UNIVERSIDAD NACIONAL DE EDUCACIÓN - UNAE

Carrera de

Educación Básica - Presencial

Itinerario Académico en: Educación General Básica

Guía para el fortalecimiento de la Inteligencia emocional de los docentes de Educación General Básica del cantón Biblián

Autora:

Laura Aracely Romero Leon

Azogues - Ecuador

Septiembre, 2025

UNIVERSIDAD NACIONAL DE EDUCACIÓN - UNAE

Trabajo de Titulación

Modalidad

Propuesta de Innovación Pedagógico - Curricular

Autor:
Laura Aracely Romero Leon

Trabajo de Titulación previo a la obtención del título de Licenciado/a en Ciencias de la Educación Básica

Docente Tutor	Ricardo Enrique Pino Torrens
CÓDIGO ORCID	https://orcid.org/0000-0001-9576-1264
Docente Cotutora	Graciela de la Caridad Urias Arbolaez

CÓDIGO ORCID	https://orcid.org/0000-0001-5927-3351

TODA LA INFORMACIÓN EXPRESA EN EL PRESENTE TRABAJO DE TITULACIÓN ES DE ABSOLUTA RESPONSABILIDAD DEL AUTOR Y TUTOR Y SE ENCUENTRA DEBIDAMENTE AUTORIZADA PARA SU CORRESPONDIENTE PUBLICACIÓN

AGRADECIMIENTOS Y/O DEDICATORIAS

¨Encomienda al Señor tú camino, confía en él, y él actuará¨. Salmo 37,5

Principalmente, quiero agradecer a Dios quien ha sido mi centro en todo este largo camino, que no ha sido nada fácil, por llenarme principalmente de sabiduría, de paciencia en los momentos difíciles, además de confianza y fe de que todo es posible al poder cumplir esta meta importante en mi vida. Quiero agradecer a mis padres Katherine y Enrique, que siempre confiaron en mí desde el inicio, que me apoyaron en todo momento y que nunca me dejaron sola aun cuando quise rendirme, gracias por sus consejos y por darme valor en los momentos difíciles. Por enseñarme a ser fuerte y seguir adelante a pesar de las circunstancias, sin su apoyo nada hubiera sido posible.

Como no agradecer a mis dos abuelitos Laura y Bolívar, quienes fueron los primeros en incentivarme a estudiar esta carrera y ser una profesional, por ustedes es que estoy aquí, dando lucha desde el inicio hasta el final. Gracias por los consejos, gracias por darme valor y fuerza para seguir, principalmente por enseñarme a pedir a Dios y encomendarme en él y dejar todo en sus manos, para que las cosas se den como tanto esperaba. También quiero agradecer a mis hermanos Bolívar y Katherin, quienes estuvieron en este largo camino, preocupados, preguntándome como van las cosas, dándome valor y palabras de aliento para seguir y que, vean en mí ese ejemplo de constancia y lucha teniendo en cuenta que todo es posible. Por último, como no agradecer a mis dos tutores por el apoyo y comprensión en el desarrollo del trabajo de titulación, de todo corazón gracias por su ayuda.

Y sin duda, va dedicado a mi ángel que está en el cielo, cuanto hubiera querido que este aquí, pero esta va por usted mi papito Bolo, sé que me ha apoyado y ha cuidado de mi en estos momentos. En donde quiera que este, gracias por todo, por usted llegue hasta aquí, a veces las cosas no son como uno quiere, pero sé que está orgulloso de mi, al poder culminar esta meta importante en mi vida, un abrazo al cielo.

Laura Aracely Romero Leon

RESUMEN

La presente investigación nació en el contexto de las prácticas preprofesionales (PP) realizadas durante séptimo, octavo y noveno ciclo en una institución educativa situada en el cantón Biblián, donde se evidenció la necesidad de fortalecer la inteligencia emocional de los docentes. Se propone diseñar una guía práctica para el fortalecimiento de la Inteligencia emocional de los docentes. La metodología de la investigación se enmarca en un enfoque cualitativo y bajo el diseño de investigación-acción, lo que permitió comprender a profundidad la problemática y fortalecer el contexto educativo. Las técnicas e instrumentos utilizados fueron: observación no participante, entrevista estructurada, diario de campo y grupo focal; e instrumentos como guía de observación, guía de entrevista estructurada, guía de preguntas para discusión grupal, el Test TMMS-24, aplicado a la población de 18 docentes de la institución. Se constató en los docentes dificultades relacionadas con la inteligencia emocional, en especial en criterios como: la percepción emocional, la comprensión de sentimientos y la regulación emocional. Para solucionar el problema se diseñó una propuesta basada en una guía de fortalecimiento con sesiones de trabajo. Se implementó la guía en 6 sesiones con actividades organizadas a partir de los resultados alcanzados en el diagnóstico inicial y la adaptación del modelo de Mayer y Salovey. Los resultados obtenidos evidenciaron el fortalecimiento en la percepción, la comprensión y la regulación emocional. Las sesiones fueron de mucha ayuda, según expresan los docentes, tanto en su vida personal como en la profesional.

PALABRAS CLAVES: Docente, inteligencia emocional, guía.

ABSTRACT

This research arose in the context of pre-professional internships (PP) carried out during the seventh, eighth, and ninth cycles at an educational institution located in the Biblián canton, where the need to strengthen teachers' emotional intelligence became evident. The aim is to design a practical guide for strengthening teachers' emotional intelligence. The research methodology was based on a qualitative approach and action research design, which allowed for an in-depth understanding of the problem and strengthened the educational context. The techniques and instruments used were: non-participant observation, structured interviews, field diaries, and focus groups; and instruments such as observation guides, structured interview guides, question guides for group discussion, and the TMMS-24 test, applied to a population of 18 teachers at the institution. Teachers were found to have difficulties related to emotional intelligence, especially in criteria such as emotional perception, understanding of feelings, and emotional regulation. To solve the problem, a proposal was designed based on a strengthening guide with work sessions. The guide was implemented in six sessions with activities organized based on the results achieved in the initial diagnosis and the adaptation of Mayer and Salovey's model. The results obtained showed strengthening in perception, understanding, and emotional regulation. According to the teachers, the sessions were very helpful, both in their personal and professional lives.

KEYWORDS: Teacher, emotional intelligence, guidance.

Índice

1. Introducción 11
2. Planteamiento del problema 12
3. Justificación 12
3.1 Pregunta de investigación 13
4. Objetivos 13
4.1 Objetivo general 13
4.2 Objetivos específicos 14
5. Marco teórico 14
5.1 Antecedentes 14
5.2 Definición y modelos de la inteligencia emocional 21
5.2.1 Modelo de las 4 ramas de Mayer y Salovey 22
5.3 Inteligencia emocional en el desempeño profesional docente 31
5.4 Guía para el fortalecimiento de los docentes en inteligencia emocional 33
6. Marco metodológico 34
6.1 Paradigma 34
6.2 Enfoque 35
6.3 Diseño 36
6.4 Técnicas de recolección de datos 38
6.4.1 Observación no participante 38
6.4.2 Test TMMS-24 38
6.4.3 Entrevista estructurada 39
6.4.4 Diario de Campo 39
6.4.5 Grupo focal 39
6.5 Instrumentos de investigación 40
6.5.1 Guía de observación 40
6.5.2 Cuestionario 40
6.5.3 Guía de entrevista 41
6.5.4 Guía de análisis de documentos 41
6.5.5 Guía de preguntas para discusión grupo focal 41
6.6 Participantes del estudio 41

6.7 Operacionalización de la inteligencia emocional 42
6.8 Análisis de resultados del diagnóstico inicial 48
6.9 Triangulación de la información 70
7. Propuesta 84
7.1 Título de la guía 84
7.2 Descripción del contenido 84
7.3 Objetivo general de la guía 85
7.4 Guía de fortalecimiento y sesiones de trabajo 85
7.4.1 Sesión 1 88
7.4.2 Sesión 2 91
7.4.3 Sesión 3 94
7.4.4 Sesión 4 98
7.4.5 Sesión 5 101
7.4.6 Sesión 6 106
7.5 Evaluación: heteroevaluación, autoevaluación, coevaluación en el proceso 109
7.6 Bibliografía de referencia de la guía 114
7.7 Anexos de la guía 114
7.8 Análisis de resultados de la aplicación de la guía 115
7.8.1 Sesión 1 Introducción al tema 115
7.8.2 Sesión 2 Percepción emocional 118
7.8.3 Sesión 3 Facilitación emocional 121
7.8.4 Sesión 4 Comprensión emocional 124
7.8.5 Sesión 5 Regulación emocional 127
7.8.6 Sesión 6 Grupo focal 130
7.9 Evaluación de la aplicación de la guía 132
8. Conclusiones y recomendaciones 135
8.1 Recomendaciones 135
9. Referencias 138
10. Anexos 143

Índice de tablas

Tabla 1. Operalización 43
Tabla 2. Resultado de la Observación no participante 48
Tabla 3. Cuestionario aplicado en docentes para el diagnóstico inicial 52
Tabla 4. Guía de entrevista 57
Tabla 5. Guía de análisis de documentos diario de campo de 7mo ciclo 59
Tabla 6. Guía de análisis de documentos diario de campo de 9no ciclo 65
Tabla 7. Triangulación categoría de análisis 1 71
Tabla 8. Triangulación categoría de análisis 2 72
Tabla 9. Triangulación categoría de análisis 3 73
Tabla 10. Triangulación categoría de análisis 4 75
Tabla 11. Matriz de categorías para el análisis cualitativo. 76
Tabla 12. Matriz de planificación 85
Tabla 13. Sesión 1: Introducción al tema 88
Tabla 14. Sesión 2: Percepción emocional 91
Tabla 15. Sesión 3: Facilitación emocional 94
Tabla 16. Sesión 4: Comprensión emocional 98
Tabla 17. Sesión 5: Regulación emocional 101
Tabla 18. Sesión 6: Grupo focal 106
Tabla 19. Sesión 1: Ficha de autoevaluación 109
Tabla 20. Sesión 2: Ficha de autoevaluación 110
Tabla 21. Sesión 3: Ficha de heteroevaluación 111
Tabla 22. Sesión 4: Ficha de autoevaluación 112
Tabla 23. Sesión 5: Ficha de autoevaluación 113
Tabla 24. Evaluación de la aplicación de la guía práctica para el fortalecimiento de la inteligencia emocional en los docentes 132

Índice de figuras

Figura 1. Sesión 1: Introducción al tema 115
Figura 2. Análisis de ficha de autoevaluación 117
Figura 3. Sesión 2: Percepción emocional 118
Figura 4. Análisis de ficha de autoevaluación 120
Figura 5. Sesión 3: Facilitación emocional 121
Figura 6. Análisis de ficha de heteroevaluación 123
Figura 7. Sesión 4: Comprensión emocional 124
Figura 8. Análisis de ficha de autoevaluación 126
Figura 9. Sesión 5: Regulación emocional 127
Figura 10. Análisis de ficha de autoevaluación 130
Figura 11. Sesión 6: Grupo focal 130

1. Introducción

El estudio de la inteligencia emocional en los docentes es importante debido al impacto que tiene en su ejercicio profesional y dentro del aula de clases. Los docentes no solo facilitan el aprendizaje de conocimiento y habilidades de sus estudiantes, también las actitudes y valores de sus estudiantes y sus propias actitudes y emociones en situaciones que ocurren e influyen en el clima escolar, en el rendimiento académico y en el propio bienestar del docente. Promover el fortalecimiento de la inteligencia emocional en los docentes no solo contribuye a un buen proceso de formación de los estudiantes, sino que también fortalece la capacidad de los docentes para poder actuar de manera positiva en los diferentes desafíos que diariamente se les presentan dentro de su práctica profesional.

La presente investigación se centra en la determinación y justificación de un problema real del contexto educativo y la búsqueda de la solución en la elaboración de una guía para el fortalecimiento de la inteligencia emocional de los docentes. En una Unidad Educativa del cantón Biblián, se identificaron dificultades y retos significativos relacionados con el fortalecimiento emocional entre los docentes que facilitan clases en diferentes niveles de educación básica. Estas dificultades se han evidenciado específicamente a través de prácticas pre profesionales en 7mo, 8no y 9no que requieren mayor atención a la gestión emocional, la comunicación asertiva y la creación de entornos de aprendizaje positivos.

Por lo que este estudio tiene como propósito diseñar una guía para el fortalecimiento de la inteligencia emocional de los docentes de Educación General Básica. Se parte de un diagnóstico inicial que permite comprender las necesidades de los sujetos estudiados. El estudio se enmarca en un enfoque cualitativo, tipo de investigación aplicada y un diseño de investigación-acción, lo que permite no solo comprender la realidad educativa, sino también intervenir de forma reflexiva y participativa.

Abordar este tema en el contexto del cantón Biblián resulta crucial, ya que las dinámicas sociales y culturales de la región demandan estrategias educativas que respondan a las necesidades locales y promuevan un desarrollo integral. Asimismo, fortalecer la inteligencia emocional en los docentes es una vía para mejorar la calidad educativa, reducir el estrés laboral y fomentar un ambiente positivo. Esta investigación se suscribe a la línea de investigación ¨Formación integral y desarrollo profesional docente¨ guiando la presente investigación hacia el fortalecimiento de la inteligencia emocional en los docentes.

2. Planteamiento del problema

En la actualidad, dentro del ámbito educativo no solamente se exige el desarrollo de las competencias académicas, también se destaca la importancia del rol que adquiere el docente en el fortalecimiento de la inteligencia emocional dentro de su desempeño profesional. Su desempeño implica, entre otros factores, el manejo tanto de las emociones propias, como las de los demás, lo que facilita las relaciones dentro del entorno. (Costa et. al, 2021) En este sentido los autores Velásquez-Pérez et. al (2023) mencionan “La inteligencia emocional se define como la capacidad el individuo de gestionar inteligentemente sus emociones” (p. 5), por lo que la inteligencia emocional resulta fundamental en el quehacer educativo, puesto que influye en la convivencia escolar, el ambiente del aula, el bienestar en el contexto educativo, entre otros.

Por lo anterior la situación problemática se constituye dentro del tema de la inteligencia emocional, pues se resalta la necesidad de su fortalecimiento. En el contexto observado se han identificado algunas dificultades en el manejo y gestión de las emociones ante diferentes situaciones que producen o generan, dentro del contexto educativo. Asimismo, esta situación puede incidir en el desarrollo de un ambiente positivo en el aula, también en los vínculos y el bienestar, tanto del docente como en el de los demás actores implicados en la actividad institucional escolar.

La investigación nace de la práctica pre profesional desarrollada en una Unidad Educativa ubicada en el cantón Biblián. La institución funciona en jornada matutina, con un total de 420 estudiantes que forman parte de la institución con la oferta educativa de Educación General Básica de subnivel elemental y medio que comprende de primero a séptimo de básica, en cuanto al personal docente son un total de 18 docentes. Este estudio se llevó a cabo durante las prácticas de séptimo, octavo y noveno ciclo.

Se plantea la necesidad de desarrollar una investigación la cual permita analizar la problemática evidenciada con el fin contribuir al fortalecimiento de la inteligencia emocional de los docentes. Abordar este estudio responde a una lógica de investigación que implica la revisión teórica, el diagnóstico y el proceso de intervención. Esta investigación se suscribe a la línea institucional “Formación integral y desarrollo profesional docente”.

3. Justificación

La elección al tema a investigar surge de las experiencias recogidas durante las prácticas preprofesionales, en donde se pudo observar que algunos docentes, especialmente dentro del

aula, enfrentan ciertas dificultades relacionadas con el manejo y gestión de las emociones, estas observaciones son las que sugieren la necesidad de trabajar en el fortalecimiento de la inteligencia emocional de los docentes, con la finalidad de contribuir al bienestar profesional y de la institución.

Con el objeto de fortalecer la inteligencia emocional de los docentes, se propone la planificación y aplicación de sesiones, por ello se organiza una guía práctica para el fortalecimiento la Inteligencia emocional de los docentes que contiene actividades elaboradas en base, principalmente, de la revisión y aplicación del Modelo de Mayer y Salovey (1990), así como del análisis de resultados del diagnóstico inicial.

La implementación de las sesiones seguirá los principios de la investigación-acción, las prácticas son el medio que permite identificar la situación que se desea investigar, con el objetivo de mejorar el contexto de los sujetos participantes. Lo que no solo beneficia a los docentes, también al contexto educativo promoviendo buenas relaciones interpersonales en el contexto escolar.

La investigación fue viable, debido a que se contó con la apertura a la institución, en donde se realizaron las prácticas preprofesionales permitiendo observar la problemática abordada. También se contó con la colaboración y la disposición de los docentes, quienes fueron la pieza clave en el desarrollo de esta investigación. Su aplicación no requirió de recursos económicos de alto costo, pues se contó con el espacio y el uso de los recursos existentes dentro de la institución y los que como investigadora utilicé. El único factor que en cierta medida interfirió fue el tiempo, fue difícil lograr que los docentes se reunirán debido a que seguían aún en clases y no podían dejar a los estudiantes solos en el aula, sin embargo, no fue limitante para desarrollar las sesiones con los docentes a final del año lectivo.

3.1 Pregunta de investigación

¿Cómo la implementación de una guía práctica fortalecerá la Inteligencia emocional de los docentes de Educación General Básica del cantón Biblián?

4. Objetivos

4.1 Objetivo general

Diseñar una guía práctica para el fortalecimiento de la Inteligencia emocional de los docentes de Educación General Básica del cantón Biblián.

4.2 Objetivos específicos

- Fundamentar la importancia del manejo y gestión emocional en las instituciones educativas desde la teoría de la inteligencia emocional
- Identificar el estado actual de la Inteligencia emocional de los docentes mediante la aplicación del test TMMS-24, analizando las dimensiones de percepción emocional, comprensión de sentimientos y regulación emocional.
- Diseñar y estructurar actividades basadas en la teoría de la inteligencia emocional: percepción, facilitación, comprensión y regulación emocional.
- Implementar la guía práctica para el fortalecimiento de la Inteligencia emocional de los docentes de la Educación General Básica.
- Evaluar la implementación de la guía práctica para el fortalecimiento de la Inteligencia emocional de los docentes de la Educación General Básica.

5. Marco teórico

El presente marco teórico tiene como finalidad fundamentar teóricamente la investigación en relación al tratamiento de la inteligencia emocional, tanto en sus antecedentes, proyección actual, fortalecimiento y la explicación del modelo de Mayer y Salovey, su sustentación teórica, definiciones y dimensiones que permiten comprender la concepción de este trabajo desde un enfoque científico. También se analiza en este capítulo la relevancia de la inteligencia emocional en los docentes.

5.1 Antecedentes

Es importante presentar una revisión de los antecedentes relacionados con el tema objeto de estudio. Estos aportes permiten evidenciar cómo se han abordado las problemáticas en diferentes contextos e identificar los hallazgos más importantes. Los aportes internacionales, regionales y nacionales ayudan a fortalecer la fundamentación teórica.

Aportes Internacionales

En España, Ruiz-Melero et al. (2023), desarrolló su estudio sobre el Conocimiento y percepción emocional en una muestra de futuros docentes con el objetivo de evaluar el nivel de inteligencia emocional de los estudiantes que se forman como maestros. La investigación adoptó un diseño cuantitativo, no experimental de carácter descriptivo. Para la recolección de datos se emplearon dos instrumentos: un cuestionario diseñado ad hoc y el test TMMS-24. Se incluyó una muestra de 183 estudiantes de dos universidades en formación de Educación Infantil y Educación

Primaria, con edades comprendidas entre los 18 y los 56 años. Los datos recolectados fueron analizados mediante el programa estadístico SPSS, versión 24 para Windows.

Los resultados del test TMMS-24, que evalúan las dimensiones de Atención, Claridad y Reparación emocional, revelaron que los participantes obtuvieron la media más alta en la dimensión de Atención emocional. Asimismo, se destacó un rendimiento significativo en la variable Actitud emocional, mientras que la dimensión de Comprensión emocional presentó la media más baja. Estos hallazgos subrayan la importancia de la inteligencia emocional como una habilidad fundamental para los futuros docentes, ya que no solo contribuye a su propio aprendizaje, sino que también facilita la comprensión y el desarrollo emocional en sus estudiantes.

Estos autores mencionan que la aplicación del test TMMS-24 destaca un valor significativo para evaluar las dimensiones de atención, claridad y reparación emocional en los docentes, lo cual es significativo para la presente investigación dado que muestra la forma de utilizar el test TMMS-24, empleado en el presente trabajo, así como la consideración de la inteligencia emocional como una habilidad fundamental para que los docentes mejoren su actividad en los procesos de aprendizaje, así como facilitar la comprensión de sus propias emociones y de los demás.

Por su parte García (2021), llevó a cabo una investigación en Madrid centrada en la competencia emocional de los maestros de educación infantil y primaria, explorando las fuentes de variabilidad y sugerencias de mejora, se realizó mediante el uso del test TMMS-24, compuesto por 24 ítems distribuidos en tres dimensiones principales: Atención emocional, Claridad emocional y Reparación emocional. El estudio fue un diseño no experimental, de tipo descriptivo, comparativo y correlacional, el instrumento fue aplicado a una muestra de 296 docentes de Educación Infantil y Primaria, analizando los datos en función de la identidad de género.

En cuanto a los resultados, los docentes obtuvieron una puntuación media en las dimensiones de Claridad emocional y Reparación emocional, mientras que la dimensión de Atención emocional registró las puntuaciones más altas. El autor sugiere que futuras investigaciones deberían centrarse en la evaluación y mejora de la competencia emocional en los docentes, con el objetivo de alcanzar perfiles que reflejan un mayor desarrollo de esta competencia. Fortalecer la inteligencia emocional no solo aporta beneficios significativos a nivel personal, sino que también repercute positivamente en la vida profesional de los educadores.

Contribuye a la presente investigación porque se centra en la competencia emocional de los maestros de educación infantil y primaria, que son subniveles donde se desarrolla la presente investigación, propone fuentes de variabilidad y sugerencias de mejora, mediante el uso del test TMMS-24, que también se realiza en el trabajo presente, destacando la urgencia de indagar en el ámbito de la inteligencia emocional en los docentes, sin embargo, el trabajo de García (2021) se centra en el tema de género, lo cual no es prioridad de análisis para este.

Báez et al. (2019), llevaron a cabo una investigación en el contexto español, sobre la inteligencia emocional (IE) y el liderazgo en los docentes. El estudio se desarrolló utilizando dos instrumentos principales: un cuestionario de autorregistro, el TMMS-24 que mide las dimensiones de percepción, comprensión y regulación emocional y el MLQ-5X, que evalúa los estilos de liderazgo. Este diseño de investigación fue de carácter descriptivo y transversal, lo que permitió explorar las relaciones entre las variables en un momento determinado. Los instrumentos fueron aplicados a una muestra de 160 docentes de diversas áreas de enseñanza, procedentes de 137 centros educativos en toda España.

Dentro de los resultados obtenidos mencionan que solo dos dimensiones fueron las más valoradas por parte de los docentes en primer lugar, la regulación emocional, seguida de la comprensión emocional, mientras que la percepción emocional fue la menos destacada. Los autores subrayan que el autoconocimiento es esencial para que los individuos puedan gestionar y controlar sus emociones, lo que favorece la adopción de prácticas saludables tanto a nivel personal como profesional. Finalmente, los investigadores concluyen que los instrumentos utilizados son altamente adecuados para evaluar la inteligencia emocional y los estilos de liderazgo en los docentes.

Este trabajo incursiona en las dimensiones percepción, comprensión y regulación emocional, ámbito en el cual también transita el presente trabajo de integración curricular, muestra un camino metodológico donde se emplean varios instrumentos de diagnóstico lo cual es orientador, no obstante, los autores se dirigen a indagar fundamentalmente sobre los estilos de liderazgo, lo cual no se asume en esta investigación.

Aguayo-Muela y Aguilar-Luzón (2017), como las anteriores investigaciones referenciadas la presente también se desarrolla en España, se centra en resultados de investigación relacionados con la Inteligencia Emocional en docentes españoles. Este estudio se basa en el análisis de 16 artículos que incluyen muestras de docentes en los que miden la inteligencia emocional. Los resultados de la investigación fueron estructurados en función de los instrumentos de medición

utilizados en los estudios revisados, destacando entre ellos el TMMS-24, un cuestionario de 24 ítems que evalúa tres dimensiones: Atención emocional, Claridad emocional y Reparación emocional, con 8 ítems asignados a cada dimensión.

En cuanto al análisis de los resultados, los autores observaron que el TMMS-24 es el instrumento más utilizado por los investigadores españoles, debido a su practicidad y brevedad. Este test ha sido ampliamente aplicado en docentes de Educación Infantil y Primaria, así como en otros niveles educativos. Los autores destacan que el desarrollo de la inteligencia emocional se ha consolidado como un elemento clave para el desarrollo profesional de los docentes. Además, subrayan la importancia de medir la inteligencia emocional de los educadores, según la mayoría de los estudios revisados, es crucial implementar programas formativos que aborden los aspectos emocionales.

A diferencia de las anteriores el trabajo precedente es un estudio de artículos que abordan la problemática de la inteligencia emocional y que trabaja las mismas tres dimensiones atención, claridad y reparación emocional, aportando resultados valiosos para comprender la significación e impacto en la formación y desempeño de docentes de educación infantil y primaria que corresponde al mismo espectro profesional que se trabaja en el presente Trabajo de integración curricular (TIC) y aporta una revisión sistemática sobre el mismo objeto de estudio y contexto de docentes en ejercicio que orienta el presente trabajo desde la perspectiva teórica.

