

UNIVERSIDAD  
INTERNACIONAL  
DE LA RIOJA

**unir**

**Universidad Internacional de La Rioja  
Máster universitario en Neuropsicología y  
educación**

# Relación entre la inteli- gencia emocional y el rendimiento académico en segundo de primaria.

**Trabajo fin de** Anna Maria Nieto Pedescoll  
**máster presentado por:**

**Titulación:** Máster en Neuropsicología y Educación

**Línea de investigación:** Procesos creativos

**Director/a:** Isabel Orenes Casanova

Andorra la Vella  
Julio 2015.

Firmado por: Anna Maria Nieto Pedescoll

## ***Agradecimientos***

La confección de este trabajo no habría sido posible sin la ayuda de los diferentes alumnos/as de segundo de Educación Primaria de la muestra, de los profesores, de la directora, de la escuela, etc., ya que todos han contribuido a la realización de esta investigación. Pero agradecer de forma muy especial a mi directora, Isabel, gracias a sus orientaciones y ayuda desde el inicio hasta el final del trabajo. A todos mi más sincero agradecimiento.

## **Resumen**

La educación emocional es una de las grandes olvidadas actualmente en los centros educativos, sin embargo es uno de los ámbitos que favorece el desarrollo integral de las personas. Este trabajo tiene como objetivo proponer un plan de intervención para fomentar la inteligencia emocional, para aquellos alumnos/as que tengan dificultades y para mantenerla en los que la tienen desarrollada. Pero antes queremos analizar si hay una relación entre la inteligencia emocional y el rendimiento académico, midiendo las dos variables.

En este estudio participaron 27 alumnos/as del segundo curso de Educación Primaria de un colegio concertado de Andorra la Vella (Principado de Andorra). Se les aplicó dos cuestionarios, uno para diagnosticar las inteligencias múltiples (intrapersonal e interpersonal) y el TMMS-24 para valorar la claridad de sentimientos, atención emocional y reparación de emociones. Además, se recogieron las calificaciones escolares del último trimestre para ver la relación con el rendimiento escolar. Los resultados han mostrado que el nivel de inteligencia interpersonal es medio-alto y la inteligencia intrapersonal tiene un nivel medio, mientras que las puntuaciones de claridad, atención y reparación emocional son adecuadas. Por otra parte podemos decir que existe una correlación positiva entre el rendimiento académico y la inteligencia emocional (las inteligencias intrapersonal e interpersonal, la claridad de sentimientos, atención emocional y reparación de emociones).

Posteriormente, se elaboró un programa de intervención neuropsicológica para trabajar la educación emocional en aquellos niños/as que tuvieron dificultades en la inteligencia emocional, y a la vez como prevención para los que obtuvieron buenos resultados.

**Palabras Clave:** Inteligencia emocional, rendimiento académico, educación primaria, educación emocional.

## ***Abstract***

The emotional education is one of the great forgotten in school, however it is one of the aspects that promote the integral development of people. This study aims to propose a plan of intervention to promote emotional intelligence, for the students that have difficulties and to keep it in which are developed. But before we analyze whether there is a relationship between emotional intelligence and academic performance, measuring both variables.

This study involved 27 students of second year of primary education of concerted school of Andorra la Vella (Andorra). They were gives two questionnaires, one to diagnose the multiple intelligences (intrapersonal and interpersonal) and the TMMS-24 to assess the clarity of feelings, emotional care and repair of emotions. In addition, school grades were collected in the last quarter to see the relationship with school performance. The results showed that the level of interpersonal intelligence is medium-high and intrapersonal intelligence has a medium level, while scores of clarity, emotional care and repair are adequate. On the other hand we can say that there is a positive correlation between academic performance and emotional intelligence (intrapersonal and interpersonal intelligence, clarity of feelings, emotional care and repair of emotions).

Subsequently, we developed a program of neuropsychological intervention to work the emotional education for the children that had difficulties in emotional intelligence, and also as prevention for those who did well.

**Keywords:** Emotional intelligence, academic performance, primary education, emotional education.

## ÍNDICE

<b>Resumen</b>	<b>3</b>
<b>Abstract</b>	<b>4</b>
<b>1. Introducción</b>	<b>8</b>
1.1 Justificación y problema	8
1.2 Objetivos generales y específicos	9
<b>2. Marco Teórico</b>	<b>10</b>
2.1 Concepto de emoción	10
2.2 Bases biológicas de las emociones	11
2.3 El proceso hacia las inteligencias múltiples	12
2.4 Inteligencia emocional	15
2.5 Educación emocional	17
2.6 Orientación e intervención de la educación emocional	22
2.7 Formación del profesorado	24
2.8 Estudios sobre la relación entre la inteligencia emocional y el rendimiento académico	24
<b>3. Marco Metodológico</b>	<b>26</b>
3.1 Diseño	26
3.2 Variables medidas e instrumentos aplicados	26
3.3 Población y muestra	27
<b>4. Resultados</b>	<b>27</b>
4.1 Resultados descriptivos	27
4.3 Resultados correlacionales	29
<b>5. Programa de intervención neuropsicológica</b>	<b>36</b>
5.1 Presentación/Justificación	36
5.2 Objetivos	36
5.3 Metodología	38
5.4 Actividades	39
5.5 Evaluación	46
5.6 Cronograma	46
<b>6. Discusión y Conclusiones</b>	<b>48</b>
6.1 Limitaciones	48
6.2 Prospectiva	50
<b>7. Bibliografía</b>	<b>50</b>
<b>ANEXO 1: Test inteligencias múltiples de Armstrong (2001)</b>	<b>56</b>
<b>ANEXO 2: TMMS-24 de Salovey, Mayer, Goldman, Turvey y Palfai (1995)</b>	<b>57</b>
<b>ANEXO 3: Tabla con los resultados de las pruebas aplicadas</b>	<b>59</b>
<b>ANEXO 4: FICHA 1</b>	<b>61</b>
<b>ANEXO 5: FICHA 2</b>	<b>62</b>
<b>ANEXO 6: FICHA 3</b>	<b>63</b>
<b>ANEXO 7: FICHA 4</b>	<b>64</b>

## ÍNDICE DE TABLAS

<b>Tabla 1:</b> Datos descriptivos de la inteligencia emocional y rendimiento académico	<b>28</b>
<b>Tabla 2:</b> Resultados de los test de inteligencia intrapersonal e interpersonal	<b>28</b>
<b>Tabla 3:</b> Resultados del test TMMS-24	<b>29</b>
<b>Tabla 4:</b> Correlaciones entre la inteligencia emocional y el rendimiento académico	<b>29</b>
<b>Tabla 5:</b> Correlación entre la inteligencia intepersonal e intrapersonal	<b>32</b>
<b>Tabla 6:</b> Correlación entre la atención emocional, claridad de sentimientos, reparación de emociones e inteligencia interpersonal	<b>32</b>
<b>Tabla 7:</b> Correlación entre la atención emocional, claridad de sentimientos, reparación de emociones e inteligencia intrapersonal	<b>34</b>
<b>Tabla 8.</b> Cronograma del plan de intervención	<b>47</b>

## ÍNDICE DE FIGURAS

<b>Figura 1:</b> El sistema límbico _____	<b>11</b>
<b>Figura 2:</b> Partes del cerebro implicadas en las emociones _____	<b>12</b>
<b>Figura 3:</b> Las inteligencias múltiples de Gardner _____	<b>14</b>
<b>Figura 4:</b> Correlación entre inteligencia interpersonal y rendimiento académico ____	<b>26</b>
<b>Figura 5:</b> Correlación entre inteligencia intrapersonal y rendimiento académico ____	<b>30</b>
<b>Figura 6:</b> Correlación entre atención emocional y rendimiento académico _____	<b>30</b>
<b>Figura 7:</b> Correlación entre claridad de sentimientos y rendimiento académico ____	<b>31</b>
<b>Figura 8:</b> Correlación entre reparación de emociones y rendimiento académico ____	<b>31</b>
<b>Figura 9:</b> Correlación entre inteligencia intrapersonal e interpersonal _____	<b>32</b>
<b>Figura 10:</b> Correlación entre inteligencia interpersonal y atención emocional _____	<b>33</b>
<b>Figura 11:</b> Correlación entre inteligencia interpersonal y claridad emocional _____	<b>33</b>
<b>Figura 12:</b> Correlación entre inteligencia interpersonal y reparación emocional ____	<b>34</b>
<b>Figura 13:</b> Correlación entre inteligencia intrapersonal y atención emocional _____	<b>35</b>
<b>Figura 14:</b> Correlación entre inteligencia intrapersonal y claridad emocional _____	<b>35</b>
<b>Figura 15:</b> Correlación entre inteligencia intrapersonal y reparación emocional ____	<b>36</b>

## **1. Introducción**

### **1.1 Justificación y problema**

La educación emocional es uno de los ámbitos que se debería trabajar en los centros educativos, pretende dar respuestas a unas necesidades sociales que no se encuentran atendidas en las materias curriculares de la escuela. Durante mucho tiempo ha sido una de las grandes olvidadas, y los procesos de enseñanza-aprendizaje se han dirigido a enseñar contenidos cognitivos e intelectuales. Únicamente se daba importancia a las calificaciones escolares y no se tenía en cuenta el estado afectivo del niño/a.

Consideramos que muchos de los problemas que se encuentran en la actualidad tienen un ámbito emocional, esto también es debido al ritmo de vida en el que estamos involucrados. La combinación de las diferentes situaciones que vivimos comporta la aparición de diferentes estados; como pueden ser la ansiedad, el estrés, la depresión, etc. En muchos casos las personas no sabemos actuar delante de estas situaciones y por este motivo creemos que es muy importante una educación emocional desde edades tempranas. Goleman (1995) considera que para tener éxito en el día a día, fuera del contexto escolar, se tiene que fomentar la educación de la inteligencia emocional.

Pero no únicamente tiene que ser una tarea de la escuela, sino que también tiene que intervenir la familia, tal y como afirma Bisquerra (2000). De esta manera el colegio tendrá que dotar de recursos a los familiares, para conocer qué es y cómo la pueden trabajar con sus hijos/as en el ámbito familiar.

Para trabajar la educación emocional en el centro educativo es necesario que el profesorado se sienta implicado y se forme en este aspecto, y a la vez se tiene que trabajar de forma continua y transversal, no sirve de nada hacer un par de actividades aisladas a lo largo del curso. Tiene que ser continua, intencionada, sistemática y planificada. Los docentes deben ayudar a los alumnos/as a desarrollar estrategias y herramientas para resolver los conflictos que se encuentran a lo largo de la vida. Gardner (1985) con la teoría de las inteligencias múltiples empieza a dar importancia a la educación emocional a través de la inteligencia intrapersonal e interpersonal, posteriormente Mayer y Salovey (1997) crearon el término Inteligencia Emocional. Pero fue Goleman (1995) quien hizo famoso el término.



La manera más efectiva de poner en práctica esta educación es a través de propuestas didácticas y programas de intervención, ya que la utilización de estas herramientas implica incorporar objetivos, contenidos, actividades y evaluación. Además, se tiene que desarrollar mediante metodologías a partir de las propias experiencias y vivencias, y de forma colaborativa con los demás compañeros/as.

Lo que pretendemos mostrar a lo largo del desarrollo de este trabajo fin de máster es la relación entre el rendimiento académico y la inteligencia emocional, a través de las calificaciones escolares de los alumnos/as y dos cuestionarios de inteligencia emocional. A partir de los resultados obtenidos en la investigación elaboraremos un plan de intervención basado en la educación emocional, partiendo de sus conocimientos e intereses. La finalidad del programa será incorporar estrategias en los niños/as para que puedan resolver sus conflictos y problemáticas de la vida cotidiana, identificando y regulando tanto sus sentimientos como los de los demás.

## **1.2 Objetivos generales y específicos**

El objetivo general que se pretende conseguir con esta investigación es proponer un plan de intervención para fomentar la inteligencia emocional en alumnos/as de segundo de primaria, de esta manera conseguiremos mejorar y prevenir un buen desarrollo de la inteligencia emocional (intrapersonal e interpersonal).

Para llegar a este objetivo final, nos proponemos los siguientes objetivos específicos:

- Medir el nivel de inteligencia emocional en segundo de primaria.
- Medir el rendimiento académico en segundo de primaria.
- Valorar la relación entre la inteligencia emocional y el rendimiento académico.
- Elaborar un programa de intervención neuropsicológica de educación emocional para segundo de primaria.

## **2. Marco Teórico**

### **2.1 Concepto de emoción**

Una emoción es una respuesta a situaciones de nuestro entorno. Se considera el motor de otras muchas conductas, de ahí su relación con la motivación. Las emociones universales son: la alegría, la tristeza, el miedo, la ira, el asco y la sorpresa. En este sentido, gracias a que sentimos miedo ante cualquier amenaza, como pudiera ser un oso, nuestro organismo se prepara para la huida, y sin duda esto es garantía de nuestra supervivencia.

Nuestros sentidos captan la información del exterior y la envían al cerebro, el cual analiza la información, la interpreta (por ejemplo, reconoce que es un oso) y finalmente le da un valor emocional, es decir, interpreta si es positivo o negativo (en el ejemplo del oso interpretaría que es negativo). En función de esto elabora una respuesta (en el ejemplo del oso, la huida).

En cualquier respuesta emocional se distinguen tres componentes; el neurofisiológico, el conductual y el cognitivo. El primero se puede relacionar con la salud, ya que es aquel que aparece en taquicardias, sudoraciones, hipertensión, tono muscular, etc. Estas respuestas la persona no las puede controlar, por tanto se denominan involuntarias, pero se pueden prever mediante diferentes técnicas, una de ellas puede ser la relajación. Estos problemas de salud pueden aparecer como consecuencia de emociones intensas.

El componente conductual permite a partir de la observación del comportamiento de los individuos saber qué tipo de emociones experimentan. Se puede reconocer a través de las expresiones de la cara, el lenguaje no verbal, el tono de voz, el volumen, los movimientos del cuerpo, etc. Gracias a la experiencia y a la educación emocional estas expresiones se pueden llegar a disimular.

El componente cognitivo algunas veces se puede confundir con el neuropsicológico, por esto asociaremos el primero al sentimiento y el último a la emoción. Se puede relacionar a sentir miedo o ira. Este componente nos permite cualificar un estado emocional y darle un nombre. Con la finalidad de denominar las emociones es muy importante el dominio del lenguaje, ya que si no lo tenemos puede suceder que no sepamos lo que pasa.

Además, las emociones pueden dar una respuesta inconsciente/ automática o consciente. En la primera se realiza un procesamiento rápido y poco elaborado, es cuando se produce una respuesta rápida, usa la vía tálamo-amígdala. En cambio la segunda hace un procesamiento más lento y elaborado, usando la vía tálamo-corteza-amígdala.

## 2.2 Bases biológicas de las emociones

En el cerebro podemos encontrar dos elementos clave para el desarrollo de la inteligencia emocional, son el sistema límbico y las estructuras paralímbicas del córtex prefrontal.

