo y de organizar y dirigir su propia vida. Se encuentra muy desarrollada en teólogos, filósofos y psicólogos entre otros.
- **Naturalista:** Capacidad de distinguir, clasificar y utilizar elementos del medio ambiente, objetos, animales o plantas, tanto del ambiente urbano, como rural. La poseen los botánicos, cazadores, ecologistas y paisajistas entre otros.
- **Existencial:** Relacionada con las preguntas que los seres humanos se hacen sobre la existencia. Las otras inteligencias tienen contenidos más concretos, pero el contenido al que se refiere la inteligencia existencial es más difícil de ver, porque son cosas demasiado grandes como el universo o demasiado pequeñas.

### ***4.1.3 Modelos de la inteligencia emocional***

De acuerdo a que inicial no había un concepto como tal de inteligencia emocional algunos autores comienzan a indagar y a crear diferentes modelos intentando llegar a un significado más acertado de lo que comprende esta capacidad así, surgen los modelos de habilidad y mixtos.

Los máximos exponentes del grupo mixtos son los psicólogos Daniel Goleman con su modelo de competencias emocionales y Reuven Bar-On con su modelo socio-emocional, comprenden el conjunto de rasgos de personalidad y las habilidades emocionales. Por otro lado, Mayer y Salovey expone su modelo de habilidad mental centrándose únicamente en las habilidades emocionales, obviando los factores personales (Gálvez-Mella, 2017).

#### **4.1.3.1 Modelo de habilidad mental de Mayer y Salovey**

Mayer y Salovey (1997, como citado en Bueno-Lugo, 2019), proponen el modelo de habilidad mental, en base a la idea de que puede existir una inteligencia en el ámbito emocional. Les llama la atención entender cómo las personas utilizan su bagaje emocional para solucionar los problemas de la vida cotidiana y en situaciones más específicas. Por lo tanto, plantean cuatro destrezas que al ser activadas se puede manifestar la inteligencia las cuales son:

- **Percepción de emociones propias y de otras personas:** tener la destreza de identificar las emociones personales en medio de situaciones particulares de la vida, hace parte del grupo de habilidades que caracterizan a la inteligencia emocional. Sin embargo, la percepción emocional no se limita solo al plano personal, puesto que

incluye la identificación de las emociones de personas que se encuentran alrededor; por ejemplo: al visitar a un enfermo terminal, poder percibir en medio de familiares y amigos, emociones y sentimientos de tristeza, congoja, miedo, quizás rabia o culpabilidad

- **Uso de emociones para la facilitación del pensamiento:** en diferentes ocasiones las personas no saben qué pensar o cómo hacerlo en momentos en donde la tensión emocional es muy fuerte. Las emociones previamente identificadas posibilitan la capacidad para generar pensamientos, es decir tomar decisiones frente a una realidad en particular.
- **Comprensión emocional:** entender las emociones, no solo identificarlas; las emociones tienen un lenguaje, unas señales que son transmitidas por ellas mismas.
- **Gestión emocional:** esta habilidad se relaciona con la capacidad de discriminar emociones negativas y potencializar las positivas. También guarda relación con el hecho de encaminar las emociones positivas a la consecución de objetivos en el ámbito académico.

La diferencia que existe entre el modelo de habilidad y los modelos mixtos es que el primero se constituye de habilidades de procesamiento de información y no de competencias, lo cual se refiere a que la inteligencia emocional es fundamental en las habilidades para razonar en consonancia con las emocionales (Fragoso-Luzuriaga, 2015).

#### **4.1.3.2 Modelo de competencias de Goleman**

El modelo que propone Goleman define a la inteligencia emocional como la capacidad que tiene el individuo de ser consciente y tener el control de sus propias emociones y sentimientos, automotivarse y manejar de forma adecuada las relaciones interpersonales. Incluso, le da una importancia mayor que al coeficiente intelectual ya que del buen desarrollo de las capacidades emocionales depende el logro de las capacidades intelectuales (Mejía-Díaz, 2013).

El modelo de Goleman (1998, como se citó en Torres-Tarazona, 2021) se encuentra conformado por las cinco competencias siguientes.

- **Autoconocimiento emocional:** Es la capacidad que permite conocer las emociones y como estas afectan a las acciones diarias. Para este fin, se tiene que contar con un grado de sinceridad para identificar correctamente las fortalezas y debilidades. Además, esta capacidad permite afianzar la seguridad hacia sí mismo.

- **Motivación:** Es la capacidad que permite mantener el entusiasmo al realizar la tarea, logrando cumplir el objetivo. También, permite mantener la constancia y el compromiso en la tarea.
- **Empatía:** Esta capacidad implica estar atento a las emociones y sentimientos de los demás para identificar las necesidades. Además, esta capacidad facilita las relaciones sociales.
- **Habilidades sociales:** Capacidad que implica relacionarse bien. Esto conlleva a desarrollar otras subcapacidades como son el liderazgo, comunicación, influencia, resolución de conflictos, innovación, colaboración y trabajo en equipo.

#### 4.1.3.3 Modelo social-emocional de Bar-On

El modelo de Bar-On es considerado mixto debido a que incluye aspectos no solo emocionales en su postulado si no también aspectos sociales teniendo una tendencia emocional-social. Para este autor la inteligencia emocional es el “conjunto de capacidades, competencias y habilidades no cognitivas que influyen en la capacidad para tener éxito al afrontar las demandas y presiones ambientales” (Bar-On y Parker, 2018, p. 9).

La inteligencia emocional es el conjunto de habilidades y capacidades socioemocionales que son las encargadas de determinar la eficiencia de lo que las personas entienden, cómo entienden a los demás, cómo expresan sus emociones, la forma de relacionarse con ellos en la vida cotidiana y su adaptabilidad al entorno (Bar-On, 2006). Estas habilidades inciden en la respuesta emocional comportamental que el sujeto pueda manifestar entorno a una situación en concreto.

En este sentido, el éxito personal, una estabilidad emocional adecuada y un óptimo desenvolvimiento en su entorno son el resultado de una inteligencia emocional bien desarrollada y aplicada. Esta va creciendo y modificándose a lo largo del tiempo por lo que es posible causar mejoras con un debido entrenamiento en todas las capacidades que la conforman. La inteligencia emocional también está en interacción continua con otros factores que resultan ser determinantes en el individuo a la hora de dar respuestas funcionales ante situaciones estresantes, los cuales son los rasgos de personalidad y el coeficiente intelectual (Bar-On y Parker, 2018).

La inteligencia emocional según este modelo engloba varias dimensiones como la como autoconciencia emocional, asertividad, autoestima, autorrealización, independencia,

empatía, relación interpersonal, responsabilidad social, resolución de problemas, pruebas de realidad, flexibilidad, estrés tolerancia, control de impulsos, felicidad y optimismo.

El modelo de Bar-On sostiene que está estructurado por cinco componentes los cuales a su vez contienen algunos factores que los constituyen descritos a continuación (Brito et al., 2019):

- **Componente de Inteligencia Intrapersonal:**

- Autoconcepto: Representa la capacidad del individuo de mirar hacia su mundo interior, de percibirlo, comprenderlo y aceptarlo con precisión, generando un proceso de autoaceptación y autorrespeto, esta habilidad está directamente relacionada con la autoconciencia, con el conocimiento y apropiación de deberes y derechos.
- Autoconciencia emocional: Este factor se define como la capacidad de ser conscientes, identificar y comprender las emociones propias, saber lo que está sintiendo y su origen. Éste es probablemente el componente factorial más importante de la inteligencia emocional-social y se asocia de manera integral con otros factores importantes de la IE.
- Asertividad / autoexpresión emocional: Este factor es muy importante y representa la capacidad para expresar de manera efectiva y constructiva tanto los sentimientos de sí mismo, pensamientos, como sus opiniones cognitivas.
- Independencia: Es la capacidad de ser autosuficiente y libre de la dependencia emocional de los demás y ser autodirigido por el pensamiento propio. Representa la capacidad de funcionar de forma autónoma frente a la necesidad de protección y apoyo de los demás. Significa tener un grado de fortaleza interior, que fomente la autoconfianza y el deseo de cumplir con las expectativas y obligaciones sin convertirse en esclavos de ellos.
- Autorrealización: Es la capacidad para establecer metas personales y el impulso para alcanzarlas a fin de elevar y actualizar el potencial propio interno. Se manifiesta participando en actividades que pueden conducir a una vida significativa, rica y plena, es un proceso continuo de esfuerzo hacia el máximo desarrollo de las competencias, habilidades y talentos.

- **Componente de Inteligencia Intrapersonal:**

- Empatía: Es la capacidad de conocer y entender cómo se sienten los demás y ser sensible ante las necesidades del otro, de leer emocionalmente a otras personas y de captar pistas emocionales. Este factor de IE es fundamental para lo que se conoce como “conciencia social” y para que la persona sea un miembro confiable de un grupo, además de responsable y leal. Implica poner los intereses de los demás por delante de los propios cuando es necesario y ser un jugador de equipo cooperativo, colaborador y digno de confianza.
- Responsabilidad Social: Se define como la capacidad del individuo para identificarse con los grupos sociales, entre amigos, en el trabajo y en la comunidad, así como con los demás de una manera constructiva y colaboradora. Las personas socialmente responsables poseen “conciencia social” y una preocupación básica por los demás y poder asumir responsabilidades orientadas hacia el grupo y la comunidad, así como mantener principios, reglas y normas sociales comunes para el grupo.
- Relaciones Interpersonales: Es la capacidad para establecer y mantener relaciones mutuamente satisfactorias y relacionarse bien con los demás. Se caracteriza por dar y recibir calidez, afecto y transmitir intimidad cuando sea apropiado, se asocia con la conveniencia de cultivar relaciones amistosas y de sentirse a gusto y cómodo en tales relaciones y de poseer expectativas positivas con respecto a la interacción social.

- **Componente de Manejo del Estrés:**

- Tolerancia al Estrés: Este factor es definido como la capacidad de manejar las emociones de manera efectiva y constructiva, se trata de poder resistir y lidiar con los eventos adversos y las situaciones estresantes sin abrumarse al enfrentar de forma activa y positiva el estrés, que permita resolver problemas en momentos de alta presión.
- Control de los Impulsos: Es la capacidad de resistir o retrasar un impulso o tentación de actuar; asume la capacidad de aceptar los impulsos agresivos, así

como controlar el comportamiento hostil y potencialmente irresponsable.

- **Componente de Adaptabilidad:**

- Prueba de la Realidad: Se entiende como la capacidad para validar objetivamente los sentimientos propios y pensar con la realidad externa. Probar el grado de correspondencia entre lo que se experimenta y lo que realmente existe, implica una búsqueda de evidencia objetiva para confirmar sentimientos, percepciones, cogniciones, pensamientos y creencias.
- Flexibilidad: Este factor se basa en la capacidad para adaptar y ajustar los sentimientos, pensamientos y comportamiento a las nuevas situaciones y condiciones del medio. Se refiere a la capacidad general para adaptarse a circunstancias dinámicas, impredecibles e inusuales.
- Resolución de Problemas: Significa resolver con eficacia problemas de naturaleza personal e interpersonal. Es una habilidad de naturaleza multifásica e incluye la capacidad de pasar por el siguiente proceso que va desde a detección de un problema, desarrollar la confianza, evaluar el problema y definir opciones de resolución hasta la toma de decisión final.

- **Componente del Estado de Ánimo en General:**

- Optimismo: Se define como la capacidad de mantener una actitud positiva y esperanzada hacia la vida incluso frente a la adversidad. Es un enfoque positivo y alentador para la vida diaria y un factor de motivación muy importante en todo lo que se hace.
- Felicidad: Este factor se define como la capacidad del individuo de sentirse satisfecho consigo mismo, con los demás y con la vida en general. Esto es, esencialmente, la capacidad de sentirse satisfecho con la vida propia, disfrutar de los demás y divertirse. En este contexto, la felicidad combina la autosatisfacción, la satisfacción general y la capacidad de disfrutar la vida.