Aportes Regionales

En Chile, Valenzuela-Zambrano et al. (2021) dentro de su estudio centrado en la inteligencia emocional de docentes de la provincia de Concepción, se ejecutó utilizando el instrumento TMMS-24 para evaluar las dimensiones de Atención, Claridad y Reparación emocional. Este estudio descriptivo y cuantitativo, que incluyó la participación de 110 profesores de Educación Básica y Media, se llevó a cabo mediante un formato digital en la plataforma Google Forms y se analizó el programa Statistical Package for the Social Sciences (SPSS) en su Versión 20 para el análisis de resultados.

En relación a los resultados, estos revelaron un manejo emocional escaso entre los docentes, destacando la Atención emocional como la dimensión más limitada, seguida de la Claridad y la Reparación emocional. Al evidenciar un bajo nivel de inteligencia emocional por parte de los docentes estos hallazgos subrayan la necesidad de implementar estrategias de capacitación y

formación en inteligencia emocional para los docentes, resaltando su impacto en el desarrollo profesional y en la calidad del proceso formativo y afectivo en el aula.

Los autores mencionan que existe un escaso manejo emocional identificado mediante la aplicación del test TMMS-24 en los docentes. Por lo que se destaca el uso del test, que ha sido utilizado dentro del presente trabajo. Los resultados han aportado valiosos hallazgos que han permitido comprender su impacto en el desempeño de los docentes no solo de educación básica, que corresponde al mismo espectro profesional que se trabaja en el presente estudio, sino también de educación media. Además, al determinar un bajo nivel de inteligencia emocional recomiendan que se desarrollen estrategias de capacitación para la formación de la misma en los docentes de las instituciones, puesto que tienen un gran impacto en la calidad del proceso formativo.

Costa-Rodriguez et al. (2021) realizaron un estudio en Chile centrado en docentes emocionalmente inteligentes. Destacan la importancia de la Inteligencia Emocional para la aplicación de la Educación Emocional en la práctica pedagógica de aula, se basó en una revisión bibliográfica partiendo de un enfoque cualitativo y descriptivo de procesamiento documental. Se realizó el análisis, consulta y revisión de trabajos de autores reconocidos con más de 10 años de trayectoria en la Inteligencia emocional y en la educación emocional. Teniendo en cuenta la importancia de incluir esta temática en la formación docente.

En relación a los resultados obtenidos se destaca la relevancia de la inteligencia emocional en los docentes para así mejorar los procesos de enseñanza-aprendizaje, poder entender a sus estudiantes y crear un ambiente positivo en aula. Al igual que integrar la educación emocional en la formación de los docentes, puesto que les permitiría contar con las herramientas suficientes para enseñar y fomentar el desarrollo emocional en el aula. También influye en su bienestar personal y social, teniendo en cuenta que la inteligencia emocional es esencial dentro de la educación.

A diferencia del anterior, el trabajo precedente es una revisión de trabajos de autores reconocidos con más de 10 años de trayectoria en la inteligencia emocional y la educación emocional. Siendo un gran aporte para el presente trabajo enfocado en la inteligencia emocional, sus hallazgos realizados resaltan aspectos importantes como la mejora en los procesos de enseñanza-aprendizaje, crear ambientes positivos en el aula, como también que influyen en su bienestar personal y social. Esto aporta principalmente con el objeto de estudio y resalta la importancia de la inteligencia emocional en los docentes.

Aportes Nacionales

Pincay-Aguilar et al. (2018), en su artículo realizado en Milagro-Guayas titulado Inteligencia emocional en el desempeño docente, destaca que la inteligencia emocional es un factor esencial en el desarrollo integral de las personas. La investigación tuvo un diseño transversal y se aplicó a una muestra de 150 docentes, con edades comprendidas entre los 25 y 69 años. Para evaluar la inteligencia emocional de los docentes, se empleó el test Trait Meta-Mood Scale (TMMS-24), que consta de 24 ítems. Por otro lado, la medición del desempeño docente se basó en los datos proporcionados por el departamento de evaluación de la institución participante.

El análisis de los resultados permitió evidenciar la relevancia de la inteligencia emocional en el ámbito educativo, especialmente para los docentes, ya que su desarrollo contribuye significativamente a establecer relaciones positivas con los estudiantes. Los autores subrayan que la inteligencia emocional es un pilar fundamental en los procesos de enseñanza-aprendizaje, ya que facilita el manejo adecuado de las diversas situaciones que se presentan en el aula, además de ser una herramienta eficaz para saber manejar diferentes aspectos negativos en lo laboral como la carga de trabajo y un inadecuado clima laboral, entre otros.

En este estudio, de igual manera se utilizó el test TMMS-24 para evaluar las dimensiones de atención, claridad y reparación emocional en los docentes, lo cual es significativo para la presente investigación dado que muestra la forma de utilizar el test TMMS-24, que se implementa con el objetivo de mejorar tanto su desempeño como la calidad del entorno educativo, lo cual es de interés para la presente TIC. También teniendo en cuenta que se maneja como una herramienta importante para que el docente sepa cómo actuar y manejar las diferentes situaciones que se dan en el contexto educativo, lo que proporciona un respaldo significativo para el presente trabajo.

Puente et al. (2023), en su artículo publicado en Quito titulado La importancia de la Inteligencia Emocional en la práctica Pedagógica de los Docentes de Educación General Básica, analizaron cómo la inteligencia emocional (IE) influye en la capacidad de los docentes para gestionar, comprender, reconocer y utilizar sus emociones de manera asertiva. Además, exploraron cómo los docentes responden a las diversas situaciones que surgen en el entorno educativo. El estudio se llevó a cabo con una muestra de 40 docentes de instituciones públicas en Quito, utilizando como instrumentos de recolección de datos una encuesta en línea y un análisis documental.

Esta es una problemática que también se evidencia en el diagnóstico realizado para el presente TIC, es decir, entre los hallazgos se evidencian una limitada capacitación en IE entre los docentes, lo que subraya la necesidad de implementar programas de formación específicos en este ámbito. Es una investigación realizada con 40 docentes, lo cual constituye un ejemplo metodológico más cercano a la experiencia que se describe en el presente Trabajo de integración curricular.

El análisis de los resultados pone de manifiesto la importancia del desarrollo de la inteligencia emocional en los docentes, quienes desempeñan un papel esencial dentro de las escuelas al guiar a los estudiantes en los procesos de enseñanza-aprendizaje. Además, para un desempeño profesional pedagógico efectivo, es crucial que los docentes cuenten con la capacidad de reconocer y gestionar tanto sus propias emociones como las de sus estudiantes, especialmente en situaciones complejas que puedan surgir en el aula. Los hallazgos también evidencian una limitada capacitación en IE entre los docentes, lo que subraya la necesidad de implementar programas de formación específicos en este ámbito.

Zambrano y Triviño-Sabando (2022), en artículo realizado en Portoviejo titulado La inteligencia emocional, fundamentos teóricos y su influencia en el ámbito educativo, abordan la relevancia de la inteligencia emocional en el ámbito educativo y su interés dentro de la comunidad científica. La investigación se centró en el profesorado de una Unidad Educativa en Portoviejo y adoptó un enfoque cualitativo con un diseño descriptivo. La recopilación de información se basó en la consulta de bases de datos académicas y en el uso de estrategias de búsqueda con términos relacionados al tema, lo que permitió realizar un análisis crítico de diversas teorías aplicadas al contexto docente.

En el análisis de los datos ofrecidos por las investigaciones y, los autores revelan avances empíricos y teóricos en torno a la inteligencia emocional que la posicionan como una herramienta importante para alcanzar un equilibrio emocional que contribuya a la mejora de la calidad educativa. Se subrayan que las escuelas y la sociedad actual están marcadas por una diversidad cultural significativa, por una interacción social con diferentes grados de complejidad, entre ellas, una sociedad que reconoce la importancia de las emociones para el aprendizaje, para la convivencia, para establecer proyectos profesionales y de vida, todo lo cual demanda la implementación de propuestas pedagógicas que promuevan el desarrollo y el fortalecimiento de la inteligencia emocional en los docentes. Es esencial para garantizar entornos educativos más

saludables y efectivos, donde las emociones se integren como un eje fundamental para el aprendizaje y toda la comunidad educativa.

A diferencia de los estudios anteriores, esta investigación aporta aspectos importantes al trabajo de integración curricular (TIC), puesto que basada en la recopilación de información sobre la inteligencia emocional han podido encontrar diferentes hallazgos significativos, que lo posicionan como una herramienta para un equilibrio emocional en la calidad educativa, reconocimiento de la importancia de la inteligencia emocional y la implementación de propuestas que impulsen el desarrollo y el fortalecimiento de la inteligencia emocional en los docentes. Por lo tanto, estos aportes son significativos, específicamente en el fortalecimiento guarda relación directa con lo planteado en este trabajo.

5.2 Definición y modelos de la inteligencia emocional

La inteligencia emocional es una definición que no solo abarca la capacidad de reconocer y gestionar nuestras propias emociones, sino que también involucra la habilidad para comprender y manejar las emociones de los demás. Los autores Mayer y Salovey (1990) definen lo siguiente ¨la inteligencia emocional como el subconjunto de la inteligencia social que implica la capacidad de controlar los sentimientos y emociones propias y ajenas, para discriminar entre ellos y utilizar esta información para guiar el pensamiento y acciones¨ (p. 5), además, subraya la importancia de la interrelación entre las emociones personales y las sociales, destacando cómo ambas dimensiones influyen mutuamente.

Se destaca la funcionalidad de las emociones al indicar que deben ser utilizadas como guías para el pensamiento y las acciones. Esto sugiere que las emociones no son elementos irracionales o desordenados, sino que deben ser gestionadas de manera consciente para tomar decisiones acertadas y actuar de manera efectiva. La inteligencia emocional, por lo tanto, no se limita a la autorregulación emocional, sino que implica un proceso reflexivo en el que las emociones son entendidas, procesadas y utilizadas para influir positivamente en el comportamiento. Este enfoque revalida las emociones como componentes clave en el razonamiento y la resolución de problemas, tanto a nivel personal como social.

La inteligencia emocional ha sido abordada desde diferentes modelos teóricos, como el que se destaca dentro de esta investigación que es el modelo propuesto por Mayer y Salovey, además existen otros aportes como el modelo mixto de Goleman y Bar-on. Dentro del modelo mixto Goleman (1995), menciona que la inteligencia emocional es lo que determina aquella capacidad de aprender sobre la conciencia de uno mismo, la autogestión, la conciencia social y

la capacidad para manejar las emociones, lo que requiere del desarrollo de algunas habilidades que son subyacentes a los principios fundamentales de la IE, en relación a la conciencia social y la gestión de las emociones.

En efecto, la inteligencia emocional es lo que permite a la persona principalmente a conocerse así mismo, partiendo de este conocimiento ser capaz de autogestionar sus emociones y el manejo de las mismas de esta forma, logra ser capaz de comprender las emociones de los demás. El autor Goleman (1995), incluye en su modelo las siguientes dimensiones: conocer las propias emociones, regular las emociones, motivarse uno mismo, reconocer las emociones de los demás y por último establecer relaciones.

Por otra parte, para el autor Bar-on (1997), la inteligencia emocional se considera como un conjunto de habilidades personales, emocionales y sociales que inciden en la adaptación y afrontamiento dentro del entorno. Este modelo se estructura de varios componentes y son los siguientes: el componente intrapersonal, el componente interpersonal, el componente de adaptabilidad, la gestión del estrés y estado de ánimo general. Mientras que, en el modelo de Mayer y Salovey, la inteligencia emocional para ellos, son las emociones las que ayudan a poder resolver problemas y también facilitan la adaptación al medio, por lo que en su modelo se establecen cuatro ramas que son la percepción, facilitación, comprensión y regulación emocional.

5.2.1 Modelo de las 4 ramas de Mayer y Salovey

El Modelo de Habilidades se fundamenta en dos concepciones clave acerca de la emoción. La primera, de carácter tradicional, considera a la emoción como un obstáculo para el pensamiento, generada por factores externos. En contraste, la concepción contemporánea destaca el papel fundamental de las emociones en el desarrollo cerebral, sugiriendo que son esenciales en el procesamiento de la información. Este enfoque contemporáneo no sólo ha influenciado la psicología, sino también campos como la inteligencia artificial, que ha comenzado a estudiar cómo integrar el componente emocional para mejorar los procesos de desarrollo y eficiencia (Fragoso, 2015, p. 9).

En el marco de las investigaciones contemporáneas sobre la emoción, se adopta un enfoque cognitivo y se desarrolla una teoría del procesamiento de la información que sostiene que la mente humana opera a través de tres esferas interrelacionadas: la cognición, el afecto y la motivación. La inteligencia, en este contexto, se entiende como la capacidad de coordinar diversas funciones cognitivas, como la memoria, el razonamiento, el juicio y la abstracción. Este modelo permite entender la inteligencia no solo como una capacidad intelectual, sino también

como una habilidad integrada que incluye tanto las capacidades mentales como las emocionales. (Salovey y Mayer, 1990, citado en Fragoso, 2015).

En cuanto a la esfera afectiva, esta abarca constructos como los sentimientos, las emociones y los estados de ánimo, los cuales están estrechamente relacionados con la capacidad de establecer metas y alcanzar logros. Esta esfera emocional incluye habilidades clave como el entusiasmo, el autocontrol, la automotivación y la persistencia, las cuales son fundamentales para el éxito personal y el manejo efectivo de las emociones. Estas habilidades no solo facilitan el crecimiento personal, sino que también son cruciales para la adaptación al entorno y para la toma de decisiones inteligentes. (Salovey y Mayer, 1990, citado en Fragoso, 2015).

Este modelo de habilidades presenta una visión adaptativa de las emociones, reconociéndose como herramientas esenciales para el pensamiento y la resolución de conflictos. La integración de las emociones en el proceso cognitivo permite a las personas abordar de manera efectiva los problemas y adaptarse a diferentes situaciones. Así, el modelo promueve una comprensión más profunda de la relación entre emoción y cognición, sugiriendo que la inteligencia emocional se despliega en cuatro habilidades fundamentales que permiten una mejor adaptación y una toma de decisiones más eficaz en diversas circunstancias (Fernández y Extremera, 2005, p. 5)

El modelo de inteligencia emocional propuesto por Mayer y Salovey se centra en la capacidad de las personas para reconocer, valorar y expresar sus emociones, así como para gestionarlas de manera efectiva. Este modelo destaca que la inteligencia emocional implica no sólo percibir las emociones propias y ajenas, sino también comprenderlas y emplearlas para razonar y tomar decisiones. La inteligencia emocional, por tanto, desempeña un papel clave en el desarrollo personal, facilitando el establecimiento de relaciones saludables, el afrontamiento de desafíos cotidianos y un manejo adecuado de las emociones. (Mayer y Salovey, 1997, citado en Rojas, 2019).

El modelo se compone de cuatro habilidades fundamentales: percepción, facilitación, comprensión y regulación emocional. Estas habilidades constituyen herramientas esenciales no solo para el crecimiento individual, sino también para la interacción con los demás. En el ámbito educativo, su aplicación es crucial, ya que permite a los docentes gestionar sus propias emociones y, al mismo tiempo, apoyar a los estudiantes en el desarrollo de las suyas. Al establecer estas habilidades favorecen un entorno de aprendizaje positivo y emocionalmente seguro, donde los estudiantes pueden expresar sus emociones libremente, fortalecer sus

relaciones interpersonales y desarrollar competencias emocionales clave para su vida personal y académica.

1.1.1.1 Percepción emocional

Según lo expuesto por Rojas (2019) señaló unas de las habilidades de Mayer y Salovey (1997) dentro de la percepción, evaluación y expresión de las emociones en primer lugar se encuentra la habilidad para identificar nuestras propias emociones. Al ser conscientes de lo que siente la persona en cada momento es lo que le permite comprender el impacto que tienen las emociones ya sean en los pensamientos, comportamientos y decisiones. Las emociones pueden ser confusas, como también pasajeras o persistentes, pero cuando se aprende a analizar su origen al igual que reconocerlas, se puede actuar de una forma más efectiva ante las diversas situaciones.

Dentro del contexto educativo, el docente debe ser capaz de reconocer y comprender sus propias emociones, lo que le permitirá identificar las actitudes y comportamientos de los estudiantes con mayor claridad. Al tener una conciencia plena de su propio estado emocional, el docente puede responder de manera más adecuada a las necesidades emocionales de los alumnos y adaptar sus estrategias pedagógicas según el contexto emocional del aula. Esta habilidad es crucial para prevenir conflictos y crear un ambiente educativo positivo, donde el proceso de enseñanza-aprendizaje se vea favorecido por un clima emocionalmente equilibrado.

De igual manera Rojas (2019) la segunda habilidad propuesta por Mayer y Salovey (1997) que es la habilidad para identificar emociones en otras personas, diseños, arte, a través del lenguaje. Esta habilidad es fundamental para la interacción con las demás personas, una persona con un alto nivel de percepción emocional puede captar diferentes señales emocionales, expresiones y el lenguaje de las demás personas. Esto le permitirá poder mantener una buena comunicación con los demás, responder de manera adecuada y empatizar con los demás. También conlleva a la interpretación de las emociones que son reflejadas mediante el arte, la música, entre otras más.

Al comprender las emociones a través de distintos medios facilita la conexión con los demás. Por lo que dentro del contexto educativo le permite al docente identificar que también en el ámbito artístico una persona puede experimentar diferentes sentimientos, al mirar una pintura o escuchar una melodía, en donde logra identificar lo que quiere transmitir el autor en su obra. De igual manera dentro de la comunicación, ya sea verbal o escrita, se puede identificar la intención

por medio del tono, las palabras utilizadas y la estructura que emplea para dar a conocer su mensaje.

Rojas (2019) explica la tercera habilidad propuesta por Mayer y Salovey (1997) que es la habilidad para expresar correctamente nuestro sentimiento y las necesidades asociadas a ellos. Las personas que desarrollan esta capacidad pueden transmitir de forma adecuada sus emociones, además expresar lo que sienten implica saber comunicar lo que verdaderamente sienten y necesitan. El uso de un vocabulario emocional preciso, como en la expresión "en este momento me siento enojado y necesito respirar para organizar mis ideas", evitar reaccionar de manera inadecuada e impulsiva, facilitando una comunicación efectiva y respetuosa, como también la resolución de conflictos y genera un bienestar emocional.

En el aula, la habilidad para expresar emociones resulta fundamental para crear un espacio donde los estudiantes se sientan seguros y apoyados al compartir lo que están experimentando. El docente debe facilitar entornos en los que los estudiantes puedan expresar sus sentimientos sin temor a ser juzgados, lo que favorece la creación de relaciones saludables y la resolución de posibles conflictos. Un ambiente educativo donde las emociones se expresen y se gestionen adecuadamente permite a los estudiantes no solo avanzar en su aprendizaje académico, sino también en su desarrollo emocional.

También en su análisis Rojas (2019) señaló la cuarta habilidad propuesta por Mayer y Salovey (1997) que es la habilidad para discriminar entre expresiones emocionales honestas y deshonestas. Permite a las personas poder identificar la autenticidad detrás de las emociones expresadas. Esta capacidad de discernir si las emociones reflejan genuinamente lo que la persona siente es esencial para establecer relaciones basadas en la confianza y la empatía. Por ejemplo, una persona puede mostrar una sonrisa en su rostro, pero si sus emociones internas no coinciden con esa expresión, esto puede generar desconcierto en los demás.

El desarrollo de esta habilidad es fundamental ya que le permite a la persona comprender mejor las intenciones y las motivaciones de los demás. Por lo que, en el contexto educativo, el docente al ser capaz de identificar estas señales emocionales, puede ofrecer el apoyo necesario y generar espacios donde los estudiantes se sientan cómodos para compartir sus inquietudes. De esta manera, el docente facilita el proceso de expresión emocional, ayudando a los estudiantes a gestionar sus emociones de manera saludable, lo que contribuye a un ambiente educativo más armonioso y productivo.

1.1.1.2 Facilitación emocional

De acuerdo con Ramos (2017) señala en primera instancia una de las habilidades de Mayer y Salovey (1977) que son las emociones facilitan el pensamiento al dirigir la atención a la información importante. Las emociones no solo afectan el sistema cognitivo, sino que también influyen en la atención y en la capacidad de enfocarse en los aspectos más relevantes de una situación. El desarrollo de esta habilidad es crucial, ya que permite que las emociones actúen de manera positiva, ayudando a la persona a incorporar tanto los aspectos racionales como emocionales de los desafíos que enfrentan. Las emociones facilitan el pensamiento al mejorar la toma de decisiones y la resolución de problemas, ya que ayudan a jerarquizar la información en función de su importancia.

Asimismo, un individuo que experimenta preocupación ante una tarea pendiente centrará su atención en los aspectos más críticos para su cumplimiento, mientras que alguien motivado por el entusiasmo puede abordar un desafío con mayor creatividad y apertura. Esta interacción entre emoción y cognición demuestra que las emociones no son un obstáculo para el razonamiento, sino un recurso que orienta la mente hacia lo esencial. Por ello, el desarrollo de la inteligencia emocional implica aprender a reconocer y utilizar estas señales afectivas para mejorar el desempeño en distintos ámbitos de la vida.

De acuerdo con Ramos (2017) menciona una segunda habilidad propuesta por Mayer y Salovey (1977) que son las emociones pueden ser una ayuda al facilitar la formación de juicio y recuerdos respecto a emociones. Están estrechamente vinculadas a las experiencias emocionales. Las variaciones emocionales influyen en la forma en que las personas perciben y reaccionan ante las situaciones, generando diferentes perspectivas y puntos de vista. Por ejemplo, un estado emocional positivo, como la felicidad, puede facilitar un razonamiento más claro y optimista. De este modo, las emociones permiten abordar los conflictos con mayor flexibilidad, ayudando a mantener un pensamiento estable y equilibrado.

Dentro del aula, el docente juega un papel fundamental al generar experiencias positivas que fomenten el desarrollo de emociones saludables en los estudiantes. Por lo que, de la misma manera, teniendo en cuenta que una emoción positiva vinculada a una experiencia de aprendizaje puede hacer que una persona retenga mejor la información y la relación con nuevas experiencias. En este sentido, la facilitación emocional no solo impacta el procesamiento de la información en el presente, sino que también ayuda a construir una base de recuerdos emocionales que influyen en el juicio y en la toma de decisiones futuras.

Por su parte Ramos (2017) destaca la tercera habilidad propuesta por Mayer y Salovey (1977) que son las variaciones emocionales cambian la perspectiva fomentando la consideración de múltiples puntos de vista. Las emociones no solo afectan el estado de ánimo de una persona, sino que también pueden modificar la forma en que se analiza una circunstancia o problema dado. Por ejemplo, una persona que experimenta alegría y entusiasmo puede tener una visión más optimista y flexible, permitiéndole explorar con alternativas al enfrentar un desafío. De igual manera, la tristeza puede inducir un pensamiento más reflexivo y analítico, impulsando una evaluación más detallada de las opciones disponibles.

Por lo que una persona que ha experimentado diferentes situaciones puede volverse más comprensiva ante el malestar de la otra persona cuando se enfrenta a dificultades similares. También un cambio emocional puede ayudar a replantear una situación desde otra perspectiva, lo que genera soluciones más efectivas. De esta forma el reconocimiento de las variaciones emocionales no solo influye en el pensamiento de la persona, sino que también facilita la construcción de relaciones interpersonales más comprensivas y empatizando con los demás.

Así mismo Ramos (2017) dentro de la cuarta habilidad propuesta por Mayer y Salovey (1977) los diferentes estados emocionales favorecen acercamientos específicos a los problemas; por ejemplo, la felicidad facilita un razonamiento inductivo. La facilitación emocional del pensamiento resalta cómo los distintos estados emocionales pueden influir en la forma en que una persona aborda los problemas. Cuando una persona experimenta emociones positivas, su pensamiento se vuelve más amplio y creativo, este efecto se debe a que la felicidad estimula la exploración cognitiva y facilita la integración de nueva información, favoreciendo un enfoque más global y menos rígido en la toma de decisiones.

1.1.1.3 Comprensión emocional

Según lo establecido por Ramos (2017) señaló otra de las habilidades de Mayer y Salovey (1977) que es la habilidad para designar las emociones y reconocer las relaciones entre la palabra y el significado propio significado de la emoción. Esta habilidad permite a las personas identificar y nombrar sus emociones, así como reconocerlas en diversos contextos. Es crucial comprender la relación entre las emociones y las situaciones que las desencadenan, ya que este conocimiento contribuye a tomar decisiones más informadas y a resolver conflictos de manera más efectiva.

En el contexto educativo, desarrollar la comprensión emocional se vuelve especialmente relevante. Los docentes tienen el rol crucial de guiar a sus estudiantes en los procesos de

aprendizaje, pero también en la gestión emocional. Enseñar a los estudiantes a identificar y comprender sus emociones, así como a manejarlas de manera adecuada, es fundamental para su desarrollo integral. Este conocimiento emocional ayuda a los estudiantes a generar conciencia sobre sus propios estados emocionales, a comunicarse de manera más asertiva con los demás y a crear un ambiente de aprendizaje emocionalmente estable.