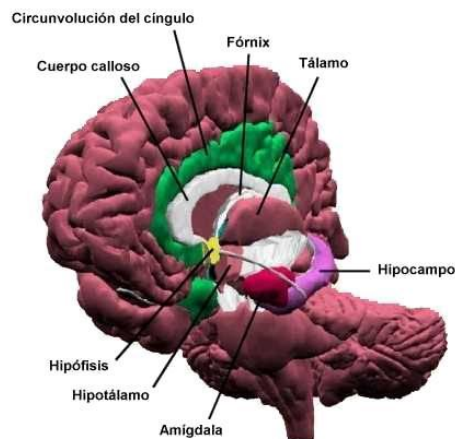


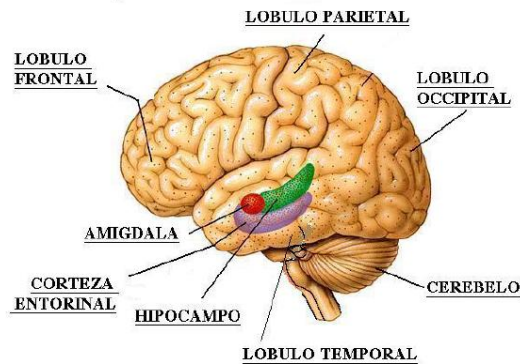
Figura 1: El sistema límbico

Fuente: <http://www.psicoactiva.com/atlas/sistema-limbico.htm>

El sistema límbico está formado por el tálamo, hipotálamo, hipocampo y amígdala, y se encuentra por debajo de la corteza cerebral. También es conocido como cerebro emocional, ya que es donde se construyen las emociones. Éste se conecta con el córtex cerebral a través de diferentes transmisiones, que permiten controlar las emociones.

- El hipotálamo se encarga de expresar las emociones. En anterioridad fue la principal estructura relacionada con la actividad emocional, pero a medida que se fue investigando se llegó a saber que el inicio se da en la amígdala.
- La amígdala es un elemento clave para sobrevivir, ya que nos ayuda a controlar diferentes emociones como son el amor, la amistad, el miedo, la ira o la agresión. Es una de las estructuras más involucradas con las emociones.

- El hipocampo permite retener hechos que han sucedido en el pasado, experiencias, situaciones, sucesos, etc. Se relaciona con la memoria a largo plazo.
- La amígdala y el hipocampo son dos partes del cerebro emocional que están íntimamente ligadas, para dar valor y almacenar.



*Figura 2: Partes del cerebro implicadas en las emociones*

*Fuente:* <http://en-el-limbico.blogspot.com.es/2010/11/el-recuerdo-emocional.html>

Según Sánchez y Román (2004), no únicamente intervienen estas partes del cerebro, sino que también relaciona el córtex prefrontal, denominado sistema paralímbico. Se encarga de procesar emociones complicadas y dar una respuesta adecuada.

Después encontramos algunos autores que opinan que el hemisferio derecho está relacionado con las emociones y su regulación. Pero también tenemos otros autores que piensan que si son emociones positivas se relacionan con el hemisferio izquierdo y si son negativas con el derecho.

### **2.3 El proceso hacia las inteligencias múltiples**

El primero a realizar un test de inteligencia fue Binet en el 1905 fue debido a una demanda del Ministerio francés de Educación, que quería clasificar los alumnos/as que podían seguir una escolarización ordinaria y los que tenían que seguir una educación especial. Posteriormente, Stern en el 1912 introdujo el término de Cociente Intelectual (CI), pero el test no fue difundido hasta el 1916 con el nombre de Stanford-Binet, que fue usado durante la primera guerra mundial para examinar soldados americanos.

No encontramos los primeros antecedentes de las inteligencias múltiples de Gardner (1985) hasta la aparición de Thurstone (1938), que extrajo siete habilidades mentales primarias (comprensión verbal, fluidez verbal, capacidad para el cálculo, rapidez perceptiva, representación espacial, memoria y razonamiento inductivo). Otro antecedente fue Guilford (1950), que presentó unos trabajos sobre la inteligencia que abrieron camino al estudio de la creatividad y el pensamiento divergente.

Fue Howard Gardner (1985) quien cuestionó la teoría del cociente intelectual, y propuso una alternativa, la teoría de las inteligencias múltiples. Está basada en qué cada persona tiene como mínimo ocho o nueve inteligencias (musical, cinético-corporal, lógico-matemática, lingüística, espacial, interpersonal, intrapersonal, naturalista y existencial).

La teoría de las inteligencias múltiples es un modelo en qué la inteligencia no es concebida como una unidad, sino que engloba diferentes capacidades en diferentes niveles. Según Gardner (1985), la inteligencia es la capacidad de resolver problemas o elaborar productos que sean valiosos en una o más culturas.

Por tanto, a través de este pensamiento se deja de tener únicamente en cuenta la parte intelectual de la persona, sino que también se valora la parte social, intrapersonal e interpersonal. De esta manera se empieza a hablar de diferentes tipos de inteligencias, no solamente se considera una persona inteligente por su expediente académico.

Según esta teoría todas las personas tenemos las diferentes inteligencias en mayor o menor medida y todas son igual de importantes, aunque el problema es que en la sociedad y en la escuela no las tratan por igual, sino que priorizan las relacionadas con la lógica, la matemática y la lingüística.

A continuación explicaremos los diferentes tipos de inteligencias:

- Musical: capacidad de percibir, discriminar, transformar y expresar las formas musicales. Además, se tiene que incorporar la sensibilidad para el ritmo, el tono y el timbre.
- Corporal-cinestésica: capacidad para usar todo el cuerpo en la expresión de ideas y sentimientos, y la facilidad en la utilización de las manos para transformar ele-

mentos. Engloba las habilidades de coordinación, destreza, equilibrio, flexibilidad, fuerza, velocidad, capacidad cinestésica, percepción de medidas y volúmenes.

- Lingüística: capacidad de usar las palabras de manera efectiva, de forma oral o escrita. Habilidades de sintaxis, fonética, semántica y usos pragmáticos del lenguaje.
- Lógico-matemática: capacidad para la utilización de los números de forma efectiva y de razonar adecuadamente. Sensibilidad a los esquemas y relaciones lógicas, las afirmaciones y proposiciones, funciones y otras abstracciones relacionadas.
- Espacial: capacidad de pensar en tres dimensiones. Permite percibir las imágenes externas e internas, recrearlas, transformarlas o modificarlas, recorrer el espacio o hacer que los objetos lo recorran, y producir o decodificar información gráfica.
- Interpersonal: capacidad de entender a los demás e interactuar eficazmente con ellos/as. Sensibilidad a expresiones faciales, la voz, los gestos y posturas, y habilidad para responder.
- Intrapersonal: capacidad de construir una percepción precisa respecto a uno mismo, organizar y dirigir su vida. Autodisciplina, autocomprensión y autoestima.
- Naturalista: capacidad de distinguir, clasificar y usar elementos del medio ambiente, objetos, animales o plantas. Habilidades de observación, experimentación, reflexión y cuestionamiento del entorno.
- Existencial: capacidad de formularnos preguntas sobre el sentido de la vida, el más allá, etc.



Figura 3: Las inteligencias múltiples de Gardner

Fuente: <http://medicablogs.diariomedico.com/marcpennett/files/2013/12/inteligencias-multiples1.jpg>

A continuación hablaremos de la inteligencia emocional, refiriéndonos a las inteligencias de Gardner la podríamos relacionar con la intrapersonal e interpersonal, ya que en cierta manera está formada por estas dos. Hay otros autores que también hablan de la inteligencia intrapersonal pero la denominan personal (Sternberg, 2000; Hedlund y Sternberg, 2000), y la intrapersonal la denominan social (Zirkel, 2000; Cherniss, 2000).

## **2.4 Inteligencia emocional**

### **Antecedentes**

Para encontrar los primeros antecedentes de la inteligencia emocional nos tenemos que remontar a mediados del siglo XX, cuando las teorías de Gordon Allport, Abraham Maslow y Carl Rogers (psicología humanista) ponían énfasis en la emoción. Posteriormente, se puede observar que la psicoterapia racional-emotiva de Albert Ellis pone como centro de atención la emoción del cliente.

Pero no es hasta el 1966 cuando Leuner publica un artículo en alemán, su título es *Inteligencia emocional y emancipación* (citado por Mayer, Salovey y Caruso, 2001). No fue hasta 20 años después cuando Payne presentó un trabajo titulado *A study of emotion: Developing emotional intelligence, Self integration, relating to fear, pain and desire* (citado por Mayer, Salovey y Caruso, 2001). Es en este trabajo donde se plantea el problema entre emoción y razón, y según Payne (1986) se tiene que integrar inteligencia y emoción para que en las escuelas se enseñen respuestas emocionales. Estos dos documentos no tienen mucha importancia, pero son citados por Salovey y Mayer (1990) en su artículo *Emotional Intelligence*, por este motivo se puede deducir una influencia.

Anteriormente, en el 1985 Bar-On usó el término *Emotional Quotient*, aunque no tuvo gran difusión hasta el 1997 cuando publicó la primera versión de *The Emotional Quotient Inventory* (citado por Bisquerra, 2003).

Un hecho muy importante en la educación emocional fue la creación del *Consortium for the Advancement of Social and Emotional Learning (CASEL)* el 1994, que pretendía potenciar la educación emocional y social en todo el mundo. Un año después se publicó el libro de Daniel Goleman best-seller en muchos países, *Inteligencia Emocional*, que difundió de forma espectacular este concepto. El libro de Goleman apareció en un ambiente en qué había estado publicado *The Bell Curve* (Hernstein y Murray, 1994), como una reac-

ción contra el elitismo. Goleman (1995) contrasta la inteligencia emocional con la general, y afirma que las competencias emocionales se pueden aprender. Por tanto, contrarrestaba el elitismo de *The Bell Curve* con su postura igualitaria.

### **Concepto de inteligencia emocional**

La primera definición de inteligencia emocional que podemos encontrar es la realizada por Salovey y Mayer (1990), se refería a la habilidad de usar los sentimientos y emociones, discriminarlos y utilizarlos para dirigir nuestras acciones.

Posteriormente, Mayer, Salovey y Caruso (2001) entienden la inteligencia emocional como cuatro ramas interrelacionadas. Son las siguientes:

- Percepción emocional: las emociones se perciben y se expresan.
- Integración emocional: las emociones que se perciben a través de los sentidos entran al cerebro e influyen el conocimiento.
- Comprensión emocional: las emociones son comprendidas, y esto comporta que tengan implicaciones. Por tanto, significa comprender y razonar sobre las emociones.
- Regulación emocional: los pensamientos implican un crecimiento emocional, intelectual y personal.

El punto de vista más difundido y conocido es el de Goleman (1995), que se basa en Salovey y Mayer (1990). Concibe la inteligencia emocional en 5 puntos:

- Conocer las propias emociones: tener consciencia de las propias emociones, reconocer un sentimiento en el momento en que pasa. Si no tenemos esta habilidad pueden aparecer emociones incontroladas.
- Manejar las emociones: usar nuestras emociones de manera apropiada, es muy importante en las relaciones interpersonales.
- Motivarse a uno mismo: encaminar las emociones y la motivación hacia nuestros objetivos para conseguirlos. Para realizarlo es muy importante que pongamos atención, nos automotivemos, usemos y creemos actividades creativas.



- Reconocer las emociones de los demás: ser empáticos, ponernos en el lugar de los otros, conocer sus emociones.
- Establecer relaciones: establecer buenas relaciones con los otros, manejar sus emociones.

## **Competencia emocional**

Actualmente la Educación Primaria está regulada a partir de un aprendizaje a través de las competencias, por tanto para trabajar la educación emocional en los centros educativos se tiene que hacer por medio de competencias emocionales.

Las competencias incluyen tres saberes; el saber (conocimiento), el saber hacer y el saber ser. Bisquerra (2003) afirma que "la competencia es el conjunto de conocimientos, capacidades, habilidades y actitudes necesarias para realizar actividades diversas con un cierto nivel de calidad y eficacia" (p. 21).

Consideramos que a lo largo de la escolarización no solamente se tienen que trabajar las competencias emocionales, sino que también se tienen que tener en cuenta aquellas relacionadas con las habilidades sociales. Aunque no hay un consenso para denominar este tipo de competencias, ya que hay algunos autores que las consideran sociales, otros socio-emocionales, mientras que otro grupo se refiere a éstas como únicamente emocionales (Bisquerra, 2003; Goleman, 1999).

Dentro de las competencias emocionales podemos distinguir dos grandes bloques:

- Inteligencia intrapersonal: identificar y regular las propias emociones.
- Inteligencia interpersonal: reconocer qué están pensando y sintiendo los demás.

## **2.5 Educación emocional**

Tradicionalmente la educación estaba centrada en la instrucción por parte del docente al alumno, por tanto se focalizaba la atención en la dimensión cognitiva. En el siglo XXI esta visión está cambiando, en un momento caracterizado por el auge de las nuevas tecnologías, los estudiantes pueden conseguir los conocimientos que necesitan y en el momento

que lo requieran. Actualmente, el rol del maestro pasa a ser de orientador del aprendizaje del niño, tendrá que gestionar el conocimiento y apoyarlo.

Este apoyo tendrá que ser emocional también, ya que en los centros educativos nos encontramos con unos altos índices de fracaso escolar, dificultades en el aprendizaje, estrés en los exámenes, etc. Esto provoca diferentes estados emocionales negativos, que el docente tiene que intentar reconducir hacia el equilibrio emocional, pero estas acciones no se podrán realizar sin una educación emocional en las escuelas.

Esta necesidad de no únicamente atender la dimensión cognitiva sino también la emocional se puede observar con la lectura del *Informe Delors* pedido por la UNESCO, *Informe a la UNESCO de la Comisión Internacional sobre Educación para el siglo XXI. La Educación cierra un tesoro* (Delors, 1996). Delors (1996) para afrontar estos nuevos retos que plantea el siglo XX, establece cuatro pilares sobre los cuales se tiene que organizar la educación: aprender a conocer, aprender a hacer, aprender a vivir juntos y aprender a ser.

Se puede observar que el primer pilar es sobre el cual ha estado fundamentada la educación tradicional, con la incorporación lentamente del segundo. Aunque los dos últimos casi nunca han sido pilares en los centros educativos, precisamente son los dos que hacen referencia a la educación emocional.

Dentro de una comunidad que está fundamentada por las relaciones personales entre los diferentes docentes y discentes, consideramos que es muy importante el trabajo de las emociones y la regulación de éstas, además de tomar consciencia de ellas tanto en uno mismo como en los demás. Pero lo más importante, es que primero haya una educación emocional por parte del profesorado, para que posteriormente la puedan transmitir a sus alumnos.

### **Concepto de educación emocional**

La educación emocional consiste en el desarrollo de las diferentes competencias emocionales comentadas anteriormente. Bisquerra (2003) afirma que

"la educación emocional es un proceso educativo, continuo y permanente, que pretende potenciar el desarrollo de las competencias emocionales como elemento esencial del de-

sarrollo integral de la persona, con objeto de capacidad para la vida. Todo esto teniendo como finalidad aumentar el bienestar personal y social" (p. 27).

Esta educación se tiene que dar de forma continua y permanente, tiene que estar presente a lo largo de toda la escolarización y a la vez en la formación permanente posterior. Además, actuará de prevención, ya que el aprendizaje de las diferentes competencias permitirá que éstas sean usadas en diferentes situaciones que se plantean a lo largo de la vida.