#### **4.1.4 Factores que influyen en la inteligencia emocional**

- **Relación entre el Clima Familiar.**

La familia es la unidad básica de la sociedad, el primer contacto que el individuo tiene y el encargado de conectarlo con el mundo exterior, esta debe proporcionar una buena formación en inteligencia emocional que contribuya al futuro de sus integrantes. En el hogar surgen algunas creencias, comportamientos y actitudes que el niño aprende por modelamiento, motivo por el cual es necesario que los padres cuenten con destrezas emocionales que puedan inculcar a sus hijos favoreciendo una mayor probabilidad de vida satisfactoria (Uribe-Flórez, 2016).

La importancia del ambiente familiar recae en que esta permite que los jóvenes se desenvuelvan en un ambiente de paz, seguridad, respeto y felicidad, con todas las necesidades satisfechas para que estos se puedan desenvolver con facilidad, sin sentirse amenazados o vulnerados, se sientan tranquilos, en paz, respetados, automotivados, con la autoestima necesaria para hacer frente a cualquier situación.

Si la familia es funcional es decir, mantiene una comunicación asertiva y empática, existe afectividad entre todos, apoyo mutuo, confianza y aceptación, potencia la adaptación conductual y psicológica en los hijos dando como resultado una estabilidad emocional en estos (Guiracocha-Suárez, 2018).

- **Relación entre el Clima Escolar**

El ambiente escolar entre docente y alumno debe ser cálido y respetuoso para que la relación entre estos sea genuina y no se torne una situación desagradable para ambos, así los educadores podrán impartir conocimientos de calidad y los alumnos captarán y procesarán de mejor forma la información. En este sentido, el ambiente entre compañeros también debe proporcionar paz y tranquilidad ya que comparten horas estando juntos y es ahí donde se dan buenos y malos momentos, en los cuales deben sacar a flote las destrezas aprendidas para la resolución de problemas y potencializar la relación entre pares en el aula escolar (Guiracocha-Suárez, 2018).

- **El Rol de la Empatía**

La empatía es la comprensión que una persona tiene de otra en cuanto a su estado emocional ante una situación concreta, es ponerse en el lugar de ella para entender que es lo que le está causando malestar o le trae conflictos emocionales. Esta habilidad puede

considerarse como un factor individual ya que su proceso se da de forma diferente en cada individuo influyendo en la respuesta conductual (Guiracocha-Suárez, 2018).

#### ***4.1.5 Estrategias para fortalecer la inteligencia emocional.***

Las técnicas cognitivo-conductual muestran una evidencia significativa y muy útil para la intervención en personas que cuentan con un déficit en la inteligencia emocional, que muestran problemas para identificar sus emociones, regularlas y expresarlas, así como también el poder llevar y construir relaciones interpersonales sanas. En esta línea, existe una serie de estrategias que contribuyen al desarrollo de este constructo entre las cuales destacan:

- **Psicoeducación**

La psicoeducación constituye una herramienta fundamental para llevar a cabo programas de promoción, prevención e intervención terapéutica, ya que tiene el fin de proporcionar información adecuada sobre temas desconocidos para las personas a quién va dirigido este proceso. La psicoeducación puede efectuarse de manera individual o grupal y su estructura, objetivos y contenidos serán planteados en base a las necesidades de los participantes. Usualmente este proceso se da mediante la planificación de sesiones que conlleven un orden específico que comienza por el abordaje de contenidos netamente teóricos hasta llegar a la práctica de lo aprendido previamente (Godoy et al., 2020).

- **Estrategias de regulación emocional**

La regulación emocional es la habilidad que tiene la persona para identificar qué emociones está experimentando, cómo las percibe, controla y expresa, de tal manera que su estado emocional no desencadene respuestas desadaptativas en el individuo, logrando así, un equilibrio entre sus emociones y su conducta. Este proceso se puede manifestar de forma automática o de manera controlada, provocando cambios en las modalidades de respuesta del individuo a medida que se desarrolla la emoción (Gross, 1998). En consecuencia, algunos aspectos que se deben abordar son:

- Habilidades específicas de regulación emocional:
  - Identificar y etiquetar emociones.
  - Identificar la función que cumple la emoción.
  - Incrementar la frecuencia de los acontecimientos emocionales positivos.
  - Reducir la vulnerabilidad de la mente emocional.
  - Incrementar la conciencia ante las emociones del momento.

- Llevar a cabo la acción opuesta.
- Manejo del control de impulsos:
  - Identificar el impulso antes de actuar sobre él.
  - Inhibición de la respuesta automática.
  - Identificación de alternativas.
  - Selección de la respuesta.
  - Instrumentación de la respuesta (Fried y Minutillo, 2019).

- **Entrenamiento en habilidades de comunicación**

El entrenamiento en habilidades de comunicación tiene como objetivo enseñar al emisor a expresar de forma positiva, clara, específica y asertiva lo que quiere comunicar y al receptor enseñar habilidades de escucha activa que implica prestar atención, rephrasear, empatizar, validar, averiguar y no juzgar el mensaje que está emitiendo la persona para que la dinámica del diálogo sea funcional (Ruiz-Fernández et al., 2013) .

- **Estrategias de resolución de problemas**

Las estrategias de resolución de problemas están enfocadas en aumentar la capacidad del individuo para afrontar las situaciones estresantes de la vida cotidiana e identificar las opciones más adaptativas para la solución de determinado problema mediante la utilización de habilidades cognitivas, conductuales y emocionales que permiten realizar una valoración de dichas respuestas, elegir, adaptar y ejecutar la que más se adecúe al contexto (Ruiz-Fernández et al., 2013).

- **Entrenamiento en habilidades sociales**

La carencia de habilidades sociales está ligado al apareamiento de problemas emocionales y de desadaptación en todos los ámbitos en los que se desarrolla el ser humano como el laboral, educativo, familiar y social. Es así que, el entrenamiento en habilidades sociales tiene el objetivo de mejorar la calidad de las interacciones del individuo con otras personas, mantener una buena conversación, comportarse adecuadamente en situaciones sociales y construir nuevas relaciones interpersonales funcionales (Ruiz-Fernández et al., 2013).

- **Técnicas de respiración diafragmática**

La técnica de la respiración diafragmática permite reducir la activación fisiológica y psicológica, generando una sensación de tranquilidad y bienestar. El diafragma es quien participa activamente en este tipo de respiración, por ende, la movilidad que se produce es en las costillas inferiores y parte superior del abdomen (Ruiz-Fernández et al., 2013).

## **4.2 Capítulo II: Rendimiento académico**

### **4.2.1 Definiciones de Rendimiento académico**

Existen diversos autores que intentan dar un significado al rendimiento académico, algunos de estos tienen similitudes en su concepción, entre estos destaca Pizarro (como se citó en Estrada-García, 2018), refiere que es una estimación de lo que una persona manifiesta o revela en torno a lo que aprendido tras haber seguido un previo proceso de formación; mientras que para Martínez-Otero (1997), el rendimiento académico es “el producto que da el alumnado en los centros de enseñanza y que habitualmente se expresa a través de las calificaciones escolares” (p. 34).

Por otro lado, Suárez-Brieva et al. (2017) lo define como la adaptación de los estudiantes a las planificaciones curriculares diseñadas por los docentes, evidenciándose en las notas que obtienen durante el período académico, en base a las actividades realizadas y a la metodología aplicada por parte del educando. Las razones por las que un estudiante tiene bajo rendimiento académico se deben en algunos casos a la repetición de materias, métodos pedagógicos deficientes, estructura en mal estado o inadecuada, profesorado incapacitado o sin profesión en cuanto a la asignatura encargada y falta de estrategias metodológicas.

Para Navarro (2003), el rendimiento académico es la evaluación de las habilidades que posee un estudiante, donde manifiesta todo el conocimiento que ha adquirido durante el curso educativo. En los últimos años, según investigaciones este ha sido afectado por múltiples causas trayendo muchos problemas tanto en el proceso de enseñanza (Ayala-Ramírez, 2019). El rendimiento académico se encuentra influido por varios factores como el estado económico, temperamento, automotivación, apoyo de los padres y de los amigos, capacidades intelectuales que hacen que el individuo alcance el éxito escolar. (Masud et al., 2019).

En la actualidad el rendimiento académico se refiere a las respuestas conductuales expresadas mediante el cambio y como resultado del procesamiento y adquisición del conocimiento. El docente es el encargado de planificar distintas estrategias metodológicas eficaces con el fin de lograr que los estudiantes logren alcanzar los objetivos del programa educativo mediante el esfuerzo y la habilidad. Conforme el estudiante va creciendo y adquiriendo múltiples conocimientos, desarrollándose tanto física como mentalmente los procesos de transformación se ven reflejados en la capacidad de resolución de problemas, la autoconciencia y la manera de razonar (Ruíz-Barrios de Tebalán, 2015).

#### **4.2.2 Tipos de rendimiento académico**

Figuroa (2004, como se citó en SanMartín-Godoy, 2015) describe dos tipos de rendimiento académico los cuales son:

- **Rendimiento individual**

Se refiere a la forma en como el estudiante capta la información, las experiencias previas de aprendizaje, los hábitos de estudio, las expectativas que tienen de sí mismo y las destrezas que tienen desarrolladas. Estas características dan luz al docente sobre la metodología que debe utilizar en sus clases.

- **Rendimiento General:** Es lo que manifiesta de forma superficial y que es accesible a la vista, como el aprendizaje en las diferentes áreas y las costumbres culturales.
- **Rendimiento específico:** Este se centra en la solución de conflictos personales, en el desenvolvimiento en los diferentes ámbitos de actuación como el profesional, familiar y social. También se encuentra inmerso los lazos afectivos que generan los alumnos, las relaciones entre los miembros de la institución.

- **Rendimiento social**

El rendimiento social no solo abarca el área académica como tal, sino que a través de esta se interconectan las demás esferas como el contexto familiar, el ámbito social, la ubicación geográfica. Tiene el fin de poner en práctica en todas las esferas de desenvolvimiento alguna destreza aprendida en un ámbito determinado

#### **4.2.3 Factores asociados al rendimiento académico**

Murillo (2008), propone varios factores que se asocian al rendimiento académico los cuales son los principales indicadores de riesgo en los estudiantes que pueden conducir al bajo desempeño y por ende al fracaso escolar, estos son los factores contextuales y factores personales, que a su vez contienen múltiples variables que se detallan a continuación.

##### **4.2.3.1 Factores contextuales**

En este factor se agrupan todas las variables que estudian aspectos relacionados con el nivel socioeconómico y cultural del estudiante, así como las variables de tipo institucional y pedagógico.