Así mismo Ramos (2017) menciona la segunda habilidad propuesta por Mayer y Salovey (1977) es la habilidad para entender las relaciones entre las emociones y las diferentes situaciones a las que obedecen. Permite a los individuos interpretar correctamente sus propios estados emocionales y los de los demás, identificando las causas que los originan. Por ejemplo, una persona que experimenta ansiedad ante una presentación importante puede reconocer que su emoción está relacionada con el miedo al juicio o al fracaso. Al comprender esta conexión, puede desarrollar estrategias para manejar su ansiedad y enfrentar la situación de manera más efectiva.

Además, la comprensión de estas relaciones facilita la predicción de respuestas emocionales ante diversas circunstancias, lo que mejora la regulación emocional y la interacción social. Al identificar qué situaciones tienden a generar determinadas emociones, una persona puede anticipar cómo reacciona y prepararse para gestionar sus sentimientos de manera adecuada. Por ejemplo, alguien que reconoce que el estrés laboral puede generar irritabilidad en su vida personal podrá tomar medidas para evitar que esta emoción afecte sus relaciones. Esta habilidad permite un manejo más consciente de las emociones y contribuye al bienestar general, promoviendo respuestas más equilibradas y adaptativas en diferentes ámbitos de la vida.

De igual manera el autor Ramos (2017) destaca la tercera habilidad propuesta por Mayer y Salovey (1977) es la habilidad para comprender emociones complejas y sentimientos simultáneos de amor y odio. Es otra parte fundamental del conocimiento emocional. Las emociones humanas no son simples; pueden ser ambivalentes y a veces conflictivas. Reconocer que las emociones son intrínsecamente complejas permite a las personas reflexionar sobre sus propios sentimientos y evitar interpretaciones erróneas o pensamientos negativos. Esta capacidad para manejar emociones complejas ayuda a las personas a comprender situaciones emocionales complicadas y a abordarlas con una mayor claridad y madurez.

En el ámbito educativo, el desarrollo de esta habilidad en los docentes es esencial para ayudar a los estudiantes a comprender la complejidad de sus propias emociones y la de los demás. Los docentes, al ser conscientes de las emociones complejas, pueden guiar a los estudiantes en el

manejo de situaciones emocionales difíciles. Por ejemplo, al enfrentarse al nerviosismo antes de una exposición o al miedo de cometer errores, los docentes pueden ayudar a los estudiantes a aceptar y gestionar esos sentimientos, proporcionando un espacio seguro para que aprendan a autorregular sus emociones.

De acuerdo con Castro (2018) menciona la cuarta habilidad propuesta por Mayer y Salovey (1997) que es la habilidad para reconocer las transiciones de unos estados emocionales a otros. Un docente con un alto nivel de conocimiento emocional tiene una ventaja significativa al poder identificar las emociones de sus estudiantes, especialmente cuando estos enfrentan dificultades emocionales o reacciones a retroalimentaciones académicas. Además, un docente capaz de reconocer estos estados emocionales puede adaptar sus estrategias pedagógicas y de apoyo, agrupando a los estudiantes de manera efectiva según sus necesidades emocionales.

En el contexto educativo, la capacidad de comprender y analizar las emociones tiene un impacto directo en el desempeño académico de los estudiantes. Los docentes que desarrollan esta habilidad no solo proporcionan un ambiente de aprendizaje más comprensivo, sino que también enseñan a los estudiantes a reconocer, gestionar y autorregular sus propias emociones. Al identificar y comprender las emociones, los estudiantes aprenden a tomar decisiones más saludables, lo que facilita su desarrollo personal y les permite manejar mejor las frustraciones y desafíos que surgen en su vida académica.

1.1.1.4 Regulación emocional

Según lo establecido por Castro (2018) señaló la primera habilidad propuesta por Mayer y Salovey (1997) que es la habilidad para estar abierto a los estados emocionales positivos. Esta capacidad implica estar abierto a las emociones, tanto positivas como negativas, y ser capaz de reflexionar sobre ellas para aprovechar la información que proporcionan. Al desarrollar esta habilidad, una persona no solo logra gestionar sus propias emociones, sino también influir en las emociones de los demás. La regulación emocional permite transformar las emociones negativas y, al mismo tiempo, intensificar las emociones positivas, lo que facilita un crecimiento personal tanto en el ámbito afectivo como intelectual.

En el contexto educativo, la regulación emocional es una habilidad fundamental para los docentes. Los maestros deben ser conscientes de sus propias emociones y reconocer la variedad de emociones que pueden surgir en el aula. El conocimiento propio sobre las emociones permite a los docentes comprender mejor las de sus estudiantes y responder de manera empática y efectiva. Crear un espacio en el aula donde los estudiantes puedan expresar

libremente sus emociones es clave para establecer un ambiente de confianza y apoyo. Este espacio debe fomentar el diálogo entre docentes y estudiantes, permitiendo que ambos puedan expresar cómo se sienten y qué situaciones están generando esas emociones.

Citando a Ramos (2017) destaca la segunda habilidad propuesta por Mayer y Salovey (1977) es la habilidad para reflexionar sobre las emociones y determinar la utilidad de su información. Es la habilidad para reflexionar sobre las emociones y determinar la utilidad de su información permite a los individuos interpretar sus estados emocionales como guías para la toma de decisiones y la adaptación a diferentes contextos. Las emociones contienen valiosa información sobre las experiencias y necesidades de una persona, por lo que analizarlas de manera consciente facilita una mejor gestión de las situaciones diarias. Por ejemplo, el enojo puede indicar la percepción de una injusticia, mientras que la ansiedad puede señalar la necesidad de mayor preparación ante un desafío.

Además, esta habilidad permite evaluar si una emoción específica es útil en un determinado momento o si, por el contrario, es necesario regular para evitar respuestas impulsivas o desproporcionadas. Una persona que se siente frustrada en el trabajo puede preguntarse si su emoción le está brindando información útil sobre una situación que debe cambiar o si está magnificando un problema menor. Al desarrollar esta capacidad, los individuos pueden tomar decisiones más racionales y equilibradas, utilizando la información emocional como un recurso estratégico para su bienestar y éxito en diferentes ámbitos de la vida.

Por su parte Rojas (2019) señala la tercera habilidad propuesta por Mayer y Salovey (1997) es la habilidad para vigilar reflexivamente nuestras emociones y las de otros y reconocer su influencia. Permite a los individuos monitorear sus estados emocionales de manera consciente, identificando cómo impactan su comportamiento y toma de decisiones. Por ejemplo, una persona que detecta un sentimiento de frustración durante una discusión puede reconocer cómo esta emoción influye en su forma de comunicarse y tomar medidas para expresarse de manera más constructiva. Del mismo modo, el reconocimiento de las emociones en los demás permite comprender sus reacciones y adaptar la propia respuesta para fomentar relaciones más armoniosas y efectivas.

Además, esta habilidad implica un análisis continuo del papel que juegan las emociones en distintos contextos y cómo pueden modelar las interacciones personales. Al observar cómo el estado emocional de una líder afecta la motivación de su equipo o cómo el estrés de un amigo influye en su actitud, se genera una mayor conciencia sobre la dinámica emocional en las

relaciones humanas. En este sentido, desarrollar la capacidad de monitorear y comprender la influencia de las emociones fortalece la toma de decisiones, la comunicación efectiva y el bienestar tanto individual como colectivo.

Por último, Ramos (2017) destaca la cuarta habilidad propuesta por Mayer y Salovey (1977) la habilidad para regular nuestras emociones y las de los demás sin minimizarlas o exagerarlas. Un docente puede moderar tanto las emociones positivas como las negativas de manera constructiva, sin reprimirlas e ignorarlas, Además, la regulación emocional permite a los docentes ajustar su enfoque pedagógico a las necesidades emocionales de cada estudiante, ya que cada uno experimenta y maneja sus emociones de manera diferente. Un docente que desarrolla esta habilidad no solo mejora su relación con los estudiantes, sino que también contribuye a su autoconocimiento y al establecimiento de un ambiente emocionalmente seguro, lo que favorece un clima positivo en el aula.

La importancia de la regulación emocional en la educación es evidente, ya que un docente que gestiona eficazmente sus emociones puede generar una actitud positiva y saludable que influye en el comportamiento de los estudiantes. Al establecer un entorno en el que los estudiantes se sientan libres para expresar lo que sienten sin temor a ser juzgados o minimizados, el docente desempeña un papel crucial en su desarrollo emocional. Esto no solo contribuye a fortalecer la relación docente-alumno, sino que también ayuda a prevenir conflictos dentro del aula y promueve un aprendizaje efectivo en un ambiente de respeto y empatía.

5.3 Inteligencia emocional en el desempeño profesional docente

La inteligencia emocional es un componente fundamental dentro del contexto educativo, especialmente en el desempeño del docente. Ya que se entiende como la habilidad de percibir, facilitar, comprender y regular las emociones propias y de los demás, lo que influye directamente en los procesos de enseñanza-aprendizaje, las interacciones pedagógicas, al igual que el clima en el aula. Por lo que su articulación en el ejercicio docente es clave para mantener buenas relaciones, generar bienestar en el docente, una mejor solución de problemas, entre otras.

Estas habilidades no solo benefician directamente el trabajo y la interacción de los docentes, sino que también impactan positivamente en los estudiantes y en la comunidad educativa. La capacidad de reconocer, gestionar y aplicar de manera efectiva estas habilidades contribuye a la creación de un entorno de aprendizaje enriquecedor, donde se fomente el desarrollo integral de todas las personas involucradas en el proceso educativo. Sin embargo, aumentar la conciencia

del profesorado sobre la relevancia de la inteligencia emocional va más allá de una simple mejora en la propia inteligencia emocional del docente. (Extremera et al., 2019)

Este conocimiento constituye una herramienta poderosa para apoyar el fortalecimiento de la inteligencia emocional en los alumnos, permitiéndoles adquirir las competencias necesarias para manejar sus emociones, desarrollar relaciones interpersonales saludables y enfrentar desafíos de manera resiliente. Por lo tanto, la misión educativa no solo se limita a transmitir conocimientos académicos, sino que también implica el compromiso de capacitar al profesorado para que estas habilidades emocionales sean incorporadas en las prácticas pedagógicas, contribuyendo así a un sistema educativo más humano, inclusivo y orientado al bienestar de toda la comunidad educativa.

Los profesores representan un modelo de referencia para sus alumnos, no solo por ser portadores del conocimiento, sino también por encarnar una forma ideal de observar, analizar y reaccionar frente a las situaciones de la vida. En especial, durante los ciclos de enseñanza primaria, los docentes asumen un papel crucial que trasciende lo académico, llegando incluso a desempeñar una función similar a la de los padres. En este sentido, se convierte en una figura clave para los niños, tanto en el ámbito del desarrollo intelectual como en el emocional, siendo un referente insustituible de inteligencia emocional y comportamiento ético. (Extremera y Fernández-Berrocal, 2004)

Además de transmitir conocimientos teóricos y valores cívicos, los profesores tienen la responsabilidad de trabajar en el aula el desarrollo afectivo y emocional de los estudiantes. Este aspecto, igualmente relevante, implica moldear y ajustar las emociones y actitudes de los alumnos para que puedan afrontar la vida con equilibrio y empatía. De esta manera, el profesor no solo forma académicamente a sus alumnos, sino que también contribuye a su crecimiento como individuos capaces de gestionar sus emociones, construir relaciones saludables y enfrentarse con madurez a los retos del entorno social.

Por otra parte, según los autores Castilla y Rivera (2024), en el sistema educativo los conocimientos que se adquieren son buenos, cuando son conducidos desde un enfoque positivo. Pues es importante que dentro de las instituciones educativas se genere un desarrollo emocional, debido a que es un potenciador dentro de la educación. Debido a que permite establecer buenas relaciones, una mejor capacidad de estudios y diferentes alternativas. Por lo que es fundamental pensar en un sistema educativo el cual permita tener y formar personas que sean emocionalmente competentes y sociales.

Asimismo, según los autores Puente et. al (2023), los docentes son los que tienen una ardua tarea dentro de las escuelas, al igual que en el desarrollo académico. El aprendizaje se le considera como una actividad social constructiva en donde los educandos son guiados por los docentes y son los que transmiten las emociones, sentimientos y conocimientos en cada actividad que se desarrolla en el aula. Por lo que un docente es emocionalmente inteligente cuando posee las siguientes características: tiene conexión con sus estudiantes, tiene gestión del aula, promueve bienestar emocional, posee motivación y compromiso, resuelve conflictos, tiene confianza en sí mismo, tiene regulación emocional propias entre otras.

Por lo tanto, la inteligencia emocional en los docentes es un factor clave para su desarrollo y fortalecimiento, ya que influye de manera significativa en cómo los docentes gestionan sus emociones, cómo se relacionan con las demás personas y cómo se enfrentan a los diferentes desafíos que se dan diariamente dentro del contexto educativo. En este sentido incorporar la inteligencia emocional no solo fortalece el desarrollo del docente de manera personal, sino que también dentro de la práctica pedagógica lo que contribuye a crear espacios más positivos, empáticos y efectivos.

5.4 Guía para el fortalecimiento de los docentes en inteligencia emocional

La guía es el medio que dirige o permite dirigir a otros a un camino determinado, por lo que una persona puede ser la que enseña y dirige a otra a cumplir una meta, un documento en donde se estructura, planifica y orienta hacia dicho proceso, o ambos. Por tanto, la guía es un recurso educativo empleado con un fin general o un específico, ya sea en un formato digital o físico, lo que permite organizar, planificar, facilitar, dirigir u orientar el proceso de enseñanza-aprendizaje como un proceso único. (Pino y Urías, 2020)

Además, la guía también es un recurso o una herramienta que permite direccionar y orientar el proceso de enseñanza-aprendizaje. Su uso es lo que permite lograr una interacción dialéctica entre los componentes personales como los profesores-facilitadores al igual que los estudiante-participantes. También los componentes personalizados como lo son los objetivos, metodologías, contenidos, recursos didácticos, la organización de la docencia y la evaluación. Su construcción se ajusta a resultados obtenidos, características, condiciones y el contexto, teniendo en cuenta estos aspectos se elabora la guía. (Pino y Urías, 2020)

Los autores Pino y Urías (2020), han desarrollado la siguiente estructura para una guía:

1. Título del tema.

2. Breve Introducción.

3. Descripción del contenido.

4. Objetivos o resultados de aprendizaje: generales de la unidad, específicos de cada tema.

5. Tareas docentes a ejecutar específicas por objetivo: estrategia para el aprendizaje.

6. Evaluación: heteroevaluación, autoevaluación, coevaluación en el proceso.

7. Bibliografía.

8. Anexos.

El diseño de una guía práctica para el fortalecimiento de la inteligencia emocional en los docentes, da respuesta a la problemática evidenciada con el fin de brindar herramientas reflexivas y prácticas que fortalezcan tanto su desarrollo como persona, como su desarrollo profesional. Por lo que este recurso tiene como propósito poder acompañar a los docentes en el fortalecimiento de la percepción, facilitación, comprensión y regulación de sus emociones, mediante actividades. Esta guía práctica está compuesta por sesiones organizadas, lo que permitirá a los docentes reflexionar sobre sus experiencias emocionales, al igual que reconocer sus fortalezas, como también las áreas de mejora.

Dentro de estas sesiones se incorporan actividades ya sean individuales o grupales, conjuntamente con espacios de evaluación, al igual que la elaboración de materiales y con el uso de recursos accesibles. Con el objetivo de facilitar la implementación efectiva del proceso, esta guía se convierte en una herramienta que fortalece la inteligencia emocional, que impacta de manera positiva el desempeño del docente, al igual que construir espacios más empáticos, significativos y positivos.

6. Marco metodológico

6.1 Paradigma

En la presente investigación se realiza bajo los postulados del paradigma sociocrítico por lo que su esencia, sostiene que el conocimiento se construye a través de intereses intrínsecamente ligados a las necesidades de los grupos sociales siendo su objetivo principal la autonomía racional y liberadora del individuo, procurando alcanzar este fin mediante la capacitación de los

sujetos para la participación activa y la transformación social. El paradigma en el que se basó la presente investigación es el sociocrítico Alvarado y García (2008) menciona que:

> El paradigma socio-crítico se fundamenta en la crítica social con un marcado carácter autorreflexivo; considera que el conocimiento se construye siempre por intereses que parten de las necesidades de los grupos; pretende la autonomía racional y liberadora del ser humano; y se consigue mediante la capacitación de los sujetos para la participación y transformación social. (p. 5)

En relación al paradigma sociocrítico, la presente investigación buscó generar espacios de reflexión que les permitan a los docentes conocerse a sí mismos y no solamente favorece al fortalecimiento de la inteligencia emocional, sino que también contribuye al mejoramiento de la labor docente. Al desarrollar una mayor toma de conciencia sobre las emociones, los docentes pueden llegar a establecer relaciones positivas, empáticas y colaborativas con los demás. De esta forma, el trabajo desarrollado cumplió con los principios fundamentales del paradigma sociocrítico, que es la transformación de la realidad educativa partiendo de la acción crítica y participativa.

6.2 Enfoque

Se considera que la investigación es cualitativa puesto a que busca profundizar en las experiencias, percepciones y dinámicas sociales que configuran la realidad estudiada. Los autores Denzin y Lincoln (2021) proponen que el investigador se sitúe de manera directa en el contexto que se va a estudiar, lo cual permite al investigador abarcar diferentes niveles de análisis y comprender los fenómenos desde lo personal (individual y en pequeños grupos), al enfocarse en la profundidad y no en la cantidad, este método permite explorar los significados que las personas atribuyen a sus experiencias.

La flexibilidad del enfoque cualitativo es clave para adaptarse a las particularidades del contexto y captar matices que podrían perderse en un análisis exclusivamente cuantitativo. Tal como lo mencionan Vega et. al (2014) ¨Se basa en métodos de recolección de datos sin medición numérica como la descripción y la observación del fenómeno. Este enfoque permite una comprensión más profunda de las experiencias humanas, dado que no reduce los fenómenos a números, sino que los interpreta en función de su contexto y su significado.

La presente investigación se desarrolló desde un enfoque cualitativo porque permite comprender la profundidad de las experiencias, percepciones y significados que los docentes

expresaban en cuanto a la inteligencia emocional y lo que los investigadores observan. Se aprecia el enfoque cualitativo en la exploración el enfoque cualitativo en la exploración de la comprensión de los docentes, la interpretación de sus expresiones y la apreciación de la forma y resultado de la regulación de sus emociones dentro de su labor como docentes. Se aprecia lo cualitativo en el uso de diferentes técnicas para acceder a la vivencias de los participantes. Por lo tanto, este enfoque favoreció a la comprensión del fenómeno a investigar, al considerar que el fortalecimiento de la inteligencia emocional tuvo un impacto positivo en la calidad de sus relaciones personales, así como también generar un ambiente sano y empático dentro del contexto educativo.

6.3 Diseño

En relación al diseño utilizado fue el de investigación-acción, se realizó con la intención de contribuir al contexto estudiado, el poder reflexionar sobre aquellas acciones que se han percibido por parte de los docentes, las mismas que van encaminadas al fortalecimiento de la inteligencia emocional de los docentes. El autor Latorre (2005) menciona que ¨La investigación-acción se puede considerar como un término genérico que hace referencia a una amplia gama de estrategias realizadas para mejorar el sistema educativo y social¨ (p.23). Por lo tanto, permitirá capturar la diversidad de perspectivas, generando así un conocimiento más profundo y significativo que pueda contribuir al avance en la comprensión y manejo del fenómeno estudiado.

Las fases de la investigación- acción se desarrolla en un espiral en primer lugar se desarrolla un plan de acción en relación al tema a investigar se realizará cinco talleres que deben ser flexibles y adaptados. En segundo lugar, tenemos actúa por lo que el desarrollo de este proceso debe ser controlado y deliberado. En tercer lugar, tenemos que observar la acción, para de esta forma realizar la recolección de evidencias necesarias. Y, por último, la reflexión total del grupo de docentes permitirá elaborar el análisis de resultados después de la aplicación de los talleres. A continuación, el desarrollo del ciclo de la investigación-acción:

6.3.1 Planificación

Dentro de esta etapa se pudo identificar la necesidad de fortalecer la inteligencia emocional de los docentes, en el que principalmente se partió de un diagnóstico inicial que fue la aplicación del Test TMMS-24 y de la revisión bibliográfica, seguido de una entrevista estructurada a 5 docentes de la institución. De igual manera teniendo en cuenta el análisis de los instrumentos como la guía de observación, los diarios de campo entre otros. Partiendo de esto se diseñó una

propuesta basada en el modelo de Mayer y Salovey conjuntamente con el análisis de la información obtenida de los instrumentos aplicados que dio paso al desarrollo de las mismas.

Dentro de la propuesta diseñada siendo una guía para el fortalecimiento de la inteligencia emocional de los docentes, se realizaron seis sesiones, en las cinco primeras se establecieron objetivos, estrategias didácticas, los recursos y la respectiva evaluación de cada sesión. Además, en la última sesión se planificó un grupo focal en el que se contaría con la participación de 5 docentes, con quienes se establecería un diálogo en el que responderían preguntas acerca de las sesiones aplicadas.

6.3.2 Acción

Dentro de esta fase como punto de partida esta la aplicación de los instrumentos iniciales para el diagnóstico tales como la observación, la entrevista, el análisis de documentos (Diario de campo) y el Test TMMS24. Con la información obtenida mediante el uso de los instrumentos se realizó un análisis para determinar las tendencias con la triangulación de la información, como también la propuesta que se realizó partiendo del diagnóstico inicial. Luego de la elaboración se efectuó la propuesta de 6 sesiones con la participación de 18 docentes, estas actividades se realizaron de manera presencial en la institución.

En cada sesión se pudo dialogar, autoreflexionar, los participantes dieron su punto de vista y pudieron analizar casos relacionados con su vida diaria y sus experiencias profesionales, también teniendo en cuenta las diferentes situaciones que pueden presentar en la institución. Además, pudieron realizar las actividades planificadas, las mismas que contribuyeron al fortalecimiento de la inteligencia emocional. Luego de elaborar la propuesta la acción regresa en la aplicación de la propuesta y de esta forma finalmente reflexionar sobre los resultados obtenidos en las sesiones.

6.3.3 Observación

En esta fase se pudo registrar las evidencias mediante las diferentes actividades y las evaluaciones y entrevistas realizadas a los docentes. Por lo que esta etapa permitió poder recopilar las reflexiones de los docentes, sus reacciones y al igual que los aprendizajes que pudieron adquirir a lo largo de las seis sesiones. Todo esto permitió tener en cuenta las perspectivas de los docentes en cuanto a la inteligencia emocional, su importancia, como lo aplicarían tanto en vida personal, como en la profesional y como contribuyo en su vida la implementación de estas sesiones.

6.3.4 Reflexión

En este último paso es en donde los resultados obtenidos son recopilados para ser analizados. De igual manera es aquí en donde se puede demostrar que impacto ha tenido la implementación de las sesiones en los docentes, que es lo que opinan de cada sesión, si las actividades han sido de ayuda para reforzar sus conocimientos. También dar a conocer si lo propuesto está relacionado con su vida diaria y las diferentes situaciones que se pueden presentar día a día y poderlas enfrentar. Al final de estas sesiones los docentes pudieron dar a conocer su punto de vista respondiendo a preguntas relacionadas con las sesiones implementadas.

6.4 Técnicas de recolección de datos

6.4.1 Observación no participante

La técnica de la observación no participante es realizada por agentes externos que no se involucran directamente en las actividades que se desarrollan, por lo que los autores Campos y Lule (2012) mencionan ¨no existe una relación con los sujetos del escenario; tan sólo se es espectador de lo que ocurre, y el investigador se limita a tomar nota de lo que sucede para conseguir sus fines¨ (p. 9). Por lo que esta técnica permitió registrar los comportamientos de los sujetos (docentes investigados) como sus interacciones, sus actitudes y respuestas dentro del contexto educativo, sin intervenir en el proceso de información. (Ver Anexo A)

6.4.2 Test TMMS-24

Se utilizó un test, su aplicación permitió el análisis de información que se obtiene al momento de emplearla a determinado grupo de personas, en este caso dentro del ámbito educativo. Gómez-Benito et. al (2010) mencionan que ¨los tests constituyen uno de los instrumentos de medida estandarizados más empleados en las ciencias sociales y de la salud, especialmente en psicología y educación¨ (p. 2). En relación a su aplicación dentro del contexto educativo donde se desarrolló la presente investigación, su uso fue de mucha ayuda para el diagnóstico inicial.