### **De dónde viene la educación emocional**

Queremos hablar de los diferentes fundamentos sobre los cuales se ha formado la educación emocional, de dónde ha salido. A continuación se pueden observar los diferentes antecedentes de los que ha partido (Bisquerra, 2003):

- Diferentes movimientos de renovación pedagógica como la escuela nueva o la escuela activa enfatizan que la parte afectiva del alumnado tiene un papel importante en la educación. Algunos autores de estas corrientes pueden ser Pestalozzi, Montessori o Dewey. Otros movimientos recientes centran la atención del alumno en las habilidades sociales, el desarrollo, la educación psicológica, etc.
- La psicoterapia, de la cual hemos hablado anteriormente, se centraba especialmente en las emociones. Con referentes como Carl Rogers, Gordon Allport, Abraham Maslow.
- En la metodología fue muy importante el trabajo con dinámicas de grupo, la orientación para la prevención, el modelo de programas y de consulta. Pero sobretodo Bandura (1977) con la teoría del aprendizaje social, ya que pone énfasis en el rol de los modelos de aprendizaje, y valora cómo las relaciones pueden influir en las actitudes y comportamientos. Otro modelo a tener en cuenta ha estado el de Bronfenbrenner (1979), el modelo ecológico y sistemático.
- Para hablar sobre la teoría de las emociones científica nos tenemos que remontar a la época de Darwin, James y Cannon, pero posteriormente hubo un vacío hasta aparecer la psicología cognitiva, que trató la investigación científica de la emoción.

- El concepto de inteligencia emocional que no apareció hasta Salovey y Mayer (1990) pero fue difundido por Goleman (1995), que han conseguido que hoy día sea una corriente bastante conocida.
- La neurociencia también ha tenido un papel muy importante, ya que nos ha permitido conocer el funcionamiento cerebral de las emociones, y saber que éstas activan respuestas fisiológicas (taquicardias, sudoraciones, etc.).
- A nivel de salud también se ha podido investigar que las emociones afectan al sistema inmunitario, beneficiosamente con las emociones positivas y perjudicialmente con las negativas.
- También se ha podido constatar que las personas actuamos para conseguir un bienestar subjetivo (emocional), y que las actividades que nos lo proporcionan también son las que nos provocan conflictos o problemas (amor, relaciones sociales, familia, salud, etc.).
- El concepto de fluir (flow) o experiencia óptima, que según Csikszentmihaly (1997) son las ocasiones en qué sentimos un profundo sentimiento de alegría o felicidad, que lo habíamos estado buscando y lo deseábamos hacía mucho tiempo y se convierte en un referente.
- El saber convivir y el saber ser señalado en el *Informe Delors* (1996), ya que contribuye en la educación emocional.

## Contenidos de la educación emocional

Los contenidos de la educación emocional se tienen que trabajar de manera práctica, mediante dinámicas de grupo, diálogos, juegos, etc. No se pueden realizar de igual manera, sino que se tendrán que adaptar dependiendo a quiénes vayan dirigidos (profesorado, alumnado, curso escolar). Pero inicialmente tendrán que desarrollar competencias emocionales:

- Consciencia emocional: consiste en tomar consciencia de las propias emociones, denominarlas y reconocer las de los demás. Las emociones se pueden clasificar en positivas (alegría, humor, amor, felicidad), negativas (ira, miedo, ansiedad, tristeza,

vergüenza, aversión), ambiguas (dependiendo de la situación serán positivas o negativas) y estéticas (en manifestaciones artísticas o profesionales). Se puede trabajar con cuentos, títeres, música, dóminos, clasificaciones, role-playing, etc.

- Regulación emocional: es la habilidad de expresar las emociones de manera regulada, tener la capacidad para la regulación emocional, tener habilidades de afrontamiento y autogenerar emociones positivas. Algunas estrategias que se pueden usar son el distanciamiento laboral, la aceptación de responsabilidades, actitud positiva, optimismo, sentido del humor, reestructuración cognitiva, reencuadramiento, resolución del problema, respiración y relajación. Se puede trabajar con cuentos, masajes, role-playing, técnica del semáforo.
- Autonomía personal: se trata de comprender la diversidad, trabajar la autoestima, automotivación y autoeficacia emocional, de hacer análisis críticos de normas sociales. Se puede trabajar con cuentos, actividades de cómo soy y cómo me ven los otros, rueda positiva, situaciones de esfuerzo, etc.
- Establecer relaciones: dominar las habilidades sociales básicas, respetar a los demás, saber compartir las emociones, ser empáticos, comunicarnos, tener un comportamiento de cooperación y asertivo. Podemos distinguir tres estilos de comunicación; el asertivo, el agresivo y el pasivo. Actividades para trabajar la comunicación, la autoafirmación y resolver conflictos.
- Habilidades de vida y bienestar: capacidad de tomar decisiones, identificar los problemas, fijarnos los objetivos, solucionar los conflictos. También se tiene que saber distinguir entre los que hemos conseguido con esfuerzo y los que hemos tenido gracias a la suerte. Podríamos añadir el bienestar subjetivo. Pueden plantear problemas desde el punto de vista positivo, definir el problema, buscar diferentes soluciones, buscar ventajas e inconvenientes, escoger una opción, realizarla y evaluarla.

Profundizar en estos contenidos variará según los destinatarios, ya sean profesores o alumnos, y en estos últimos también dependerá el nivel que estén cursando. Si se trata de una formación para maestros se tendrán que tratar unos temas que no haremos con los niños, ya que tendrán que disponer de unas bases teóricas mínimas. Por tanto, se tendrá

que realizar un recorrido a lo largo de la historia emocional, desde los inicios hasta el concepto de inteligencia emocional.

## **2.6 Orientación e intervención de la educación emocional**

### **Orientación psicopedagógica**

La corriente que se ha utilizado para trabajar la educación emocional ha sido a partir de la orientación para la prevención y el desarrollo, ésta también ha contemplado otras propuestas como pueden ser las habilidades de vida, la autoestima, el estrés, la reestructuración cognitiva, las técnicas de relajación, la educación para la salud, la educación sexual, etc. Se empezó a trabajar a partir de la década de los setenta con el *Developmental Counseling*, ya que anteriormente estas propuestas no habían sido contempladas, y la orientación profesional había sido encarada hacia otras ramas de la educación.

Como síntesis podemos decir que el marco de intervención de la orientación psicopedagógica se basa en estas cuatro ramas: orientación profesional, orientación en los procesos de enseñanza-aprendizaje, atención a la diversidad y orientación para la prevención y desarrollo.

Pero estas ramas no se tienen que ver como bloques separados, sino que son áreas interrelacionadas entre sí, ya que en una intervención se podrán incluir todas. Por tanto, es muy importante que los educadores/orientadores se formen en cada una de ellas.

### **Modelos de intervención**

Según Bisquerra (2003), a la práctica se pueden distinguir tres modelos básicos de intervención: clínico, de programas y de consulta.

El primero está caracterizado por la atención individualizada, donde la técnica más usada son las entrevistas personales. Mientras que el modelo de programas busca la prevención, anticiparse antes de los conflictos con la finalidad de conseguir un desarrollo integral del individuo. Y el último, pretende que el profesorado, tutores o familiares realicen programas de orientación, pero para eso previamente se les tiene que asesorar.

Según Bisquerra (2003), los contextos de intervención se pueden resumir en tres categorías: sistema escolar (educación formal), medios comunitarios y organizaciones.

## **Agentes de la orientación**

La orientación psicopedagógica no implica el trabajo de una única persona, sino que requiere del trabajo en equipo de un grupo de individuos, éstos serán los agentes orientadores. La primera figura que podemos encontrar es el orientador, que puede ser un pedagogo, psicólogo o psicopedagogo. Pero en esta tarea también intervendrán los tutores, profesores y familiares. En el caso que el centro educativo cuente con la presencia de logopedas, fisioterapeutas, etc. también se podrán añadir a los agentes orientadores.

## **Orientación para la prevención y el desarrollo humano**

Según Bisquerra (1995), en la orientación para la prevención y el desarrollo humano, se propone la prevención en sentido amplio y el desarrollo personal y social.

Principalmente, para solucionar las diferentes situaciones que pueden provocar conflictos se tiene que usar la prevención primaria, y como complemento el desarrollo humano, es decir, el desarrollo integral de la persona en todas sus áreas.

Muchas veces se usan estas dos estrategias para solucionar diferentes situaciones y para educar, pero van muy ligadas entre sí, y en muchas ocasiones es difícil diferenciarlas. Un claro ejemplo para demostrarlo es con la salud, ya que primero hacemos una prevención, como cuando las personas mayores se ponen la vacuna de la gripe para no sufrirla durante el período hibernal.

La propuesta más reciente para usar la orientación psicopedagógica es la educación emocional, de la cual hemos hablado a lo largo del trabajo, pero también hay otras como son: habilidades de vida, mejora de la autoestima, prevención del estrés, reestructuración cognitiva, cambio de atribución causal, técnicas de relajación, imaginación emotiva, desensibilización sistemática, educación para la salud, educación sexual, educación moral, educación ambiental, educación para la paz, educación viaria, educación al consumidor, educación para la igualdad, y últimamente otra de las novedades ha sido la educación para la ciudadanía.

## **2.7 Formación del profesorado**

Con la finalidad que haya una educación emocional en los centros educativos primeramente se tiene que trabajar ésta con el profesorado, aunque actualmente la enseñanza de competencias emocionales se encuentra bastante ausente en los centros formadores.

Consideramos que es muy importante la formación en materia de emociones y competencias emocionales, ya que es un aspecto fundamental en la vida profesional del maestro y como consecuencia en el desarrollo de sus alumnos.

Actualmente se están introduciendo materias de educación emocional en los centros formadores, y consideramos que es una temática básica en la formación de profesores de infantil, primaria y secundaria. Y aunque en algunos casos no haya una asignatura con este nombre, se tendrían que introducir estos contenidos en las diferentes materias ya consolidadas en los estudios de formación como futuros maestros. Pero no únicamente nos tenemos que centrar en la formación inicial, sino que posteriormente también tiene que haber una formación continua y permanente por parte de los diferentes docentes.

La dinámica de las clases tendría que estar fundamentada a través de la participación y cooperación, y posteriormente un trabajo individual fuera de las horas lectivas. Se podrían realizar algunas clases magistrales, pero la mayoría serían dinámicas de grupo, grupos de discusión, role-playing, etc. Se realizan estas dinámicas con la finalidad de poner en práctica los diferentes conocimientos adquiridos.

## **2.8 Estudios sobre la relación entre la inteligencia emocional y el rendimiento académico**

Hemos encontrado diferentes investigaciones sobre la relación entre la inteligencia emocional y el rendimiento escolar, a continuación mostraremos algunas de ellas, que demuestran el gran interés por parte de muchos profesionales sobre este ámbito.

- Extremera y Fernández-Berrocal (2003) realizaron una revisión sobre estudios de inteligencia emocional y ámbito escolar. Las investigaciones recopiladas fueron de los siguientes autores; Fernández-Berrocal, Extremera y Ramos (2003), Schutte, Malouff, Hall, Cooper, Golden y Dornheim (1998), Barchard (2000). Todos los resultados nos indican la relación positiva entre la inteligencia emocional y el rendimiento escolar.



- Sánchez, Rodríguez y Padilla (2007) hacen una investigación para conocer si hay relación entre la inteligencia emocional y el rendimiento escolar. Su muestra consistía en 137 estudiantes de universidad y usaron el TMMS-24 (1995) para medir la inteligencia emocional, además de las notas de una materia del tercer trimestre. Los resultados también fueron positivos, pero la muestra tenía unas características peculiares. Indican que con otra población podrían variar los resultados.
- Vila y Pérez (2007) hicieron un estudio sobre el desarrollo de la carrera y el desarrollo emocional. La población fue de 355 alumnos de educación secundaria. Los resultados mostraron que hay una alta relación entre las dos variables.
- Jiménez y López-Zafra (2009) escriben un artículo, que comenta que según los resultados observados en muchas investigaciones, no se puede realizar una correlación predictiva debido a diferentes problemas que han surgido durante los estudios. Pero sí que se puede establecer una relación a rasgos generales entre la inteligencia emocional y el rendimiento escolar.
- González (2012) hace un estudio sobre la incidencia de la inteligencia emocional en el rendimiento académico. La muestra está conformada por un grupo de 25 niños de 5-6 años. Usó como instrumentos el test de inteligencias múltiples de Gardner y los informes de evaluación del último trimestre. Los resultados nos enseñan que existe relación positiva entre la inteligencia emocional y el rendimiento académico.
- Vallejo, Martínez, García y Rodríguez (2012) también realizaron un estudio. La muestra fue de 24 alumnos de primero de bachillerato. Se les pasaron diferentes pruebas; TMMS-24 y se calculó la nota media de final de curso de cada niño. Los resultados muestran una relación entre el rendimiento escolar y la inteligencia emocional.

En conclusión, podemos observar a través de estos estudios que hay una correlación entre la inteligencia emocional y el rendimiento académico. El presente trabajo tiene como objetivo estudiar si también hay correlación entre ambas variables en una muestra concreta de segundo de primaria. Es muy importante que la educación emocional esté desarro-

llada desde edades tempranas, por eso es vital trabajarla desde infantil y a lo largo de toda la escolarización, ya sea de forma específica o transversal.

### **3. Marco Metodológico**

#### **3.1 Diseño**

En la presente investigación se ha utilizado un diseño no experimental de tipo descriptivo y correlacional. Primeramente se miden las variables de inteligencia emocional y rendimiento académico, y seguidamente se analiza la posible relación entre las dos variables.

#### **3.2 Variables medidas e instrumentos aplicados**

Las variables medidas han sido la inteligencia emocional y el rendimiento académico. Para valorar la primera variable se ha utilizado el test de inteligencias múltiples y el test *Trait MetaMood Scale* (TMMS-24), mientras que la segunda se ha obtenido de la nota media de las calificaciones escolares del último trimestre de segundo de primaria (incluyendo las siguientes asignaturas: matemáticas, lengua castellana, conocimiento del medio natural y social, lengua inglesa, lengua francesa, lengua catalana y formación andorrana, educación física, educación musical y plástica, y formación religiosa).

El test de inteligencias múltiples de Armstrong (2001), específicamente los de la inteligencia intrapersonal e interpersonal consta de 20 ítems, 10 miden la inteligencia intrapersonal y 10 la inteligencia interpersonal (véase Anexo 1). Las opciones de respuestas son sí, no, algunas veces que corresponde con 1 punto, 0 o 0,5 respectivamente. Una vez rellenados todos los ítems se hace la suma total, 0-10, cada inteligencia se hace por separado, y se clasifican según; bajo (0-2), medio-bajo (2,5-4), medio (4,5-6), medio-alto (6,5-8) y alto (8,5-10).

El TMMS-24 de Salovey, Mayer, Goldman, Turvey y Palfai (1995), valora la atención emocional, claridad de sentimientos y reparación emocional (véase Anexo 2). Consta de 24 ítems. La atención emocional se calcula sumando los ítems del 1 al 8, la claridad de sentimientos con los ítems del 9 al 16 y la reparación de las emociones del 17 al 24. Las opciones de respuesta son del 1 al 5, que corresponde con puntos del 1 al 5 respectivamente. Una vez rellenados todos los ítems se hace la suma total, cada ámbito se hace por

separado y se clasifican según; poca atención (<21 niños, <24 niñas), adecuada atención (22 a 32 niños, 25 a 35 niñas), demasiada atención (>33 niños, >36 niñas), mejorar su claridad (<25 niños, <23 niñas), adecuada claridad (26 a 35 niños, 24 a 34 niñas), excelente claridad (>36 niños, >35 niñas), mejorar su reparación (<23 niños y niñas), adecuada reparación (24 a 35 niños, 24 a 34 niñas) y excelente reparación (>36 niños, >35 niñas).

Estos dos cuestionarios han sido rellenos por el profesor-tutor del aula con la información que los alumnos y alumnas han proporcionado a lo largo del curso.