- **Variables socioculturales**

- **Origen sociocultural de la familia.** Existe una mayor probabilidad de que los jóvenes que pertenecen a familias de escasos recursos abandonen el estudio en comparación a los que poseen todas las comodidades y se desenvuelven en un entorno con mejores condiciones culturales y sociales.
- **Nivel educativo de los padres.** Interviene en el rendimiento académico debido a que los padres con nivel de instrucción bajo no promueven prácticas educativas en sus hijos ni existe una instrucción previa al ingreso de la vida escolar e incluso durante todo el proceso de formación.
- **El clima educativo de la familia** y el ambiente social del estudiante, son factores que están en continua interacción sensibles al cambio. El ambiente educativo en la familia es muy importante, empezando por la percepción y las expectativas que los padres tienen de sus hijos en relación a su éxito profesional, los contenidos educativos e instrumentos que estén disponibles en la casa de modo que los integrantes tengan una facilidad para acceder a la información que requieran y tener un espacio libre y diseñado para el estudio.
- **Integración social,** los estudiantes que se interesan por participar en grupos o instituciones tienden a desenvolverse de mejor manera en el ámbito académico ya que por ejemplo realizan voluntariados, se encuentran inmiscuidos en grupos que proporcionan talleres, asesorías, o que se encuentran siendo asistentes de un profesional de su área con el propósito de adquirir más conocimientos, despertar y desarrollar habilidades que antes desconocían

- **Variables institucionales**

- **Tipo y tamaño del centro educativo.** La localización, el tamaño, la estructura e iluminación determinan la calidad de la educación ya que en zonas rurales son escasos los recursos didácticos que necesite el docente para la enseñanza, mientras que los centros ubicados en zonas urbanas tienen mayor accesibilidad a la información y a elementos educativos, otro factor que favorece a estas instituciones es el nivel de profesionalismo de los docentes.
- **Procesos de funcionamiento de los centros,** se incluyen los programas

educativos, la metodología de calificación, la dinámica de las autoridades y la agilidad de estos para gestionar. Estos factores son significativos para la obtención de resultados académicos satisfactorios

- **Características de una universidad**, constituyen los servicios disponibles en la institución como las bibliotecas, el acceso a internet, bibliotecas virtuales, bases de datos que contienen información muy valiosa y excelente desempeño docente.
- **Variables pedagógicas**
  - **Las expectativas:** Los estudiantes son susceptibles a las críticas de los docentes, ya que son percibidos como autoridades significativas y las expectativas que estos tengan de los estudiantes son muy importante ya que contribuyen a generar un autoconcepto y en base a esto fluye su capacidad para desarrollar y resolver las demandas educativas de forma óptima.
  - **Actitud y el entusiasmo del profesor.** La motivación y el entusiasmo con el que el docente llegue a impartir clases influye en la atención que los alumnos y en su procesamiento de información, ya que una actitud de enfado o indiferente causa en los educandos desinterés y un foco atencional bajo.
  - **El acompañamiento pedagógico,** Los contenidos que no son adecuadamente captados por los estudiantes o que tienen una complejidad que se les dificulta entender requieren un apoyo extra por parte de los docentes quienes en su horario de trabajo cuentan con horas de tutorías donde los alumnos pueden aprovechar y recurrir para afianzar y nutrir más sus conocimientos.
  - **El tamaño del grupo** Un número mayor en un salón no posibilita el avance de contenidos ya que todas personas mantienen un ritmo de aprendizaje diferente, entonces entre más estudiantes en el aula, menor es el aprovechamiento de las capacidades de ciertos estudiantes que tienen un buen nivel intelectual. Por el contrario, si hay un número reducido, el docente podrá acompañar con mejor facilidad a todos los estudiantes procurando que todos vayan al mismo nivel de conocimiento y logrando un mejor rendimiento académico.

#### 4.2.3.2 Factores personales

- **Variables cognoscitivas**

- **Capacidades y habilidades.** Estas comprenden la facilidad de palabra, fluidez de ideas, utilización de un lenguaje formal, ejemplificación, habilidad para comprender un texto, sacar ideas esenciales de una literatura.
- **Estilos cognitivos,** es el modo en cómo las personas perciben, organizan, asimilan y almacenan la información presente en el mundo. Las habilidades cognitivas tienden a desarrollarse de forma diferente en los individuos es así que podemos encontrar polos diferentes en las personas, como por ejemplo algunos individuos que se desempeñan mucho mejor en matemáticas y otros que lo hacen en la literatura.
- **Estilos de aprendizaje,** se refiere a los hábitos y estrategias de estudio, unos poseen estrategias de calidad que se centran en el aprendizaje y la comprensión de la información y tienen un mayor rendimiento en los trabajos, deberes, exposiciones, mientras que otros solo se preocupan por el momento y practican estrategias no tan eficaces para un adecuado almacenamiento de la información como lo es la memorización.
- **Motivación** y el rendimiento. La elección de una carrera viene precedida por una motivación que llevó al individuo a tomar esa decisión, entonces su desempeño en la misma va a ser significativamente positivo impulsado por alcanzar el éxito profesional, Sin embargo, a aquellos que no tuvieron motivación alguna o no tenían más elecciones se les va a dificultar las cosas en el camino, siendo más propensos a frustrarse, enojarse, y tener conflictos.

- **Variables actitudinales**

- **La autorresponsabilidad:** es el tiempo que dedican para autoprepararse, autoinformarse, aprender cosas nuevas, que por supuesto tienen una base motivacional que los impulsa.
- **Autoconcepto académico,** la idea de cómo el estudiante se percibe en relación a sus habilidades, esfuerzo, competencias influye en el desempeño que este tenga

en el ámbito educativo.

- **Autoconcepto personal**, la impresión que la persona tiene de sí misma influye de forma positiva en el rendimiento académico ya que la persona se percibirá capaz y con todas las habilidades para cumplir con las tareas académicas.
- **Habilidades sociales**. Es el conjunto de capacidades interpersonales que permiten al individuo desarrollarse de forma plena en el entorno, tener relaciones sociales sanas, expresar y gestionar las emociones. Estas habilidades resultan tener un valor importante en torno al rendimiento académico.

#### ***4.2.4 Estrategias para mejorar el rendimiento académico.***

Es importante desarrollar habilidades de aprendizaje en los individuos mediante la psicoeducación en estrategias que faciliten la adquisición de la información, su procesamiento, almacenamiento y posterior utilización (Lay-Morales, 2013). Estas estrategias se enmarcan en:

- Técnicas y hábitos de estudio
- Motivación.
- Organización del tiempo
- Métodos de estudio
- Concentración
- Práctica

## **5. Metodología**

### **5.1 Tipo y diseño de estudio**

El estudio tuvo un enfoque cuantitativo de diseño no experimental, con un corte transaccional o transversal, puesto que la recogida de datos se realizó en un solo momento mediante la aplicación del test TMMS-24 que evaluó la variable Inteligencia Emocional a través de las dimensiones atención, claridad y reparación emocional, y el reporte de calificaciones de un periodo académico de 5 meses. Es un estudio de tipo descriptivo – correlacional porque describió las características de las variables y la relación entre ambas. (Hernández-Sampieri et al., 2014).

### **5.2 Área de Estudio**

La presente investigación tuvo lugar en la ciudad de Loja, en la Carrera de Psicología Clínica de la Universidad Nacional de Loja.

### **5.3 Población y Muestra**

#### **5.3.1 Población**

La población a estudiar pertenece a la carrera de Psicología Clínica de la Universidad Nacional de Loja.

Esta población suma un total de 206 participantes los cuales se encuentran matriculados en la carrera en el periodo octubre 2022 – febrero 2023.

#### **5.3.2 Muestra**

La muestra fue de tipo probabilística aleatoria simple, por ello se empleó el programa Decision Analyst Stats 2.0, con un nivel deseado de confianza de 95%, un porcentaje estimado de la muestra de 50% y un error máximo de 5%, arrojando un número de 109 participantes; finalmente la muestra fue de 73 estudiantes, teniendo en cuenta los criterios de inclusión y exclusión.

#### **Criterios de Inclusión y Criterios de Exclusión**

##### ***Criterios de Inclusión***

- Participantes que deseen formar parte del estudio y firmen el consentimiento informado.
- Participantes de segundo a séptimo ciclo de la carrera de Psicología Clínica.

### ***Criterios de Exclusión***

- Participantes que no firmen el consentimiento informado.
- Participantes que no completen correctamente los reactivos psicológicos.
- Estudiantes de primer y octavo ciclo de la carrera de Psicología Clínica. No fueron seleccionados debido a la falta de los reportes de calificaciones de los estudiantes pertenecientes a dichos ciclos.

## **5.4 Instrumentos y Técnicas de Recolección de Datos**

### ***5.4.1 Test de Inteligencia emocional TMMS-24 (Anexo 1)***

Esta escala está diseñada para evaluar la inteligencia emocional percibida. El test TMMS-24 (Trait Meta-Mode-Scale), versión española, adaptada por Extremera y Fernández-Berrocal (2005), que está basada en el Trait Meta Mood Scale (TMMS-48) propuesto por Salovey y Mayer (1995), es una escala de rasgo de metaconocimiento emocional. Mide las destrezas con las que el individuo puede ser consciente de sus propias emociones y la capacidad para regularlas. Está compuesta por 24 ítems los cuales se agrupan en 3 dimensiones: atención emocional, claridad emocional y reparación emocional, cada una de estas conformada por 8 ítems.

Respecto al instrumento de investigación, TMMS-24 se realizaron indagaciones para determinar la validez y confiabilidad, hallándose un Alfa de Cronbach en cada dimensión de: Atención emocional = 0,83); claridad emocional ( $\alpha = 0,84$ ) y reparación emocional ( $\alpha = 0,85$ ). Duración de la aplicación: 5 -10 minutos

### ***5.4.2 Técnica documental***

Se aplicó para la variable independiente Rendimiento Académico, de tal forma que se obtuvo los promedios finales de los registros académicos del ciclo anterior de los estudiantes de la carrera de Psicología Clínica de la Universidad Nacional de Loja periodo 2022-2023.

### ***5.4.3 Consentimiento informado (Anexo 2)***

Se plasmará la información sobre el objetivo y el proceso de la investigación, el cual debe ser firmado por los estudiantes en donde aceptan la participación voluntaria en la investigación. Se respetará la decisión en caso de que los estudiantes se nieguen a formar parte de la investigación.

#### **5.4.4 Cuestionario**

Según Hernández Sampieri (1997), el cuestionario es utilizado para la recolección de datos; este consiste en un conjunto de preguntas respecto a una o más variables a medir.

#### **5.5 Técnica de Procesamiento y Análisis de Datos**

El presente proyecto se llevó a cabo mediante la aplicación del Test TMMS-24 de manera virtual a través de la plataforma Google Forms. Para la calificación y organización de la información se utilizó el programa Excel 2019 y, para análisis estadísticos se empleó el programa STATA MP-64.

#### **5.6 Procedimiento**

##### **5.6.1 Primera etapa**

Se solicitó la autorización a las autoridades de la institución para llevar a cabo la investigación.

Se procedió a contactar con los estudiantes de la muestra, explicando los objetivos del presente estudio y solicitar el consentimiento informado, teniendo en cuenta las consideraciones éticas de la investigación.

##### **5.6.2 Segunda etapa**

Se tomó en cuenta la selección de la muestra para la aplicación del reactivo psicológico.

Se procedió a la aplicación del test TMMS-24 a través del Formulario de Google Forms para su aplicación en línea, luego se procedió a la calificación de los reactivos psicológicos aplicados.

##### **5.6.3 Tercera etapa**

Una vez obtenida la información se procedió al análisis estadístico empleando el software estadístico Excel y posteriormente el Stata/MP14.0 para realizar las estimaciones correspondientes.

Se ejecutó, a través de test estadísticos, el cumplimiento de los cinco supuestos en los que se fundamenta la aplicación de la regresión lineal múltiple (linealidad, independencia, heterocedasticidad, normalidad y no colinealidad).

Se realizó el análisis tanto estadístico como descriptivo para la obtención de resultados.

Se procedió a utilizar la regresión lineal múltiple para la obtención de la relación entre variables.

#### 5.6.4 Cuarta etapa

Desarrollo de informe final, resultados, la discusión, conclusiones y las respectivas recomendaciones.

Elaboración del diseño del proyecto de prevención.

## 6. Resultados

### 6.1 Objetivo General

**Tabla 1.** *Relación entre las dimensiones de la inteligencia emocional y el rendimiento académico de los estudiantes de la carrera de Psicología Clínica de la Universidad Nacional de Loja.*

<b>Rendimiento Académico</b>	<b>Coefficientes</b>	<b>Error Estándar</b>	<b>Estadístico t</b>	<b>Probabilidad &gt;0,05</b>
Atención emocional	0,09	0,67	1,38	0,17
Regulación emocional	0,76	0,09	0,87	0,39
Claridad emocional	-0,14	0,09	-1,58	0,12

*Nota:* Datos obtenidos del Programa estadístico Stata/MP14.0.

En la **Tabla 1** se muestra la relación entre las dimensiones de la inteligencia emocional y el rendimiento académico de los estudiantes, siendo así que, existe una correlación positiva entre las dimensiones *atención* y *reparación emocional* con el *rendimiento académico*, es decir a *mayor atención* y *reparación emocional* mayor *rendimiento académico*. Mientras que, en el caso de la dimensión *claridad emocional*, esta tiene una correlación negativa con el *rendimiento académico*, es decir a mayor *claridad emocional* menor *rendimiento académico*. Por otra parte, al considerar los resultados del estadístico t y probabilidad expuestos en la tabla, se evidencia que, no existe significancia estadística de las variables consideradas en el tema de investigación, puesto que los valores son inferiores a 2 y su probabilidad superior al 5%.