El instrumento que se utilizó es el test TMMS-24 que se lo conoce como Test de Matson para Medir la Inteligencia Emocional elaborado por Mayer y Salovey en 1990. Tal y como se aprecia en el marco teórico de la investigación, es un instrumento ampliamente utilizado cuando se trata de estudiar la inteligencia emocional, se aplicó a los docentes de la institución con el fin de generar la autorreflexión en relación a los resultados obtenidos. Esta importante herramienta

permite reflexionar sobre el nivel emocional de cada docente y a través de él se pudo constatar carencias, necesidades y posibilidades de los docentes en este tema. (Ver Anexo B)

6.4.3 Entrevista estructurada

Otra de las técnicas utilizadas fue la entrevista estructurada, siendo uno de los principales métodos aplicados dentro de la investigación resaltando su importancia como un medio de obtención de información precisa y confiable. Los autores Díaz-Bravo et. al (2013) mencionan que ¨Tiene la ventaja de la sistematización, la cual facilita la clasificación y análisis, asimismo, presenta una alta objetividad y confiabilidad¨ (p. 3). La aplicación de esta técnica permitió la recolección de información importante, además de poder explorar las actitudes, percepciones y conocimientos sobre el tema investigado. (Ver Anexo C)

6.4.4 Diario de Campo

El diario de campo es un instrumento que ayuda a poder registrar las experiencias vividas dentro de las prácticas preprofesionales en el proceso de recolección de la información. Los autores Luna-Gijón et. al (2022) mencionan ¨El diario de campo permite la intervención, pues ayuda a la reflexión y crítica sobre las acciones que realizamos¨ (p. 3). Con este instrumento se logra apreciar cómo ocurre el desarrollo del objeto de investigación durante tres ciclos de prácticas, es decir, durante año y medio, a través de él se tomaron apuntes que ayudan a documentar diferentes situaciones que se dieron en el aula, en un primer momento fue punto de partida para determinar la necesidad del fortalecimiento de la inteligencia emocional en los docentes de la institución y posteriormente un instrumento a través del cual se van corroborando las carencias, necesidades y posibilidades de los docentes para fortalecer la inteligencia emocional en la institución. (Ver Anexo D)

6.4.5 Grupo focal

Como última técnica utilizada dentro de esta investigación fue el grupo focal siendo un espacio en el que se pudo compartir las experiencias del grupo de docentes en cuanto al desarrollo de las sesiones. Hamui-Sutton y Varela-Ruiz (2013) mencionan que ¨La técnica de grupos focales es un espacio de opinión para captar el sentir, pensar y vivir de los individuos, provocando auto explicaciones para obtener datos cualitativos¨ (p. 3). En la aplicación de esta técnica se contó con la participación de 5 docentes, lo que permitió recolectar información necesaria e importante partiendo de las experiencias y opiniones que pudieron dar a conocer los docentes en relación a la aplicación de las sesiones. A través de la aplicación de esta técnica se logró realizar la

evaluación de la aplicación de la guía práctica diseñada para el fortalecimiento de la inteligencia emocional de los docentes de Educación General Básica del cantón Biblián. (Ver Anexo E)

6.5 Instrumentos de investigación

6.5.1 Guía de observación

La guía de observación fue un instrumento principal utilizado para poder recolectar la información acerca de los docentes en la institución donde la investigadora realizó sus prácticas preprofesionales. El uso de este instrumento facilitó la identificación de la necesidad del fortalecimiento de la inteligencia emocional en el lugar de estudio. Se construyó a partir de las unidades de análisis, categorías de análisis, criterios de análisis e indicadores de la investigación realizada. Los autores Campos y Lule (2012) mencionan

> La guía de observación es el instrumento que permite al observador situarse de manera sistemática en aquello que realmente es objeto de estudio para la investigación; también es el medio que conduce la recolección y obtención de datos e información de un hecho o fenómeno. (p. 12)

De este modo, el uso del instrumento permitió registrar y recopilar información importante relacionados a los comportamientos y actitudes de los docentes, que se realizó durante la práctica de séptimo ciclo. Así mismo, este instrumento fue elaborado en función a las categorías, criterios e indicadores relacionados con el Modelo de Mayer y Salovey. La aplicación de esta guía se realizó dentro del aula de clases, lo que proporcionó datos cualitativos importantes sin interferir en la dinámica del aula, de esta forma asegurando una mayor validez en los resultados obtenidos. (Ver Anexo F)

6.5.2 Cuestionario

En cuanto a otro de los instrumentos utilizados, es el cuestionario que se utilizó mediante el test TMMS-24 para evaluar los estados emocionales de los docentes en una Unidad Educativa del cantón Biblián. La muestra estuvo conformada por 18 docentes de la institución, quienes participaron en el proceso de recolección de datos. La aplicación del test permitió recopilar información relevante sobre las habilidades emocionales de los participantes, proporcionando datos significativos que contribuyen al análisis y comprensión de su estado emocional en el contexto educativo. Por lo que, en el respectivo análisis realizado en los 18 resultados obtenidos de los docentes, al ser una muestra pequeña se obtuvo un solo resultado en cuanto a la percepción, facilitación y regulación emocional. (Ver Anexo G)

6.5.3 Guía de entrevista

El instrumento que se aplicó es la entrevista estructurada, la cual permitió alcanzar una mayor flexibilidad al momento de realizar interpretaciones relacionadas con la investigación. Díaz-Bravo et. al (2013) mencionan que ¨las preguntas se fijan de antemano, con un determinado orden y contiene un conjunto de categorías u opciones para que el sujeto elija¨ (p. 3). Este instrumento se aplicó de forma individual, en un espacio adecuado para el dialogó, en total se realizaron 6 entrevistas, 1 a la rectora de la institución y 5 entrevistas a docentes, cuando se aplicó la entrevista estructurada permitió comprender el punto de vista de cada persona entrevistada y que es lo que sabía del tema. (Ver Anexo h)

6.5.4 Guía de análisis de documentos

Otro de los instrumentos que se aplicó es la guía de análisis de documentos, la cual permitió interpretar y organizar de manera sistemática la información obtenida. Los autores Sánchez et.al (2021) mencionan que ¨se puede considerar una herramienta que permite sistematizar las experiencias para luego analizar los resultados¨ (p. 8). Por lo que está guía se desarrolló en base al modelo de Mayer y Salovey que se la establecido en categorías, criterios e indicadores, lo cual permite la orientación y la interpretación de los registros obtenidos. De este modo se pudo obtener hallazgos importantes en todo lo relacionado con la inteligencia emocional en los docentes. (Ver Anexo I)

6.5.5 Guía de preguntas para discusión grupo focal

En cuanto al instrumento que es la guía de preguntas para la discusión grupal, el proceso de su elaboración partió del objetivo de la investigación, además de cumplir con otras características. Hamui-Sutton y Varela-Ruiz (2013) ¨de acuerdo al objetivo, se determina la guía de entrevista y la logística para su consecución (elección de los participantes, programación de las sesiones, estrategias para acercarse a ellos e invitarlos, etc.) ¨ (p. 4). La construcción de la guía partió del objetivo elaborado principalmente, luego conjuntamente con un grupo de 5 docentes quienes participaron en la aplicación de las sesiones se realizó una sesión del grupo focal en donde se pudo percibir cada una de las diferentes opiniones de los participantes. (Ver Anexo J)

6.6 Participantes del estudio

La población que fue estudiada en la presente investigación corresponde a los docentes de una institución ubicada en el cantón Biblián, en donde se contó con la participación de 18 docentes.

6.7 Validación inicial de los instrumentos a aplicar

Para la validación de los instrumentos se realizó con tres especialistas PhD. Ricardo Pino y la Dra. Graciela Urías, doctores en Ciencias Pedagógicas con 41 años de experiencia en Educación Superior en el campo de formación de maestros e investigación en educación. Docentes–Investigadores de la Universidad Nacional de Educación. Al igual que la Psic. María Cristina Arias Iturralde, Master Universitario en Atención a Necesidades Educativas Especiales en Educación Infantil y Primaria, docente de Pregradoprofesionalización Docente Carrera: Educación Básica: de la Universidad Nacional de Educación. En relación a los instrumentos las entrevistas fueron analizadas previamente por el PhD. Ricardo y la Dra. Graciela, en donde surgieron cambios principalmente con los cambios de la Operalización, teniendo en claro esta matriz se realizó el borrador de las preguntas.

Al realizar la estructura de la entrevista teniendo en cuenta lo anterior, al momento de socializar el borrador también surgieron mejoras y cambios, para que posteriormente se pueda aplicar en 6 docentes de la institución. En cuanto al test TMMS-24 es un instrumento que ha sido utilizado y validado previamente por autores analizados en el marco teórico, en donde se hace el uso de este instrumento, que cuentan con experiencias previas de la aplicación del instrumento. En cuanto al desarrollo y revisión de la propuesta con la contribución de la Psic. Cristina Arias quien dio a conocer sus sugerencias y retroalimentaciones en el desarrollo de propuesta indicando la necesidad de cambiar algunos términos, por otro lado, se complementó con el apoyo por parte del PhD. Ricardo y la Dra. Graciela para la revisión completa de la propuesta, de esta forma aplicarla en la institución del cantón Biblián.

6.8 Evidencias de consideración ética

De acuerdo al cumplimiento de los principios éticos de la investigación, se les solicitó a los docentes la firma del consentimiento informado (Anexo k). Se les planteó que su participación era voluntaria, se mantendría la confidencialidad de información, no se ubican sus credenciales en la aplicación de los instrumentos y que la información obtenida mediante los diferentes instrumentos tendría solo fin académico. Se les informó los objetivos de estudio. Para proceder a la recolección de datos siempre se respetó su espacio y se reafirma que solo si están de acuerdo participarían en el proceso investigativo, de lo contrario podían retirarse.

6.9 Operacionalización de la inteligencia emocional

En cuanto a la inteligencia emocional según los autores Mayer y Salovey (1997) mencionan:

La inteligencia emocional incluye la habilidad para percibir con precisión, valorar y expresar emoción; la habilidad de acceder y/o generar sentimientos cuando facilitan pensamientos; la habilidad de comprender la emoción y el conocimiento emocional; y la habilidad para regular las emociones para promover crecimiento emocional e intelectual.

Tabla 1.

Operalización

Concepto de inteligencia emocional	**Categorías de análisis**	**Criterios de análisis de las categorías**	**Indicadores de análisis de los criterios**	**Instrumentos de evaluación**	**Unidad de análisis**
"la inteligencia emocional incluye la habilidad para percibir con precisión, valorar y expresar emoción; la habilidad de acceder y/o generar sentimientos cuando facilitan pensamientos; la habilidad de comprender la emoción y el conocimiento emocional; y la habilidad para regular las	Percibir con precisión, valorar y expresar emoción	Identificar emociones propias Identificar emociones en otras personas Expresar sentimientos	Habilidad para identificar nuestras propias emociones Habilidad para identificar emociones en otras personas, diseños, arte... a través del lenguaje, sonido... Habilidad para expresar correctamente nuestros sentimientos y	●Observación ●Entrevista ●Análisis de documentos (Diario de campo) ●Test TMMS24 ●Grupo focal	Docentes de Institución educativa

emociones para promover crecimiento emocional e intelectual”.			las necesidades asociadas a ellos
		Discriminar expresiones emocionales	Habilidad para discriminar entre expresiones emocionales honestas y deshonestas
	Acceder y/o generar emociones cuando facilitan pensamientos	Atención a la información importante	Habilidad para descubrir las que emociones facilitan el pensamiento y la dirección de la atención a la información importante
		Formación de juicio	Habilidad para apreciar las emociones que facilitan la formación de juicios y recuerdos

	Perspectiva de puntos de vista	Habilidad para apreciar las variaciones emocionales y cambios de perspectiva y puntos de vista
	Acercamiento a los problemas	Habilidad para razonar, apreciar estados emocionales del otro y sentimientos como la felicidad
Comprender la emoción y el conocimiento emocional	Designar diferentes emociones	Habilidad para designar diferentes emociones y reconocer relaciones entre la palabra y el significado de la emoción
	Emociones y diferentes situaciones	Habilidad para entender las relaciones entre las

		emociones y las diferentes situaciones a las que obedecen
	Comprender emociones complejas	Habilidad para comprender emociones complejas y/o sentimientos simultáneos de amor y odio
	Transiciones de los estados emocionales	Habilidad para reconocer las transiciones de unos estados emocionales a otros
Regular las emociones para promover crecimiento emocional e intelectual	Estados emocionales positivos	Habilidad para estar abierto tanto a los estados emocionales positivos
	Reflexionar sobre las emociones	Habilidad para reflexionar sobre las emociones y

		determinar la utilidad de su información
	Reflexionar emociones propias y las de los demás	Habilidad para vigilar reflexivamente nuestras emociones y las de otros y reconocer su influencia
	Regular emociones propias y de los demás sin minimizarlas	Habilidad para regular nuestras emociones y las de los demás sin minimizarlas o exagerarlas

Nota. Esta tabla muestra la operacionalización del concepto de la inteligencia emocional, basada en el modelo de Mayer y Salovey (1997). En donde también se incluyen categorías, criterios e indicadores de análisis para las diferentes técnicas aplicadas.

6.11 Análisis de resultados del diagnóstico inicial

En el siguiente apartado se presentan los resultados del diagnóstico inicial y las categorías establecidas con los instrumentos (guía de observación, guía de análisis de documentos, cuestionario, guía de entrevista) que fueron utilizados durante la investigación.

Tabla 2.

Resultado de la Observación no participante

Categorías de análisis	**Criterios de análisis**	**Indicadores de análisis**	**Observación**
Percibir con precisión, valorar y expresar emoción	Identificar emociones propias	Habilidad para identificar nuestras propias emociones	Algunos docentes al inicio de la práctica mostraron la capacidad para identificar sus emociones, sin embargo, en otras ocasiones esa percepción se vio afectada por conflictos en el aula.
	Identificar emociones en otras personas	Habilidad para identificar emociones en otras personas, diseños, arte... a través del lenguaje, sonido...	En algunas ocasiones los docentes lograban reconocer las emociones en los demás. Sin embargo, en situaciones de conflicto o crisis se apreciaba ambigüedad entre emociones negativas y positivas.
	Expresar sentimientos	Habilidad para expresar correctamente	No siempre se expresaron adecuadamente los sentimientos, debido a que había momentos en los que no se estableció una comunicación asertiva.

		nuestros sentimientos y las necesidades asociadas a ellos	
	Discriminar expresiones emocionales	Habilidad para discriminar entre expresiones emocionales honestas y deshonestas	Algunos docentes mostraron dificultad para discriminar entre expresiones emocionales honestas y deshonestas, especialmente cuando se generaba algún conflicto o crisis lo cual es comprensible, también acorde a los estudiantes implicados en el conflicto.
Acceder y/o generar emociones cuando facilitan pensamientos	Atención a la información importante	Habilidad para descubrir las que emociones facilitan el pensamiento y la dirección de la atención a la información importante	En algunas ocasiones la atención se interrumpió, por la ambigüedad en las emociones (negativas-positivas) que dificultaron la atender a los aspectos y momentos importantes.
	Formación de juicio	Habilidad para apreciar las emociones que facilitan la formación de juicios y recuerdos	En algunas ocasiones los docentes pudieron formar juicios de valor, no siempre estos juicios fueron justos pues estuvo mediada la opinión crítica por emociones negativas.

	Perspectiva de puntos de vista	Habilidad para apreciar las variaciones emocionales y cambios de perspectiva y puntos de vista	Algunos docentes mostraron una apertura a los diferentes puntos de vista, aunque otras veces mantuvieron una postura inflexible ante diferentes situaciones. Estas variaciones emocionales dependen de la opinión previa que tiene forjada sobre el o los estudiantes implicados en la situación problemática.
	Acercamiento a los problemas	Habilidad para razonar, apreciar estados emocionales del otro y sentimientos como la felicidad	En algunas ocasiones no fue posible la resolución de un problema dada la implicación emocional del docente negativa o positiva o la ambigüedad de su situación.
Comprender la emoción y el conocimiento emocional	Designar diferentes emociones	Habilidad para designar diferentes emociones y reconocer relaciones entre la palabra y el significado de la emoción	No siempre se pudo evidenciar claridad para designar las diferentes emociones pues es confuso, sobre todo apreciar lo que el estudiante expresa a través del llanto, la risa, la palabra o el gesto.
	Emociones y diferentes situaciones	Habilidad para entender las relaciones entre las emociones y las	En algunas ocasiones se pudo observar la dificultad para relacionar las emociones con situaciones específicas. Al igual que el indicador anterior la interpretación está mediada por la subjetividad del

		diferentes situaciones a las que obedecen	investigador, pero lo importante es que el docente trata de comprender de qué se trata, cuál emoción expresa el o los estudiantes y él mismo.
	Comprender emociones complejas	Habilidad para comprender emociones complejas y/o sentimientos simultáneos de amor y odio	Algunos docentes mostraron cierta comprensión de las emociones complejas como la falta de empatía.
	Transiciones de los estados emocionales	Habilidad para reconocer las transiciones de unos estados emocionales a otros	No siempre lograron identificar de manera adecuada los estados emocionales y sobre todo la transición de la tranquilidad o al miedo, de la alegría a la tristeza, entre otras.
Regular las emociones para promover crecimiento emocional e intelectual	Estados emocionales positivos	Habilidad para estar abierto tanto a los estados emocionales positivos	En la mayoría de las ocasiones los docentes manifestaron apertura a los estados emocionales positivos, no se observaron emociones negativas explícitas.
	Reflexionar sobre las emociones	Habilidad para reflexionar sobre las emociones y	No siempre se evidenció la reflexión profunda sobre las emociones, aunque en lo interior de los docentes seguramente ocurrían pues se apreciaban cambios en su actuación en determinados contextos.

	determinar la utilidad de su información	
Reflexionar emociones propias y las de los demás	Habilidad para vigilar reflexivamente nuestras emociones y las de otros y reconocer su influencia	Algunos docentes lograron reflexionar sobre sus propias emociones y la de los demás, lo cual se observó en las manifestaciones de los docentes en pocos momentos, ello no debe interpretarse como ¨no tener la habilidad¨.
Regular emociones propias y de los demás sin minimizarlas	Habilidad para regular nuestras emociones y las de los demás sin minimizarlas o exagerar las	No siempre lograron regular adecuadamente sus emociones. Ello se observa en su actuación, es complejo lograrlo en situaciones emocionales tanto negativas, positivas como ambiguas.

Nota. La presente tabla muestra el análisis de la observación no participante realizada en las prácticas preprofesionales (PP) durante séptimo, octavo y noveno ciclo en una institución del cantón Biblián.

Tabla 3.

Cuestionario aplicado en docentes para el diagnóstico inicial

Categorías de análisis	**Criterios de análisis**	**Indicadores de análisis**	**Test TMMS-24**

Percibir con precisión, valorar y expresar emoción	Identificar emociones propias	Habilidad para identificar nuestras propias emociones	Los resultados muestran que los 18 docentes presentan un nivel adecuado de percepción emocional.
	Identificar emociones en otras personas	Habilidad para identificar emociones en otras personas, diseños, arte... a través del lenguaje, sonido...	
	Expresar sentimientos	Habilidad para expresar correctamente nuestros sentimientos y las necesidades asociadas a ellos	
	Discriminar expresiones emocionales	Habilidad para discriminar entre expresiones emocionales honestas y Deshonestas	

Acceder y/o generar emociones cuando facilitan pensamientos	Atención a la información importante	Habilidad para descubrir las que emociones facilitan el pensamiento y la dirección de la atención a la información Importante	Los resultados muestran que los 18 docentes presentan un nivel adecuado de facilitación emocional.
	Formación de juicio	Habilidad para apreciar las emociones que facilitan la formación de juicios y recuerdos	
	Perspectiva de puntos de vista	Habilidad para apreciar las variaciones emocionales y cambios de perspectiva y puntos de vista	
	Acercamiento a los problemas	Habilidad para razonar, apreciar estados emocionales del otro y sentimientos como la felicidad	

Comprender la emoción y el conocimiento emocional	Designar diferentes emociones	Habilidad para designar diferentes emociones y reconocer relaciones entre la palabra y el significado de la emoción
	Emociones y diferentes situaciones	Habilidad para entender las relaciones entre las emociones y las diferentes situaciones a las que obedecen
	Comprender emociones complejas	Habilidad para comprender emociones complejas y/o sentimientos simultáneos de amor y odio
	Transiciones de los estados emocionales	Habilidad para reconocer las transiciones de unos estados emocionales a otros

Regular las emociones para promover crecimiento emocional e intelectual	Estados emocionales positivos	Habilidad para estar abierto tanto a los estados emocionales positivos	Los datos obtenidos muestran que los 18 docentes presentan un nivel adecuado de regulación emocional.
	Reflexionar sobre las emociones	Habilidad para reflexionar sobre las emociones y determinar la utilidad de su información	
	Reflexionar emociones propias y las de los demás	Habilidad para vigilar reflexivamente nuestras emociones y las de otros y reconocer su influencia	
	Regular emociones propias y de los demás sin minimizarlas	Habilidad para regular nuestras emociones y las de los demás sin minimizarlas o exagerarlas	

Nota. La presente tabla muestra el análisis obtenido a través del uso del test TMMS-24 para evaluar los estados emocionales, tal como lo son el nivel de percepción, comprensión y regulación emocional aplicado a 18 docentes de la institución.

Tabla 4.

Guía de entrevista

Categorías de análisis	**Guía de entrevista**
Percibir con precisión, valorar y expresar emoción	Los docentes mencionan que, si son capaces de reconocer sus propias emociones dentro de su actividad docente, de cómo pueden sentirlas de manera intensa y de esta forma poder llegar a los niños. Los docentes mencionan que si logran expresar de forma adecuada sus emociones pues algunas personas son francas en decir las cosas, como también en tener cuidado en cómo se dicen las cosas que para evitar inconvenientes con los demás puesto a que no todos piensan de la misma manera. Se menciona que es difícil poder identificar la sinceridad en las otras personas, ya que a veces ocultan cosas, pueden fingir y no se sabe si en realidad la persona está siendo honesta o está mintiendo.
Acceder y/o generar emociones cuando facilitan pensamientos	Los docentes mencionan que las emociones influyen en la concentración, por lo que es importante mantener una actitud positiva dentro del aula. Los docentes mencionan que es importante también tener en cuenta que las decisiones que se toman en lo profesional no deben estar basadas en las emociones negativas, aunque varias veces estas sí pueden influir.

	Los docentes mencionan la importancia de comprender a la otra persona, aunque muchas de las veces no se esté de acuerdo. Dentro del aula es importante tener una sensibilidad ante el estado emocional del otro especialmente con los estudiantes.
Comprender la emoción y el conocimiento emocional	Los docentes mencionan de igual manera que los años de experiencia les ha servido para poder comprender las emociones dentro de su desempeño profesional, aunque en otras ocasiones no se puede estar de acuerdo a la emoción, dependiendo la circunstancia, pero tratan de hacer lo mejor posible. Las emociones que se sienten en el ejercicio profesional son la alegría, la tristeza, el miedo, la ira, la sorpresa, la culpa, la empatía, la gratitud, la envidia y la ansiedad. Los docentes mencionan que sus emociones si influyen en su vida profesional debido a diferentes situaciones que suelen mezclarse en el ámbito educativo como los diferentes problemas que se pueden dar en el aula o hasta incluso con los mismos colegas, por lo que es importante saber lidiar con todo para tener un buen manejo de las emociones. Los docentes mencionan que tratan de conversar y buscar una solución y no quedarse con lo que está pasando, si la situación requiere de ayuda externa lo hacen de igual manera para buscar soluciones al problema que se dé. También lo manejan mediante la autoconciencia, la empatía y la comunicación abierta, comprendiendo las emociones propias y ajenas, entre compañeros de trabajo. Los docentes mencionan que deben saber llevar las cosas y saberlas manejar de una buena manera, para así evitar problemas con los demás. Como también buscar soluciones o conversar, darse un espacio para pensar las cosas de una forma más tranquila.

Regular las emociones para promover crecimiento emocional e intelectual	Los docentes mencionan que es importante mantener una actitud positiva, puesto que dentro del aula es importante mantener un ambiente emocional saludable con los estudiantes, además de que el reflexionar sobre las propias emociones le permite a la persona tener un crecimiento personal y también en lo profesional. Los docentes mencionan que, si se toman un tiempo para poder analizar sus actitudes o situaciones que se pudieron haber dado dentro de la institución, de esta forma poder analizar la situación para también poder mejorar ciertos aspectos propios de cada uno de ellos. Los docentes mencionan que a veces es difícil tratar de entender o poner en el lugar de la otra persona, pero se trata de ponerse en el lugar del otro para entender y tratar de comprender y solucionar los problemas de la mejor manera. Como también el desafío que se presenta al intentar regular las emociones, aceptar y admitir lo que siento, evitando que esas emociones dominen su comportamiento, venciendo la dificultad de tratar las emociones fuertes como la ira o la tristeza sin dejarme llevar por ellas.

Nota. La presente tabla muestra el análisis obtenido mediante las entrevistas realizadas a 6 docentes de la institución con el objetivo de determinar su conocimiento sobre la inteligencia emocional.

Tabla 5.

Guía de análisis de documentos diario de campo de 7mo ciclo

Categorías de análisis	**Criterios de análisis**	**Indicadores de análisis**	**Guía de análisis de documentos**

Percibir con precisión, valorar y expresar emoción	Identificar emociones propias	Habilidad para identificar nuestras propias emociones	Algunas veces el docente mostró la capacidad de poder identificar sus emociones, pero que en algunas ocasiones se vio afectado por diferentes circunstancias desarrolladas en el aula.
	Identificar emociones en otras personas	Habilidad para identificar emociones en otras personas, diseños, arte... a través del lenguaje, sonido...	Algunas veces el docente lograba reconocer las emociones en las otras personas, de igual manera cuando se presentaba alguna dificultad esta percepción cambia.
	Expresar sentimientos	Habilidad para expresar correctamente nuestros sentimientos y las necesidades asociadas a ellos	No siempre el docente expresaba de manera adecuada sus sentimientos, puesto a que el diálogo y la comunicación no se daban al momento de atravesar alguna dificultad en el aula.