### **3.3 Población y muestra**

En la investigación ha participado un grupo de 27 alumnos y alumnas de entre 7 y 8 años de edad pertenecientes al segundo curso de Educación Primaria, entre ellos encontramos 16 niñas y 11 niños. El contexto socio-económico es medio-alto. Son un aula participativa y dinámica, que a nivel general funciona bien. Los niños y niñas llevan en el mismo grupo desde primero de Educación Primaria, sus características son normales respecto a su edad y el desarrollo general también entra dentro de los parámetros normales.

## **4. Resultados**

### **4.1 Resultados descriptivos**

Los resultados descriptivos nos muestran que los niños y niñas tienen una puntuación media de rendimiento académico de 6,52 con una desviación típica de 1,37 (véase Tabla 1). La mayoría de la muestra se encuentra en puntuaciones entre el 6 y el 10 (48%) casi la mitad, mientras que solo un 18% de la población obtiene puntuaciones menores de 5.

Los resultados en las puntuaciones de inteligencia emocional, en el test de inteligencias múltiples, nos indica que hay una puntuación media en la inteligencia interpersonal de 6,53 con una desviación típica de 2,44, según el baremo se encuentra en el nivel medio-alto. En la inteligencia intrapersonal la media es de 5,40 con una desviación de 2,30, según el baremo se encuentra en el nivel medio.

Respecto al test TMMS-24 podemos observar las siguientes puntuaciones, la claridad de sentimientos obtiene una media de 30 con desviación típica de 6,92, la atención emocio-

nal de 28,44 con desviación de 6,92 y por último la reparación de emociones tiene una media de 26,67 con desviación de 6,46. Según los baremos se encuentran en un nivel adecuado.

Tabla 1: *Datos descriptivos de la inteligencia emocional y rendimiento académico*

<b>INTELIGENCIA EMOCIONAL</b>	<b>Media</b>	<b>Mediana</b>	<b>Moda</b>	<b>Desviación Típica</b>
<b>Interpersonal</b>	6,53	7	9	2,44
<b>Intrapersonal</b>	5,40	6	6	2,30
<b>Atención emocional</b>	28,44	27	25	4,89
<b>Claridad de sentimientos</b>	30,00	29	37	6,92
<b>Reparación de emociones</b>	26,67	26	29	6,46
<b>RENDIMIENTO</b>	6,52	6,7	6,2	1,37

En la Tabla 2 observamos que en la inteligencia intrapersonal solo un 7% de los niños y niñas se encuentra en el nivel bajo, mientras que un 18% en el medio-bajo. La mayoría de la muestra se localiza en el nivel alto, medio-alto y medio (72%). Con respecto a la inteligencia interpersonal la mayoría de la muestra se localiza en el nivel medio-alto y medio (51,86%), solo un 11% lo podemos ver en el nivel alto. Y también hay pocos niños y niñas en el nivel bajo, un 14%.

Tabla 2: *Resultados de los test de inteligencia intrapersonal e interpersonal*

	<b>Inteligencia intrapersonal</b>	<b>Inteligencia interpersonal</b>
<b>Alto</b>	29,63%	11,11%
<b>Medio-alto</b>	18,52%	25,93%
<b>Medio</b>	25,93%	25,93%
<b>Medio-bajo</b>	18,52%	22,22%
<b>Bajo</b>	7,41%	14,81%

En la Tabla 3 observamos que con respecto a la atención emocional el 85% de la muestra tiene una adecuada atención, únicamente un 14% la debe mejorar. En la claridad emocional podemos observar que el alumnado la tiene excelente o adecuada, solamente la debe mejorar un 18%. Y por último, la reparación emocional el 55% de los niños/as la tienen adecuada, pero es destacable que un 29% la tendría que mejorar.

Tabla 3: Resultados del test TMMS-24

	Atención		Claridad	Reparación
<b>Adecuada</b>	85,19%	<b>Excelente</b>	37,04%	14,81%
<b>Poca</b>	14,81%	<b>Adecuada</b>	44,44%	55,56%
<b>Demasiada</b>	0%	<b>Mejorar</b>	18,52%	29,63%

### 4.3 Resultados correlacionales

Para observar la relación entre la inteligencia emocional y el rendimiento escolar hemos comparado los resultados de los test de inteligencia emocional con la valoración del rendimiento académico.

Los resultados de la Tabla 4 nos indican la alta correlación ( $p < 0,05$ ) entre la inteligencia emocional con el rendimiento académico. Las Figuras 4, 5, 6, 7 y 8 muestran la relación positiva entre esta inteligencia y el rendimiento académico, es decir, a mayor rendimiento escolar mayor inteligencia emocional, y a la inversa.

Tabla 4: Correlaciones entre la inteligencia emocional y el rendimiento académico

INTELIGENCIA EMOCIONAL	R	p
<b>Interpersonal</b>	0,848	<0,001
<b>Intrapersonal</b>	0,790	<0,001
<b>Atención emocional</b>	0,754	<0,001
<b>Claridad de sentimientos</b>	0,907	<0,001
<b>Reparación de emociones</b>	0,815	<0,001

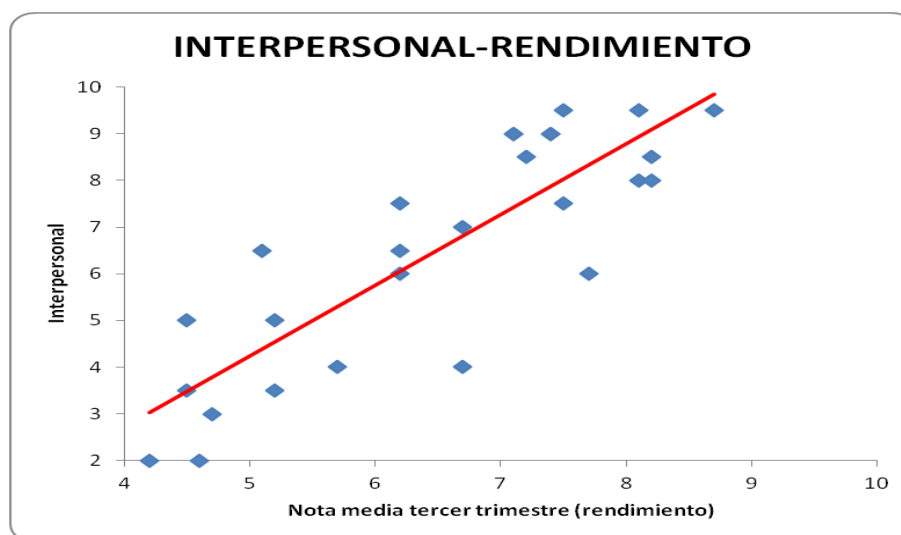


Figura 4: Correlación entre inteligencia interpersonal y rendimiento académico

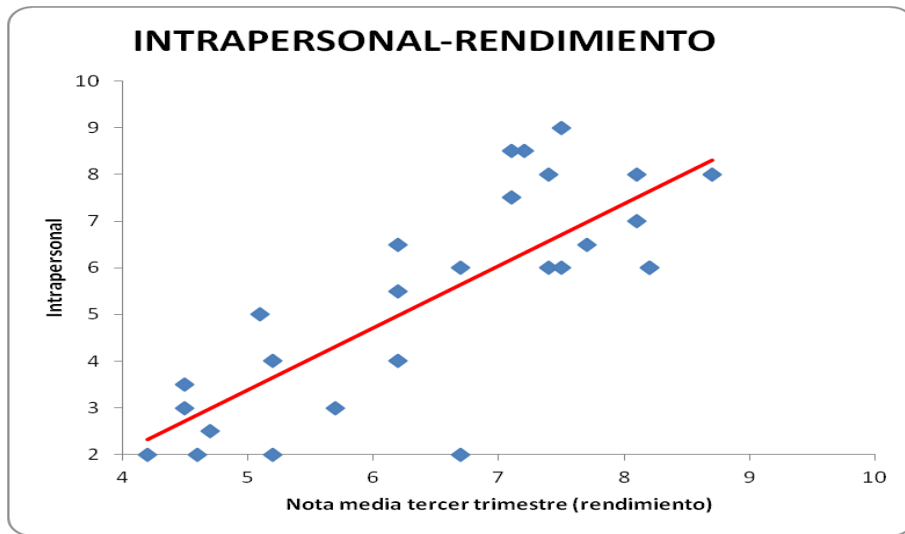


Figura 5: Correlación entre la inteligencia intrapersonal y rendimiento académico

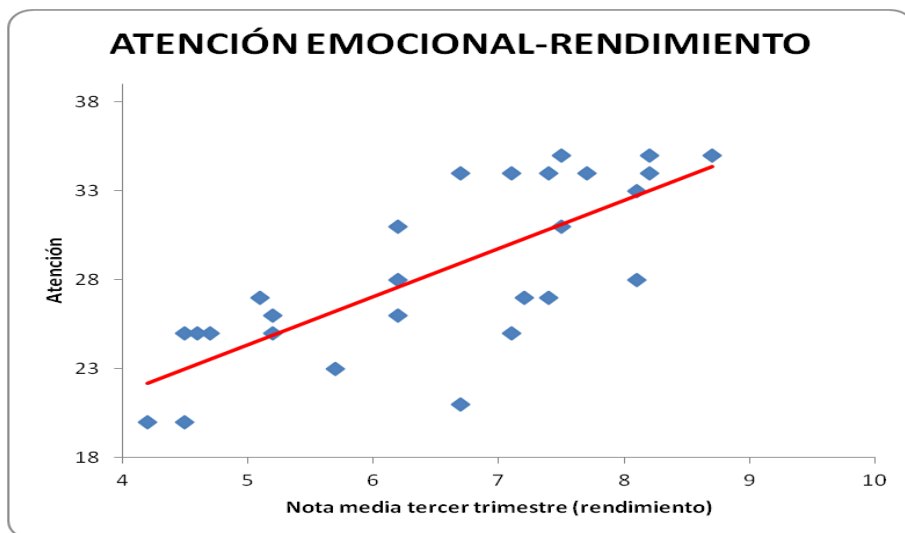


Figura 6: Correlación entre la atención emocional y rendimiento académico

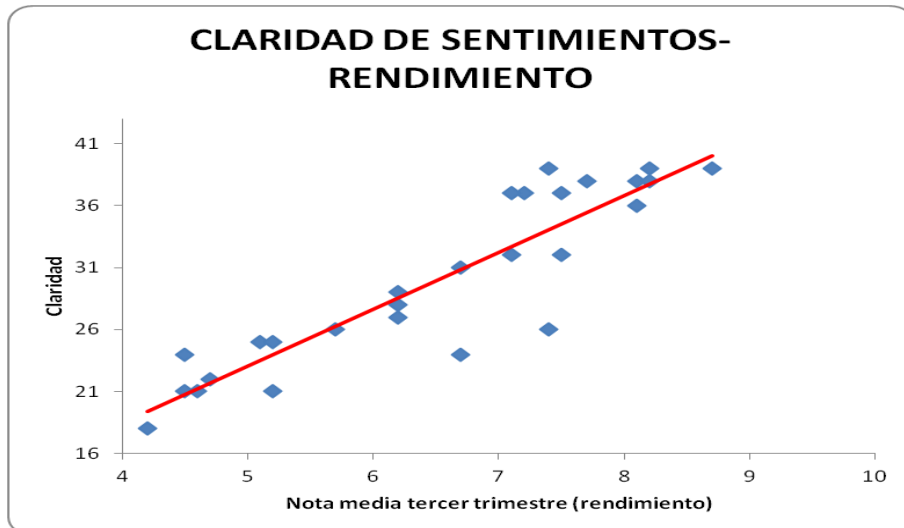


Figura 7: Correlación entre la claridad de sentimientos y rendimiento académico

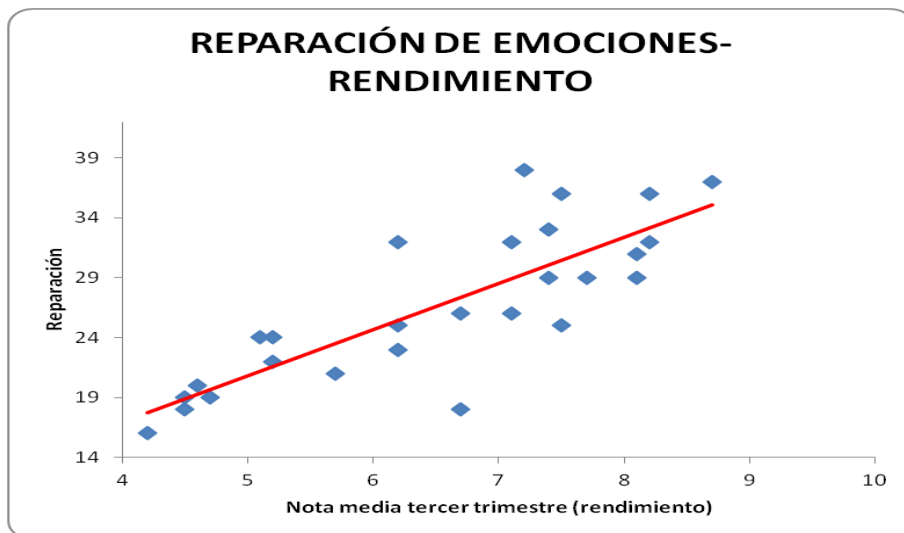


Figura 8: Correlación entre la reparación de emociones y rendimiento académico

Observados estos resultados podemos decir que hay una relación entre la inteligencia emocional y el rendimiento escolar, ya que según los puntuaciones de la muestra: como más altos son los niveles de inteligencia emocional, mejores son las calificaciones escolares, y de forma contraria, también podemos ver la coincidencia que según más bajos son los resultados de inteligencia emocional más bajo es el rendimiento académico. Además, hemos querido complementar la información observando la relación entre la inteligencia intrapersonal e interpersonal. Y cada una de estas inteligencias con la atención emocional, claridad de sentimientos y reparación de emociones. Los resultados de la Ta-

bla 5 nos indican la alta correlación ( $p < 0,05$ ) entre la inteligencia intrapersonal y la interpersonal. La Figura 9 muestra la relación positiva entre estas dos inteligencias, es decir, a mayor inteligencia intrapersonal mayor inteligencia interpersonal, y a la inversa.

Tabla 5. *Correlación entre la inteligencia interpersonal e intrapersonal*

INTELIGENCIA INTERPERSONAL	R	p
Intrapersonal	0,919	<0,001

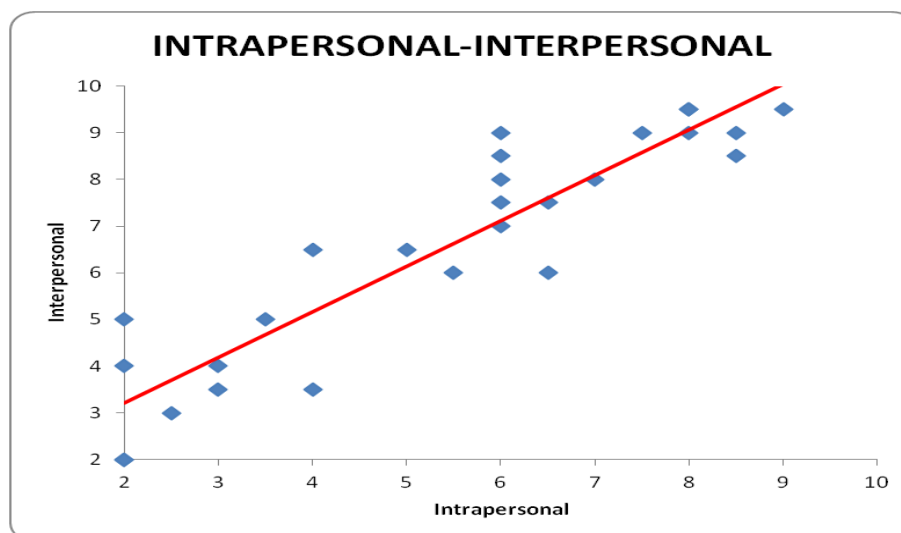


Figura 9: Correlación entre inteligencia intrapersonal e interpersonal

Los resultados de la Tabla 6 nos indican la alta correlación ( $p < 0,05$ ) entre la inteligencia interpersonal y la atención emocional, claridad de sentimientos y reparación de emociones. Las Figuras 10, 11 y 12 muestran la relación positiva entre estos componentes, es decir, a mayor inteligencia interpersonal mayor atención, claridad y reparación emocional, y a la inversa.