## 6.2 Objetivo Específico 1

**Tabla 2. Niveles de inteligencia emocional en frecuencia y porcentaje**

	Atención emocional			Claridad emocional			Reparación emocional		
	Poc a	Adecua da	Muc ha	Mejor ar	Adecua da	Excele nte	Mejor ar	Adecua da	Excele nte
<b>Frecuencia (f)</b>	29	36	8	32	34	7	29	37	7
<b>Porcentaje (%)</b>	39,7 3	49,32	10,96	43,84	46,58	9,59	39,73	50,68	9,59
<b>Total:</b>	(f)7 3	100%		(f)73	100%		(f)73	100%	

**Nota:** Resultados de la aplicación del Test TMMS-24.

En la **Tabla 2** se puede evidenciar los resultados según cada dimensión de la inteligencia emocional, siendo así que: en la dimensión *atención emocional* el 49,32% de los estudiantes muestran un nivel adecuado, el 39,73% una *atención emocional* a mejorar en poca medida y el 10,96% de estudiantes con una *atención emocional* a mejorar en demasiada medida. Así mismo, se muestra la distribución de la *claridad emocional* en donde el 46,58% muestra un nivel adecuado de *claridad emocional*, el 9,59% cuenta con una excelente *claridad emocional* y el 43,84% presenta una *claridad emocional* a mejorar. De la misma forma se estableció la representación de la *reparación emocional* en donde el 50,68% revela un nivel adecuado de *reparación emocional*, el 9,59% cuenta con una reparación emocional excelente y el 39,73% con una *reparación emocional* a mejorar.

## 6.3 Objetivo Específico 2

**Tabla 3. Distribución del Rendimiento Académico**

Rendimiento Académico	Frecuencia	Porcentaje (%)
<b>Excelente</b>	50	68%
<b>Muy bueno</b>	23	32%
<b>Bueno</b>	0	0%
<b>Total</b>	73	100%

**Nota:** Reporte de calificaciones del periodo abril – septiembre 2022

De acuerdo con la **Tabla 3** se puede evidenciar que un 68% del total de estudiantes obtuvieron calificaciones de entre 9 y 9,82; considerándose un *rendimiento académico excelente*, mientras que el 32% restante de estudiantes obtuvieron un *rendimiento académico muy bueno* que oscila de 8,21 a 8,98 puntos. En este sentido, se puede notar que gran porcentaje del total de estudiantes de la carrera de Psicología Clínica de la Universidad Nacional de Loja para el periodo 2022- 2023 contaron con un *rendimiento académico excelente*, siendo esto un buen indicativo.

## **6.4 Objetivo específico 3**

### **6.4.1 Programa de prevención para potenciar la inteligencia emocional en los estudiantes universitarios de la carrera de Psicología Clínica de la Universidad Nacional de Loja: “Amando mis emociones”.**

#### **6.4.1.1 Introducción:**

La presente propuesta de prevención psicológica dirigida a potenciar y/o fortalecer la inteligencia emocional de estudiantes universitarios, con el fin de mantener un adecuado estado emocional y a su vez incidir en el desempeño académico y demás áreas de vida, incorporando las tres dimensiones de la inteligencia emocional: atención emocional, claridad emocional y reparación emocional, para un manejo funcional de las emociones.

#### **6.4.1.2 Justificación:**

Tomando en consideración los resultados y las necesidades de la investigación realizada, resulta de suma importancia potenciar y desarrollar la inteligencia emocional en los estudiantes universitarios, puesto que se evidencia que esta incide en el desempeño académico de los mismos.

Por lo tanto, se ha diseñado este plan de prevención en salud mental, basado en el enfoque cognitivo-conductual, para fomentar y fortalecer los componentes de la inteligencia emocional mediante estrategias que permitan a los estudiantes contar con un bagaje emocional adecuado para enfrentarse a las diversas situaciones de la vida lo cual contribuirá de manera significativa en el aumento o mantención del rendimiento académico.

#### **6.4.1.3 Objetivos:**

##### ***Objetivo general.***

Desarrollar estrategias psicológicas que faciliten la adquisición y desarrollo de la inteligencia emocional que les permita mejorar o mantener el rendimiento académico.

##### ***Objetivos específicos.***

- Explicar la importancia de las emociones, inteligencia emocional y sus componentes a los estudiantes universitarios,
- Aplicar estrategias de regulación emocional, habilidades sociales y resolución de problemas.

- Fortalecer hábitos saludables de estudio en los estudiantes universitario para mantener un buen rendimiento académico.

#### **6.4.1.4 Metodología:**

Se diseña una propuesta de prevención, dirigida a los estudiantes de la Carrera de Psicología Clínica de la Universidad Nacional de Loja, mediante la implementación de 7 sesiones terapéuticas de carácter grupal, con una duración de 60 a 90 minutos. La propuesta guarda un enfoque cognitivo-conductual, de acuerdo a las técnicas y estrategias factibles para llevarlo a cabo. Está estructurada en dos fases, la primera focalizada en la psicoeducación de la Inteligencia emocional que consta de una sesión y la segunda fase enfocada en la aplicación de estrategias para potenciar y desarrollar la inteligencia emocional y el rendimiento académico, esta fase conlleva 6 sesiones con una estrategia diferente. En estas sesiones se incluye el rol playing con el fin de que los estudiantes tengan un acercamiento más próximo a las situaciones determinadas y la puesta en práctica de lo aprendido.

#### **6.4.1.5 Plan de contenido:**

*Fase 1: Psicoeducación*

**Sesión 1:** Divagando por el mar de las emociones

*Fase 2: Estrategias para potenciar la inteligencia emocional y rendimiento académico*

**Sesión 2:** Mente fuerte con autocontrol

**Sesión 3:** Mis emociones, mi responsabilidad

**Sesión 4:** Desenrollando mi vida

**Sesión 5:** Mis amigos son lo que construyo

**Sesión 6:** Queriendo ser mejor cada día

**Sesión 7:** Respirando mi vida

#### **6.4.1.6 Plan de contenido:**

Tabla 4. Propuesta psicoterapéutica.

FASE 1: PSICOEDUCACIÓN					
Sesión 1: "Divagando en el mar de las emociones"					
Objetivo	Participantes	Técnicas psicológicas	Procedimiento	Tiempo	Materiales
Explicar que son las emociones y tipología. Informar el concepto, importancia y las dimensiones de la inteligencia emocional.	Estudiantes universitarios de la carrera de Psicología Clínica de la Universidad Nacional de Loja.	Psicoeducación	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Actividad de inicio:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ Bienvenida a los participantes</li> <li>○ Presentación del ponente</li> <li>○ Exponer el objetivo de la sesión</li> </ul> </li> <li>• <b>Dinámica:</b> “¿Quién es?” (Euroinnova International Online Education, s. f.), se la realiza con el fin de generar un ambiente de confianza y disminuir las tensiones, de manera que todos se vayan conociendo. Para llevarla a cabo se pedirá a cada participante que escriba en un papel un hecho único, extraño o inesperado que le haya sucedido. Posteriormente se colocarán los papeles en un recipiente, donde serán mezclados. Luego, el ponente sacará un papel y lo leerá en voz alta, con la finalidad de que cada participante adivine de quién es. Cuando la persona que escribió ese hecho sea identificada, esta deberá presentarse y agregar cuáles fueron las emociones que experimentó en dicha situación.</li> <li>• <b>Desarrollo del contenido de la sesión:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ Psicoeducación: <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Qué es la emoción</li> <li>▪ Tipologías de la emoción</li> <li>▪ Inteligencia emocional y su importancia</li> <li>▪ Dimensiones</li> <li>▪ Factores de riesgo de la inteligencia emocional</li> </ul> </li> </ul> </li> <li>• <b>Actividad de cierre:</b> Retroalimentación.</li> </ul>	45 - 60 minutos	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Recursos humanos</li> <li>- Computador</li> <li>- Proyector</li> <li>- Sillas</li> <li>- Hojas de papel bond</li> <li>- Lápices</li> </ul>

---

**FASE 2: ESTRATEGIAS PARA POTENCIAR LA INTELIGENCIA EMOCIONAL Y RENDIMIENTO ACADÉMICO**


---

**Sesión 2: "Mente fuerte con autocontrol"**


---

Objetivo	Participantes	Técnicas psicológicas	Procedimiento	Tiempo	Materiales
Potenciar estrategias de regulación emocional en los estudiantes universitarios	Estudiantes universitarios de la carrera de Psicología Clínica de la Universidad Nacional de Loja.	Psicoeducación Estrategias de regulación emocional	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Actividad de inicio:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ Bienvenida a los participantes</li> <li>○ Presentación del ponente</li> <li>○ Exponer el objetivo de la sesión</li> </ul> </li> <li>• <b>Dinámica:</b> “Mímica de las emociones” (Franch, 2018), en esta que se presentará la rueda de emociones, previamente se van a preparar tarjetas escritas con una situación en específico para que cada participante tome una, la lea en silencio y elija la emoción que le genera dicha situación la cual la debe representar mímicamente, el resto de las personas debe adivinar la emoción imitada, quien acierte será el siguiente en realizarlo.</li> <li>• <b>Desarrollo del contenido de la sesión:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ Psicoeducación               <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ ¿Qué es la regulación emocional?</li> </ul> </li> <li>○ Estrategia de regulación emocional               <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Objetivos de las estrategias de regulación emocional</li> <li>▪ Habilidades específicas de regulación emocional (identificar y etiquetar emociones, función de la emoción)</li> <li>▪ Control de impulsos (identificar el impulso antes de actuar, inhibición de la respuesta automática, identificación de alternativas, selección e instrumentación de respuesta)</li> </ul> </li> </ul> </li> <li>• <b>Actividad de cierre:</b> Retroalimentación.</li> </ul>	60 - 90 minutos	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Recursos humanos</li> <li>- Computador</li> <li>- Proyector</li> <li>- Sillas</li> <li>- Hojas de papel bond</li> <li>- Lápices</li> <li>- Rueda de emociones</li> </ul>

---

<b>Sesión 3: “Mis emociones, mi responsabilidad “</b>					
<b>Objetivo</b>	<b>Participantes</b>	<b>Técnicas psicológicas</b>	<b>Procedimiento</b>	<b>Tiempo</b>	<b>Materiales</b>
Fortalecer las habilidades de comunicación y expresión mediante el desarrollo de la escucha activa, gestualidad, asertividad y claridad.	Estudiantes universitarios de la carrera de Psicología Clínica de la Universidad Nacional de Loja.	Psicoeducación Entrenamiento en habilidades de comunicación	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Actividad de inicio:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ Bienvenida a los participantes</li> <li>○ Exponer el objetivo de la sesión.</li> </ul> </li> <li>• <b>Dinámica:</b> “Dibujo dictado” (Franch, 2018). Se inicia con la conformación de parejas, para lo cual los participantes comenzarán a enumerarse en orden hasta la mitad de los presentes y se iniciará nuevamente con la numeración de los participantes restantes, esto con el propósito de afianzar más los lazos de compañerismo. Una vez que se han formado las parejas, estas se ubican en un lugar cómodo del salón que cuente con mesa y sillas, se les entregará una ilustración a cada uno, hojas de papel boom, lápiz y borrador. Se les pide que uno de los participantes se sienta a dibujar en la mesa donde pueda dibujar y detrás de él estará el compañero quien debe describir la ilustración para que su compañero pueda reproducirla lo mejor posible teniendo en cuenta que no la ve. Uno debe esmerarse en comunicar y describir con detalle la imagen, el otro debe agudizar su escucha. Luego se realiza el intercambio de papeles para poder empatizar con las dificultades del otro.</li> <li>• <b>Desarrollo del contenido de la sesión:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ Psicoeducación           <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ ¿Qué es la comunicación asertiva?</li> <li>▪ Importancia de la comunicación</li> <li>▪ Beneficios de una adecuada comunicación</li> <li>▪ Habilidades de comunicación: Habilidades del que habla y habilidades del que escucha</li> </ul> </li> </ul> </li> <li>• <b>Actividad de cierre:</b> Retroalimentación.</li> </ul>	60 – 90 minutos	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Recursos humanos</li> <li>- Computador</li> <li>- Proyector</li> <li>- Sillas</li> <li>- Mesas</li> <li>- Hojas de papel bond</li> <li>- Lápices</li> <li>- Borradores</li> </ul>