	Discriminar expresiones emocionales	Habilidad para discriminar entre expresiones emocionales honestas y deshonestas	En algunas ocasiones el docente presentó la dificultad de identificar las expresiones emocionales honestas y deshonestas en los demás.
Acceder y/o generar emociones cuando facilitan pensamientos	Atención a la información importante	Habilidad para descubrir las que emociones facilitan el pensamiento y la dirección de la atención a la información Importante	En ocasiones la atención a la información importante fue interrumpida por ciertas acciones, de esta forma se dificulta ofrecer una atención necesaria a los aspectos importantes.
	Formación de juicio	Habilidad para apreciar las emociones que facilitan la formación de juicios y recuerdos	No siempre se pudo evidenciar la formación de juicios de valor, por ciertas actitudes que se presentaban en el aula.

	Perspectiva de puntos de vista	Habilidad para apreciar las variaciones emocionales y cambios de perspectiva y puntos de vista	En algunas ocasiones el docente manifestó una apertura a la apreciación de variaciones emocionales, pese a que en ocasiones se mantuvo una postura rígida en situaciones conflictivas.
	Acercamiento a los problemas	Habilidad para razonar, apreciar estados emocionales del otro y sentimientos como la felicidad	Solamente en algunas ocasiones se pudo establecer soluciones o establecer un diálogo en las situaciones que se daban.
Comprender la emoción y el conocimiento emocional	Designar diferentes emociones	Habilidad para designar diferentes emociones y reconocer relaciones entre la palabra y el significado de la emoción	No siempre se pudo evidenciar que el docente designará las diferentes emociones y a su vez reconocerlas.

Emociones y diferentes situaciones	Habilidad para entender las relaciones entre las emociones y las diferentes situaciones a las que obedecen	En algunas ocasiones, se observó en el docente la dificultad para relacionar las emociones en diferentes situaciones.
Comprender emociones complejas	Habilidad para comprender emociones complejas y/o sentimientos simultáneos de amor y odio	Algunas veces el docente mostró comprensión de emociones complejas, pese a que no fue de una manera constante.
Transiciones de los estados emocionales	Habilidad para reconocer las transiciones de unos estados emocionales a otros	No siempre el docente identifica de forma adecuada las transiciones emocionales, debido a ciertas situaciones en el aula.

Regular las emociones para promover crecimiento emocional e intelectual	Estados emocionales positivos	Habilidad para estar abierto tanto a los estados emocionales positivos	En algunas ocasiones el docente manifestó la apertura a los estados emocionales positivos.
	Reflexionar sobre las emociones	Habilidad para reflexionar sobre las emociones y determinar la utilidad de su información	No siempre se evidencio una reflexión de manera profunda sobre las emociones propias o ajenas.
	Reflexionar emociones propias y las de los demás	Habilidad para vigilar reflexivamente nuestras emociones y las de otros y reconocer su influencia	En algunas ocasiones el docente reflexiono sobre sus emociones, al igual que las emociones de los demás.
	Regulares emociones propias y de los	Habilidad para regular nuestras	No siempre el docente regula sus emociones de manera adecuada, debido a las diferentes circunstancias que se dan.

	demás sin minimizarlas	emociones y las de los demás sin minimizarlas o exagerarlas	

Nota. La presente tabla muestra el análisis de los diarios de campo realizados en las prácticas preprofesionales de séptimo ciclo.

Tabla 6.

Guía de análisis de documentos diario de campo de 9no ciclo

Categorías de análisis	**Criterios de análisis**	**Indicadores de análisis**	**Guía de análisis de documentos**
Percibir con precisión, valorar y expresar emoción	Identificar emociones propias	Habilidad para identificar nuestras propias emociones	Algunas veces la docente mostró la capacidad de identificar sus emociones, aunque en ciertas ocasiones esto se vio afectado por ciertas tensiones en el aula.
	Identificar emociones en otras personas	Habilidad para identificar emociones en otras personas, diseños, arte... a través del lenguaje,	En ciertas ocasiones el docente lograba reconocer las emociones en las demás personas, de igual manera cuando se presentaban diferentes situaciones en el aula esta percepción cambiaba.

		sonido...	
	Expresar sentimientos	Habilidad para expresar correctamente nuestros sentimientos y las necesidades asociadas a ellos	No siempre se expresan de manera adecuada los sentimientos, debido a que el desarrollo de ciertas acciones dificulta el diálogo y la comunicación.
	Discriminar expresiones emocionales	Habilidad para discriminar entre expresiones emocionales honestas y deshonestas	En algunas ocasiones se presentó la dificultad de discriminar las expresiones emocionales honestas y deshonestas.
Acceder y/o generar emociones cuando facilitan pensamientos	Atención a la información importante	Habilidad para descubrir las que emociones facilitan el pensamiento y la dirección de la	En ciertas ocasiones, la atención a la información importante fue interrumpida por ciertas acciones, lo que dificulto darle importancia a la información importante.

	atención a la información Importante	
Formación de juicio	Habilidad para apreciar las emociones que facilitan la formación de juicios y recuerdos	No siempre se pudo evidenciar la formación de juicios de valor, por ciertas acciones que se presentaban en el aula.
Perspectiva de puntos de vista	Habilidad para apreciar las variaciones emocionales y cambios de perspectiva y puntos de vista	En algunas ocasiones el docente manifestó una apertura a la apreciación de variaciones emocionales, pese a esto en otras ocasiones se mantuvo una postura rígida en situaciones conflictivas.
Acercamiento a los problemas	Habilidad para razonar, apreciar estados emocionales del otro y	En algunas ocasiones, no se pudo establecer soluciones o un diálogo en las diferentes situaciones que se daban.

		sentimientos como la felicidad	
Comprender la emoción y el conocimiento emocional	Designar diferentes emociones	Habilidad para designar diferentes emociones y reconocer relaciones entre la palabra y el significado de la emoción	No siempre se pudo evidenciar que el docente designará las diferentes emociones.
	Emociones y diferentes situaciones	Habilidad para entender las relaciones entre las emociones y las diferentes situaciones a las que obedecen	En algunas ocasiones, se observó la dificultad para relacionar las emociones en diferentes situaciones.
	Comprender emociones complejas	Habilidad para comprender emociones complejas y/o sentimientos	Algunas veces el docente mostró comprensión de emociones complejas, pese a que no fue de una manera constante.

		simultáneos de amor y odio	
	Transiciones de los estados emocionales	Habilidad para reconocer las transiciones de unos estados emocionales a otros	No siempre el docente identifica de forma adecuada las transiciones emocionales, debido a ciertas situaciones en el aula.
Regular las emociones para promover crecimiento emocional e intelectual	Estados emocionales positivos	Habilidad para estar abierto tanto a los estados emocionales positivos	En algunas ocasiones los docentes manifestaron la apertura a los estados emocionales positivos.
	Reflexionar sobre las emociones	Habilidad para reflexionar sobre las emociones y determinar la utilidad de su información	No siempre se evidencio una reflexión de manera profunda sobre las emociones propias o ajenas.

	Reflexionar emociones propias y las de los demás	Habilidad para vigilar reflexivamente nuestras emociones y las de otros y reconocer su influencia	En algunas ocasiones el docente reflexiona sobre sus emociones, al igual que las emociones de los demás.
	Regulares emociones propias y de los demás sin minimizarlas	Habilidad para regular nuestras emociones y las de los demás sin minimizarlas o exagerarlas	No siempre el docente regula sus emociones de manera adecuada, debido a las diferentes circunstancias que se dan.

Nota. La presente tabla muestra el análisis de los diarios de campo realizados en las prácticas preprofesionales de noveno ciclo.

6.12 Triangulación de la información

La triangulación de datos en esta investigación permitió abordar el fenómeno de estudios lo que favorece a una comprensión más profunda en cuanto al fortalecimiento de la inteligencia emocional en los docentes.

Categoría de análisis 1: Percibir con precisión, valorar y expresar emoción

Tabla 7.

Triangulación categoría de análisis 1

Técnica	Resultados clave	Convergencia
Observación no participante	Algunos docentes logran percibir con presión, valorar y expresar las emociones.	No se evidencian coincidencias con otras técnicas.
TMMS-24	De acuerdo con los resultados obtenidos los docentes poseen un nivel adecuado de percepción emocional.	Coincide con las entrevistas realizadas a las docentes.
Entrevistas a docentes	Los docentes logran percibir con presión, valorar y expresar las emociones.	Coincide con los resultados obtenidos en el test TMMS-24.
Diarios de campo	Algunas veces los docentes logran percibir con presión, valorar y expresar las emociones.	No se evidencian coincidencias con otras técnicas.

Nota. La presente tabla muestra la triangulación de las 4 técnicas utilizadas para el análisis del diagnóstico inicial.

En cuanto a la categoría de percepción emocional los resultados obtenidos en dos técnicas que mostraron coincidencia fueron el test TMMS-24 y las entrevistas realizadas a los docentes. Ya que en el test se menciona que los docentes poseen un nivel adecuado de percepción emocional puesto a que se encuentran dentro de los parámetros establecidos. Como también en las entrevistas los docentes supieron manifestar que, si logran percibir con presión, valorar y expresar las emociones. Aunque si logran hacerlo a veces no resulta ser tan fácil y que la experiencia que ganan con los años les ha ayudado a poder comprender a sus estudiantes.

En lo que se refiere a las otras dos técnicas que es la observación participante y los diarios de campo no reflejaron ninguna coincidencia. Puesto a que en la observación algunos docentes al principio de la práctica lograron identificar sus emociones, sin

embargo, al presenciar conflictos o desacuerdos su percepción emocional se vio afectada, al igual que expresar sus sentimientos esto provocó que no se pudiera establecer un diálogo ante las dificultades. Mientras que en los diarios de campo se indica que en algunas ocasiones los docentes manifestaban señales emocionales que no eran notorias, como señales de tensión o desacuerdo. Esto revela que los docentes tienen cierta conciencia emocional, pero no siempre logran aplicarla de manera práctica y coherente en su entorno laboral.

Categoría de análisis 2: Acceder y/o generar emociones cuando facilitan pensamientos

Tabla 8.

Triangulación categoría de análisis 2

Técnica	Resultados clave	Convergencia
Observación no participante	Algunos docentes lograron generar emociones cuando facilitan pensamientos.	No se evidencian coincidencias con otras técnicas.
Entrevistas a docentes	Los docentes logran acceder y/o generar emociones cuando facilitan pensamientos.	No se evidencian coincidencias con otras técnicas.
Diarios de campo	Algunos docentes lograron generar emociones cuando facilitan pensamientos.	No se evidencian coincidencias con otras técnicas.

Nota. La presente tabla muestra la triangulación de tres de las 4 técnicas utilizadas, debido a que el test no evalúa el nivel de facilitación emocional, estas técnicas fueron utilizadas para el análisis del diagnóstico inicial.

En relación a la ausencia de coincidencias dentro de esta categoría de facilitación emocional a través del análisis de los resultados obtenidos en las diferentes técnicas proporcionan algunas variaciones. Puesto que principalmente en la observación participante se menciona que algunos docentes no identifican sus emociones propias, al igual que identificar las emociones en los demás, expresar

sus sentimientos y discriminar expresiones emocionales, ya que se ve afectada por ciertos conflictos que se dan en el aula. En cambio, en las entrevistas realizadas los docentes mencionan si logran acceder y/o generar emociones cuando facilitan pensamientos.

En relación al diario de campo, se describe que en ciertas ocasiones las emociones que se generaron por las tensiones en el aula, distrajeron un poco la atención de los procesos de enseñanza-aprendizaje. Sin embargo, se logró redirigir la atención hacia lo verdaderamente importante. Como también se destaca que algunas veces los docentes tienen dificultades para apreciar las variaciones emocionales y los cambios de perspectiva o punto de vista, en donde se identificó momentos en los que no se evidencio que pudieran comprender las diferentes formas de sentir o ciertas situaciones del aula.

Categoría de análisis 3: Comprender la emoción y el conocimiento emocional

Tabla 9.

Triangulación categoría de análisis 3

Técnica	Resultados clave	Convergencia
Observación no participante	Algunas veces los docentes designan las diferentes emociones, al igual que en diferentes situaciones, comprender emociones complejas y transiciones de los estados emocionales.	Coincide con los diarios de campo
TMMS-24	De acuerdo con los resultados obtenidos los docentes poseen un nivel adecuado de comprensión emocional.	Coincide con las entrevistas realizadas a las docentes.
Entrevistas a docentes	Los docentes si logran comprender la emoción y el conocimiento emocional, pero dependiendo la	Coincide con los resultados obtenidos en el test TMMS-24 y la observación no participante.

	situación que se les presente a veces les resulta difícil identificar ciertas emociones.	
Diarios de campo	Algunas veces los docentes designan las diferentes emociones, al igual que en diferentes situaciones, comprender emociones complejas y transiciones de los estados emocionales.	Coincide con las entrevistas y la observación no participante.

Nota. La presente tabla muestra la triangulación de las 4 técnicas utilizadas para el análisis del diagnóstico inicial.

Respecto a la categoría de comprensión emocional los resultados obtenidos en dos técnicas que mostraron coincidencia fueron el test TMMS-24 y las entrevistas realizadas a los docentes. Ya que en el test se menciona que los docentes poseen un nivel adecuado de comprensión emocional puesto a que se encuentran dentro de los parámetros establecidos. Mientras que en las entrevistas los docentes señalan que las emociones influyen en la concentración, por lo que es importante mantener una actitud positiva dentro del aula y tener en cuenta qué las decisiones que se toman en lo profesional, no deben estar basadas en las emociones negativas, aunque varias veces estas sí pueden influir.

Por el contrario, las otras dos técnicas que coinciden son la observación no participante y los diarios de campo. Por lo que en la observación no participante se menciona que no siempre se puede evidenciar claridad para designar las emociones, al igual que la dificultad para entender las emociones en diferentes situaciones y que no siempre mostraron comprensión ante las emociones complejas. En lo que se refiere a los diarios de campo se menciona que los docentes algunas veces han desarrollado emociones negativas vinculadas a diferentes situaciones que se han dado dentro del aula. Al igual que en algunas ocasiones han tenido dificultades para comprender las emociones propias y la de los demás. Como también, se señala que no siempre lograron identificar de manera adecuada los estados emocionales.

Categoría de análisis 4: Regular las emociones para promover crecimiento emocional e intelectual

Tabla 10.

Triangulación categoría de análisis 4

Técnica	Resultados clave	Convergencia
Observación no participante	Algunas veces los docentes promovieron estados emocionales positivos, reflexionaron sobre las emociones propias y de los demás, como también regular las emociones propias y de los demás sin minimizarlas.	Coincide con los diarios de campo.
TMMS-24	De acuerdo con los resultados obtenidos los docentes poseen un nivel adecuado de regulación emocional.	Coincide con las entrevistas realizadas a las docentes.
Entrevistas a docentes	Los docentes regulan las emociones para promover un crecimiento emocional e intelectual.	Coincide con los resultados obtenidos en el test TMMS-24.
Diarios de campo	Algunas veces los docentes promovieron estados emocionales positivos, reflexionaron sobre las emociones propias y de los demás, como también regular las emociones propias y de los demás sin minimizarlas.	Coincide con las entrevistas y la observación participante.

Nota. La presente tabla muestra la triangulación de las 4 técnicas utilizadas para el análisis del diagnóstico inicial.

En cuanto a la categoría de regulación emocional los resultados obtenidos en dos técnicas que mostraron coincidencia fueron el test TMMS-24 y las entrevistas realizadas a los docentes. Debido a que en el test se menciona que los docentes poseen un nivel adecuado de percepción emocional puesto a que se encuentran dentro de los parámetros establecidos. Mientras que en las entrevistas los docentes mencionan que es importante mantener una actitud positiva, puesto que dentro del aula es importante mantener un ambiente emocional saludable con los estudiantes, además de que el reflexionar sobre las propias emociones le permite a la persona tener un crecimiento personal y también en lo profesional.

Por el contrario, las otras dos técnicas que coinciden son la observación no participante y los diarios de campo. Dentro de la observación participante en algunas ocasiones los docentes manifestaron apertura a los estados emocionales positivos, al igual que reflexionar sobre sus propias emociones y de los demás, aunque no siempre se evidencio una reflexión profunda, al igual que regular sus emociones. En los diarios de campo se señala que en ciertas ocasiones los docentes ante diferentes situaciones presentadas, reflexionaron y estuvieron dispuestos al diálogo con el fin mantener y llevar una relación positiva dentro del aula. Al igual que evidenciar de que en ciertas ocasiones los docentes logran reflexionar sobre las emociones y las emociones de los demás.

6.13 Matriz de categorías

Tabla 11.

Matriz de categorías para el análisis cualitativo.

Categorías de análisis	Criterios de análisis de las categorías	Indicadores de análisis de los criterios	Triangulación la información obtenida a partir la aplicación de estos instrumentos: Observación, entrevista, análisis de documentos (Diario de campo) y Test TMMS24
Percibir con precisión, valorar y expresar emoción	Identificar emociones propias	Habilidad para identificar nuestras propias emociones	Al haber realizado la triangulación de los instrumento se ha determinado que los docentes son capaces de identificar sus emociones. Tal como lo menciona una docente en una de las entrevistas ¨soy una persona que pienso que siento intensamente cada una de las emociones¨. Es uno de los hallazgos que se han identificado en la que los docentes mencionan que son capaces de identificar sus emociones.
	Identificar emociones en otras personas	Habilidad para identificar emociones en otras personas, diseños, arte... a través del lenguaje, sonido...	En cuanto al identificar las emociones los docentes mencionan que, si pueden identificar las emociones en otras personas, dependiendo las situaciones que se presenten los docentes pueden identificarlas y saber manejarlas. Uno de los docentes de las entrevistas realizadas menciona lo siguiente ¨Claro, cada emoción puede expresar de diferente forma y en nuestro caso inclusive en las emociones a veces dentro del aula escolar deben ser, como le digo, escondidas¨. Por lo tanto, los docentes mencionan que pueden hacerlo ya que las experiencias les ha permitido, por ejemplo, en el aula de clases en la actitud de los niños, cuando están tristes, cuando tienen algún problema lo demuestran y los docentes ya saben lo que puede estar sucediendo.
	Expresar sentimientos	Habilidad para expresar correctamente nuestros sentimientos y	Los docentes mencionan que, si pueden expresar correctamente sus sentimientos, aunque a veces es difícil cada docente pasa por diferentes situaciones en su diario vivir, hay veces que actúan de buena manera y en otra situaciones que no logran estar bien. Uno de los docentes menciona lo siguiente, ¨Podría decir que las emociones en la actividad docente cada día como dije siempre son diferentes. Habrá días en que yo también esté contenta por

		las necesidades asociadas a ellos	alguna situación personal que pueda tener y otros días que no, pero en la institución siempre debemos dar nuestra mejor cara como dice con los niños. Y nunca debemos portarnos mal para que así ellos aprendan también que la vida hay cosas buenas y hay cosas malas. Por lo tanto, los docentes mencionan que siempre hay que tratar de tomar las cosas con calma, por más que se esté atravesando cualquier situación hay que ver las cosas de manera positiva y estar bien y demostrarlo en el aula.
	Discriminar expresiones emocionales	Habilidad para discriminar entre expresiones emocionales honestas y deshonestas	Los docentes mencionan que es difícil poder identificar en una persona si son honestos o no, cada persona es un mundo diferente, pueden ocultar cosas o no ser sinceros. Por lo que una de las docentes entrevistadas menciona lo siguiente ¨hay algunas maneras que me pueden ayudar a evaluar si la persona es sincera. Una de ellas considero que es la comunicación no verbal. Cuando una persona evita el contacto visual, cruza los brazos, muestra nerviosismo, al dialogar conmigo, puede ser una señal de deshonestidad¨. En sí, lograr determinar si una persona es honesta o deshonesta es algo complejo por el hecho de que cada persona es diferente y actúan diferente, por lo que mencionan que en los niños es más fácil determinar si un niño dice la verdad o no, las experiencias como docentes les ha ayudado a poder identificar.
Acceder y/o generar emociones cuando facilitan	Atención a la información importante	Habilidad para descubrir las que emociones facilitan el pensamiento y la dirección de la atención a la	Los docentes mencionan que hay momentos en donde las emociones influyen en la atención a la información importante. Al no tener un buen día, el estar atravesando por diferentes situaciones es lo que influye directamente con las actividades que se realizan y dentro del contexto educativo igual. Uno de los docentes menciona lo siguiente ¨hay momentos en los que cuando uno tiene una situación emocionalmente baja, se podría decir, uno de pronto no tiene esa capacidad igual con la alta. Porque la emoción puede causar desconcentración¨. Por lo que también se menciona que hay que dentro de la institución

pensamientos		información importante	hay que saber separar lo problemas cuando se llega al aula, pues los niños perciben todo y también influye en ellos.
	Formación de juicio	Habilidad para apreciar las emociones que facilitan la formación de juicios y recuerdos	Los docentes mencionan que las emociones si influyen en las decisiones que se toman, pues el saber las emociones les permite actuar de buena manera y que decisión tomar ante las diferentes circunstancias. Por lo que una de las docentes entrevistadas menciona que ¨las emociones sí tienen mucho que ver, pero uno tiene que aprender a manejar las emociones, porque muchas veces se ven casos de que, si uno está, digamos, de malas, con algún problema, con emociones negativas, pues no toma las mejores decisiones¨. Este hallazgo conjuntamente con los demás, se habla de lo importante que es el manejo de las emociones especialmente dentro del contexto educativo por lo que siempre hay que tomar las cosas con calma y saber pensar para hacer las cosas bien.
	Perspectiva de puntos de vista	Habilidad para apreciar las variaciones emocionales y cambios de perspectiva y puntos de vista	Los docentes son conscientes de que existen varias situaciones que se pueden dar dentro del contexto educativo, pero siempre es importante mantener el diálogo con las personas involucradas y así actuar de la manera correcta. Un docente en uno de los hallazgos menciona lo siguiente ¨Me gusta siempre los momentos que pueda salir, conversar, disipar, o como dicen hacer algunos ejercicios de meditación, uno pensar que está en otro lugar, respirar, trabajar con la respiración, pienso que todo eso a uno le ayuda a centrarse un poquito más¨. De igual manera conjuntamente con los otros hallazgos se menciona que los años de experiencia los ha llevado a saber cómo actuar, a evitar diferentes situaciones y lo más importante darse un espacio para pensar y saber que hacer en los conflictos.