Tabla 6. *Correlación entre la atención emocional, claridad de sentimientos, reparación de emociones e inteligencia interpersonal*

INTELIGENCIA INTERPERSONAL	R	p
Atención emocional	0,731	<0,001
Claridad de sentimientos	0,856	<0,001
Reparación de emociones	0,860	<0,001



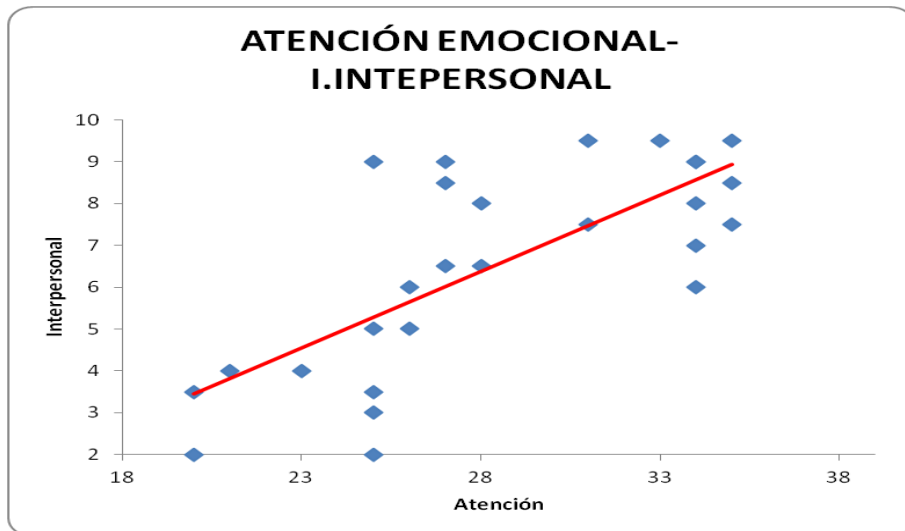


Figura 10. Correlación entre la inteligencia interpersonal y la atención emocional

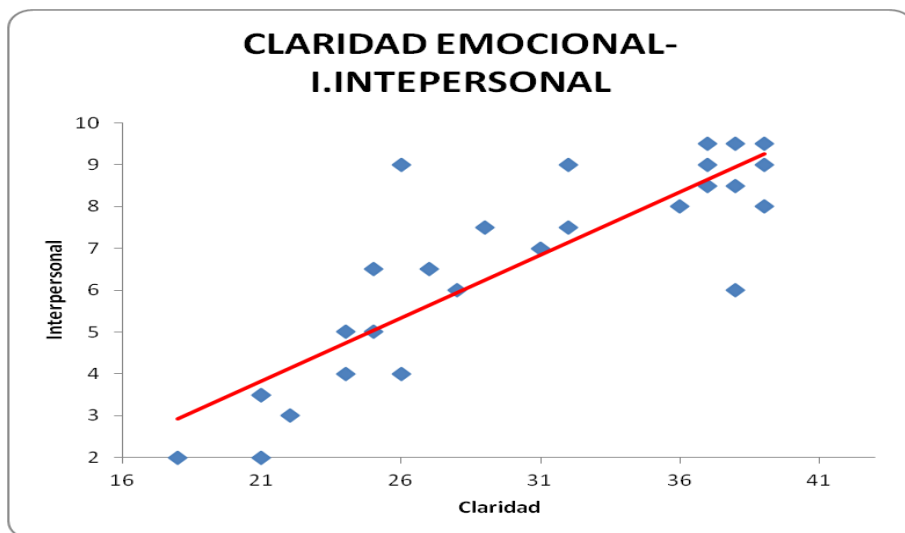


Figura 11. Correlación entre la inteligencia interpersonal y la claridad emocional

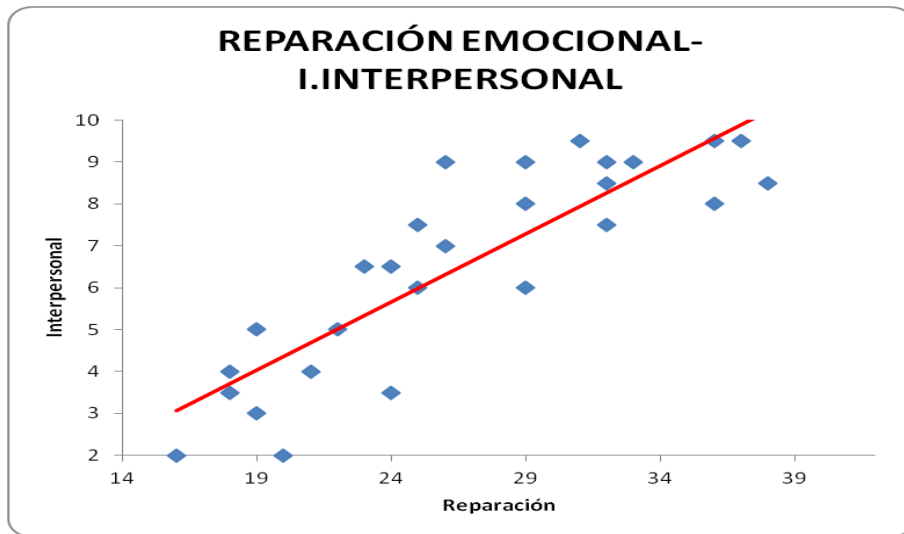


Figura 12. Correlación entre la inteligencia interpersonal y la reparación emocional.

Los resultados de la Tabla 7 nos indican la alta correlación ( $p < 0,05$ ) entre la inteligencia intrapersonal y la atención emocional, claridad de sentimientos y reparación de emociones. Las Figuras 13, 14 y 15 muestran la relación positiva entre estos componentes, es decir, a mayor inteligencia intrapersonal mayor atención, claridad y reparación emocional, y a la inversa.

Tabla 7. Correlación entre la atención emocional, claridad de sentimientos, reparación de emociones e inteligencia intrapersonal

INTELIGENCIA INTRAPERSONAL	R	p
Atención emocional	0,668	<0,001
Claridad de sentimientos	0,808	<0,001
Reparación de emociones	0,872	<0,001

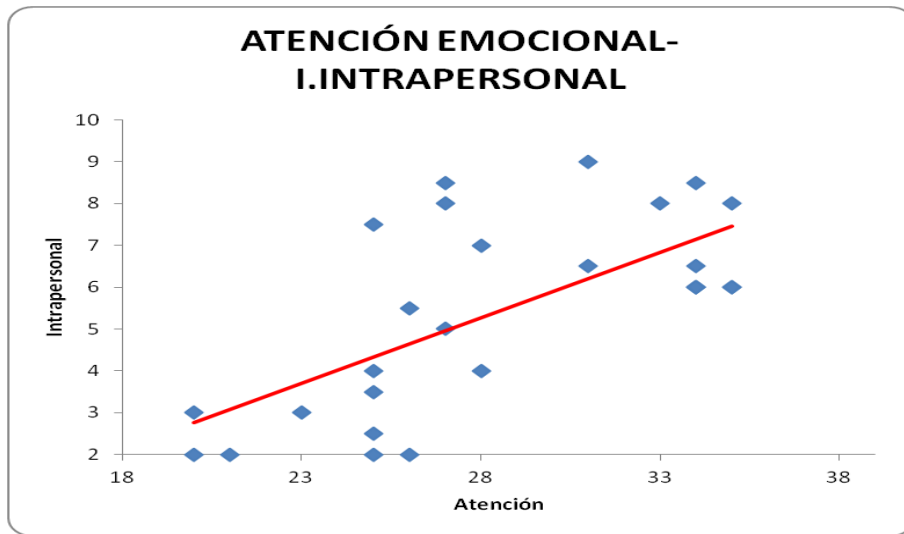


Figura 13. Correlación entre la inteligencia intrapersonal y la atención emocional

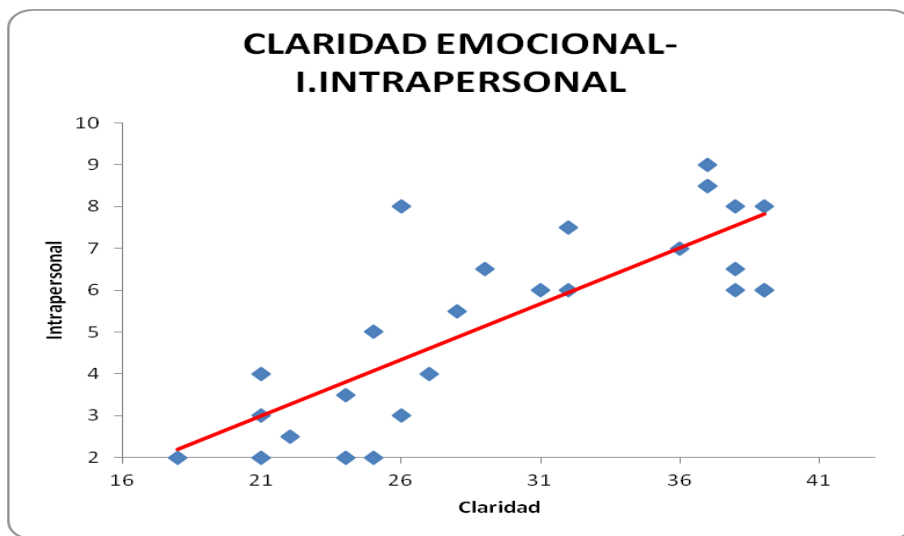


Figura 14. Correlación entre la inteligencia intrapersonal y la claridad emocional

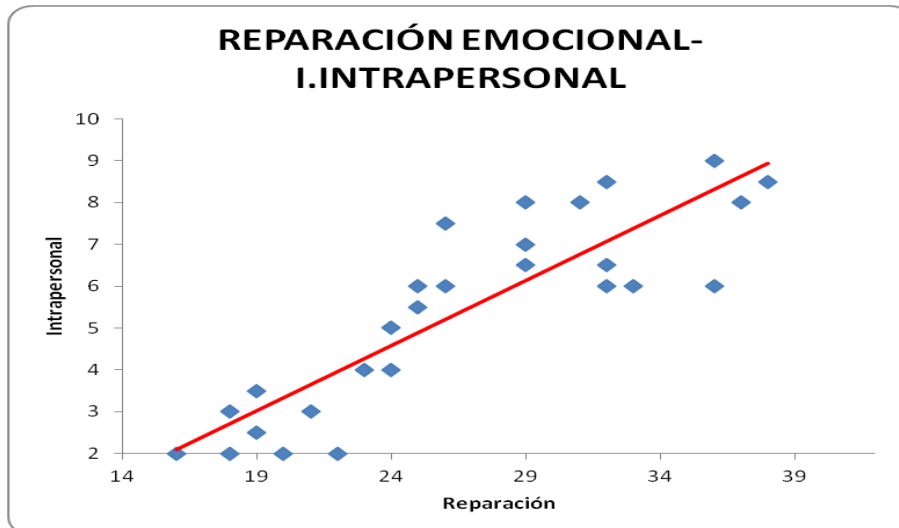


Figura 15. Correlación entre la inteligencia intrapersonal y la reparación emocional

## 5. Programa de intervención neuropsicológica

### 5.1 Presentación/Justificación

Este apartado pretende desarrollar un programa de intervención dirigido a los centros educativos, con el objetivo de fomentar la educación emocional desde edades tempranas. Esta propuesta está dirigida a alumnos y alumnas de 2º de Educación Primaria de un colegio concertado de Andorra la Vella, teniendo en cuenta los resultados mostrados en la investigación. Después de observar diferentes aspectos de la inteligencia emocional hemos elaborado un plan de intervención como respuesta educativa a estas necesidades, que pretende desarrollar las diferentes competencias emocionales. Para poder llevarlo a cabo se ha requerido de la colaboración de familia y escuela, ya que la educación emocional es una tarea compartida.

Este programa servirá como hilo conductor para poderlo utilizar en diferentes contextos, incluye cinco propuestas didácticas relacionadas con las cinco competencias emocionales que se tendrán que incluir dentro del currículum (conciencia emocional, regulación emocional, autonomía personal, inteligencia interpersonal y habilidades de la vida y bienestar).

### 5.2 Objetivos

Como hemos dicho anteriormente la propuesta se desarrollará en base a las cinco competencias emocionales:

- **Conciencia emocional:** Conocer las propias emociones y las de los demás, permitirá una mejor relación con los demás y sentimiento de empatía.
- **Regulación emocional:** Regular sus propias emociones y saber expresarlas.
- **Autonomía personal:** Construir nuestra propia imagen, querernos a nosotros mismos.
- **Inteligencia interpersonal:** Relacionarse, conocer y compartir experiencias con las personas de su entorno.
- **Habilidades de vida y bienestar:** Tomar decisiones, identificar los problemas, fijarnos unos objetivos y solucionar los conflictos.

### Objetivos generales:

- Desarrollar la inteligencia emocional, incluyendo la interpersonal e intrapersonal.
- Tener conciencia de nuestras emociones y de las de los demás.
- Proporcionar y adquirir estrategias para regular las emociones.
- Fomentar la construcción de nuestra autoestima y de la de los demás.

### Objetivos específicos:

- **Conciencia emocional:**
  1. Conocer nuestras emociones.
  2. Tomar conciencia de las emociones de los demás.
  3. Expresar y representar emociones.
- **Regulación emocional:**
  1. Regular nuestras emociones.
  2. Intervenir en experiencias que nos ayudan a sentirnos mejor.
  3. Adquirir estrategias y técnicas de relajación y solución de conflictos.
- **Autonomía personal:**
  1. Reconocer cualidades de uno mismo.
  2. Valorar nuestras aptitudes.
  3. Reconocer y valorar cualidades de los demás.
- **Inteligencia interpersonal:**
  1. Diferenciar los diferentes estilos comunicativos.
  2. Aprender a escuchar.
  3. Respetarnos a nosotros y a los demás.

- **Habilidades de vida y bienestar:**

1. Reconocer la influencia de las emociones en la toma de decisiones.
2. Valorar la importancia de las relaciones sociales.
3. Aprender de los errores.

### **5.3 Metodología**

La finalidad es que este programa se desarrolle de forma transversal a lo largo de las diferentes materias y horas de tutoría, ya que es conveniente que éste se use en momentos que lo requieran. Como por ejemplo: para evitar conflictos, solucionarlos, hacer cohesión de grupo, etc.

A la vez se tendrá que utilizar una metodología que sea significativa para el alumnado, realizando propuestas didácticas a partir de sus experiencias/vivencias, haciendo debates, role-playings, dinámicas de grupo, etc. Las actividades se realizarán a través de juegos, para fomentar un clima de afecto y confianza, para que los alumnos/as se sientan seguros y cómodos. Esto permitirá que:

- Los aprendizajes sean significativos y motivadores.
- Los niños/as sean los propios protagonistas y construyan el aprendizaje.
- Los maestros/as intervendrán como guías.
- Crear un clima de aceptación y cooperación.
- Trabajar de forma colaborativa.