---

**Sesión 4: “Desenrollando mi vida ”**


---

Objetivo	Participantes	Técnicas psicológicas	Procedimiento	Tiempo	Materiales
Brindar estrategias que permitan la facilitación del desarrollo de la capacidad de resolución de problemas.	Estudiantes universitarios de la carrera de Psicología Clínica de la Universidad Nacional de Loja.	Psicoeducación Entrenamiento en resolución de problemas	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Actividad de inicio:</b> Bienvenida a los participantes, exponer el objetivo de la sesión.</li> <li>• <b>Dinámica:</b> “El título de la canción” (Calvo-Sánchez, 2022), para esta se formará 5 grupos de manera aleatoria con el fin de que los participantes afiancen sus vínculos de compañerismo. Esta actividad consiste en que cada grupo debe adivinar y anotar el título de la canción que se reproducirá durante 10 segundos en un papel, los grupos tendrán 10 segundos para discutir la respuesta correcta, una vez escrita no podrán hacer modificaciones por lo que se les pide que en grupo tomen la decisión que les parece más adecuada. Se realizan 10 rondas, luego se procede a contabilizar los aciertos de cada grupo, el grupo que tenga más aciertos será el ganador.</li> <li>• <b>Desarrollo del contenido de la sesión:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ Psicoeducación           <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ ¿Qué es la resolución de problemas y su importancia?</li> <li>▪ Objetivos del entrenamiento en resolución de problemas</li> </ul> </li> <li>○ Resolución de problemas:           <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Definir el problema y objetivos</li> <li>▪ Lluvia de ideas</li> <li>▪ Evaluar soluciones</li> <li>▪ Seleccionar solución</li> <li>▪ Definir los pasos para abordar</li> <li>▪ Ensayo cognitivo</li> <li>▪ Implementación</li> <li>▪ Evaluación.</li> </ul> </li> </ul> </li> <li>• <b>Actividad de cierre:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ “El árbitro” (Montagud, 2020): se la lleva a cabo con los mismos grupos conformados para la primera dinámica. Se entregan 3 tarjetas a cada grupo con una situación</li> </ul> </li> </ul>	60 - 90 minutos	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Recursos humanos</li> <li>- Computador</li> <li>- Proyector</li> <li>- Sillas</li> <li>- Mesas</li> <li>- Hojas de papel bond</li> <li>- Lápices</li> <li>- Borradores</li> </ul>

conflictiva que suelen generarse en el aula de clase, entre compañeros o profesores. Cada grupo deberá conversar entre sus miembros durante 10 minutos para dar una solución a cada problemática. Luego un miembro de cada grupo irá exponiendo la solución a la que han llegado en la primera situación. Si los demás miembros desean participar y acotar información se les da paso de forma ordenada. Una vez expuestas las opiniones el profesional irá corrigiendo y orientando a la mejor solución posible mientras los participantes van tomando conciencia, formulando sus respuestas para la exposición de las situaciones siguientes y se realiza el mismo procedimiento para los demás grupos.

- Retroalimentación.
-

---

**Sesión 5: “Mis amigos son lo que construyo”**


---

Objetivo	Participantes	Técnicas psicológicas	Procedimiento	Tiempo	Materiales
Desarrollar la capacidad de establecer relaciones interpersonales mediante el entrenamiento de habilidades sociales.	Estudiantes universitarios de la carrera de Psicología Clínica de la Universidad Nacional de Loja.	Psicoeducación Entrenamiento en habilidades sociales	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Actividad de inicio:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ Bienvenida a los participantes</li> <li>○ Exponer el objetivo de la sesión</li> </ul> </li> <li>• <b>Dinámica:</b> “Abrazos musicales” (Blas-Alfaro, 2019), la cual consiste en que sonará una música, simultáneamente los participantes bailarán por todo el salón, cuando la música se detiene, cada uno de estos deberá abrazar a un compañero. Luego, la música se reanuda, los participantes vuelven a bailar, una vez que la música se detiene, se abrazan tres personas. Este procedimiento se repetirá hasta formar un solo grupo.</li> <li>• <b>Desarrollo del contenido de la sesión:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ Psicoeducación               <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ ¿Qué son las habilidades sociales? ¿Cuál es su importancia?</li> <li>▪ Objetivos y beneficios del entrenamiento en habilidades sociales</li> </ul> </li> <li>○ Entrenamiento en habilidades sociales               <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Evaluación</li> <li>▪ Modelamiento</li> <li>▪ Ensayo conductual</li> </ul> </li> </ul> </li> <li>• <b>Actividad de cierre:</b> Retroalimentación</li> </ul>	60 - 90 minutos	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Recursos humanos</li> <li>- Computador</li> <li>- Proyector</li> <li>- Sillas</li> <li>- Mesas</li> <li>- Hojas de papel bond</li> <li>- Lápices</li> <li>- Borradores</li> <li>- Parlante musical</li> </ul>

---

---

**Sesión 6: “Queriendo ser mejor cada día”**


---

Objetivo	Participantes	Técnicas psicológicas	Procedimiento	Tiempo	Materiales
Permitir que los estudiantes adquieran habilidades de relajación mediante la técnica de respiración diafragmática.	Estudiantes universitarios de la carrera de Psicología Clínica de la Universidad Nacional de Loja.	Psicoeducación Técnicas para fortalecer el rendimiento académico	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Actividad de inicio:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ Bienvenida a los participantes</li> <li>○ Exponer el objetivo de la sesión.</li> </ul> </li> <li>• <b>Dinámica:</b> “Cadena de palabras” (Pérez, 2021). todos los participantes se sentarán en círculo, el presentador propondrá un tema y elige un estudiante para que inicie. Dicho participante dirá una palabra cualquiera sobre el tema propuesto. El siguiente participante dirá otra y repite la del anterior. Esto se repetirá con el resto de participantes que deben decir una nueva palabra e ir recordando las que han dicho sus compañeros. Aquellos participantes que no recuerden la lista de palabras se irán eliminando.</li> <li>• <b>Desarrollo del contenido de la sesión:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ Psicoeducación: <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Inteligencia emocional y rendimiento académico</li> <li>▪ Factores de protección</li> <li>▪ Factores de riesgo</li> </ul> </li> <li>○ Técnicas: <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Organizar</li> <li>▪ Gestionar</li> <li>▪ Hábitos saludables de estudio</li> <li>▪ Métodos de estudio</li> <li>▪ Concentración</li> <li>▪ Practica</li> </ul> </li> </ul> </li> <li>• <b>Actividad de cierre:</b> Retroalimentación</li> </ul>	60 – 90 minutos	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Recursos humanos</li> <li>- Computador</li> <li>- Proyector</li> <li>- Sillas</li> <li>- Mesas</li> </ul>

---

---

**Sesión 7: “Respirando mi vida”**


---

Objetivo	Participantes	Técnicas psicológicas	Procedimiento	Tiempo	Materiales
Permitir que los estudiantes adquieran habilidades de relajación mediante la técnica de respiración diafragmática.	Estudiantes universitarios de la carrera de Psicología Clínica de la Universidad Nacional de Loja.	Técnica de respiración diafragmática.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Actividad de inicio:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ Bienvenida a los participantes</li> <li>○ Exponer el objetivo de la sesión.</li> </ul> </li> <li>• <b>Dinámica:</b> “Empezó el movimiento”. Para esto los participantes se colocarán formando un círculo. El profesional elegirá quien comenzará con la actividad realizando un movimiento de su cuerpo y todos deben seguirlo, así mismo, el siguiente participante incrementará un movimiento más y los demás participantes lo seguirán incluido el movimiento anterior, y así se continuará con todos los participantes.</li> <li>• <b>Desarrollo del contenido de la sesión:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ ¿Qué es la respiración diafragmática?</li> <li>○ Objetivos y uso de la respiración diafragmática</li> <li>○ Importancia de la respiración diafragmática para: <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Controlar mejor las emociones</li> <li>▪ Mejorar la concentración</li> <li>▪ Capacidad de memorizar.</li> </ul> </li> <li>○ Cláusulas para la respiración diafragmática.</li> <li>○ Entrenamiento en la respiración diafragmática.</li> </ul> </li> <li>• <b>Actividad de cierre:</b> Retroalimentación</li> <li>• <b>Agradecimiento</b></li> <li>• <b>Despedida parcial</b></li> </ul>	45 – 60 minutos	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Recursos humanos</li> <li>- Computador</li> <li>- Proyector</li> <li>- Sillas</li> <li>- Mesas</li> </ul>

---

## 7. Discusión

El estudio tuvo por objetivo describir la relación de la inteligencia emocional y el rendimiento académico en los estudiantes de la carrera de Psicología Clínica, en el mismo se pudo evidenciar una relación positiva entre el rendimiento académico y las dimensiones atención y reparación emocional, así también, una relación negativa con la dimensión claridad emocional, sin embargo, dichas relaciones no tienen una significancia estadística según lo determinó el análisis estadístico.

Los resultados obtenidos guardan cierta relación con el estudio de Morillo-Guerrero (2022), llevado a cabo en dos grupos de estudiantes universitarios del Idioma Francés de la Universidad Autónoma de Santo Domingo, el primer grupo conformado por 273 y el segundo por 207 participantes, dichos resultados demuestran que en ambos grupos existe una relación inversa entre la inteligencia emocional y el rendimiento académico, siendo esta una relación estadísticamente insignificante. Sin embargo, a pesar de que la relación es nula, esta difiere entre las dimensiones de inteligencia emocional, para el primer grupo la dimensión que se correlaciona con un valor más negativo es la reparación, continuada por la claridad y finalmente por la atención emocional. En cuanto al segundo grupo la que obtiene mayor correlación negativa es la reparación, seguido por la atención y por último la claridad emocional.

En esta misma línea, otra investigación realizada por Arntz y Trunce (2019), sobre la inteligencia emocional y rendimiento académico en 131 estudiantes universitarios de la carrera de Nutrición en una Universidad Pública Chilena, afirman que no fue posible encontrar diferencias significativas entre las dimensiones atención, comprensión y regulación emocional con el promedio de notas, en otras palabras, una mayor inteligencia emocional no influye en el rendimiento académico y ni un mayor rendimiento académico aumenta la inteligencia emocional.

Sin embargo, los resultados del presente estudio van en línea opuesta a los expuestos por Villacis (2022), en su investigación sobre la “Influencia de la inteligencia emocional en el rendimiento académico” con 134 estudiantes que pertenecen a la carrera de Psicopedagogía de la Facultad de Filosofía Letras y Ciencias de la Educación en la Universidad Central del Ecuador, en la que concluye que existe una correlación positiva entre las dos variables, es decir que la inteligencia emocional influye en el rendimiento académico, considerando que el 93.3% de la muestra mantienen un nivel alto de inteligencia emocional y entre un excelente y regular rendimiento académico.

De la misma manera en la investigación realizada por Del Rosal et al. (2016), sobre la inteligencia emocional y rendimiento académico con una muestra constituida por 500 estudiantes de los Grados de Maestro en Educación Primaria y Maestro en Educación Infantil de la Universidad de Extremadura, afirman que encontraron una relación positiva y estadísticamente significativa entre las dimensiones atención, claridad y reparación emocional con el rendimiento académico universitario, es decir a mayor inteligencia emocional, mayor rendimiento académico y viceversa.

Analizando los estudios de referencia con los resultados obtenidos de la presente investigación, podemos notar las primeras diferencias: el tamaño de la muestra, el género y el método. El estudio cuenta con una muestra pequeña en comparación a los otros estudios debido al número limitado de estudiantes que conforman la carrera de Psicología clínica. En la variable género, no se tomó en cuenta debido a la gran diferencia en la población estudiantil puesto que existen más mujeres que hombres inscritos; así mismo, los métodos utilizados, también denotan diferencias, los registros de calificación, la metodología de calificación y malla curricular difiere según cada lugar y carrera universitaria.