	Acercamiento a los problemas	Habilidad para razonar, apreciar estados emocionales del otro y sentimientos como la felicidad	Los docentes mencionan que algunas veces las actitudes de los docentes los ha llevado a reflexionar sobre su profesión. Por lo que en uno de los hallazgos un docente menciona lo siguiente ¨A veces sí, uno sí sí, he cambiado de opinión, porque se dice no, no era haber sido profesora, porque de acuerdo a otras opiniones de los compañeros, le bajan la moral, pero cómo no se tiene esa vocación, esas ganas de servir al prójimo, se sigue adelante y no se les para, ósea mucha, mucha cuenta, pero si afecta¨. Por lo que conjuntamente con los otros hallazgos tanto los estados emocionales de la otra persona si influyen, van a ver ocasiones que no se esté de acuerdo con el otro, existan discrepancias, por lo que mencionan que es importante ser empáticos y respetar al otro.
Comprender la emoción y el conocimiento emocional	Designar diferentes emociones	Habilidad para designar diferentes emociones y reconocer relaciones entre la palabra y el significado de la emoción	Los docentes mencionan que, si pueden designar las diferentes emociones, de igual manera reiteran que la experiencia es lo que los ha llevado comprender la situaciones y las emociones. Uno de los docentes entrevistados menciona que ¨Sí, porque ya con 38 años de servicio, creo que eso ya, por añadidura, uno se da cuenta cuando se está con ánimo de algo, sin ánimo, con ganas de hacer algo, no de hacer algo, siempre las emociones influyen bastante en el ser humano¨. Entonces, conjuntamente con los otros hallazgos se menciona que los docentes pueden identificar sus emociones, saber discernir si está bien o mal o que aspecto mejorar.
	Emociones y diferentes situaciones	Habilidad para entender las relaciones entre las	Ciertos docentes dicen que no y otros que sí, se menciona que no hay que dejar que las emociones influyan es las diferentes circunstancias. Uno de los docentes entrevistados destaca lo siguiente ¨Muchas de las veces no, porque si me pongo a hacer caso esas emociones, sería un caos, hay que saber trabajar, controlar y seguir adelante¨. Por lo tanto,

	emociones y las diferentes situaciones a las que obedecen	conjuntamente con los otros hallazgos mencionan que hay que saber controlar las emociones, para que de esta forma no influyan en las distintas situaciones, ya sea con ellos mimos, la familia y el entorno escolar.
Comprender emociones complejas	Habilidad para comprender emociones complejas y/o sentimientos simultáneos de amor y odio	Los docentes mencionan que tratan de llevar las situaciones de buena manera, comprendiendo de esta forma las emociones para saber cómo actuar ante las diferentes circunstancias que se dan. De acuerdo con otro docente ¨Llegar analizar la situación a veces porque se dan algún tipo de problema, que está generando alguna emoción y tratar de ver la solución o sea siempre, no quedarse en hoy esto me está afectando y ya, y dejo que me siga afectando, no, tratemos de solucionar lo que me está afectando, que es lo que está pasando, porque me estoy sintiendo así y cómo puedo cambiar eso¨. Conjuntamente con los otros hallazgos mencionan que se debe tratar de solucionar las cosas que les está afectando, que es lo que está pasando, porque se sienten así y cómo podrían cambiar eso.
Transiciones de los estados emocionales	Habilidad para reconocer las transiciones de unos estados emocionales a otros	Los docentes mencionan que reconocen las transiciones de los estados emocionales a otros, destacan que siempre están en constante cambio de emociones, pero deben saber cómo trabajarlas. Desde el punto de vista de otro docente ¨Como personas que vivimos trabajando, siempre estamos en constante cambio de emociones, pero hay que saberlas trabajar eso, hay que saberlas llevar, hay que saber las discernir, hay que saberlas también ocultar, no todo debe salir al frente, ni todo debe ser dicho, también hay que saber ser un poquito, como decir, constante en las cosas para que no haya problemas con los demás¨. Así pues, con los otros hallazgos obtenidos que menciona que es importante manejar las

			emociones de manera adecuada, reflexionar sobre qué es lo que está pasando y así poder mantener la calma.
Regular las emociones para promover crecimiento emocional e intelectual	Estados emocionales positivos	Habilidad para estar abierto tanto a los estados emocionales positivos	Los docentes mencionan que, si pueden tener una actitud positiva, puesto que siempre es importante tratar de pensar de manera positiva y tener en cuenta que todos los problemas son solucionables, En palabras de otro docente ¨Sí, porque si me hago de frustrar yo mismo voy a sentirme mal, mejor hay que buscar otros medios, otras formas de salir adelante para no caer en ese conflicto¨. En efecto, con los otros hallazgos mantener una actitud positiva, es tratar de ver los desafíos, al igual que analizar los problemas permite ver a las dificultades como oportunidades de aprendizaje.
	Reflexionar sobre las emociones	Habilidad para reflexionar sobre las emociones y determinar la utilidad de su información	Los docentes mencionan que, si pueden reflexionar sobre las emociones, además de analizar si se tuvo algún inconveniente o alguna dificultad en la institución, como también alguna emoción negativa. Como afirma otro docente ¨Sí, a veces, ya cuando uno se sale de la institución, se llega a la casa, se analiza, se piensa y se dice, no, esto no debería ser así, esto no debía ponerme así, entonces se trata de arreglar porque somos humanos, no somos perfectos, pero hay que buscar ser buenos¨. Así pues, con los otros hallazgos se menciona que el reflexionar sobre las emociones y como influyen en las acciones o en situaciones que se pudieron dar de buena o mala manera, les permite analizar si estuvo bien o mal y de esta forma poder mejorar.
	Reflexionar emociones propias y las de los demás	Habilidad para vigilar reflexivamente nuestras emociones y	Los docentes mencionan que si pueden reflexionar las emociones propias y de los demás de igual manera mencionan que el ejercicio docente les ha permitido reflexionar sobre todas las situaciones que se generan dentro del aula. Según otro docente ¨Sí, porque muchas de las veces se han tenido inconvenientes con los padres de familia, pero hay que hablar, no, hay que hablar con ellos, hay que llegar a un acuerdo, hay que dejar de lado, esas

	las de otros y reconocer su influencia	emociones malas por el bien de la institución, del aula y de la comunidad educativa en general¨. Por lo tanto, conjuntamente con los hallazgos sin duda la reflexión de cada situación que se les presente en la vida les permite analizar sobre sus emociones, que hicieron o que hicieron, de igual manera con la otra persona.
Regular emociones propias y de los demás sin minimizarlas	Habilidad para regular nuestras emociones y las de los demás sin minimizarlas o exagerarlas	Los docentes mencionan que se presentan desafíos al sentir las emociones de manera intensa, debido a que tampoco se hablan mucho de las emociones negativas. Tal como lo afirma otro docente ¨El desafío que se presenta al intentar regular mis emociones es aceptar y admitir lo que siento, evitando que esas emociones dominan mi comportamiento, venciendo la dificultad de tratar mis emociones fuertes como la ira o la tristeza sin dejarme llevar por ellas¨. Así pues, con los otros hallazgos que hay que tratar de regular las emociona, para poder hacer las cosas de mejor manera, dejando los aspectos negativos a un lado para dar lo mejor de uno mismo.

Nota. La presente tabla muestra una matriz de categorías para el análisis cualitativo.

7. Propuesta

7.1 Título de la guía

Guía para el fortalecimiento de la Inteligencia emocional de los docentes de Educación General Básica del cantón Biblián.

7.2 Descripción del contenido

La presente propuesta tiene como finalidad implementar una guía ¿práctica? para el fortalecimiento de la Inteligencia emocional de los docentes de Educación General Básica una escuela del cantón Biblián. Previamente antes de la elaboración de esta guía se pudo constatar a través del diagnóstico que se requiere el fortalecimiento de la Inteligencia emocional de los docentes dentro de la institución.

El diagnóstico consistió en la implementación de un test para evaluar los estados emocionales en los docentes (TMMS-24), se realizaron entrevistas a 5 docentes de la institución lo que también contribuyo a determinar que se requiere de un fortalecimiento de la Inteligencia emocional. Se observó el proceso educativo en la escuela y se recogió información en un Diario de campo durante el séptimo, octavo y noveno ciclo, por lo cual se analiza como documento.

De igual manera se realizó la fundamentación teórica que sustenta la importancia de la Inteligencia emocional y el modelo de Mayer y Salovey, al igual que la relevancia que tiene la aplicación del Test en los docentes. En efecto se menciona que dentro del contexto educativo es importante ampliar y fortalecer el tema de la Inteligencia emocional en los docentes. Además, también conjuntamente con los objetivos que se plantean se alinean a las necesidades identificadas con el uso de los diferentes instrumentos de evaluación y lo que se pretende alcanzar con la elaboración de esta propuesta.

Por tanto, la creación de esta guía permitirá el fortalecimiento de la Inteligencia emocional de los docentes de la institución, con la implementación de actividades basadas 5 sesiones que empieza con una sesión de introducción al tema y las otras 4 hacen referencia a las 4 habilidades las mismas que serán evaluadas al final de cada sesión. Por último, se realizará un grupo focal con docentes que deseen participar para conversar sobre el tema de la Inteligencia emocional y las actividades realizadas donde podrán dar su punto de vista y qué impacto tuvo de manera personal, incluso que se puede mejorar para próximas propuestas.

7.3 Objetivo general de la guía

Fortalecer la inteligencia emocional de los docentes de Educación General Básica en una escuela del cantón Biblián, mediante la implementación de una guía didáctica.

7.4 Guía de fortalecimiento y sesiones de trabajo

7.5 Matriz de planificación de la guía para el desarrollo de las sesiones de trabajo con los docentes

Tabla 12.

Matriz de planificación

Sesiones	Objetivo	Actividad	Responsable	Evaluación
Sesión 1	Sensibilizar a los docentes sobre la importancia de la inteligencia emocional.	Actividad 1. Padlet/Presentación del tema. Actividad 2. Termómetro emocional.	Investigadora y docentes participantes.	Ficha de autoevaluación de los sujetos investigados. Evaluación de la investigadora.
Sesión 2	Reconocer las emociones propias y de los demás mediante actividades de reflexión que le permitan al docente	Actividad 1. Diario emocional Actividad 2. Rueda de las emociones	Investigadora y docentes participantes.	Ficha de autoevaluación de los sujetos investigados Evaluación de la investigadora

	percibir las emociones.			
Sesión 3	Analizar cómo las emociones influyen en la toma de decisiones en diferentes situaciones.	Herramienta mentimeter Actividad 1. Role playing o Juego de roles. Actividad 2. Semáforo emocional.	Investigadora y docentes participantes.	Ficha de Heteroevaluación de los sujetos investigados Evaluación de la investigadora
Sesión 4	Aprender a comprender las emociones mediante una estrategia reflexiva.	Actividad 1. Árbol de las emociones Actividad 2. Escalera de la metacognición.	Investigadora y docentes participantes.	Ficha de autoevaluación de los sujetos investigados. Evaluación de la investigadora.
Sesión 5	Promover en los docentes estrategias efectivas para la regulación emocional.	Actividad 1. Mindfulness Actividad 2. Círculo de las emociones	Investigadora y docentes participantes.	Ficha de autoevaluación de los sujetos investigados. Evaluación de la investigadora.

Sesión 6	Conocer las percepciones de los docentes durante el desarrollo de las sesiones, con la	Conversación del tema con los docentes.	Investigadora y docentes participantes.	Evaluación de la investigadora

Nota. La presente tabla muestra una matriz de planificación (objetivo–actividad–responsable–evaluación)

7.5.1 Sesión 1

Tabla 13.

Sesión 1: Introducción al tema

Sesión 1: Introducción al tema				
Objetivo	**Actividades**	**Materiales**	**Tiempo**	**Justificación teórica**
Sensibilizar a los docentes sobre la importancia de la inteligencia emocional.	**Actividad 1. Responder las siguientes preguntas en un Padlet:** **Procedimiento:** 1. Se les entregará a los docentes unos papeles de notas adhesivas donde puedan responder la siguiente s pregunta: • ¿Defina que son para usted las emociones? • ¿Cuáles son las principales	- Material elaborado (termómetro emocional). - Papeles de notas adhesivas. - Hojas. - Esferos.	10 min	**Termómetro emocional** El termómetro emocional es una herramienta que permitirá a los docentes a poder identificar los distintos estados de ánimo que tienen en el día. En relación al termómetro emocional el autor Hernández (2018) menciona lo siguiente ¨Se cuentan con estudios que reconocen que analizar las emociones es un fenómeno multidisciplinario, aún se haga evidente que indagar en ellas es un tema complejo, pues intenta desmenuzar sentimientos y emociones¨ (p. 5). Por lo que esta herramienta en los docentes facilita el reconocimiento, el control y la expresión de las emociones.

	emociones que usted manifiesta? • ¿Cómo influyen en su desempeño profesional como docente? **Breve introducción al tema** **Procedimiento:** 1. Presentar y analizar el concepto sobre emociones e inteligencia emocional. 2. Breve explicación sobre el modelo de Mayor y Salovey y sus 4 habilidades. Link de la presentación:	15 min

Actividad 2. Termómetro emocional **Procedimiento:** 1. Se le entregará una hoja a cada docente en donde tendrán que colorear o encerrar sus emociones más frecuentes en el transcurso del día. 2. Será opcional que los docentes participen y puedan compartir sus respuestas o que es lo que piensan con los demás. (Ver Anexo M)	15 min

Ficha de autoevaluación de los sujetos investigados **Evaluación de la investigadora**	- Hojas	5 min	

Nota. La presente tabla muestra las actividades diseñadas en base al diagnóstico inicial, para la aplicación de la sesión 1 que comprende la introducción del tema.

7.5.2 Sesión 2

Tabla 14.

Sesión 2: Percepción emocional

Sesión 2: Percepción emocional

Objetivo	Actividades	Materiales	Tiempo	Justificación teórica
Reconocer las emociones propias y de los demás mediante actividades de reflexión que le permitan al	**Actividad 1. Diario emocional** **Procedimiento:** 1. Se dará una hoja dividida en dos secciones en donde los docentes responderán las	- Hojas - Esferos.	20 min	**Diario emocional** El diario emocional es una herramienta que les permite a los docentes ser reflexivos y dar a conocer sus experiencias emocionales cotidianas, lo que facilita el reconocimiento de las emociones. Según Fernández (2023) menciona lo siguiente ¨Los docentes, suelen sentir diferentes sensaciones o emociones a lo largo de su jornada laboral, y uno de los puntos que suele afectarles es el alcance o fracaso de los objetivos¨ (p. 4). Por lo

docente percibir las emociones.	siguientes preguntas: ¿Cómo me sentí hoy? ¿Por qué me sentí así? ¿Cómo lo puede gestionar? 2. Se les pedirá valoración sobre una de las emociones que sintieron durante el transcurso de sus actividades docentes. 3. Opcional que alguien de manera voluntaria pueda compartir con el resto de los participantes lo que escribió. 4. Reflexión y lluvia de ideas cómo se sintieron al

que esta herramienta les brindara a los docentes poder realizar una reflexión escrita en la que puedan decir cómo se sienten, el porqué de cómo se sintieron y como lo pudieron gestionar, en si su aplicación en los docentes contribuye al fortalecimiento de la inteligencia emociona al ser capaces de reconocer sus emociones y como gestionarlas.

	reconocer sus emociones.		

(Ver Anexo N)

Actividad 2. Rueda de emociones **Procedimiento:** 1. Presentar una rueda de emociones elaborada para trabajarla con los docentes. 2. Elaborar tarjetas con casos en la aplicación con problemas que suceden o pueden suceder diariamente que se representan con diferentes emociones.	- Material elaborado (Rueda de las emociones). - Tarjetas	20 minutos	**Rueda de las emociones** La rueda de las emociones es una herramienta que permite reconocer las emociones mediante las emociones básicas. Los autores Díaz y Flores (2001) mencionan lo siguiente ¨Elaboró un modelo taxonómico de las emociones colocando ocho primarias en un círculo, de tal manera que las menos similares se encuentren en mutua oposición, con lo cual obtiene los siguientes cuatro ejes: alegría-tristeza, disgusto-aceptación, ira-miedo, sorpresa-anticipación¨ (p. 3). Por lo que esta herramienta se convierte en una herramienta clave para el fortalecimiento de la inteligencia emocional de los docentes.

	3. Los docentes tendrán que identificarlas con cada emoción. 4. Explicar por qué eligieron esa emoción. (Ver Anexo Ñ) (Ver Anexo O)	
	Ficha de autoevaluación de los sujetos investigados	5 min
	Evaluación de la investigadora	

Nota. La presente tabla muestra las actividades diseñadas en base al diagnóstico inicial, para la aplicación de la sesión 2 que comprende la percepción emocional.

7.5.3 Sesión 3

Tabla 15.

Sesión 3: Facilitación emocional

Sesión 3: Facilitación emocional		

Objetivo	Actividades	Materiales	Tiempo	Justificación teórica
Analizar cómo las emociones influyen en la toma de decisiones en diferentes situaciones.	Antes de empezar con las actividades se dio uso de la herramienta mentimeter para que los docentes ingresen en un link y describan en una sola palabra que es la facilitación emocional para ellos. (Ver Anexo P) **Actividad 1. Role playing o Juego de roles** **Procedimiento:** 1. Se explica a los docentes que tienen que formar grupos de 3 a 4 participantes, en donde tendrán que interpretar el caso que les toque al azar.	- Hojas. - Tarjetas con los casos.	10 min	**Role playing o juego de roles** El role playing o juego de roles es una técnica que permite que los docentes puedan tener diferentes perspectivas en las que puedan reconocer sus emociones y de los demás mediante la representación de diferentes situaciones. La autora Martín (1992) menciona lo siguiente ¨la utilización de juegos de rol permite comprender y vivenciar la realidad de otras personas siguiendo un proceso empático¨ (p. 1) Por lo que la implementación de esta técnica es lo que permitirá que los docentes mediante diferentes situaciones planteadas puedan reflexionar y analizar como influyen las emociones frente a los conflictos o dificultades que se puedan presentar en el contexto educativo.

2. Tienen que presentar el caso y como solución deben proponer alternativas o estrategias para enfrentarlo.
3. Al final se realizará una reflexión grupal:

- ¿Qué emoción se pudo evidenciar?
- ¿Qué influyó en la decisión?
- ¿Cuáles son las mejores alternativas o estrategias?

(Ver Anexo Q)

Actividad 2. Semáforo emocional **Procedimiento:** 1. Se explica a los docentes en qué consiste el semáforo de las emociones. Los colores corresponden a rojo (me detengo), amarillo (pienso) y verde (actuó). 2. Se darán tarjetas con ejemplos y una hoja con la plantilla del semáforo. 3. Los docentes tendrán que decir cómo actuarían usando el semáforo de las emociones	- Material elaborado (Semáforo emocional). - Tarjetas con ejemplos. - Hojas para la actividad.	25 in	**Semáforo emocional** El semáforo emocional es una técnica que permite a los docentes poder identificar, reconocer y gestionar sus emociones, teniendo en cuenta Color rojo: “PARA”, Color amarillo: “PIENSA” Color verde: “ACTÚA”. Según Mensactiva menciona lo siguiente ¨La técnica del semáforo es una estrategia de intervención de uso frecuente en niños, pero que también resulta muy útil en adultos¨. Por lo que su uso contribuye una mayor estabilidad emocional, que los docentes sean consientes de sus propias emociones y como deben actuar ante las diferentes situaciones que se presentan.

	completando la plantilla.	
	(Ver Anexo R) (Ver Anexo S)	
Ficha de Heteroevaluación de los sujetos investigados		5 min
Evaluación de la investigadora		

Nota. La presente tabla muestra las actividades diseñadas en base al diagnóstico inicial, para la aplicación de la sesión 3 que comprende la facilitación emocional.

7.5.4 Sesión 4

Tabla 16.

Sesión 4: Comprensión emocional

Sesión 4: Comprensión emocional				
Objetivo	**Actividades**	**Materiales**	**Tiempo**	**Justificación teórica**

Aprender a comprender las emociones mediante una estrategia reflexiva.	**Actividad 1. Árbol de las emociones** **Procedimiento:** 1. Explicar a los docentes cómo se va a realizar la actividad con el árbol. 2. En el material que se va a presentar los docentes van a tener que ir colocando en cada palabra escrita en las hojas del árbol lo que se especifica en el material se les va a proporcionar. 3. Se les va a dar unas hojas adhesivas para que	- Material elaborado (Árbol de las emociones). - Notas adhesivas. - Esferos.	40 min	**Árbol de las emociones** El árbol de las emociones es una herramienta que le permite a la persona poder comprender e identificar sus emociones, siendo también un espacio de expresión emocional en donde los docentes puedan expresarse en base a sus vivencias. El autor Montagud (2020) destaca lo siguiente ¨El propósito de esta dinámica es ayudar a los participantes a identificar emociones y sus causas, creando una visión más clara de cómo las emociones afectan sus acciones y decisiones¨.

vayan colocando cada docente.

4. Al final se realizará primero la autorreflexión y luego la reflexión grupal para determinar cómo influye en mí y cómo lo aprecio en los demás.

(Ver Anexo T)

Actividad 2. Escalera de la metacognición

¿Qué he aprendido?

¿Cómo lo he aprendido?

¿Para qué me ha servido?

¿En qué otras ocasiones puedo usarlo?

(Ver Anexo U)

10 min **Escalera de la metacognición**

La escalera de la metacognición es una herramienta que favorece la reflexión sobre los pensamientos propios del pensamiento, el aprendizaje y la toma de decisiones. El autor Tovar (2024) menciona lo siguiente:

> La metacognición hace referencia al conocimiento de los propios procesos cognitivos, de los resultados de estos procesos y de cualquier aspecto que se relacione con ellos; es decir el aprendizaje de las propiedades

relevantes que se relacionen con la información y los datos. (p. 3)

Por lo que su uso permite que los participantes puedan analizar, comprender que han aprendido, como lo han aprendido, para que les ha servido y en que otras ocasiones lo podrían usar. Como también el uso de este recurso permite la autoevaluación sobre las actividades realizadas permitiendo la reflexión emocional del docente.

Ficha de autoevaluación de los sujetos investigados		5 min
Evaluación de la investigadora		

Nota. La presente tabla muestra las actividades diseñadas en base al diagnóstico inicial, para la aplicación de la sesión 4 que comprende la comprensión emocional

7.5.5 Sesión 5

Tabla 17.

Sesión 5: Regulación emocional

Sesión 5: Regulación emocional				
Objetivo	**Actividades**	**Materiales**	**Tiempo**	**Justificación teórica**

Promover en los docentes estrategias efectivas para la regulación emocional.	**Actividad 1. Mindfullnes** **Procedimiento:** 1. Explicar a los docentes que pasos deben seguir y cómo deben realizar el ejercicio. 2. Se acompañará con un audio de meditación. 3. Se les entregará una infografía con una explicación detallada de cómo tienen que hacer el ejercicio y practicarlo en casa. (Ver Anexo V)	- Infografía. - Parlante.	20 min	**Mindfulness** En cuanto al mindfulness es una técnica que es reconocida por tener beneficios en el ámbito de la salud, pero también ha sobresalido como una herramienta importante dentro del campo educativo. (Mercedes, 2024) Por lo que se apoya del modelo de 4 ramas de Mayer y Salovey, la autora Mercedes (2024) menciona lo siguiente: > A los docentes en lo que respecta al estrés laboral y a saber cómo afrontar ciertas conductas de sus alumnos y en los estudiantes, le ha permitido mejorar su aprendizaje a través de una plena atención y concentración, a la vez, equilibrar sus emociones. (p.15) Por tanto, la aplicación de esta herramienta constituye un recurso importante para el fortalecimiento de la inteligencia emocional en los docentes y así poder consolidar un entorno educativo más consciente y equilibrado.
	Actividad 2. Círculo de las emociones 1. Los docentes contarán con un	- Pelota.	20 min	**Circulo de las emociones** En una herramienta que permite la expresión, la reflexión y un análisis mediante un dialogo con todos los participantes, que se apoya en el modelo de 4 ramas de Mayer y Salovey. El autor

espacio en el que tendrán que sentarse en forma de círculo.

2. Se explicará a los docentes que el fin de la actividad es que puedan reconocer cómo se han sentido a lo largo de las sesiones y como los aprendizajes adquiridos han impactado en su vida diaria.

3. Con una pelota cada docente tendrá que responder lo siguiente:

Vallejo (2016) menciona ¨una forma de ser y de relacionarse grupalmente que llevan al empoderamiento individual y colectivo de aquellas personas que participan de ellos¨ (p. 14). Por lo que esta dinámica favorecerá a la identificación de las emociones, como también su impacto en el trascurso de las sesiones y de esta forma fortalecer el aspecto emocional en el contexto educativo.

- ¿Qué emoción es la que más ha sentido frecuentemente?
- ¿Cómo las emociones han impactado en su desarrollo como docente?
- ¿Dentro del aula como lograría regular las emociones en sus estudiantes? Así uno por uno pueda ir respondiendo.

Actividad extra: Respiración diafragmática

Procedimiento:

1. Explicar paso por paso cómo se realizará la

- Infografía.

Respiración diafragmática

La respiración diafragmática es una técnica importante que ayuda a los docentes en el manejo del estrés, puesto a que su actividad diaria ya sea en la escuela o en su vida personal lo ocasiona. Por lo que los autores Rodríguez et. al (2018) mencionan lo siguiente ¨Cuando un participante no se beneficia de las estrategias de relajación es necesario recurrir a procedimientos

respiración diafragmática. 2. Mencionar a los docentes que será un momento de relajación. 3. Luego de realizar el ejercicio se les dará a los docentes una infografía para que puedan realizarlo en casa como ejercicio. (Ver Anexo W)		externos que disminuyan los efectos psicofisiológicos de estrés¨. Por lo tanto, su uso proporciona bienestar en el docente siendo una herramienta efectiva ante para el control del estrés y de las emociones.
Ficha de autoevaluación de los sujetos investigados **Evaluación de la investigadora**	10 min	

Nota. La presente tabla muestra las actividades diseñadas en base al diagnóstico inicial, para la aplicación de la sesión 5 que comprende la regulación emocional.

7.5.6 Sesión 6

Tabla 18.

Sesión 6: Grupo focal

Sesión 6: Grupo focal

Objetivo	Actividades	Materiales	Tiempo	Justificación teórica
Conocer las percepciones de los docentes durante el desarrollo de las sesiones, con la finalidad de evaluar su impacto en los docentes.	Se les indica a los docentes que tendrán que responder preguntas relacionadas con el desarrollo de las sesiones. Se les indica a los docentes que tendrán que responder preguntas relacionadas con el desarrollo de las sesiones. **Preguntas a realizar a los docentes:** **Inicio** ● ¿Cómo se sintieron durante el	- Herramientas tecnológicas.	25 min	**Grupo focal** En relación al grupo focal es lo que permite recopilar las percepciones de los docentes en cuanto a las 5 sesiones realizadas. De acuerdo con el autor Benavides (2021) ¨Los grupos focales son entrevistas que se realizan en el mismo espacio físico o virtual para recabar información en el marco de los estudios cualitativos¨ (p. 4). Por lo que información obtenida permitirá comprender el punto de vista de cada docente, como también sus vivencias, sus actitudes y los aprendizajes obtenidos al igual que recomendaciones para futuras investigaciones.

	desarrollo de las sesiones? ● ¿Qué momento de las sesiones les pareció más importante? **Experiencias** ● ¿Qué momentos de la sesión generaron en usted reflexión? ● ¿Qué desafíos han enfrentado en su práctica docente relacionado con la inteligencia emocional? **Impacto** ● ¿Cómo la aplicación de las sesiones contribuyó al fortalecimiento de la Inteligencia

	emocional en los docentes? ● ¿De qué manera creen que el fortalecimiento de la inteligencia emocional podría mejorar su práctica docente y el ambiente escolar?
Cierre reflexivo	● ¿Qué obstáculos enfrentó al realizar actividades en cada sesión? ● ¿Qué cambios sugiere en próximas intervenciones relacionadas con el tema?
Evaluación de la investigadora	

Nota. La presente tabla muestra el grupo focal realizado con un grupo de 5 docentes en relación a las sesiones aplicadas.

7.6 Evaluación: heteroevaluación, autoevaluación, coevaluación en el proceso

Esta sección describe las fichas que se diseñaron para evaluar cada sesión desarrollada por los docentes con la finalidad de fortalecer las debilidades determinadas en el diagnóstico inicial y en la aplicación de instrumentos previos a la elaboración de la guía. A continuación, se presentan las fichas de evaluación de la guía:

Tabla 19.