El programa está diseñado para realizarse de forma complementaria al currículum oficial de Educación Primaria, pero a largo plazo se pretende incluir en las diferentes materias. Es fundamental el trabajo conjunto entre los diferentes profesores/as, ya que cada uno desde su asignatura puede introducir aspectos relacionados con la inteligencia emocional. Además el papel de la familia también será muy importante, ya que la educación emocional no es una tarea únicamente de la escuela. En las reuniones de padres se proporcionarán diferentes ejercicios que podrán trabajar con sus hijos/as en casa. Estas actividades serán opcionales, pero ayudarán a los padres a introducirse en el mundo de las emociones. Antes de aplicar el programa de intervención se realizará una reunión informativa a las familias, para presentar los resultados obtenidos en la investigación y explicar el plan de intervención según sus necesidades.

## 5.4 Actividades

### Actividades para los alumnos y alumnas

#### Conciencia emocional

1. **Las emociones:** El maestro/a preguntará a los alumnos qué creen que son las emociones, y tendrán total libertad para expresar sus pensamientos. Durante la lluvia de ideas se irán apuntando en la pizarra las diferentes palabras que digan. Posteriormente, el profesor/a animará al alumnado a qué vayan diciendo diferentes emociones. Se intentará que salgan las emociones alegría, tristeza, ira, miedo, vergüenza y sorpresa. Posteriormente, se harán grupos de 4-5 alumnos/as y se les dará una cartulina dividida en dos partes, en las cuales habrá escritas dos de las emociones tratadas anteriormente. La tarea que tendrán que realizar será recortar imágenes de revistas que expresen las dos emociones y pegarlas en la parte correspondiente. Finalmente, un portavoz de cada grupo será el encargado de explicar porque han escogido esas imágenes para ponerlas en la emoción correspondiente.
2. **Representemos:** Se harán grupos de 5 personas, tendrán que representar una historieta breve (3 minutos aproximadamente). En la escena deberán aparecer emociones y todos los alumnos/as tendrán que participar. Dispondrán de un tiempo para pensar qué interpretar, si requieren de ayuda tendrán la guía del maestro/a. Después se hará una reflexión final con diferentes preguntas: ¿Las personas actuamos de la misma manera?, ¿Son iguales las emociones de todos en situaciones similares?, ¿Son iguales las actuaciones de todos?
3. **El velero:** Mostraremos una imagen con un velero y un cielo muy azul y de fondo pondremos una música tranquila. Los alumnos/as escribirán en un papel cómo se han sentido. Volveremos a poner la misma imagen pero con música más violenta, y volverán a escribir cómo se sienten. Haremos lo mismo pero cambiando la imagen, un velero con un mar en tormenta. Al acabar los niños/as explicarán sus experiencias a la clase.
4. **Situaciones cotidianas:** El maestro/a dará una situación por grupo de la vida cotidiana (peleas en el patio, un niño empieza a llorar, etc.). El grupo saldrá a representar la situación delante de toda la clase. El profesor/a parará la acción en el momento donde la emoción se encuentra en el punto máximo y planteará como resolverla. Se seleccionará la mejor opinión.

5. **No hagas a los otros lo que no quieres que hagan contigo:** Cada niño/a tendrá que escribir en un papel algo que quiera que haga otro compañero/a y firmará el papel con su nombre. Por ejemplo; Yo, Aina deseo que Clara vaya delante de la puerta de la clase y de vueltas sobre ella misma. El maestro/a recogerá todos los papeles y los leerá de uno en uno, cada alumno/a tendrá que hacer lo que ponga en su papel. Finalmente, se hará una reflexión conjunta sobre cómo se han sentido cuando han hecho lo que ha deseado el otro.
6. **Estatuas:** El profesor/a dará un papel a cada alumno/a para que representen una emoción como si fuera una estatua. Los niños/as tendrán que realizar un cartel con el nombre de su estatua. El docente hará fotografías de todos los alumnos/as. Después se mostrarán las diferentes fotografías y se hará una votación para elegir las mejores.

## Regulación emocional

1. **Emociones y conductas:** Explicaremos la diferencia entre emociones y conductas, y que hay diferentes tipos de comportamientos. A través de un debate en gran grupo clasificaremos comportamientos según sean correctos o incorrectas, y los escribiremos en una tabla. Después presentaremos situaciones donde los protagonistas están enfadados pero tienen comportamientos diferentes, y decidiremos qué emoción y qué comportamiento aparece.
2. **La historia:** El maestro/a explicará una historia inventada con la ayuda de imágenes proyectadas, los alumnos/as tendrán que estar en una posición cómoda (estirados, sentados, etc.). El ritmo de lectura será muy pausado y habrá música relajante. Cuando acabe se hará una conversación sobre la experiencia vivida, expresando los sentimientos que han sentido.
3. **Hacemos una pizza:** Distribuiremos el grupo por parejas y se colocarán en una posición cómoda. Primero un niño/a hará un masaje al compañero/a, y después al revés. El maestro/a dirigirá el masaje como si se tratará de hacer una pizza en la espalda del otro. Se pueden realizar otras técnicas y usar diferentes recursos (pelotas, plumas, etc.).
4. **El semáforo:** El profesor/a confeccionará un semáforo y diferentes tarjetas con emociones y situaciones. Los alumnos/as tendrán que asociar los diferentes colores con las emociones y conductas. Rojo: Stop (cuando no podemos controlar



una emoción)/ Amarillo: Pensar (después de pararnos es el momento de pensar y darnos cuenta del problema que se está planteando)/ Verde: Solucionarlo (si nos damos tiempo para pensar pueden surgir alternativas o soluciones al conflicto o problema).

5. **El invitado:** Un niño/a será el invitado especial de la clase, el profesor/a se inventará una historia sobre él. Primero los compañeros/as lo saludarán diciéndole cosas agradables y hablándole en un tono suave. Después los niños/as lo recibirán con gritos, aplausos y dando patadas al suelo. Y finalmente, restarán en silencio un par de minutos. Posteriormente se hará una reflexión en grupo, el maestro/a la guiará mediante preguntas.
6. **Las máscaras:** Cada niño/a confeccionará 6 máscaras sencillas, con redondas de cartulina y palos de helado (felicidad, tristeza, ira, miedo, vergüenza e indiferencia). Tres voluntarios saldrán a interpretar delante de la clase diferentes papeles proporcionados por el maestro/a. Finalmente, se comentarán los resultados obtenidos y las diferentes emociones que han salido.

### Autonomía personal

1. **Nos presentamos:** Cada niño/a tendrá que hacer una descripción de él mismo (datos personales, características de su personalidad, aficiones, etc.) y explicarla al grupo-clase. El maestro/a será el encargado de moderar la actividad, a más de grabar en vídeo la sesión. Al acabar se reflexionará sobre la dificultad de hablar de nosotros delante de los otros, de la experiencia, del valor de tener una imagen positiva de nosotros, etc. Véase ficha 1 en Anexo 4.
2. **La rueda positiva:** Cada alumno/a tendrá que escribir su nombre con letras grandes en un papel y tendrá que pasarlo al de la derecha. Cada niño/a tendrá que escribir en los papeles tres características positivas de sus compañeros/as y pasar el papel. Nos colocaremos en círculo. Al finalizar la rueda los que quieran podrán comentar su papel y hacer una reflexión sobre las emociones que han sentido.
3. **Somos pintores:** El maestro/a escribirá en la pizarra 4 elementos que tendrán que aparecer en el cuadro. Los podrán dibujar y colocar como ellos quieran, pero se tendrán que relacionar todos. Por ejemplo; una pelota, dos niños, la playa y un velero. Antes de dibujar tendrán que pensar qué quieren hacer. Al acabar

los dibujos se hará una exposición en clase, cada pintor/a tendrá que explicar su cuadro a sus compañeros/as. Con esta actividad pretendemos que el niño/a desarrolle su autoestima; valorando su propia individualidad, expresando gráficamente una imagen creada e identificando el nivel de satisfacción por la obra realizada.

4. **Las articulaciones:** Haremos un debate sobre qué son las articulaciones, cuántas tenemos y qué podemos hacer gracias a ellas. Posteriormente, nos colocaremos por parejas y nos inmovilizaremos una articulación e intentaremos hacer cualquier cosa. Finalmente, haremos una reflexión a través de diferentes preguntas: ¿Qué hemos descubierto de nuestro cuerpo?, ¿Qué podemos hacer gracias a las articulaciones?, ¿Todo el mundo puede hacer las mismas cosas? Esto nos permitirá valorar nuestro cuerpo y capacidades personales, conocernos a nosotros mismos y desarrollar la seguridad y el control del espacio.
5. **Un animal:** El maestro/a colgará en la pizarra una imagen grande de un animal, los niños/as tendrán que contestar interiormente a las siguientes preguntas: ¿Qué ves?, ¿De qué color es?, ¿Cómo es su piel?, ¿Qué está haciendo?, ¿Qué siente?, ¿Dónde estaba antes de llegar aquí?, ¿En qué está pensando?, ¿Qué le gustaría hacer?, ¿Cómo se llama? Después se realizará un debate, donde se compartirán opiniones, sentimientos y sensaciones. Se podrá partir de preguntas como: ¿Pensamos todos igual?, ¿Por qué respondemos cosas diferentes si miramos la misma imagen?, ¿Me han gustado mis respuestas?, ¿Me hubiese gustado imaginar y responder cosas diferentes?
6. **Quién es quién:** El maestro/a hará un tablero del quién es quién pero con las fotografías de los alumnos/as de la clase. A través de la descripción física de los compañeros/as nos conoceremos.

## Inteligencia interpersonal

1. **Estilos comunicativos:** El docente dará un caso a los diferentes pequeños grupos y éstos darán una respuesta asertiva siguiendo un modelo de acción a la situación planteada. Anteriormente, se les habrán explicado los diferentes estilos comunicativos y las características de la comunicación asertiva. Finalmente, cada grupo hará una dramatización de su caso y expondrán la solución encontrada. Véase ficha 2 en Anexo 5.

2. **Escuchamos:** El profesor/a explicará a los alumnos/as las diferentes maneras de escuchar a una persona cuando te explica una cosa. La clase se colocará por parejas y cada uno tendrá que explicar al otro alguna situación que les haya pasado. Al final se puede hacer una representación, simulando que uno de los dos es psicólogo, amigo, entrevistador, etc.
3. **Representamos:** El maestro/a se inventará una historia sobre un niño/a, en la que hará una pregunta a la cual responderán ocho actores diferentes. Estos actores contestarán con diferentes estilos de comunicación (agresivo, evasivo, irónico, indiferente, deshonesto, incoherente). Los diferentes diálogos los habrá preparada el profesor/a con anterioridad. A posteriori, se hará un debate donde los actores tendrán que explicar cómo se han sentido al contestar de aquella forma. El actor principal también explicará cómo se ha encontrado. Véase ficha 3 en Anexo 6.
4. **Ayudamos:** El maestro/a expondrá a la clase dos casos diferentes en los que se tenga que ayudar. Cada grupo analizará la situación y pensará la manera de ayudar en el caso. Las situaciones serán propias del contexto escolar. Posteriormente, los grupos expondrán cómo han decidido ayudar y realizarán un debate.
5. **Investigamos:** Se dividirá la clase en grupos de 4/5 personas. Cada grupo tendrá una ficha con una pregunta y diferentes situaciones, el secretario/a será el encargado de leer en voz alta y rellenar la ficha con emociones que sienten en cada caso. Al acabar se leerán en voz alta las respuestas y se anotarán en la pizarra, se comentarán las diferentes emociones que han aparecido.
6. **Construimos:** Habrá 3 grupos que tendrán que construir algún monumento de la ciudad con material reciclado proporcionado por la escuela, mientras que otro grupo será el encargado de observar cómo los niños/as se reparten las tareas y trabajan en equipo. Finalmente, cada grupo expondrá cómo ha diseñado el monumento y cómo han trabajado, el grupo observador irá añadiendo comentarios.

## Habilidades de vida y bienestar

1. **Toma de decisiones:** El profesor/a explicará los diferentes modelos de toma de decisiones y al acabar expondrá un caso real. Los alumnos/as a través de un debate tendrán que llegar a un acuerdo de cómo resolver el caso y el modelo

que utilizarán. Después por grupos se tendrán que inventar una situación similar y usar un modelo para resolverla, para acabar exponiéndolo delante de la clase.

2. **Nos equivocamos:** Cada alumno/a pensará una situación en la que crea que cometió un error en la toma de decisiones. Posteriormente, hará una reflexión individual donde tendrá que explicar la situación y hacer referencia de lo que ha aprendido.
3. **El globo:** El profesor/a repartirá un globo y diferentes papeles de colores para cada niño/a. Escribirán en los trocitos de colores diferentes cualidades que pueden tener los buenos amigos, y también situaciones y experiencias. Finalmente, hincharán el globo y pegarán los papeles. Cada niño/a irá diciendo las cualidades de su buen amigo y las escribirán en la pizarra. Para acabar, harán un globo de la amistad para toda la clase.
4. **Suerte o esfuerzo:** Se colocará una cuerda de punta a punta de la clase y se colgarán tantos sobres como niños/as hay, dentro de cada sobre habrá una situación. Cada alumno/a cogerá un sobre y tendrá que decidir si la situación es fruto de la suerte o del esfuerzo y trabajo. Tendrán que justificar su opinión y los compañeros/as podrán intervenir diciendo si están de acuerdo.
5. **Referentes:** Se pedirá a los alumno/as que piensen en una situación difícil o desagradable que comportara peligro o malestar. Se les dará una ficha para que la rellenen. Los niños/as se agruparán en pequeños grupos según quién les ayudó a superar la situación: padres, abuelos, hermanos, tíos, amigos, maestros, etc. Entre todos/as escogerán una ficha que será la leída al grupo-clase. Se expondrán las diferentes situaciones elegidas y el maestro/a escribirá en la pizarra quién ha ayudado a superar la situación. Se observará qué círculo pertenece a la mayoría: familia, amigos, escuela, etc. Véase ficha 4 en Anexo 7.
6. **Inteligentes emocionalmente:** Se realizará una lluvia de ideas sobre las características que creen los niños/as que tiene que tener una persona emocionalmente inteligente. Los alumnos/as harán sus aportaciones y a partir de éstas se elaborará una definición del término. Ésta será revisada por el maestro/a, de esta manera se asegurará que el concepto es correcto.

### **Actividades para las familias y el profesorado**

- 1. Reunión informativa:** A principio de curso se realizará una reunión para comentar a las familias el trabajo que se realizará con sus hijos e hijas, en ésta se hablará de los diferentes términos fundamentales relacionados con la inteligencia emocional. Además, se presentarán los resultados del estudio realizado con los alumnos/as de segundo de Educación Primaria.
- 2. Nos presentamos:** Cada padre en la reunión tendrá un minuto para presentarse y a la vez expresarán cómo se sienten. Posteriormente, se colocarán por parejas y hablarán de la importancia de la educación emocional para intervenir en diferentes situaciones de la vida cotidiana. Después expondrán diferentes emociones que hayan aparecido en las situaciones comentadas, y entre todos/as hablarán cómo pueden afectar de forma positiva o negativa. Finalmente, se trasladarán estas vivencias a las que pueden vivir sus hijos e hijas.
- 3. Controlar las emociones:** Se explicarán diferentes técnicas de relajación que pueden usar en casa y hacerlas de forma conjunta con los niños/as. Contar, respirar profundamente, cambiar de lugar, yoga, escuchar música relajante, desconectar, etc.
- 4. Emociones escondidas:** Se intentará que busquen aquellas emociones que normalmente negamos o reprimimos y con qué frecuencia lo hacemos. Como pueden ser; miedo, rabia, ira, tristeza, angustia, amor, vergüenza, etc. Intentaremos averiguar cómo nos escapamos de estas emociones (trabajo, dormir, comprar, etc.). Después se pondrán en común las reflexiones individuales.
- 5. Documentación:** El orientador/a dará diferente bibliografía de inteligencia emocional a las familias para que la puedan utilizar ellos y con sus hijos/as. Además, se les pasará una hoja para que puedan plantear dudas, mejoras y aportaciones.