Es importante señalar que, de acuerdo a la presente investigación, se toma en consideración que hay una relación débil entre las dimensiones de la inteligencia emocional y el rendimiento académico, pese a esto, es importante mencionar que los estudiantes cuentan con un buen desarrollo de esta habilidad para que puedan enfrentarse a las diferentes situaciones que se les presenten no solamente en el ámbito académico sino también en el personal, familiar y social. Es necesario tener presente que el rendimiento académico es multifactorial ya que se encuentra asociado a distintos factores emocionales, cognitivos y sociales que pueden determinar los niveles del mismo, por lo que se destaca la importancia de seguir realizando más estudios que permitan corroborar los resultados obtenidos incluyendo más variables en las investigaciones para determinar con más precisión la relación entre las dos variables de estudio.

## 8. Conclusiones

De acuerdo a los resultados obtenidos en esta investigación se concluye que:

Existe relación positiva y negativa entre las dimensiones de la inteligencia emocional y el rendimiento académico, es decir a mayor atención y reparación emocional mayor es el rendimiento académico, mientras que a mayor claridad emocional menor es el rendimiento académico. Sin embargo, estas relaciones no son estadísticamente significativas.

Con la aplicación del Test TMMS-24 se evidencia que la mayoría de los estudiantes presentan dificultades en la dimensión atención emocional, y un porcentaje relativamente alto de estudiantes tienen una adecuada y excelente reparación emocional y claridad emocional.

Los estudiantes presentan diferentes niveles de rendimiento académico, más de la mitad de los estudiantes muestran un *excelente* rendimiento académico y el resto se sitúa en la escala *muy buen* rendimiento académico, por ende, no hay estudiantes que se sitúen en una escala de rendimiento académico bueno.

Se elaboró una propuesta psicoterapéutica de prevención con el enfoque cognitivo conductual con el propósito de desarrollar y potenciar las habilidades de la inteligencia emocional lo cual contribuirá de forma positiva incrementando y/o manteniendo el rendimiento académico de los estudiantes.

## **9. Recomendaciones**

Se recomienda la aplicación del plan psicoterapéutico en los estudiantes como parte de las estrategias de apoyo estudiantil y académico, y así, adquieran nuevas habilidades y refuercen aquellas con las que ya cuentan, realizando el respectivo seguimiento y evaluación para identificar las evoluciones o cambios generados.

Se recomienda replicar el estudio en una muestra más significativa de manera que puedan obtener estadísticos descriptivos y analizar ampliamente las variables del presente estudio, considerando, además, variables como el sexo, estado civil, residencia, etc., ya que estos pueden ser factores que pueden incidir tanto en la inteligencia emocional como en el rendimiento académico.

Impulsar actividades de interacción entre los estudiantes y su entorno (grupo de pares, familia, sociedad), para fortalecer sus habilidades y proveer de recursos personales; considerando que, como futuros profesionales de la salud mental, es necesario contar con un adecuado bagaje de herramientas de control e inteligencia emocional, que les permita desenvolverse de manera funcional en su ámbito profesional.

Se recomienda finalmente, que la metodología de aprendizaje implementada en las instituciones académicas, tome en consideración la inclusión de asignaturas que incluyan la temática de la inteligencia emocional, para que, tanto estudiantes como docentes trabajen de forma conjunta en la identificación, desarrollo y aplicación de estrategias en todos los ámbitos de su diario vivir, promoviendo una adecuada salud mental.

## 10. Bibliografía

- Albán-Obando, J., y Calero-Mieles, J. L. (2017). *El rendimiento académico: Aproximación necesaria a un problema pedagógico actual*. 13(58), 213.220.
- Arrabal-Martín, E. M. (2018). *Inteligencia Emocional*. Editorial Elearning, S.L.  
<https://books.google.com.pe/books?id=bp18DwAAQBAJ&printsec=frontcover#v=onepage&q&f=false>
- Ayala-Ramirez, A. S. (2019). *La procrastinación académica: Teorías, elementos y modelos* [Tesis pregrado]. Universidad Peruana Unión.
- Bar-On, R. (2006). *The Bar-On model of emotional-social intelligence (ESI)*. 13.
- Bar-On, R., y Parker, J. (2018). *Inventario de Inteligencia Emocional de BarOn: Versión para jóvenes (7-18 años)*. TEA Ediciones.  
[https://web.teaediciones.com/ejemplos/baron\\_extracto-web.pdf](https://web.teaediciones.com/ejemplos/baron_extracto-web.pdf)
- Blas-Alfaro. (2019). *Abrazos Musicales*. Scribd.  
<https://es.scribd.com/document/401274624/Abrazos-Musicales#>
- Brito, D., Santana, Y., y Pirela, G. (2019). El Modelo de Inteligencia Emocional de Bar-On en el Perfil Académico Profesional de la FACO/LUZ. *Ciencia Odontológica*, 16(1), Article 1.
- Bueno-Lugo, A. F. (2019). La inteligencia emocional: Exposición teórica de los modelos fundantes. *Revista Seres y Saberes*, 6, Article 6.  
<http://revistas.ut.edu.co/index.php/SyS/article/view/1816>
- Calvo-Sánchez, B. (2022). *Dinámicas de grupo para adultos divertidas*. Mundo Deportivo.  
<https://www.mundodeportivo.com/uncomo/negocios/articulo/dinamicas-de-grupo-para-adultos-divertidas-52193.html>

- Estrada-García, A. (2018). Estilos de aprendizaje y rendimiento académico. *Revista Boletín Redipe*, 7(7), Article 7.
- Euroinnova International Online Education. (s. f.). *Dinámicas rompe hielo para adultos*. Euroinnova Business School. Recuperado 23 de marzo de 2023, de <https://www.euroinnova.ec/blog/dinamicas-rompe-hielo-para-adultos>
- Federación de Enseñanza. (2011). Inteligencia Emocional. *Revista Digital para Profesionales de la Enseñanza de CC.OO de Andalucía*, 12. <https://www.feandalucia.ccoo.es/docu/p5sd7866.pdf>
- Fernández Berrocal, P., y Extremera Pacheco, N. (2005). *La Inteligencia Emocional y la educación de las emociones desde el Modelo de Mayer y Salovey*. 32.
- Fernández-Berrocal, P., y Ramos-Díaz, N. (2004). *Desarrolla tu inteligencia emocional* (file:///C:/Users/Usuario/Desktop/INTERCICLO%20ANTEPROYECTO/BIBLIOGRAFIA/Copia%20de%20Desarrolla%20tu%20inteligencia%20emocional.pdf). Editorial Kairós, S.A.
- Fragoso-Luzuriaga, R. (2015). Inteligencia emocional y competencias emocionales en educación superior, ¿un mismo concepto? *Revista iberoamericana de educación superior*, 6(16), 110-125.
- Franch, J. (2018). *30 Actividades para trabajar las emociones*. <http://www.clubpequeslectores.com/2015/06/trabajando-las-emociones-recursos-educativos.html>
- Fried, A., y Minutillo, C. (2019). *Técnicas cognitivo conductuales para la desregulación emocional*.
- Gálvez-Mella, C. (2017). *Inteligencia Emocional*.
- Gamandé-Villanueva, N. (s. f.). *Las inteligencias múltiples de Howard Gardner: Unidad piloto para propuesta de cambio metodológico* (Repositorio Universidad

- Internacional de la Rioja) [Tesis pregrado, Universidad Internacional de la Rioja].  
<https://reunir.unir.net/bitstream/handle/123456789/2595/gamande%20villanueva.pdf?sequence=1&isAllowe>
- Godoy, D., Eberhard, A., Abarca, F., Acuña, B., y Muñoz, R. (2020). Psicoeducación en salud mental: Una herramienta para pacientes y familiares. *Revista Médica Clínica Las Condes*, 31(2), 169-173. <https://doi.org/10.1016/j.rmclc.2020.01.005>
- Goleman, D. (1996). *Inteligencia Emocional*. Editorial Kairós, S.A.
- Granados, R. M. (2016). Modelos de regresión lineal múltiple. *Granada, España: Departamento de Economía Aplicada, Universidad de Granada*.
- Gross, J. (1998). The Emerging Field of Emotion Regulation: An Integrative Review. *Review of General Psychology*, 2(3), 271-299.
- Guamani-Carrillo, J. P. (2017). *Inteligencia Emocional y Personalidad en Estudiantes Universitarios* (Repositorio Universidad Técnica de Ambato) [Tesis pregrado, Universidad Técnica de Ambato].  
<https://repositorio.uta.edu.ec/jspui/bitstream/123456789/25487/2/PROYECTO%20INVESTIGATIVO.pdf>
- Güell, M. (2013). *¿Tengo inteligencia emocional?* Ediciones Paidós.  
<https://webooks.co/images/team/generos/literarios498/TengointeligenciaemocionalManelGuellBarcelo.pdf>
- Guiracocha-Suárez. (2018). *Inteligencia emocional en el desarrollo social. Talleres educativos* [Tesis pregrado]. Universidad de Guayaquil.
- Gutiérrez-Carmona, M., y Expósito-López, J. (2015). Autoconcepto, dificultades interpersonales, habilidades sociales y conductas asertivas en adolescentes. *REOP - Revista Española de Orientación y Psicopedagogía*, 26(2), Article 2. <https://doi.org/10.5944/reop.vol.26.num.2.2015.15215>

- Idrogo-Zamora, D. I., y Asenjo-Alarcón, J. A. (2021). Relación entre inteligencia emocional y rendimiento académico en estudiantes universitarios peruanos. *Revista de Investigación Psicológica*, 26, 69-79. <https://doi.org/10.53287/ryfs1548js42x>
- Lay-Morales, K. (2013). *Programa de intervención psicoeducativa en estrategias de aprendizaje para mejorar el rendimiento académico en estudiantes del décimo grado del bachillerato en letras del turno matutino del colegio José Antonio Remón Cantera, perioso 2010-11* (Repositorio Centroamericano SIIDCA-CSUCA) [Posgrado, Universidad de Panamá]. [http://up-rid.up.ac.pa/4812/1/khaddine\\_lay.pdf](http://up-rid.up.ac.pa/4812/1/khaddine_lay.pdf)
- Martínez-Otero, V. (1997). *Los adolescentes ante el estudio: Causas y consecuencias del rendimiento académico*. Editorial Fundamentos.
- Masud, S., Mufarrih, S. H., Qureshi, N. Q., Khan, F., Khan, S., y Khan, M. N. (2019). Academic Performance in Adolescent Students: The Role of Parenting Styles and Socio-Demographic Factors – A Cross Sectional Study From Peshawar, Pakistan. *Frontiers in Psychology*, 10. <https://www.frontiersin.org/articles/10.3389/fpsyg.2019.02497>
- Mejía-Díaz, J. J. (2013). Reseña teórica de la inteligencia emocional: Modelos e instrumentos de medición. *Revista Científica*, 17(1), Article 1. <https://doi.org/10.14483/23448350.4505>
- Montagud, N. (2020). *Las 14 mejores dinámicas de resolución de conflictos*. Psicología y Mente. <https://psicologiaymente.com/social/dinamicas-resolucion-conflictos>
- Morillo-Guerrero, I. (2022). Inteligencia emocional y rendimiento académico: Un enfoque correlacional. *Revista Caribeña de Investigación Educativa*, 6(1), 73-90.
- Murillo, M. A. (2008). *Variables que influyen en el rendimiento académico en la universidad*. 17.
- Navarro, R. E. (2003). *El rendimiento académico: Concepto, investigación y desarrollo*. 15.