Sesión 1: Ficha de autoevaluación

Ficha de autoevaluación					
Ítem	**No logré identificarlas**	**Logré identificar sólo alguna**	**Logré identificar varias**	**Logré identificarlas todas**	**Observaciones**
Identifiqué mis emociones.					
Reflexioné cómo influyen mis emociones en mi vida.					
Analicé la importancia de la					

inteligencia emocional					
Me sentí a gusto compartiendo mis ideas con los demás.					

Nota. La presente tabla muestra la ficha de autoevaluación de la sesión 1, elaborada en base de las actividades realizadas.

Tabla 20.

Sesión 2: Ficha de autoevaluación

Ficha de Autoevaluación					
Criterio	**Excelente 4**	**Adecuado 3**	**En proceso 2**	**Insuficiente 1**	**Observaciones**
Identifica emociones propias.					
Expresión emocional					

Profundidad en la reflexión.	
Aplicación en la práctica docente	

Nota. La presente tabla muestra la ficha de autoevaluación de la sesión 2, elaborada en base de las actividades realizadas

Tabla 21.

Sesión 3: Ficha de heteroevaluación

Ficha de Heteroevaluación			
Criterio	**Sí**	**No**	**Por qué**
La escena representa de manera clara una emoción.			
Se puede observar que la emoción influye en las decisiones.			
Se proponen estrategias o alternativas.			

Identificó correctamente el color del semáforo emocional.
Aplicó de manera adecuada los pasos: pienso, actúo y me detengo.
Aportó ideas o reflexiones

Nota. La presente tabla muestra la ficha de heteroevaluación de la sesión 3, elaborada en base de las actividades realizadas.

Tabla 22.

Sesión 4: Ficha de autoevaluación

Rúbrica de reflexión emocional				
Criterio	**Nivel alto**	**Nivel medio**	**Nivel bajo**	**Argumente su elección**
Puede designar y reconocer las emociones.				
Logré representar bien mis ideas en el árbol de las emociones.				

Valoré mis emociones sin juzgarme.				
Reflexión Profunda.				
Respeté las emociones que compartieron mis compañeros				

Nota. La presente tabla muestra la ficha de autoevaluación de la sesión 4, elaborada en base de las actividades realizadas.

Tabla 23.

Sesión 5: Ficha de autoevaluación

Rúbrica de autoevaluación				
Criterio	**Nivel alto**	**Nivel medio**	**Nivel bajo**	**Argumente su elección**
Siempre estoy abierto a los estados emocionales positivos.				
Pude reflexionar sobre las emociones y determinar la utilidad de su información.				

Pude reflexionar sobre mis emociones propias y de los demás.	
Puede regular mis emociones.	

Nota. La presente tabla muestra la ficha de autoevaluación de la sesión 5, elaborada en base de las actividades realizadas.

7.7 Bibliografía de referencia de la guía

7.8 Anexos de la guía

7.9 Análisis de resultados de la aplicación de la guía

7.9.1 Sesión 1 Introducción al tema

Figura 1.

Sesión 1: Introducción al tema



Nota. Elaboración propia (2025)

Objetivo: Sensibilizar a los docentes sobre la importancia de la inteligencia emocional.

Descripción de la actividad 1

Antes de desarrollar la actividad 1, mediante la presentación de diapositivas se explicó a los docentes que antes de empezar con las actividades se aplicaría una prueba diagnóstica ¨Expresión de las emociones¨ en la que tenían que responder a una pregunta ¿Qué es para mí la inteligencia emocional en mi función como docente? Con una duración de 10 minutos. Seguido de esto se desarrolló la primera actividad en donde explicó su procedimiento, tenían colocar una nota en un padlet elaborado en el que tendrían que responder las siguientes preguntas ¿Defina que son para usted las emociones? ¿Cuáles son las principales emociones que usted manifiesta? ¿Cómo influyen en su desempeño profesional como docente? La duración de la actividad fue de 10 minutos

Al terminar la actividad se realizó una breve introducción al tema, de igual manera se explicó el procedimiento a los docentes, fue desarrollada mediante diapositivas con información se presentó el modelo propuesto por Mayer y Salovey y sus cuatro ramas con una duración de 15

minutos. Este espacio permitió dialogar con los docentes, hablar sobre su importancia, que opinan sobre el tema y también poder solventar sus dudas.

Descripción de la actividad 2

Seguidamente de la actividad anterior, se desarrolló la siguiente actividad que era el termómetro emocional en el que se elaboró un material didáctico para trabajar con los docentes, se explicó el procedimiento en donde se entregó una hoja con la plantilla de las actividades. En la primera pregunta tenían que encerrar en un círculo como se sienten hoy de acuerdo al termómetro emocional, en la segunda tenían que responder unas preguntas: ¿Qué emoción es la que me acompaña hoy? ¿Qué es lo que me está diciendo la emoción sobre lo que necesito? ¿Qué es lo que provocó está emoción? ¿Qué es lo que puedo hacer para manejar de la mejor manera esta emoción?

La duración de la actividad fue de 15 minutos, donde los docentes pudieron manifestar cómo se sentían en ese momento y responder las preguntas. Por último, se les entregó una hoja que era la ficha de autoevaluación, cada uno de los docentes fue completando de acuerdo a la adquisición de los conocimientos con una duración de 10 minutos.

Actividad 1 Expresión de las emociones

Categoría de análisis: Percepción, facilitación, comprensión y regulación emocional

Análisis

Dentro de la primera actividad, mediante el desarrollo de una prueba diagnóstica los docentes respondieron a una pregunta relacionada con la inteligencia emocional. Se pudo evidenciar una disposición por parte de los docentes para poder contestar, además este ejercicio permitió identificar qué la mayoría si tiene un poco de conocimiento acerca de la inteligencia emocional, por lo que esta dinámica sirvió como un punto de partida para poder introducir el tema de la inteligencia emocional.

Conjuntamente con la utilización del padlet dio paso a que los docentes participaran de manera activa, manifestando sus opiniones y percepciones en relación a lo que saben sobre la inteligencia emocional. Así mismo, de manera articulada con la presentación de las diapositivas se reforzaron los conocimientos en relación a las categorías de análisis. Por lo que estas actividades fueron claves como un punto de partida y acercamiento al tema para dar inicio con las demás sesiones y motivar su participación en las siguientes actividades.

Actividad 2 Termómetro emocional

Categorías de análisis: Percepción, facilitación, comprensión y regulación emocional

Análisis

En relación a la segunda actividad en donde se dio el uso del termómetro de las emociones, los docentes completaron la cartilla y de igual manera, su aplicación dio paso a que los docentes participaran de manera libre y que compartan cómo se sintieron ese día, conjuntamente con las preguntas que tenían que responder. Se pudo determinar que algunos docentes se encontraban felices, otros calmados, también preocupados y otros que se sentían enojados, con esta actividad cada uno de ellos pudo identificar cómo se sentían en ese momento.

Por lo que se pudo interpretar que fueron capaces de identificar sus emociones, al igual que es lo que está generando esa emoción y que es lo que pueden hacer para manejar de mejor manera la emoción. En efecto esta actividad favoreció a la participación de los docentes, a crear un espacio en el que puedan expresar sus emociones, analizar las preguntas enfocadas en las categorías, por lo que se pudo evidenciar que los docentes si comprenden los conceptos iniciales expuestos dentro de esta primera sesión. (Ver Anexo X)

Figura 2.

Análisis de ficha de autoevaluación



Nota. El gráfico representa los resultados obtenidos de la ficha de autoevaluación aplicada a los docentes en la sesión 1.

7.9.2 Sesión 2 Percepción emocional

Figura 3.

Sesión 2: Percepción emocional



Nota. Elaboración propia (2025)

Objetivo: Reconocer las emociones propias y de los demás mediante actividades de reflexión que le permitan al docente percibir las emociones.

Descripción de la actividad 1

Dentro del desarrollo de la primera actividad que fue el diario emocional, principalmente en donde se indicó a los docentes el procedimiento de la actividad en el que se les entregó unas hojas con una plantilla dividida en dos secciones. En la primera tenían que responder las siguientes preguntas: ¿Cómo me sentí hoy? ¿Por qué me sentí así? ¿Cómo lo pude gestionar?, mientras que en la segunda parte tenían que escribir o dibujar sobre sus emociones sentidas hoy, de igual manera dentro de esta actividad se contó con la participación de los docentes quienes dieron su punto de vista, la duración de la actividad fue de 20 minutos.

Descripción de la actividad 2

En la segunda actividad desarrollada que fue la rueda de las emociones, en donde se explicó el procedimiento de la actividad con el uso del material elaborado, se presentaron tarjetas en la herramienta goconqr y una plantilla con el nombre de las emociones. Se planteó en 8 casos basados en la vida diaria, que representan las 8 emociones básicas de Robert Plutchik las cuales son: la alegría, confianza, miedo, sorpresa, tristeza, aversión, ira y la anticipación. Las ocho

emociones fueron distribuidas de manera aleatoria y se dio lectura de los casos en donde cada docente tenía que ir identificando a qué emoción se refería cada caso, la actividad tuvo una duración de 20 minutos.

Actividad 1 Diario emocional

Categorías de análisis: Percepción emocional

Criterios de análisis:

- Identificar emociones propias
- Expresar sentimientos

Indicador de análisis:

- Habilidad para identificar nuestras propias emociones
- Habilidad para expresar correctamente nuestros sentimientos y las necesidades asociadas a ellos

Análisis:

Dentro de la primera actividad los docentes lograron identificar sus emociones, respondiendo las preguntas de cómo se sintieron. La mayoría supo responder que están felices, calmados y tranquilos dando a conocer el porqué de sus emociones, cómo las pudieron gestionar y la relación entre el momento o la actividad que realizan. Como también existieron docentes que supieron manifestar que se encontraban estresados, por diferentes situaciones dentro de la institución.

Asimismo, mediante la segunda parte de la actividad que era escribir o dibujar cómo se sentían algunos decidieron dibujarse y otros docentes decidieron escribir, de esta forma lograron expresar cómo se sintieron en ese momento. Esta actividad permitió que los docentes pudieran identificar y expresar sus emociones partiendo de diferentes situaciones que experimentan los docentes ya sea dentro de la institución, como también de su vida personal, cumpliendo con los indicadores propuestos en esta categoría.

Actividad 2 Rueda de las emociones

Categoría de análisis: Percepción emocional

Criterios de análisis:

- Identificar emociones en otras personas

Indicador de análisis:

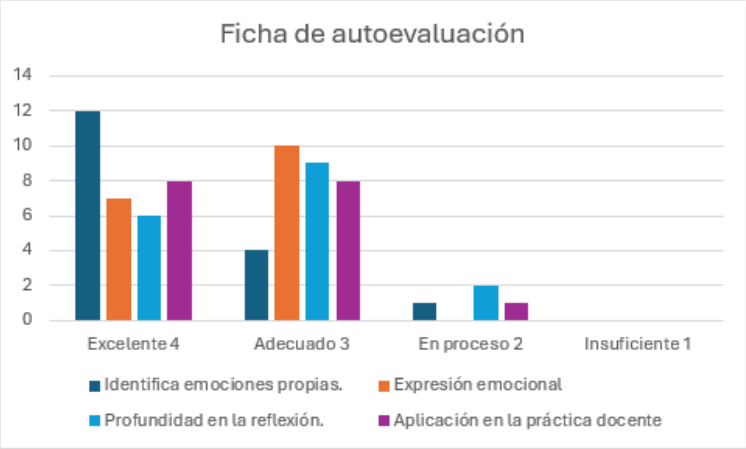
- Habilidad para identificar emociones en otras personas

Análisis:

En cuanto a la segunda actividad les permitió a los docentes poder entender cada caso planteado en base a las diferentes situaciones que se dan en la vida cotidiana. Estos casos se los relaciono con las 8 emociones básicas lo que favoreció que los docentes puedan identificar cada una de ellas mediante los casos. En sus intervenciones supieron manifestar que es la mejor forma relacionarlo con las situaciones que pasan dentro de la institución. Por lo que esta actividad permitió que los docentes mediante casos que se dan en la vida diaria pudieran identificar las emociones en las otras personas, saber cómo se sienten y cómo influye en cada situación que puede darse, cumpliendo con los indicadores propuestos en esta categoría. (Ver Anexo Y)

Figura 4.

Análisis de ficha de autoevaluación



Nota. El gráfico representa los resultados obtenidos de la ficha de autoevaluación aplicada a los docentes en la sesión 2.

7.9.3 Sesión 3 Facilitación emocional

Figura 5.

Sesión 3: Facilitación emocional



Nota. Elaboración propia (2025)

Objetivo: Analizar cómo las emociones influyen en la toma de decisiones en diferentes situaciones.

Descripción de la actividad 1

Antes del desarrollo de las actividades, se indicó a los docentes que debían ingresar a un link de una herramienta llamada mentimeter, en donde tenían que escribir en una sola palabra y definir que es para ellos la facilitación emocional, la actividad tuvo una duración de 10 minutos. Dentro de la primera actividad realizada fue el Role playing o Juego de roles, se explicó a los docentes que tenían que formar grupos de 3 a 4 participantes, para que interpretaran el caso que les toque al azar y que estrategias plantearían, de igual manera se les presentaron los casos en tarjetas, la actividad tuvo una duración de 25 minutos.

Descripción de la actividad 2

En la segunda actividad realizada fue el semáforo de las emociones, se les explicó a los docentes el procedimiento de la actividad con el uso del material elaborado se les aclaró que los colores corresponden a rojo (me detengo), amarillo (pienso) y verde (actuó). Luego se les entregó unas plantillas en las que tenían que completar teniendo en cuenta diferentes situaciones que

representan los tres colores que fueron presentadas en canva, la actividad tuvo una duración de 25 minutos.

Actividad 1 Role playing

Categoría de análisis: Facilitación emocional

Criterios de análisis:

- Formación de juicio
- Perspectiva de puntos de vista

Indicador de análisis:

- Habilidad para apreciar las emociones que facilitan la formación de juicios y recuerdos
- Habilidad para apreciar las variaciones emocionales y cambios de perspectiva y puntos de vista

Análisis:

En cuanto a la primera actividad, los docentes pudieron interpretar las diferentes situaciones que se dan en el aula y dar a conocer sus estrategias. De los 4 grupos 3 manifestaron que es importante saber dialogar, escuchar a la otra persona y saber argumentar con calma, mientras que el otro grupo supo manifestar que saber actuar de la mejor manera es importante y también saber reconocer los errores, ser empáticos y priorizar las emociones.

Por lo tanto, con los casos planteados en base a diferentes situaciones los docentes pudieron analizar e identificar cómo las variaciones emocionales influyen al momento de tomar decisiones, como también lo que demuestra la formación de juicios de valor desde una perspectiva emocional. Por lo que esta actividad favoreció a que los docentes comprendan que las emociones son las que facilitan la formación de juicios de valor y saber apreciar las variaciones emocionales, puesto que permitirá que sepan cómo actuar ante las diferentes situaciones que se puedan dar, cumpliendo con los indicadores propuestos en esta categoría.

Actividad 2 Semáforo de las emociones

Categoría de análisis: Facilitación emocional

Criterios de análisis:

- Atención a la información importante
- Acercamiento a los problemas

Indicador de análisis:

- Habilidad para descubrir las que emociones facilitan el pensamiento y la dirección de la atención a la información importante
- Habilidad para razonar, apreciar estados emocionales del otro y sentimientos como la felicidad

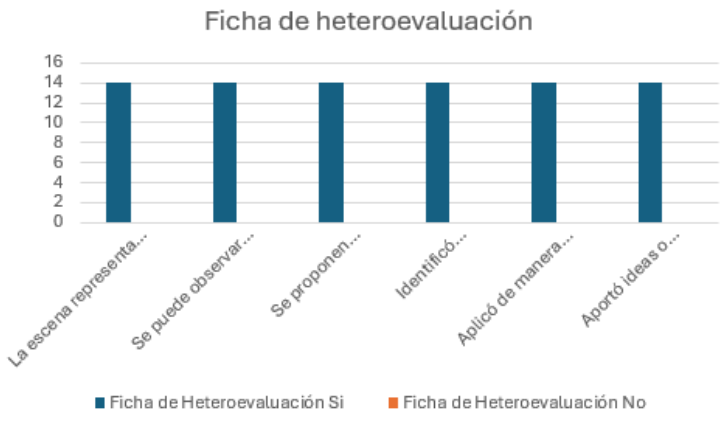
Análisis:

En relación a la segunda actividad que fue el semáforo de las emociones, los docentes completaron la plantilla teniendo en cuenta los ejemplos presentados y lo que representa cada color. Luego de haber culminado con la actividad los docentes supieron manifestar que es importante analizar e identificar cada situación, detenerse cuando una situación se le va de las manos y ponerse a pensar, para saber cómo se debería actuar por lo que consideran importante el desarrollo de esta actividad para saber cómo proceder ante diferentes circunstancias.

Esta actividad permitió que los docentes pudieran determinar diferentes situaciones importantes que dan en el aula y comprender que en el momento adecuado hay que detenerse, saber reflexionar, razonar y tomar decisiones adecuadas. Esto facilita el desarrollo del pensamiento y centrarse en las cosas importantes y en cómo solucionarlas, apreciando los estados emocionales del otro, con el fin de poder solucionar cualquier situación o problema, cumpliendo con los indicadores propuestos en esta categoría. (Ver Anexo Z)

Figura 6.

Análisis de ficha de heteroevaluación



Nota. El gráfico representa los resultados obtenidos de la ficha de heteroevaluación aplicada a los docentes en la sesión 3.

7.9.4 Sesión 4 Comprensión emocional

Figura 7.

Sesión 4: Comprensión emocional



Nota. Elaboración propia (2025)

Objetivo: Aprender a comprender las emociones mediante una estrategia reflexiva.

Descripción de la actividad 1

En la primera actividad se efectuó el árbol de las emociones, en donde se les explicó a los docentes cómo se va a realizar la actividad con el árbol y utilizando el material elaborado. Además, se les entregó una hoja con actividades que tenían que ir completando lo siguiente: la primer asignar un color a cada cuadro de emociones y completar la tabla que comprende familia, amigos, pareja, trabajo, futuro y yo, en donde tenían que colocar las emociones, como las expresa y cuál era la emociona predominante. Y después responder la siguiente pregunta: ¿Qué aprendí sobre mis emociones en esta actividad?, también se les dio una nota adhesiva para que colaran las emociones más significativas en su vida, tuvo una duración de 40 minutos.

Descripción de la actividad 2

En la segunda actividad se desarrolló la escalera de la metacognición, en donde los docentes tenían que responder las siguientes preguntas: ¿En qué otras ocasiones puedo usarlo? ¿Para

qué me ha servido? ¿Cómo lo he aprendido? ¿Qué he aprendido? La actividad tuvo una duración de 10 minutos.

Actividad 1 Árbol de las emociones

Categoría de análisis: Comprensión emocional

Criterios de análisis:

- Designar diferentes emociones
- Comprender emociones complejas
- Transiciones de los estados emocionales

Indicador de análisis:

- Habilidad para designar diferentes emociones y reconocer relaciones entre la palabra y el significado de la emoción
- Habilidad para comprender emociones complejas y/o sentimientos simultáneos de amor y odio
- Habilidad para reconocer las transiciones de unos estados emocionales a otros

Análisis:

Dentro de la primera actividad el árbol de las emociones les permitió a los docentes poder comprender sus emociones, como designarlas y reconocer que emoción es más significativa para ellos en su vida. Puesto que los docentes dieron su punto de vista y mencionaron que para ellos todas las emociones son representativas y válidas en cualquier aspecto de sus vidas, ya sean en situaciones buenas o algún aspecto negativo, pues de eso se debe sacar lo mejor de sí mismos.

Por lo que, esta actividad, en primer lugar, permitió que los docentes pudieran designar diferentes emociones, como también comprender las emociones complejas pues las relaciona con cada aspecto importante de su vida y cómo las expresa, al igual que las transiciones de los estados emocional al poder identificar cuáles eran las emociones predominantes en su vida, cumpliendo con los indicadores propuestos en esta categoría.

Actividad 2 Escalera de la metacognición

Categoría de análisis: Comprensión emocional

Criterios de análisis:

- Emociones y diferentes situaciones

Indicador de análisis:

- Habilidad para entender las relaciones entre las emociones y las diferentes situaciones a las que obedecen

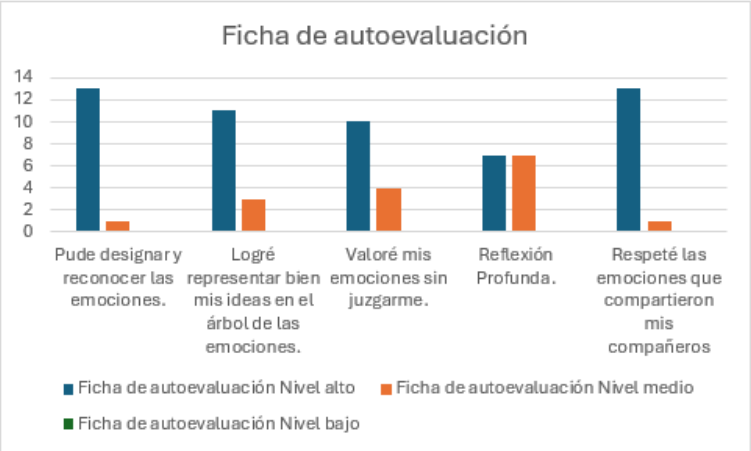
Análisis:

En cuanto a la segunda actividad, la escalera de la metacognición, todos los docentes respondieron mencionando que es importante saber comprender las emociones de uno mismo y de los demás, como también saber reflexionar ante las diferentes situaciones y saber cómo actuar, siempre respetando a la otra persona. Además de mencionar cómo las emociones se las puede percibir que surgen en diferentes situaciones o contextos específicos, hasta en una conversación con un colega.

Dentro del ejercicio de esta actividad que los llevó a los docentes a reflexionar sobres las emociones y sus diferentes situaciones, teniendo en cuenta que es lo que han aprendido, como lo han aprendido, para que les has servido y en qué otras ocasiones pueden usarlo, mencionando que siempre en cada situación se sienten emociones diferentes y ya saben cómo deben actuar, además cumple con los indicadores propuestos en esta categoría. (Ver anexo AA)

Figura 8.

Análisis de ficha de autoevaluación



Nota. El gráfico representa los resultados obtenidos de la ficha de autoevaluación aplicada a los docentes en la sesión 4.

7.9.5 Sesión 5 Regulación emocional

Figura 9.

Sesión 5: Regulación emocional



Nota. Elaboración propia (2025)

Objetivo: Promover en los docentes estrategias efectivas para la regulación emocional.

Descripción de la actividad 1

Antes de comenzar con las actividades se recordó un poco de las sesiones anteriores y diferentes docentes dieron sus ideas y sus puntos de vista en cuanto a las actividades. Dentro de esta actividad en la que se empezó con el Mindfullnes, en donde se les fue explicando a los docentes los pasos que deben seguir y cómo deben realizar el ejercicio, el mismo que fue acompañado con un audio de meditación con una duración aproximada de 15 minutos. En donde los docentes pudieron relajarse un poco y tener en cuenta la importancia de darse un tiempo para sí mismos poder meditar y descansar la mente.

Dentro de esta actividad los docentes la siguieran tal cual como el video explicada y al terminar la meditación, mencionaron que se sintieron relajados y se despreocupan un rato de todo, que también lo quisieran realizar en sus casas. Dentro de la presentación que visualizaron en todas las sesiones se les mencionó que, dentro de la misma, se encontraba una infografía que les

indica los pasos y cómo deben realizar la meditación. Puesto que, la guía elaborada les sería muy útil para poder empezar con esta actividad en sus casas.

Descripción de la actividad 2

En cuanto a la segunda actividad que se desarrolló fue el círculo de las emociones, en donde se les explicó a los docentes el procedimiento en el que principalmente tenían que ponerse en forma de círculo y que les entregaría una pelota. La persona que tuviera la pelota podía hablar y expresarse, también se les mencionó que no estaban en la obligación de hablar pues solamente lo podrían hacer las personas que quisieran. Esta actividad fue muy importante puesto que todos los docentes participaron y fueron pasándose la pelota y hablando libremente de sobre todas las sesiones.

Dieron a conocer principalmente la importancia de desarrollar las actividades que se plantearon, puesto que no solo servirían para sí mismos, sino que también mencionaron que lo quisieran aplicar dentro del aula, ya que muchas de las veces no se trabaja el tema de la inteligencia emocional en el aula. Asimismo, mencionaron que esta actividad fue de mucha ayuda para que cada uno de los docentes pudieran expresarse, aunque a veces no quisieran hacerlo el espacio fue cómodo para poder dar su punto de vista y tener en cuenta que hablar y saber comunicar lo que uno siente y las situaciones que les molesta podrían solucionar muchos inconvenientes que se podrían dar, con una duración de 30 minutos.

Actividad 1 Mindfulness

Categoría de análisis: Regulación emocional

Criterios de análisis: Estados emocionales positivos

Indicador de análisis: Habilidad para estar abierto tanto a los estados emocionales positivos

Análisis:

En la primera actividad que es el mindfulness permitió a los docentes que se puedan concentrar en el momento, sentir, observar y conectar con sus propias emociones. Los docentes expresaron haberse sentido relajados y en un momento de paz, puesto que era la primera vez para algunos y nunca habían sentido esa experiencia. Para que después de haberse relajado y haya culminado la meditación, vuelven nuevamente a su estado normal para algunos termina

siendo positivo, mientras que, para otros sin ninguna complicación, mientras que para otro nuevamente a sus momentos de estrés.