Para el profesorado se realizará también una reunión informativa y se plantearán los mismos puntos que para las familias, para que si en determinados momentos aparecen conflictos relacionados con la educación emocional sepan gestionarlos siguiendo la misma línea que el departamento de orientación y el profesor-tutor. A parte se les pasará diferente bibliografía y las actividades para los alumnos/as, de esta forma si creen conveniente podrán desarrollar alguna de ellas en sus asignaturas.

## **5.5 Evaluación**

La evaluación inicial corresponde a los cuestionarios realizados para conocer los niveles de inteligencia emocional. A partir de esta recogida de datos se ha elaborado un programa de intervención.

La evaluación formativa, durante el plan de intervención, se realizará a través de una observación sistemática por parte del profesor en función de las actividades realizadas, comprobando sus dificultades y actitudes (mejoras en el comportamiento, rendimiento escolar, entre otros). La evaluación de las actividades concretas la realizarán los tutores/as a partir de una ficha de evaluación de las sesiones, que se rellenará una vez finalizada una sesión de educación emocional. Estas fichas permitirán recordar las clases realizadas, con el objetivo de mejorar la aplicación de la propia actividad en el caso de volverla a poner en práctica. Si observamos que un alumno/a tiene unos niveles de inteligencia emocional muy bajos y no evoluciona adecuadamente, se planteará una evaluación individual y posteriormente se desarrollará un programa de intervención personalizado, que consistirá en un reforzamiento de las mismas actividades, y si es necesario con ejercicios extras.

La evaluación final se hará con la recogida de datos de manera complementaria, haciendo uso de la metodología cuantitativa (volveremos a pasar los cuestionarios y observaremos las mejoras entre pretest y posttest) y cualitativa (antes, durante y después, a partir de la observación y de las entrevistas). Las entrevistas serán realizadas por los profesores/as durante las horas de tutoría, y mediante éstas conseguirán saber la opinión personal de los alumnos y alumnas sobre las repercusiones y el grado de utilidad que consideran que tiene este programa en su crecimiento global.

Al finalizar la intervención el profesorado tendrá que realizar una reflexión, ya que no únicamente se evalúa al alumnado, sobre aspectos metodológicos, ámbitos a mejorar, etc.

## **5.6 Cronograma**

Este programa de intervención está previsto para el curso escolar 2015-2016 siguiendo el calendario escolar establecido en el Principado de Andorra, con una sesión semanal de 45 minutos (tutoría). En la Tabla 8 se recogen las diferentes sesiones necesarias para las actividades del proyecto.

Tabla 8. Cronograma del plan de intervención.

<b>CURSO ESCOLAR 2015-2016</b>				
<b>Primer trimestre</b>				
<b>Semanas</b>	<b>Septiembre</b>	<b>Octubre</b>	<b>Noviembre</b>	<b>Diciembre</b>
<b>1</b>	Vacaciones	Situaciones cotidianas (Conciencia emocional)	La historia (Regulación emocional)	Las máscaras (Regulación emocional)
<b>2</b>	Las emociones (Conciencia emocional)	No hagas a los otros lo que no quieres que hagan contigo (Conciencia emocional)	Hacemos una pizza (Regulación emocional)	Nos presentamos (Autonomía personal)
<b>3</b>	Representemos (Conciencia emocional)	Estatuas (Conciencia emocional)	El semáforo (Regulación emocional)	La rueda positiva (Autonomía personal)
<b>4</b>	El velero (Conciencia emocional)	Emociones y conductas (Regulación emocional)	El invitado (Regulación emocional)	Vacaciones
<b>Segundo trimestre</b>				
	<b>Enero</b>	<b>Febrero</b>	<b>Marzo</b>	
<b>1</b>	Vacaciones	Un animal (Autonomía personal)	Escuchemos (I. Interpersonal)	
<b>2</b>	Vacaciones	Quién es quién (Autonomía personal)	Representamos (I. Interpersonal)	
<b>3</b>	Somos pintores (Autonomía personal)	Vacaciones	Ayudamos (I. Interpersonal)	
<b>4</b>	Las articulaciones (Autonomía personal)	Estilos comunicativos (I. Interpersonal)	Investigamos (I. Interpersonal)	
<b>Tercer trimestre</b>				
	<b>Abril</b>	<b>Mayo</b>	<b>Junio</b>	
<b>1</b>	Vacaciones	Nos equivocamos (Habilidades de vida y bienestar)	Referentes (Habilidades de vida y bienestar)	
<b>2</b>	Vacaciones	El globo (Habilidades de vida y bienestar)	Inteligentes emocionalmente (Habilidades de vida y bienestar)	
<b>3</b>	Construimos (I. Interpersonal)	Suerte o esfuerzo (Habilidades de vida y bienestar)	Evaluación	
<b>4</b>	Toma de decisiones (Habilidades de vida y bienestar)	Vacaciones	Vacaciones	

## **6. *Discusión y Conclusiones***

El objetivo principal del presente trabajo era proponer un plan de intervención para fomentar la inteligencia emocional en alumnos de segundo de primaria. Antes de llevar a cabo la intervención nos propusimos como objetivos específicos medir el nivel de inteligencia emocional de los estudiantes, así como su relación con el rendimiento académico.

Los resultados en inteligencia emocional muestran que mientras que la inteligencia interpersonal tiene un nivel medio-alto, la inteligencia intrapersonal muestra un nivel medio. Es decir, parece que tienen más desarrollada la inteligencia interpersonal, relacionada con las relaciones sociales, que la inteligencia intrapersonal, relacionada con el conocimiento de uno mismo. El propio Gardner (1985) resaltó que las personas podemos tener mucho más desarrollada una inteligencia que otra, y este dato se comprueba en los resultados. Con respecto a la claridad de sentimientos, atención emocional y reparación de emociones, los datos muestran un nivel adecuado. Finalmente, el rendimiento académico muestra una media de 6,52, que corresponde a una calificación de Bien, rozando el Notable.

La correlación entre ambas variables, inteligencia emocional y rendimiento académico, es alta y positiva. Estos resultados son consistentes con diferentes investigaciones realizadas con anterioridad. Según Fernández-Berrocal, Extremera y Ramos (2003); Schutte, Malouff, Hall, Cooper, Golden y Dornheim (1998); Barchard (2000) hay una relación positiva entre la inteligencia emocional y el rendimiento escolar. Además Sánchez, Rodríguez y Padilla (2007) hicieron un estudio descriptivo-correlacional similar a nuestra investigación y obtuvieron resultados similares, pero la muestra consistía en estudiantes universitarios. Vila y Pérez (2007) realizaron una investigación sobre alumnos de Educación Secundaria y detectaron una gran relación entre las dos variables.

Esto nos permite ver que los diferentes estudios indican que hay una relación entre la inteligencia emocional y el rendimiento académico, por eso es muy importante desarrollar una educación emocional en los centros educativos desde edades tempranas. Según Goleman (1995) los aprendizajes se pueden desarrollar mejor con un entorno de seguridad y confianza, es decir, si tienen un clima escolar y familiar adecuado obtendrán mejores resultados. Por eso es muy importante la ayuda y comprensión de todos los profesores del centro educativo, y la colaboración de la familia en el desarrollo de la educación emocional como hemos expuesto en nuestro programa de intervención.



Finalmente, se ha realizado el diseño y elaboración de un programa de intervención neuropsicológica para el desarrollo de la educación emocional en niños y niñas de segundo de Educación Primaria. Este plan se ha confeccionado a partir de 5 ejes, las cinco competencias emocionales; conciencia emocional, regulación emocional, autonomía personal, inteligencia interpersonal y habilidades de vida y bienestar. La metodología se ha basado en las necesidades de los alumnos/as según sus experiencias y vivencias, de este modo los procesos de enseñanza y aprendizaje serán motivadores y significantes. Las actividades se han realizado a partir de juegos, y ha sido muy importante basarlas en situaciones que pueden surgir dentro del contexto escolar y familiar. A la vez es fundamental la tarea compartida entre familia y escuela, y la colaboración de los diferentes profesores/as del centro educativo, ya que la educación emocional es una responsabilidad conjunta. Además, la cooperación de los niños y niñas es una de las bases, ya que nuestra intención es que tengan una actitud favorable hacia el programa, y a la vez observen la mejoría en sus relaciones interpersonales, tanto con sus compañeros/as como con sus maestros/as y familias.

Nuestra intención es desarrollar estas propuestas didácticas en este centro educativo en concreto, pero si el resultado es el esperado no descartamos la posibilidad de usar este proyecto en otras escuelas, pero es muy importante la ayuda y compromiso permanente de las direcciones de los colegios y de su aprobación respecto a nuestra iniciativa.

## **6.1 Limitaciones**

Lo ideal habría sido que los mismos niños y niñas hubieran contestado los diferentes cuestionarios de evaluación de la inteligencia emocional, pero debido a que están construyendo su autoestima, autoconcepto, identidad y personalidad lo ha hecho la profesora-tutora. Los alumnos y alumnas aún no tienen una gran capacidad de autoconocimiento y autodominio, pero esto no ha impedido ayudar a la maestra a rellenar las pruebas.

Otra de las limitaciones es que no se ha realizado la investigación en el colegio donde trabajamos y será muy difícil poder aplicar el programa de intervención con estos niños y niñas de forma personal, aunque el centro educativo dispondrá de él y lo podrán aplicar con la orientación del psicopedagogo en un futuro próximo.

Por otra parte la muestra que se ha utilizado es bastante pequeña, por eso es muy complicado extrapolar estos resultados a toda la población de segundo curso de primaria.

Finalmente, otra limitación del estudio pudiera ser que para comprobar que un plan de intervención es eficaz es necesario contar con un grupo control al que no se le pasa la intervención y con un grupo experimental al que se le pasa. Pasaríamos un pretest a ambos grupos y teniendo puntuaciones en inteligencia emocional similares, después de la aplicación del programa pasaríamos el postest y tendríamos que observar diferencias entre ambos grupos. Sólo así podemos concluir que las posibles mejoras encontradas en el grupo experimental se deben al programa.

## **6.2 Prospectiva**

En el futuro sería muy interesante comprobar que los resultados del programa de intervención sean los esperados, es decir, que los alumnos y alumnas hayan desarrollado la inteligencia emocional gracias a las estrategias y capacidades adquiridas a través del plan.

Además, creo que sería conveniente hacer un seguimiento de la población estudiada en Educación Secundaria, ya que de esta forma los propios individuos podrían completar los cuestionarios de inteligencia emocional. Los resultados serían más fiables y menos subjetivos, porque habrían sido valorados según su opinión y no la de la maestra. También se podría complementar la investigación variando las pruebas utilizadas para valorar tanto la inteligencia emocional como el rendimiento académico.

En estudios próximos se podría realizar un análisis más exhaustivo de los resultados teniendo en cuenta diferentes variables, como pueden ser; los sexos, hermanos mayores o menores, lugares de origen de las familias, nivel socio-económico, entre otros.

## **7. Bibliografía**

### **Referencias bibliográficas**

Armstrong, T. (2001). *Inteligencias múltiples: cómo descubrirlas y estimularlas en sus hijos*. San José, Costa Rica: Grupo editorial Norma.

Bandura, A. (1977). *Social learning theory*. Englewood Cliffs, NJ: Prentice Hall.

- Bisquerra, R. (1995). *Orígenes y desarrollo de la orientación psicopedagógica*. Madrid: Narcea.
- Bisquerra, R. (2000). *Educación emocional y bienestar*. Barcelona: Praxis.
- Bisquerra, R. (2003). Educación Emocional y competencias básicas para la vida. *Revista de Investigación Educativa*, 21 (1), 7-43.
- Bronfenbrenner, V. (1979). *The ecology of human development*. Cambridge, Mas: Harvard University Press.
- Broher, P. (2010). *En el límbico (Blog de divulgación de Psicología, Neurociencia, Inteligencia Emocional, PNL y mucho más)*. Recuperado el 11 de julio del 2015 de <http://en-el-limbico.blogspot.com-es/2010/11/el-recuerdo-emocional.html>
- Cherniss, C. (2000). *Social and Emotional Competence in the Workplace*. San Francisco, cA: Jossey-Bass.
- Csikszentmihaly, M. (1997). *Fluir (flow). Una psicología de la felicidad*. Barcelona: Kairós.
- Delors, J. (1996). *La Educación encierra un tesoro. Informe a la UNESCO de la Comisión Internacional sobre la Educación para el siglo XXI*. Madrid: Santillana-Unesco.
- Extremera, N. y Fernández-Berrocal, P. (2003). La inteligencia emocional en el contexto educativo: hallazgos científicos de sus efectos en el aula. *Revista de educación*, 332, 97-116.
- Gardner, H. (1985). *Inteligencias múltiples. La Teoría en la práctica*. Barcelona: Paidós.
- Goleman, D. (1995). *Inteligencia emocional*. Barcelona: Ed. Kairos.
- Goleman, D. (1999). *La práctica de la inteligencia emocional*. Barcelona: Kairós.
- Gonzalez, M. (2012). *La influencia de la Inteligencia Emocional en el rendimiento escolar de niños y niñas de Educación Infantil*. (Trabajo Fin de Máster). Universidad Internacional de La Rioja, La Rioja. Recuperado de <http://biblioteca.unir.net/Biblioteca/Portada>

- Hedlund, J. y Sternberg, R.J. (2000). *Too many intelligences? Interpreting Social, Emotional, and practical intelligence*. San Francisco, Ca: Jossey-Bass.
- Hernstein, R.J. y Murray, C. (1994). *The Bell Curve: intelligence and class in American life*. Nueva York: Free Press.
- Jiménez, M.I. y López-Zafra, E. (2009). Inteligencia emocional y rendimiento escolar: estado actual de la cuestión. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 41 (1), 69-79. Recuperado de <http://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=2990682>
- Lazarus, R.S. (1991). *Emotion and adaptation*. Nueva York: Oxford University Press.
- Mayer, J.D., Caruso, D. y Salovey, P. (2001). Emotional intelligence meets traditional standards for an intelligence. *Intelligence*, 29, 6.
- Mayer, J.D. y Salovey, P. (1997). *What is Emotional Intelligence? Emotional development and emotional intelligence: Educational implications*. Nueva York: Basic Books.
- Payne, W.L. (1986). A study of emotion: Developing emotional intelligence; Self integration; relating to fear, pain and desire. *Dissertation Abstracts International*, 47 (1).
- Psicoactiva S.L (2013). *Psicoactiva.com*. Recuperado el 11 de julio del 2015 de <http://www.psicoactiva.com/atlas/sistema-limbico.htm>
- Salovey, P. y Mayer, J.D. (1990). Emotional Intelligence. *Imagination, Cognition and Personality*, 9, 185-211.
- Salovey, P., Mayer, J.D., Goldman, S.L., Turvey, C. y Palfai, T.P. (1995). *Emotional attention, clarity and repair: exploring emotional intelligence using the Trait Meta-Mood Scale*. Washington: American Psychological Association.
- Sánchez, M.P, Rodríguez, M.C. y Padilla, V.M. (2007). ¿La inteligencia emocional está relacionada con el rendimiento académico? *IP y E: Psicología y Educación*, 1, 54-66.
- Sánchez, J.P y Romás, F. (2004). Amígdala, corteza prefrontal y especialización hemisférica en la experiencia y expresión emocional. *Anales de psicología*, 20, 223-240.