- Pérez, J. (2021, marzo 7). 12 dinámicas de grupo divertidas para realizar en clase. *El Proyector de Clase*. <https://www.elproyectordeclase.com/2021/03/12-dinamicas-grupo-divertidas-realizar-clase.html>
- Ruíz-Barrios de Tebalán, B. Y. (2015). *Autorregulación y su relación con el rendimiento académico en los estudiantes* (Repositorio Universidad Rafael Landívar) [Tesis posgrado, Universidad Rafael Landívar]. <http://recursosbiblio.url.edu.gt/tesisjcem/2015/05/83/Ruiz-Bessy.pdf>
- Ruiz-Fernández, M. Á., Díaz-García, M. I., y Villalobos-Crespo, A. (2013). *Manual de técnicas de intervención cognitivo conductuales* (3a ed). Desclée De Brouwer.
- Sánchez Mora, A. (2017). *Habilidades para la vida: Herramientas para el Buen Trato y la Prevención de la Violencia*. 11.
- SanMartín-Godoy, A. (2015). *Rendimiento Académico*. <https://docplayer.es/799246-Capitulo-ii-marco-teorico.html>
- Suárez-Brieva, E., Suárez-Brieva, E., y Lara, E. C. P. (2017). *ANÁLISIS DE LOS FACTORES ASOCIADOS AL RENDIMIENTO ACADÉMICO DE ESTUDIANTES DE UN CURSO DE INFORMÁTICA*. 38, 17.
- Torres-Tarazona, M. I. (2021). *Inteligencia emocional en estudiantes del VII ciclo de una institución educativa pública de Jornada Escolar Completa de Pomabamba, Áncash* [Tesis pregrado, Universidad Marcelino Champagnat]. <https://repositorio.umch.edu.pe/handle/UMCH/3364>
- Uribe-Flórez, L. (2016). *Influencia de la familia en la inteligencia emocional en la primera infancia* [Corporación Universitaria Minuto de Dios]. [https://repository.uniminuto.edu/bitstream/10656/5258/1/TTS\\_UribeFlorezLina\\_2016.pdf](https://repository.uniminuto.edu/bitstream/10656/5258/1/TTS_UribeFlorezLina_2016.pdf)
- Villatoro, A. B. (s. f.). *¿Qué es, que describe y que tipos de inteligencia existen?* 8.

## 11. Anexos

### Anexo 1. Test para evaluar los estados emocionales

#### Test para evaluar los estados emocionales /TMMS-24

Fernández-Berrocal, Extremera y Ramos (2005) Basado en The Trait Meta-Mood Scale (Salovey y Mayer)

A continuación encontrarás algunas afirmaciones sobre emociones y sentimientos. Lee atentamente cada frase e indica el grado de acuerdo o desacuerdo con respecto a las mismas. Señala con una «X» la respuesta que más se aproxime a tus preferencias. No hay respuestas correctas o incorrectas, ni buenas o malas. No emplees mucho tiempo en cada respuesta.

*Nada de acuerdo: 1; Algo de acuerdo: 2; Bastante de acuerdo: 3; Muy de acuerdo: 4 y Totalmente de acuerdo: 5*

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

## Anexo 2. Consentimiento informado



### Consentimiento Informado

Yo \_\_\_\_\_ con C.C. \_\_\_\_\_ del \_\_\_\_\_ ciclo de la Carrera de Psicología Clínica de la Universidad Nacional de Loja, declaro que he sido informado e invitado a participar en una investigación denominada “Inteligencia Emocional y el Rendimiento Académico de los Estudiantes de la Carrera de Psicología Clínica de la Universidad Nacional de Loja periodo 2022-2023”. Entiendo que este estudio busca determinar la relación entre la inteligencia emocional y el rendimiento académico y sé que mi participación se llevará a cabo en la Universidad Nacional de Loja, Facultad de la Salud humana específicamente en el edificio de la carrera de Psicología Clínica, y consistirá en responder un reactivo psicológico: Test de Inteligencia Emocional TSSM-24 que demorará alrededor de 5 minutos.

Me han explicado que la información registrada será confidencial, y que los nombres de los participantes serán asociados a un número de serie, esto significa que las respuestas no podrán ser conocidas por otras personas ni tampoco ser identificadas en la fase de publicación de resultados.

Estoy en conocimiento que los datos no me serán entregados y que no habrá retribución por la participación en este estudio, sí que esta información podrá beneficiar de manera indirecta y por lo tanto tiene un beneficio para la sociedad dada la investigación que se está llevando a cabo.

Asimismo, sé que puedo negar la participación o retirarme en cualquier etapa de la investigación, sin expresión de causa ni consecuencias negativas para mí.

Sí. Acepto voluntariamente participar en este estudio y he recibido una copia del presente documento.

En constancia firma: \_\_\_\_\_

Fecha:

### Anexo 3. Aprobación del Trabajo de Integración Curricular.



Loja, 24 de noviembre de 2022

Dra. Ana C. Puertas A. Mg.  
**DIRECTORA DE LA CARRERA DE PSICOLOGÍA CLÍNICA - UNL.**  
En su despacho. –

De mi consideración:

Extiendo un saludo atento, cordial y respetuoso.

En respuesta al Oficio No. 497– C.PS.CL- FSH-UNL, de fecha 02 de noviembre de 2022, en el que se solicita analizar y emitir el informe de estructura y coherencia del proyecto denominado **"INTELIGENCIA EMOCIONAL Y EL RENDIMIENTO ACADÉMICO DE LOS ESTUDIANTES DE LA CARRERA DE PSICOLOGÍA CLÍNICA DE LA UNIVERSIDAD NACIONAL DE LOJA PERIODO 2022-2023"**, de autoría de la señorita Hipatia Pamela Izquierdo Gallegos CI.1105571200, estudiante del octavo ciclo de la carrera de Psicología Clínica, menciono que:

Una vez que se ha realizado la revisión del Proyecto de Integración Curricular, informo a Usted que el mismo **tiene estructura y coherencia**, por lo que se considera podrá continuar realizando su trabajo de Integración Curricular según el cronograma planteado.

Atentamente,



**Psc. CI. Cindy Estefanía Cuenca Sánchez. Mg.Sc**  
Docente

#### Anexo 4. Designación de Director del Trabajo de Integración Curricular.



**unl**

Universidad  
Nacional  
de Loja

**CARRERA DE PSICOLOGÍA CLÍNICA**

Facultad  
de la Salud  
Humana

Oficio. No. 575- C.PS.CL- FSH-UNL  
Loja, 08 de diciembre de 2022

Psicóloga Clínica  
Cindy Estefanía Cuenca Sánchez Mgs  
**DOCENTE DE LA CARRERA DE PSICOLOGÍA CLÍNICA-FSH-UNL**  
Ciudad. -

De mi consideración:

Por el presente y dando cumplimiento a lo dispuesto en el “Capítulo II del Proyecto de Tesis, Artículos 133, y 134 del Reglamento de Régimen Académico de la Universidad Nacional de Loja, aprobado el 26 de julio del 2009”, una vez que ha cumplido con todos los requisitos y considerando que el proyecto de Tesis fue aprobado; me permito hacerle conocer que está dirección, lo ha designado Director de Tesis del Proyecto adjunto, denominado: **“INTELIGENCIA EMOCIONAL Y EL RENDIMIENTO ACADÉMICO DE LOS ESTUDIANTES DE LA CARRERA DE PSICOLOGÍA CLÍNICA DE LA UNIVERSIDAD NACIONAL DE LOJA PERIODO 2022-2023”**,., autoría de la señorita: Hipatia Pamela Izquierdo Gallegos CI. 1105571200, estudiante del VIII ciclo de la carrera de Psicología Clínica de la Facultad de la Salud Humana.

En seguridad de contar con su colaboración, le expreso mi agradecimiento.

Atentamente,



ANNA CATALINA  
PUERTAS  
AZANZA

Dra. Ana Puertas Azanza Mgs  
**DIRECTORA DE LA CARRERA DE PSICOLOGÍA CLÍNICA**  
**FACULTAD DE LA SALUD HUMANA -UNL**

C/c. Hipatia Pamela Gallegos Izquierdo Gallegos  
Expediente estudiantil  
Archivo

**Anexo 5. Registro de calificaciones de la Universidad Nacional de Loja.**

UNIVERSIDAD NACIONAL DE LOJA							
Calificaciones							
Nombre	PROCESO DESEMPLEO (PUNTO)	CONTRIBUCIÓN Y CUMPLIMIENTO (PUNTO)	ÉXITO DE LA SERVICIO (PUNTO)	ACTIVIDADES DESEMPLEO (PUNTO)	PROCESO DESEMPLEO (PUNTO)	ACTIVIDADES DESEMPLEO (PUNTO)	Calificación
1. Mónica (Estudiante)	9.50	9.25	9.20	9.53	9.50	9.35	Aprobada
2. E. Soledad (Estudiante)	9.50	9.70	9.98	9.63	9.42	9.63	Aprobada
3. E. Soledad (Estudiante)	9.50	7.82	9.70	9.32	9.94	9.30	Aprobada
4. Fernando (Estudiante)	9.00	8.68	9.35	9.73	9.37	8.53	Aprobada
5. Isaac (Estudiante)	10.00	8.13	9.70	9.20	9.00	9.00	Aprobada
6. Fernando (Estudiante)	10.00	9.94	9.90	8.83	9.38	9.48	Aprobada
7. Nayeli (Estudiante)	10.00	9.38	9.80	7.50 (Inadecuado)	Pendiente	9.00	Aprobada
8. F. Soledad (Estudiante)	9.50	7.23	9.50	7.42	8.58	8.00	Aprobada
9. L. Soledad (Estudiante)	10.00	9.18	9.17	9.30	9.98	8.57	Aprobada
10. J. Soledad (Estudiante)	10.00	8.33	9.42	9.51	9.42	9.20	Aprobada
11. J. Soledad (Estudiante)	9.50	9.36	9.50	7.75	9.25	8.48	Aprobada
12. N. Soledad (Estudiante)	10.00	7.20	9.26	9.16	9.38	8.00	Aprobada
13. L. Soledad (Estudiante)	9.50	8.88	9.17	8.88	9.38	8.13	Aprobada
14. L. Soledad (Estudiante)	9.00	8.23	9.30	8.18	8.88	8.40	Aprobada
15. A. Soledad (Estudiante)	10.00	8.23	9.16	7.87	8.20	8.88	Aprobada
16. T. Soledad (Estudiante)	10.00	9.36	9.44	8.88	9.31	8.70	Aprobada
17. V. Soledad (Estudiante)	10.00	9.06	9.33	9.32	9.38	8.88	Aprobada
18. M. Soledad (Estudiante)	10.00	9.06	9.94	9.50	9.41	9.88	Aprobada
19. F. Soledad (Estudiante)	9.17 (Inadecuado)	9.33 (Inadecuado)	9.29	8.81	8.20	8.20	Aprobada