Sternberg, R.J. (2000). *Handbook of intelligence*. Nueva York: Cambridge University Press.

Unidad Editorial Revistas S.L.U (2015). Diario Médico.com. Recuperado el 11 de julio del 2015 de <http://medicablogs.diariomedico.com/marcpennett/files/2013/12/inteligencias-multiples1.jpg>

Vallejo, B., Martínez, J., García, C., Rodríguez, C. (2012). Influencia de la inteligencia emocional en el rendimiento escolar. *Trabajo publicado en el XIII Congreso Virtual de psiquiatría.com*

Vila, E. y Pérez, J.C. (2007). *Madurez para la carrera e inteligencia emocional en alumnado de secundaria: una aproximación correlacional*. En F. Etxeberría, L. Sarasola, J.F. Lukas, J. Etxebarria y A. Martxueta (coords.), XIII Congreso Nacional de Modelos de Investigación Educativa (712-717). Donostia: Erein/AIDIPE.

Zirkel, S. (2000). *Social and Intelligence: The Development and Maintenance of Purposive Behavior*. San Francisco, Ca: Jossey-Bass.

## **Bibliografía**

Armstrong, T. (2006). *Inteligencias múltiples en el aula. Guía práctica para educadores*. Barcelona: Paidós Educador.

Belmonte, C. (2007). Emociones y cerebro. *Real Academia de Ciencias Exactas, Físicas y Naturales*, 101 (1), 59-68. Recuperado de <http://www.rac.es/ficheros/doc/00472.pdf>

Bisquerra, R. (2005). Educación Emocional y competencias básicas para la vida. *Revista de Investigación Educativa*, 21 (1), 7-43.

Bisquerra, R. (2006). Orientación psicopedagógica y educación emocional. *ESE (Estudios sobre Educación)*, 11, 9-25.

Bisquerra, R. (2006). *Educación emocional y bienestar*. Madrid: Wolters Kluwer.

Carpenter, A. (2001). *Educación socioemocional a primaria*. Vic: Eumo.

- De Andrés, C. (2005). La educación emocional en edades tempranas y el interés de su aplicación en la escuela. Programas de educación emocional, nuevo reto en la formación de los profesores. *Tendencias pedagógicas*, 10, 109-121. Recuperado de <http://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=1407971>
- Fraser, S. (1995). *The Bell Curve Wars*. Nueva York: Free Press.
- Gardner, H. (2001). *La inteligencia reformulada. Las inteligencias múltiples en el siglo XXI*. Barcelona: Paidós.
- GROP (1999). *Actividades de educación emocional*. Barcelona: Praxis.
- Lavega, P., Filella, G., Agulló, M.J., Soldevila, A y March, J. (2011). Conocer las emociones a través de juegos: Ayuda para los futuros docentes en toma de decisiones. *Electronic Journal of Research in Educational Psychology*, 9 (24), 617-640.
- Morlán, L. (2012). Cerebro emocional. Conceptos de historia, localización y función. *Revista de la Asociación de Inspectores de Educación de España*, 16, 1-15. Recuperado de [http://www.adide.org/revista/images/stories/pdf\\_16/ase16\\_mono03.pdf](http://www.adide.org/revista/images/stories/pdf_16/ase16_mono03.pdf)
- Obiols, M. (2005). Diseño, desarrollo y evaluación de un programa de educación emocional en un centro educativo. *Revista Interuniversitaria de Formación al Profesorado*, 19 (3), 137-152.
- Pérez-Escoda, N., Filella, G., Soldevila, A. y Fondevila, A. (2013). Evaluación de un programa de educación emocional para profesorado de primaria. *Educación XXI*, 16.1, 223-254.
- Renom Plana, A. (2007). *Educación Emocional. Programa para Educación Primaria (6-12 años)*. Madrid: Wolters Kluwer España.
- Soldevila, A. (2009). *Emociónate (programa de educación emocional)*. Madrid: Psicología Pirámide.

Soldevila, A., Filella, G., Ribes, R. y Agulló, M.J. (2007). Una propuesta de contenidos para desarrollar la conciencia y regulación emocional en la educación primaria. *Cultura y educación*, 19 (1), 47-59.

Zaccagnini, J.L. (2004). *Qué es inteligencia emocional. La relación entre pensamientos y sentimientos en la vida cotidiana*. Madrid: Biblioteca Nueva.

## ANEXO 1: Test inteligencias múltiples de Armstrong (2001)

La **inteligencia intrapersonal** valora estos diez ítems:

Tabla: *Cuestionario sobre inteligencia intrapersonal (Armstrong, 2001)*

7. <b>Inteligencia Interpersonal</b>	Si	No	AI
Disfruta de la convivencia con los demás.			
Parece ser un líder natural.			
Aconseja a los iguales que tienen problemas.			
Parece comportarse muy inteligentemente en la calle.			
Pertenece a clubes, comités y otras organizaciones parecidas.			
Disfruta de enseñar informalmente a otros.			
Le gusta jugar con los otros compañeros.			
Tiene dos o más amigos íntimos.			
Tiene un buen sentido de la empatía y del interés por los otros.			
Los compañeros buscan su compañía.			

Mientras que la **inteligencia interpersonal** valora otros diez ítems distintos:

Tabla: *Cuestionario sobre inteligencia interpersonal (Armstrong, 2001)*

8. <b>Inteligencia Intrapersonal</b>	Si	No	AI
Manifiesta gran sentido de la independencia.			
Tiene un sentido realista de sus fuerzas y debilidades.			
Lo hace bien cuando se queda sólo para trabajar o estudiar.			
Tiene un hobby o afición del que no habla mucho con los demás.			
Tiene un buen sentido de la auto-dirección.			
Prefiere trabajar sólo a trabajar con otros.			
Expresa con precisión cómo se siente.			
Es capaz de aprender de sus fracasos y éxitos en la vida.			
Tiene una alta autoestima.			
Manifiesta gran fuerza de voluntad y capacidad para automotivarse.			



## **ANEXO 2: TMMS-24 de Salovey, Mayer, Goldman, Turvey y Palfai (1995)**

El **TMMS-24** mide la atención, claridad y reparación emocional con los siguientes 48 ítems:

Tabla: cuestionario TMMS-24 (Salovey, Mayer, Goldman, Turvey y Palfai, 1995)

1.	Presto mucha atención a los sentimientos.	1	2	3	4	5
2.	Normalmente me preocupo mucho por lo que siento.	1	2	3	4	5
3.	Normalmente dedico tiempo a pensar en mis emociones.	1	2	3	4	5
4.	Pienso que merece la pena prestar atención a mis emociones y estado de ánimo.	1	2	3	4	5
5.	Dejo que mis sentimientos afecten a mis pensamientos.	1	2	3	4	5
6.	Pienso en mi estado de ánimo constantemente.	1	2	3	4	5
7.	A menudo pienso en mis sentimientos.	1	2	3	4	5
8.	Presto mucha atención a cómo me siento.	1	2	3	4	5
9.	Tengo claros mis sentimientos.	1	2	3	4	5
10.	Frecuentemente puedo definir mis sentimientos.	1	2	3	4	5
11.	Casi siempre sé cómo me siento.	1	2	3	4	5
12.	Normalmente conozco mis sentimientos sobre las personas.	1	2	3	4	5
13.	A menudo me doy cuenta de mis sentimientos en diferentes situaciones.	1	2	3	4	5
14.	Siempre puedo decir cómo me siento.	1	2	3	4	5
15.	A veces puedo decir cuáles son mis emociones.	1	2	3	4	5
16.	Puedo llegar a comprender mis sentimientos.	1	2	3	4	5
17.	Aunque a veces me siento triste, suelo tener una visión optimista.	1	2	3	4	5

18.	Aunque me sienta mal, procuro pensar en cosas agradables.	1	2	3	4	5
19.	Cuando estoy triste, pienso en todos los placeres de la vida.	1	2	3	4	5
20.	Intento tener pensamientos positivos aunque me sienta mal.	1	2	3	4	5
21.	Si doy demasiadas vueltas a las cosas, complicándolas, trato de calmarme.	1	2	3	4	5
22.	Me preocupo por tener un buen estado de ánimo.	1	2	3	4	5
23.	Tengo mucha energía cuando me siento feliz.	1	2	3	4	5
24.	Cuando estoy enfadado intento cambiar mi estado de ánimo.					

La atención emocional se calcula sumando los ítems del 1 al 8, la claridad emocional con los ítems del 9 al 16 y la reparación de las emociones del 17 al 24. Las puntuaciones serán las siguientes:

Tabla: *evaluación del TMMS-24 (Salovey, Mayer, Goldman, Turvey y Palfai, 1995)*

Atención	Puntuaciones hombres	Puntuaciones mujeres
Debe mejorar su atención, presta poca atención	<21	<24
Adecuada atención	22 a 32	25 a 35
Debe mejorar su atención, presta demasiada atención	>33	>36

Tabla: *evaluación del TMMS-24 (Salovey, Mayer, Goldman, Turvey y Palfai, 1995)*

Claridad	Puntuaciones hombres	Puntuaciones mujeres
Debe mejorar su claridad	<25	<23
Adecuada claridad	26 a 35	24 a 34
Excelente claridad	>36	>35

Tabla: *evaluación del TMMS-24 (Salovey, Mayer, Goldman, Turvey y Palfai, 1995)*

Reparación	Puntuaciones hombres	Puntuaciones mujeres
Debe mejorar su reparación	<23	<23
Adecuada reparación	24 a 35	24 a 34
Excelente reparación	>36	>35

**ANEXO 3: Tabla con los resultados de las pruebas aplicadas**

Sujeto	Interpersonal	Intrapersonal	Atención	Claridad	Reparación	Nota media (rend.)
1	Alto (8,5)	Alto (8,5)	Adecuada (27)	Excelente (37)	Excelente (38)	7.2
2	Medio-alto (8)	Medio-alto (7)	Adecuada (28)	Excelente (36)	Adecuada (29)	8.1
3	Alto (9)	Medio-alto (7,5)	Adecuada (25)	Adecuada (32)	Adecuada (26)	7.1
4	Medio-alto (7)	Medio (6)	Adecuada (34)	Adecuada (31)	Adecuada (26)	6.7
5	Alto (9,5)	Alto (9)	Adecuada (31)	Excelente (37)	Excelente (36)	7.5
6	Alto (9)	Medio-alto (8)	Adecuada (27)	Adecuada (26)	Adecuada (29)	7.4
7	Medio-alto (7,5)	Medio-alto (6,5)	Adecuada (31)	Adecuada (29)	Adecuada (32)	6.2
8	Medio-bajo (3,5)	Medio-bajo (4)	Adecuada (25)	Mejorar (21)	Adecuada (24)	5.2
9	Medio (5)	Medio-bajo (3,5)	Adecuada (25)	Adecuada (24)	Mejorar (19)	4.5
10	Medio (6)	Medio (5,5)	Adecuada (26)	Adecuada (28)	Adecuada (25)	6.2
11	Medio-alto (8)	Medio (6)	Adecuada (34)	Excelente (39)	Excelente (36)	8.2
12	Medio-alto (6,5)	Medio (5)	Adecuada (27)	Adecuada (25)	Adecuada (24)	5.1
13	Alto (9,5)	Medio-alto (8)	Adecuada (33)	Excelente (38)	Adecuada (31)	8.1
14	Alto (9)	Medio (6)	Adecuada (34)	Excelente (39)	Adecuada (33)	7.4
15	Medio-alto (6,5)	Medio-bajo (4)	Adecuada (28)	Adecuada (27)	Adecuada (23)	6.2
16	Medio-bajo (3)	Medio-bajo (2,5)	Adecuada (25)	Mejorar (22)	Mejorar (19)	4.7
17	Medio-bajo (3,5)	Medio-bajo (3)	Poca (20)	Mejorar (21)	Mejorar (18)	4.5
18	Medio-alto (7,5)	Medio (6)	Adecuada (35)	Adecuada (32)	Adecuada (25)	7.5
19	Medio-bajo (4)	Medio-bajo (3)	Poca (23)	Adecuada (26)	Mejorar (21)	5.7
20	Alto (9)	Alto (8,5)	Adecuada (34)	Excelente (37)	Adecuada (32)	7.1
21	Bajo (2)	Bajo (2)	Poca (20)	Mejorar (18)	Mejorar (16)	4.2

Relación entre la inteligencia emocional y el rendimiento académico en segundo de primaria.

<b>22</b>	Medio-bajo (4)	Bajo (2)	Poca (21)	Adecuada (24)	Mejorar (18)	6.7
<b>23</b>	Alto (9,5)	Medio-alto (8)	Adecuada (35)	Excelente (39)	Excelente (37)	8.7
<b>24</b>	Medio (5)	Bajo (2)	Adecuada (26)	Adecuada (25)	Mejorar (22)	5.2
<b>25</b>	Medio (6)	Medio-alto (6,5)	Adecuada (34)	Excelente (38)	Adecuada (29)	7.7
<b>26</b>	Bajo (2)	Bajo (2)	Adecuada (25)	Mejorar (21)	Mejorar (20)	4.6
<b>27</b>	Alto (8,5)	Medio (6)	Adecuada (35)	Excelente (38)	Adecuada (32)	8.2

## **ANEXO 4: FICHA 1**

### **"YO SOY ASÍ"**

#### **Datos personales**

(Nombre, apellidos, domicilio, lugar de residencia, lugar de nacimiento, edad,...).

#### **Características de personalidad**

(Reservado, abierto, tranquilo, seguro, astuto, despreocupado,...).

#### **Aficiones**

(Leer, pasear, algún deporte,...).

## **ANEXO 5: FICHA 2**

<b>PREGUNTA: ¿Cómo crees que se sentirán las personas que se encuentran en estas situaciones?</b>	
<b>SITUACIÓN</b>	<b>EMOCIONES</b>
<b>No invitas a un amigo a tu fiesta de cumpleaños.</b>	
<b>Le regalas a tu hermano un juguete que siempre había querido.</b>	
<b>Pierdes el coche favorito de tu amigo.</b>	
<b>Ayudas a un amigo a prepararse un examen muy difícil.</b>	

## ANEXO 6: FICHA 3

A ctor	Acti- tud aser- tiva	Acti- tud no asertiva	¿Qué actitud refleja?							Emociones posibles del afectado				
			Agre- siva	Eva- siva	Iró- nica	Indife- rente	Inco- herente	Des- honesta	Tris- teza	Ale- gría	En- fado	Ver- güenza	Mi- edo	Sor- presa
1														
2														
3														
4														
5														
6														
7														
8														
9														

## **ANEXO 7: FICHA 4**

<b>SITUACIÓN:</b>	
<b>Pregunta</b>	<b>Respuesta</b>
<b>¿Cómo te sientes?</b>	
<b>¿Por qué te sentías así?</b>	
<b>¿Pensaste alguna solución? ¿Cuál?</b>	
<b>¿A quién pensaste pedir ayuda?</b>	
<b>¿Quién te ayudó?</b>	
<b>¿Cómo lo hizo?</b>	
<b>¿Cómo te sentiste al final?</b>	



Relación entre la inteligencia emocional y el rendimiento académico en segundo de primaria.