## Anexo 6. Ficha de registro

GÉNERO	Nombres y Apellidos completos	CICLO	Acepto la pa	INTELIGENCIA EMOCIONAL			RENDIMIENTO ACADÉMICO	
				ATENCIÓN EMOCIONAL	CLARIDAD EMOCIONAL	REPARACIÓN EMOCIONAL	ESCALA CUANTITATIVA	ESCALA CUALITATIVA
MUJER	Jessenia Lizbeth Guachisaca Caraguay	2	SI	ADECUADA	ADECUADA	ADECUADA	8.98	MUY BUENA
MUJER	Gabriela Viñamagua	2	SI	ADECUADA	ADECUADA	ADECUADA	8.91	MUY BUENA
MUJER	Yensi Lisbeth Polo Aguilar	2	SI	ADECUADA	ADECUADA	ADECUADA	9.12	EXCELENTE
MUJER	Adriana Paulina Jara Imaicela	2	SI	DEBE MEJORAR ATENCIÓN POCA	DEBE MEJORAR CLARIDAD EMOCIONAL	ADECUADA	8.98	MUY BUENA
HOMBRE	Luis Fernando Cuenca Sanmartín	2	SI	ADECUADA	ADECUADA	ADECUADA	9.52	EXCELENTE
MUJER	Andrea Elizabeth Caraguay Pinta	2	SI	DEBE MEJORAR ATENCIÓN POCA	DEBE MEJORAR CLARIDAD EMOCIONAL	ADECUADA	8.98	MUY BUENA
MUJER	Sthefany Patricia Herrera Quito	2	SI	DEBE MEJORAR ATENCIÓN POCA	DEBE MEJORAR CLARIDAD EMOCIONAL	DEBE MEJORAR REPARACIÓN DE EMOCIONES	9.25	EXCELENTE
MUJER	Andreína Milagros Robles Saraguro	2	SI	DEBE MEJORAR ATENCIÓN POCA	ADECUADA	ADECUADA	9.05	EXCELENTE
MUJER	Lisbeth Noemi Quevedo Lanche	2	SI	ADECUADA	ADECUADA	ADECUADA	8.45	MUY BUENA
MUJER	Karla Salomé Luna Macas	2	SI	ADECUADA	ADECUADA	DEBE MEJORAR REPARACIÓN DE EMOCIONES	8.63	MUY BUENA
MUJER	Kelly Xiomara Moyano Vera	2	SI	ADECUADA	DEBE MEJORAR CLARIDAD EMOCIONAL	EXCELENTE REPARACIÓN	9.34	EXCELENTE
MUJER	Ebelyn Lucía Tenemea Punin	2	SI	DEBE MEJORAR ATENCIÓN POCA	ADECUADA	ADECUADA	9.56	EXCELENTE
MUJER	Claudia Bernadet Sauca Pucha	2	SI	ADECUADA	ADECUADA	ADECUADA	9.62	EXCELENTE
MUJER	Carmen Paulina Granda Romero	2	SI	ADECUADA	EXCELENTE CLARIDAD	ADECUADA	8.21	MUY BUENA
MUJER	Jessenia Guachisaca	2	SI	ADECUADA	ADECUADA	DEBE MEJORAR REPARACIÓN DE EMOCIONES	8.98	MUY BUENA
HOMBRE	Luis Fernando Cuenca Sanmartín	2	SI	ADECUADA	ADECUADA	ADECUADA	9.52	EXCELENTE
MUJER	Gabriela Viñamagua	2	SI	ADECUADA	EXCELENTE CLARIDAD	ADECUADA	8.92	MUY BUENA
MUJER	Génesis Maricela Albán Romero	2	SI	DEBE MEJORAR ATENCIÓN POCA	ADECUADA	ADECUADA	9.18	EXCELENTE
MUJER	Leslie Deyanira Rojas Salazar	3	SI	DEBE MEJORAR ATENCIÓN POCA	DEBE MEJORAR CLARIDAD EMOCIONAL	DEBE MEJORAR REPARACIÓN DE EMOCIONES	8.48	MUY BUENA
MUJER	Dayana Francisca Jiménez Pintado	3	SI	DEBE MEJORAR ATENCIÓN POCA	DEBE MEJORAR CLARIDAD EMOCIONAL	ADECUADA	9.49	EXCELENTE
MUJER	Dalys Vanessa Cuenca Iñahuazo	3	SI	DEBE MEJORAR ATENCIÓN POCA	ADECUADA	ADECUADA	9.28	EXCELENTE
MUJER	Irina Geraldine Ronquillo Mariscal	3	SI	DEBE MEJORAR ATENCIÓN DEMASIADA	ADECUADA	ADECUADA	9.47	EXCELENTE
MUJER	Andrea Carolina Valladarez Cueva	3	SI	DEBE MEJORAR ATENCIÓN DEMASIADA	DEBE MEJORAR CLARIDAD EMOCIONAL	DEBE MEJORAR REPARACIÓN DE EMOCIONES	9.57	EXCELENTE
MUJER	Maria Gabriela Herrera Ruiz	3	SI	DEBE MEJORAR ATENCIÓN DEMASIADA	DEBE MEJORAR CLARIDAD EMOCIONAL	ADECUADA	9.45	EXCELENTE
MUJER	Jannira Elizabeth Carrion Cordero	3	SI	DEBE MEJORAR ATENCIÓN POCA	DEBE MEJORAR CLARIDAD EMOCIONAL	DEBE MEJORAR REPARACIÓN DE EMOCIONES	9.56	EXCELENTE
HOMBRE	Hjeran Braddy Agila Salazar	3	SI	ADECUADA	DEBE MEJORAR CLARIDAD EMOCIONAL	DEBE MEJORAR REPARACIÓN DE EMOCIONES	8.27	MUY BUENA
HOMBRE	anthony fernando luna cango	3	SI	DEBE MEJORAR ATENCIÓN POCA	EXCELENTE CLARIDAD	ADECUADA	9.35	EXCELENTE
MUJER	D. M. E. C. C. C. C.	3	SI	ADECUADA	ADECUADA	EXCELENTE REPARACIÓN	9.28	EXCELENTE

### **Anexo 7. Resultados de pruebas de supuestos de la Regresión Lineal Múltiple**

Para poder dar cumplimiento al objetivo general fue necesario utilizar una metodología adecuada, para ello se tomó en consideración la regresión lineal múltiple, dado que se pretende relacionar más de una variable independientes respecto a una única variable dependiente, y esa es la función que cumple el modelo de regresión lineal múltiple. Granados (2016) menciona que en el modelo de regresión lineal múltiple admitimos que la regresión es una técnica estadística que consiste en calcular dicha similitud en forma de función matemática. Esta función nos ofrece mucha más información sobre dicha relación, siendo una estrategia óptima para este estudio.

Por otro lado, es importante mencionar que antes de aplicar el modelo antes mencionado es necesario cumplir con las pruebas que den respuesta a los supuestos en los que se fundamenta una regresión lineal múltiple como lo es el supuesto de linealidad, independencia, heterocedasticidad, normalidad y no colinealidad. El primer supuesto pretende demostrar que los valores de la variable independiente presente una distribución similar a lo largo de una línea de tendencia conjuntamente con la variable dependiente. El segundo supuesto busca demostrar que los errores de las variables presenten independencia y no exista correlación entre ellos. El tercer supuesto pretende que las varianzas del error sean constantes. El cuarto supuesto que los errores se distribuya de forma normal y finalmente el quinto supuesto busca que las variables independientes no se correlacionen entre sí, esto con la finalidad de evitar un sobre estimación en el modelo.

**Tabla 5. Resultados de los supuestos de la Regresión Lineal Múltiple**

<b>Supuestos</b>	<b>Pruebas Empleadas</b>	<b>Resultados</b>
<b>Linealidad</b>	Gráficas de dispersión	Existe poco ajuste de los datos
<b>Independencia</b>	Test Durbin-Watson	Cumplen con el supuesto
<b>Heterocedasticidad</b>	Test de White	Cumplen con el supuesto
<b>Normalidad</b>	Test Sktest	Cumplen con el supuesto
<b>No colinealidad</b>	Test Vif	Cumplen con el supuesto

*Nota:* Test de inteligencia emocional TMMS-24.

De acuerdo con la **Tabla 5** se evidencia que tanto el supuesto de independencia; heterocedasticidad (no existe este problema sino más bien la varianza del error sí se distribuye de forma normal); la normalidad (normal distribución de errores) y no colinealidad (no autocorrelación en las variables independientes) se cumplen perfectamente. Pero en el caso de la linealidad, no se puede no aceptar o rechazar el supuesto dado que los datos no

logran ajustarse considerablemente ni mucho menos se encuentran excesivamente dispersos, esto es explicado porque existe una distribución de datos atípica.

## Anexo 8. Certificación de autorización de modificación de tercer objetivo específico del Trabajo de Integración Curricular.



**unl**

Universidad  
Nacional  
de Loja

**CARRERA DE PSICOLOGÍA CLÍNICA**

Facultad  
de la Salud  
Humana

MEMORANDO Nro. UNL FSH-DCPS.CL 027  
Loja, 08 de febrero de 2023

DE: Doctora  
Ana Catalina Puertas Azanza  
DIRECTORA DE LA CARRERA DE PSICOLOGÍA CLÍNICA FSH-UNL

PARA: Señorita  
Hipatia Pamela Izquierdo Gallegos  
ESTUDIANTE DE LA CARRERA DE PSICOLOGÍA CLÍNICA FSH-UNL.

ASUNTO: RESPUESTA DE MODIFICACIÓN DE DEL PRIMER Y TERCER OBJETIVO  
ESPECÍFICO DEL PROYECTO DE TITULACIÓN

De mi consideración:

Por el presente extendiendo un cordial saludo, con respecto a lo solicitado: el cambio del primer y tercer objetivo específico del tema de investigación denominado **"INTELIGENCIA EMOCIONAL Y EL RENDIMIENTO ACADÉMICO DE LOS ESTUDIANTES DE LA CARRERA DE PSICOLOGÍA CLÍNICA DE LA UNIVERSIDAD NACIONAL DE LOJA PERIODO 2022-2023"**; se autoriza la modificación del primer y tercer objetivo específico de la siguiente manera.

- Evaluar el nivel de inteligencia emocional de los estudiantes de la Carrera de Psicología Clínica de la Universidad Nacional de Loja
- Elaborar un plan psicoterapéutico enfocado en el desarrollo y/o potenciación de la inteligencia emocional

Primer y tercer objetivo específico modificado

- Evaluar las dimensiones de la inteligencia emocional en los estudiantes de la Carrera de Psicología Clínica
- Evaluar un plan de prevención enfocado en el desarrollo y/o potenciación de la inteligencia emocional

Particular que comunico a Ud. para los fines correspondientes

Atentamente,



ANA CATALINA  
PUERTAS AZANZA

Dra. Ana Catalina Puertas Azanza Mgs  
DIRECTORA DE LA CARRERA DE PSICOLOGÍA CLÍNICA  
FACULTAD DE LA SALUD HUMANA -UNL

C/c. Expediente académico  
Archivo  
APA/tsc

Calle Manuel Monteros  
tras el Hospital Isidro Ayora - Loja - Ecuador  
072 -57 1379 Ext. 102

**Anexo 9. Certificado de traducción.**

Mgs. Mónica Jimbo Galarza

**C E R T I F I C O :**

Haber realizado la traducción de Español – Inglés del resumen del Trabajo de Integración Curricular previo a la obtención del título de Licenciada en Psicología Clínica titulado "INTELIGENCIA EMOCIONAL Y EL RENDIMIENTO ACADÉMICO DE LOS ESTUDIANTES DE LA CARRERA DE PSICOLOGÍA CLÍNICA DE LA UNIVERSIDAD NACIONAL DE LOJA PERIODO 2022-2023" de autoría de Hipatia Pamela Izquierdo Gallegos con CI: 1105571200.

Se autoriza a la interesada hacer uso de la misma para los trámites que crea conveniente.

Es todo cuanto puedo certificar en honor a la verdad.

Emitida en Loja, a los 30 días del mes de marzo de 2023.



Mgs. Mónica Jimbo Galarza

**MAGÍSTER EN ENSEÑANZA DE INGLÉS COMO LENGUA EXTRANJERA**

**REGISTRO EN LA SENECYT N° 1021-2018-1999861**

## Anexo 10. Certificado de aprobación de los tres niveles de Inglés.



**UNIVERSIDAD  
NACIONAL DE LOJA**

FACULTAD DE EDUCACIÓN EL ARTE Y COMUNICACIÓN  
INSTITUTO DE IDIOMAS

**LICENCIADA**

**MARCELA ANGELITA OCAMPO JARAMILLO, MG. SC.  
ENCARGADA DE LA GESTION ACADEMICA DEL INSTITUTO DE  
IDIOMAS DE LA FACULTAD DE LA EDUCACIÓN, EL ARTE Y LA  
COMUNICACIÓN DE LA UNIVERSIDAD NACIONAL DE LOJA**

**CERTIFICO:**

Que la bachiller **HIPATIA PAMELA IZQUIERDO GALLEGOS**, de nacionalidad Ecuatoriana, con cédula Nro. **1105571200**, en el Instituto de Idiomas de la Facultad de Educación, el Arte y la Comunicación de la Universidad Nacional de Loja, **APROBÓ** tres Niveles de Idioma Inglés de 256 horas cada uno, según el siguiente detalle:

Nivel I: **8.9 (OCHO PUNTO NUEVE SOBRE DIEZ)**

Nivel II: **8.7 (OCHO PUNTO SIETE SOBRE DIEZ)**

Nivel III: **8.6 (OCHO PUNTO SEIS SOBRE DIEZ)**

Los mismos que están alineados con el **Nivel B1** del Marco Común Europeo.

Es todo cuanto puedo certificar en honor a la verdad.

Loja, 01 de marzo de 2023

Lic. Marcela Angelita Ocampo Jaramillo, Mg. Sc.  
**ENCARGADA DE LA GESTION ACADEMICA DEL  
INSTITUTO DE IDIOMAS DE LA FEAC DE LA UNL**

Elaborado Por

Ana Lucía Rodríguez  
**ANALISTA DE APOYO A LA GESTIÓN ACADÉMICA  
DEL INSTITUTO DE IDIOMAS**

Ciudad Universitaria "Guillermo Falconí Espinosa"  
Teléfono: 2568006 Fax 2545044  
instituto.idiomas@unl.edu.ec