En esta actividad, se evidencio que se pudo mantener y experimentar emociones positivas, el espacio en silencio y la respiración, ayudaron a reducir las tensiones acumuladas y alguna carga negativa. Por lo que esta actividad fortaleció la regulación emocional desde los estados emocionales, de esta forma cumple con los indicadores propuestos en esta categoría.

Actividad 2 Círculo de las emociones

Categoría de análisis: Regulación emocional

Criterios de análisis:

- Reflexionar sobre las emociones
- Reflexionar emociones propias y las de los demás, Regular emociones propias y de los demás sin minimizarlas

Indicador de análisis:

- Habilidad para reflexionar sobre las emociones y determinar la utilidad de su información
- Habilidad para vigilar reflexivamente nuestras emociones y las de otros y reconocer su influencia
- Habilidad para regular nuestras emociones y las de los demás sin minimizarlas o exagerarlas

Análisis:

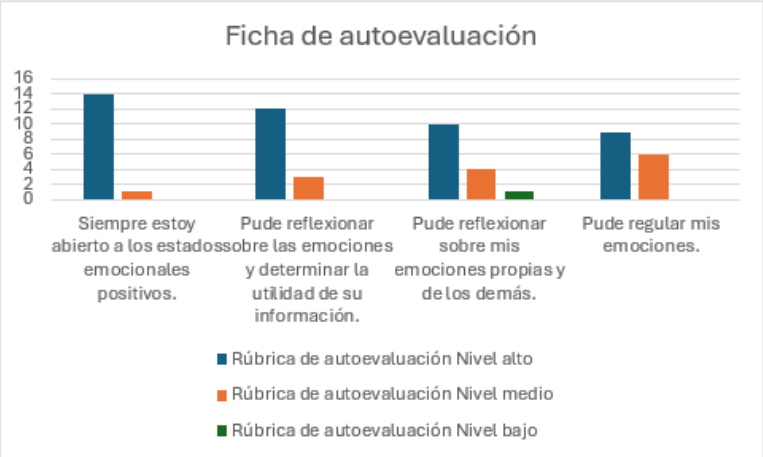
En cuanto a la segunda actividad, principalmente dio paso a que los docentes pudieran expresarse libremente sin sentirse obligados o presionados. Como también dentro de este espacio cada uno de ellos dieron su punto de vista lo que los llevó a reflexionar en cuanto diferentes situaciones que se dan en la institución y lo bueno que es contar con espacios en los que puedas dialogar de manera tranquila, hasta incluso decir las cosas que te molestan sin que la otra persona se sienta atacada con el fin de solucionar cualquier conflicto que se pueda generar. También expresaron que, muchas de las veces es difícil saber identificar y expresar sus emociones.

Asimismo, se pudo observar que los docentes lograron no solo identificar lo que ellos sentían, sino también como regular sus emociones, como saber manejar las emociones y con el uso de

estrategias ponerlas en práctica. Lo que indica que fue un proceso de regulación emocional adecuado ya que todos participaron, reforzando el tema de la inteligencia emocional y que de esta forma cumple con los indicadores propuestos en esta categoría. (Ver Anexo AB)

Figura 10.

Análisis de ficha de autoevaluación



Nota. El gráfico representa los resultados obtenidos de la ficha de autoevaluación aplicada a los docentes en la sesión 2.

7.9.6 Sesión 6 Grupo focal

Figura 11.

Sesión 6: Grupo focal



Nota. Elaboración propia (2025)

Objetivo: Conocer las percepciones de los docentes durante el desarrollo de las sesiones, con la finalidad de evaluar su impacto en los docentes.

Descripción de la actividad

En cuanto a la aplicación de la última sesión en la que se desarrolló el grupo focal con la participación de 5 docentes de la institución. Antes de empezar se les aclaró a las docentes que el uso de la información sería con fines académicos y recordarles que ya habían firmado el consentimiento informado. Teniendo claro esto, la sesión empezó dando a conocer el objetivo y el procedimiento de la misma en la que respondieron unas preguntas iniciales enfocadas en ciertos puntos el primero fue de cómo se sintieron en el desarrollo de las sesiones, como también que momento les pareció más importante.

El segundo fue preguntas sobre las experiencias, los momentos que más les generaron reflexión, de igual manera los desafíos que han presentado en sus prácticas como docentes relacionados con la inteligencia emocional. El tercero fue el impacto, de cómo la aplicación de las sesiones contribuyó al fortalecimiento de la inteligencia emocional y también de cómo el fortalecimiento de la inteligencia emocional les ayudaría a mejorar su práctica docente. Y por último el cierre reflexivo, relacionado con los obstáculos que han enfrentado al realizar las actividades y cuáles son los cambios que sugieren en próximas intervenciones, con una duración de 25 minutos.

Análisis

Dentro del análisis de los resultados del grupo focal, las cinco docentes compartieron su punto de vista en relación a las 5 sesiones aplicadas. En cuanto al inicio las docentes mencionan que las actividades fueron interesantes y de mucha reflexión, que fueron de lo más simple a lo más complejo. Además, se brindaron herramientas que son importantes para la docencia. En relación a las experiencias, que fue importante poder escribir lo que ellos sentían en ese momento, al igual que cuando llenaron el cuadro de las emociones que provocan cada aspecto de sus vidas.

También se hace énfasis en los desafíos en su práctica docente están vinculados con el tema de la inteligencia emocional, puesto a que en varias ocasiones se presentan diferentes situaciones en el aula y es ahí donde el docente debe saber cómo actuar y mostrar una actitud positiva, como también brindar apoyo. Asimismo, en relación al impacto, las docentes mencionan que las sesiones han sido de mucha ayuda porque se han brindado herramientas para poder

utilizarlas como el árbol de las emociones, el semáforo de las emociones y el círculo emocional, son herramientas que no han trabajado antes y ha sido interesante poderlas trabajar.

En relación al cierre reflexivo, consideran que las actividades los llevaron a razonar y pensar mucho especialmente en los casos y los ejemplos que se planteaban siendo unas actividades de mucha reflexión. También mencionan que muchas veces es difícil poder reconocer las propias emociones, pero las actividades les han permitido poder expresar sus emociones y también poner en práctica lo aprendido. Y, por último, se resalta la importancia de continuar con la implementación de este tipo de sesiones que contribuyen positivamente a la comprensión de la inteligencia emocional. (Ver Anexo AC)

7.10 Evaluación de la aplicación de la guía

Tabla 24.

Evaluación de la aplicación de la guía práctica para el fortalecimiento de la inteligencia emocional en los docentes

Categoría	Diagnóstico	Propuesta de la guía	Resultado de aplicación de la guía
Percepción emocional	Algunas veces los docentes identificaron emociones propias, emociones en otras personas, expresaron sentimientos y discriminaron expresiones emocionales.	Las actividades planteadas como el diario emocional y la rueda de las emociones planteadas en la sesión 1 permitieron a los docentes reforzar sus conocimientos en cuanto a la percepción emocional y sus habilidades.	Los resultados obtenidos dentro de la primera sesión, fueron importantes puesto a que los docentes en primer lugar realizaron todas actividades mostrando una mayor comprensión del tema, luego conjuntamente con su participación y reflexión dieron a conocer sus puntos de vista lo relacionaron con algunos ejemplos de la vida diaria reforzando así la percepción emocional.

Facilitación emocional	Algunas veces los docentes dieron atención a la información importante, formaron juicios de valor, perspectiva de puntos de vista y el acercamiento a los problemas.	De igual manera en la facilitación emocional el uso de la herramienta mentimeter, el Role playing o juego de roles, al que el semáforo emocionar planteadas dentro de la sesión 2, dieron paso al fortalecimiento puesto a que mediante los ejemplos planteados en las actividades lo vayan relacionando con cada habilidad.	De igual manera los resultados obtenidos dentro de la segunda sesión fueron importantes, puesto a que los docentes realizaron las actividades en la que se plantearon casos sobre situaciones que se viven diariamente dentro del contexto educativo, permitieron a los docentes tener una idea más amplia en cuanto a se refiere a la facilitación emocional.
Compresión emocional	Algunas veces los docentes designaron diferentes emociones, al igual que en diferentes situaciones, comprendieron emociones complejas y comprenden las transiciones de los estados emocionales.	En cuanto a las actividades planteadas como el árbol de las emociones y la escalera de la metacognición aplicadas dentro de la sesión 3, permitieron que los docentes refuercen las habilidades que abarca la comprensión emocional.	En cuanto a los resultados obtenidos dentro de la tercera sesión, también fueron importantes puesto que en la actividad utilizada los docentes lograron comprender sus emociones y la importancia que tiene en todos los aspectos de la vida pues todos son significativos, los docentes demostraron reforzar la comprensión emocional.
Regulación emocional	En algunas ocasiones los docentes manifestaron estados emocionales positivos, reflexionaron sobre	Y en relación a las últimas actividades como el mindfulness y el círculo de las emociones dentro de la sesión 4,	En relación a los resultados obtenidos dentro de la cuarta sesión, de igual manera fue importante puesto a que los docentes al

	emociones propias y de los demás y regularon sus emociones y las de los demás sin minimizarlas y exagerarlas.	permitieron a los docentes reforzar la regulación emocional y las habilidades que se incluyen dentro de esta categoría.	realizar la meditación y ser conscientes de sus pensamientos y emociones al relajarse, les brindó un espacio en donde pudieran sentirse tranquilos y en paz. Mientras en el círculo emocional fue un espacio en el que los docentes pudieron abrirse en donde reflexionaron, analizaron y expresaron sus sentimientos fue el momento en el que se pudo identificar que los docentes lograron reforzar sus conocimientos en cuanto a la regulación emocional y las habilidades que abarcan de ella.

Nota. La presente tabla muestra la evaluación de la guía que parte de un diagnóstico inicial, el diseño y aplicación de la guía para la obtención de los resultados.

En la tabla se evidencia, de manera general, que la aplicación de guía que fue diseñada para fortalecer la inteligencia emocional de los docentes de Educación General Básica en una escuela del cantón Biblián, tuvo un impacto positivo en las cuatro categorías analizadas que son las percepción, facilitación, comprensión y regulación emocional.

7. 11 Seguimiento o retroalimentación a través del círculo de las emociones

Luego de las sesiones aplicadas, en la 5ta sesión se realizó un círculo de las emociones en donde los docentes se expresaron y dieron su punto de vista en el que supieron decir que ¨las actividades realizadas fueron muy buenas y les han hecho entender las emociones, donde se debe pensar primero y luego actuar¨. Como también ¨que este tipo de actividades les ha ayudado a crecer como personas, para sentirse bien con ellos mismos y con los demás, también para

poder trabajar con los niños en el aula utilizando las diferentes herramientas elaboradas¨. Al igual que saber llevarse con los demás compañeros y tratar de mejorar el entorno dejando a un lado las diferencias y siempre tratar de hablar y comunicarse ante las diferentes situaciones que se pueden presentar.

Y en cuanto a la sesión 6 que fue la última se realizó un grupo focal en donde se contó con la participación de 5 docentes quienes también dieron su punto de vista de las sesiones. Donde manifestaron que ¨A mí me gustó mucha la parte práctica, cuando analizamos muchos de los casos que se dan en la vida real y analizamos cómo es el actuar de cómo debería ser el actuar¨ como también ¨Uno de los momentos que generaron reflexión fue cuando empezamos a escribir las emociones que nosotros sentimos en diferentes ámbitos de nuestra vida (árbol de las emociones). Realmente ahí nos pusimos a reflexionar, a darnos cuenta que por lo general simplemente vivimos sin analizar cómo nos sentimos o qué emociones la que estamos practicando¨. La participación de los docentes permitió puedan expresarse libremente sobre que les pareció las sesiones aplicadas.

Entre otras de las opiniones ¨Gracias a estas sesiones conocimos esta diversidad de técnicas que nos van a apoyar en nuestro desarrollo personal y profesional puesto que la inteligencia emocional es un final fundamental para el éxito y qué bueno qué bueno que hemos tenido esta oportunidad así mejoremos día a día y obtengamos los resultados que queremos realmente¨. Por lo tanto, los resultados obtenidos de estas sesiones fueron positivos pues los docente supieron mencionar que han aprendido técnicas, que han fortalecido el tema de la inteligencia emocional, han podido comprender mejor sus emociones, saber reflexionar de cómo debemos actuar antes las diferentes situaciones lo que sustenta la aplicación de guía como un aspecto positivo en los docentes.

8. Conclusiones y recomendaciones

Los resultados obtenidos confirman que la implementación de una guía práctica para el fortalecimiento de la inteligencia emocional en los docentes que se desarrolló en 6 sesiones tuvo un impacto positivo, ya que su implementación permitió una mejor compresión en lo relacionado a la inteligencia emocional y el modelo de Mayer y Salovey en donde se evidenció la participación de los docentes.

El estudio de los antecedentes teóricos sobre la inteligencia emocional y algunas de sus aplicaciones prácticas ayudan a la comprensión de un tema complejo, muchos de los trabajos

estudiados, sobre todo en el contexto europeo, trabajan la inteligencia emocional con grandes poblaciones y muestras y desarrollan un análisis cuanti-cualitativo de la realidad, en el presente trabajo se aplica la teoría de Mayer y Salovey a un grupo pequeño de docentes, de una escuela ubicada en el Cantón Biblián, por tanto, con el apoyo de la teoría se producen análisis eminentemente cualitativos de esa realidad concreta que es interpretada a partir de los diversos instrumentos y técnicas de investigación aplicadas.

En función de lograr identificar el estado actual de la Inteligencia emocional de los docentes mediante la aplicación del test TMMS-24, analizando las dimensiones de percepción emocional, comprensión de sentimientos y regulación emocional, la aplicación del test permitió el fortalecimiento, ya que los docentes tenían cierto conocimiento en cuanto a la inteligencia emocional lo que reforzó la necesidad de implementar acciones que orienten su fortalecimiento.

En cuanto a diseñar y estructurar actividades basadas en la inteligencia emocional: percepción, facilitación, comprensión y regulación emocional¨, partir del diagnóstico inicial fue una pieza clave para el diseño de la guía lo que permitió identificar las necesidades que tenían los docentes, a cuyo fortalecimiento contribuyó la adecuación del modelo de Mayer y Salovey, cuya teoría y propuesta fue sustento teórico importante para la elaboración y estructuración de las actividades.

Al implementar una guía para el fortalecimiento la Inteligencia emocional de los docentes desarrollada durante las 6 sesiones, se genera la reflexión en los docentes, quienes profundizan en sus potencialidades y sus carencias, lograron dar a conocer sus puntos de vista, presentaron casos relacionados con la vida diaria para analizar diferentes situaciones y cómo enfrentarlas para su solución, dentro de contexto educativo.

Al evaluar la implementación de la guía para el fortalecimiento de la Inteligencia emocional de los docentes, se pudo determinar que los docentes lograron una mayor comprensión referente a la inteligencia emocional como concepto, como estrategia para trabajar con niños y colegas y para su propio desarrollo profesional como docentes. Los docentes supieron manifestar de manera positiva que las actividades fueron de mucha ayuda para entender mejor el tema, para saber actuar ante diferentes situaciones y poder adecuar las actividades que se aplicaron en las sesiones con sus estudiantes en el aula.

Recomendaciones

Es oportuno que en futuras investigaciones se amplíe la investigación sobre la inteligencia emocional y la implementación de nuevas sesiones de trabajo en la propia institución y otras donde se pueda ampliar la muestra investigada. Con el objetivo de fortalecer la capacitación y la formación continua de los docentes es importante que se establezcan más espacios que promuevan espacios de dialogo lo que les permita a los docentes analizar, reflexionar, saber manejar sus emociones, adquirir herramientas practicas al igual que estrategias que no solo favorezcan su desarrollo personal, sino también su desarrollo profesional.

9. Referencias

Aguayo-Muela, A. y Aguilar-Luzón, M. (2017). Principales resultados de investigación sobre Inteligencia Emocional en Docentes Españoles. *ReiDoCrea, 6* (15), 170-193. 10.30827/Digibug.45497

Alvarado, L. y García, M. (2008). Características más relevantes del paradigma socio-crítico: su aplicación en investigaciones de educación ambiental y de enseñanza de las ciencias realizadas en el Doctorado de Educación del Instituto Pedagógico de Caracas. Sapiens. *Revista Universitaria de Investigación, 9* (2), 187-202. https://www.redalyc.org/pdf/410/41011837011.pdf

Báez, F., Zurita, F., Martínez, A. y Zagalaz, M. (2019). Análisis psicométrico y relaciones de diagnóstico de la inteligencia emocional y liderazgo en docentes de enseñanzas regladas. *Revista de Investigación Educativa, 37* (1), 201-216. http://dx.doi.org/10.6018/rie.37.1.308801

BarOn, R. (1997). Emotional Quotient Inventory. Technical manual. Toronto: Multi-Health Sistems Inc.

Benavides, M., Pompa, M., Servín, M., Sánchez, M. y Rendón, V. (2021). Los grupos focales como estrategia de investigación en educación: algunas lecciones desde su diseño, puesta en marcha, transcripción y moderación. *Revista de Investigación Educativa, 34.* https://doi.org/10.25009/cpue.v0i34.2793

Campos, G. y Lule, N. (2012). La observación, un método para el estudio de la realidad. *Revista Xihmai VII* (13), 45-60. https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=3979972

Castilla, A. y Rivera, J. (2024). La inteligencia emocional del docente como mejora de prácticas educativas. *Alternancia - Revista De Educación E Investigación, 6* (10), 24 –. https://doi.org/10.37260/alternancia.v6n10.2

Castro, A. (2018). Escuelas emocionalmente inteligentes: la revolución educativa necesaria. Homo Sapiens Ediciones. https://elibro-net.proxy.unae.edu.ec/es/ereader/bibliounae/129651

Costa-Rodriguez, C., Palma-Lealb, X. y Salgado, C. (2021). Docentes emocionalmente inteligentes. Importancia de la Inteligencia Emocional para la aplicación de la Educación Emocional en la práctica pedagógica de aula. *Estudios pedagógicos 47* (1), 219-233. http://dx.doi.org/10.4067/S0718-07052021000100219

Denzin, N. y Lincoln, Y. (2012). El campo de la investigación cualitativa: Manual de investigación cualitativa Vol. I: (ed.). Editorial Gedisa. https://elibronet.proxy.unae.edu.ec/es/lc/bibliounae/titulos/131058

Díaz-Bravo, L., Torruco-García, U., Martínez-Hernández, M. y Varela-Ruiz, M. (2013). La entrevista, recurso flexible y dinámico. *Investigación en Educación Médica, 2* (7), 162-167. https://www.redalyc.org/pdf/3497/349733228009.pdf

Díaz, J. y Flores, E. (2001). La estructura de la emoción humana: Un modelo cromático del sistema afectivo. Salud Mental, 24 (4), 20-35. https://www.redalyc.org/pdf/582/58242403.pdf

Extremera, N. y Fernández-Berrocal, P. (2004). La importancia de desarrollar la inteligencia emocional en el profesorado. *Revista Iberoamericana de Educación, 34* (3), 1-9. https://doi.org/10.35362/rie3334005

Extremera, N., Mérida-López, S. y Sánchez-Gómez, M. (2019). La importancia de la inteligencia emocional del profesorado en la misión educativa: impacto en el aula y recomendaciones de buenas prácticas para su entrenamiento. Voces De La educación, 74–97. Recuperado a partir de https://www.revista.vocesdelaeducacion.com.mx/index.php/voces/article/view/213

Fernández, L. (2023). *El diario emocional docente como instrumento para observar y analizar las emociones durante el Prácticum II* [Grado en educación primaria]. Universidad de Valladolid. https://uvadoc.uva.es/handle/10324/62469

Fragoso, R., (2015). Inteligencia emocional y competencias emocionales en educación superior, ¿un mismo concepto?. Revista Iberoamericana de Educación Superior, VI (16), 110-125. http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=299138522006

García, B. (2021). Competencia emocional en maestros de educación infantil y primaria: fuentes de variabilidad y sugerencias de mejora. *Revista Electrónica Interuniversitaria de Formación del Profesorado, 24* (2). https://doi.org/10.6018/reifop.450111

Goleman, D. (1995). Inteligencia emocional. Kairós.

Gómez-Benito, J., Hidalgo, M. y Guilera, G. (2010). El sesgo de los instrumentos de medición. pruebas justas. *Papeles del Psicólogo, 31* (1), 75-84. https://www.redalyc.org/pdf/778/77812441008.pdf

Hamui-Sutton, A., y Varela-Ruiz, M. (2013). La técnica de grupos focales. *Investigación en Educación Médica, 2* (5), 55-60. https://www.redalyc.org/pdf/3497/349733230009.pdf

Hernández, C. y Ramos, J. (2018). La Inteligencia emocional y la práctica docente en profesores investigadores. *RIDE Revista Iberoamericana Para La Investigación Y El Desarrollo Educativo*, *9*(17), 419 - 447. https://doi.org/10.23913/ride.v9i17.387

Latorre, A. (2005). La investigación-acción Conocer y cambiar la práctica educativa. Editorial Graó, de IRIF, S.L.

López, S., Maldonado, José., Orellana, G., Moran, E. y Herrera, L. (2023). La importancia de la Inteligencia Emocional en la práctica pedagógica de los Docentes de Educación General Básica. *Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar, 7* (5), 309-331. https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v7i5.7708

Luna-Gijón, G., Nava Cuahutle, A. y Martínez-Cantero, D. (2022). El diario de campo como herramienta formativa durante el proceso de aprendizaje en el diseño de información. Zincografía, 6 (11). https://doi.org/10.32870/zcr.v6i11.131

Marrero, M. (2021). Interpretativismo y métodos cualitativos. En C. Villegas G, M. Mendoza, I. Fandiño, O. Golcheidt, L. A. González y N. Ricardo (Eds). Paradigmas y Métodos (pp. 34-37). Editorial UBA. https://uba.edu.ve/wp-content/uploads/2022/03/6.-LIBRO-PARADIGMAS-Y-M%C3%89TODOS-SERIE-NODO-13-09-2021.pdf

Martín, X. (1992). El role-playing, una técnica para facilitar la empatía y la perspectiva social. Comunicación, Lenguaje y Educación, 15, 63-67. https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=126264

MensActiva, EP (2024). *La técnica del semáforo.* Mensactiva Psicología. https://mensactiva.com/psicologos/la-tecnica-del-semaforo/

Mercedes, M. y Ruiz, J. (2024). Mindfulness en la educación: Una revisión sistemática. *RIDE Revista Iberoamericana Para La Investigación Y El Desarrollo Educativo*, *15*(29). https://doi.org/10.23913/ride.v15i29.2081

Montagud, N. (2020). 14 juegos de inteligencia emocional para adultos. Portal Psicología y Mente. https://psicologiaymente.com/psicologia/juegos-inteligencia-emocional-adultos

Pino, R. y Urías, G. (2020). Guías didácticas en el proceso enseñanza-aprendizaje: ¿Nueva estrategia?. *Revista Scientific, 5* (18), 371-392. https://www.indteca.com/ojs/index.php/Revista_Scientific/article/view/476/1205

Pincay-Aguilar, I., Candelario-Suarez, G., Castro-Guevara, J. (2018). Inteligencia emocional en el desempeño docente. *PSICOLOGÍA UNEMI, 2* (2), 32-40. https://doi.org/10.29076/issn.2602-8379vol2iss2.2018pp32-40p

Puente, S., Maldonado, J., Orellana, G., Moran, E. y Herrera, L. (2023). La importancia de la Inteligencia Emocional en la práctica pedagógica de los Docentes de Educación General Básica. *Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar, 7* (5), 309-331. https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v7i5.7708

Rojas, P. (2019). Inteligencia y gestión emocional del profesorado en la escuela. Wanceulen Editorial. https://elibro-net.proxy.unae.edu.ec/es/ereader/bibliounae/111787

Ramos, P. (2017). Inteligencia emocional: control del estrés (3a. ed.). Editorial ICB. https://elibro-net.proxy.unae.edu.ec/es/ereader/bibliounae/106679

Ricoy, C., (2006). Contribución sobre los paradigmas de investigación. *Revista do Centro de Educação, 31* (1), 11-22. https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=117117257002

Rodríguez, D. (2018). Efectos psicofisiológicos de la respiración diafragmática y la estimulación térmica sobre la actividad autonómica del estrés agudo. *Acta De Investigación Psicológica*, *8*(2), 101-113. https://doi.org/10.22201/fpsi.20074719e.2018.2.09

Ruiz-Melero, M., Sainz-Gómez M., Jiménez-Carmona, B. y Bermejo R. (2023). Conocimiento y percepción emocional en una muestra de futuros docentes. *Revista Complutense de Educación, 34* (3), 519-528. https://doi.org/10.5209/rced.79525

Salovey, P., y Mayer, JD (1990). *Emotional intelligence. 9* (3), 185–211. https://doi.org/10.2190/DUGG-P24E-52WK-6CDG

Sánchez, M., Fernández, M. y Díaz, J. (2021). Técnicas e instrumentos de recolección de información: análisis y procesamiento realizado por el investigador cualitativo. *Revista Científica UISRAEL, 8* (1), 107–121. https://doi.org/10.35290/rcui.v8n1.2021.400

Tovar, L. (2024). Metacognición y aprendizaje autónomo. *Sinergia Académica*, *5*(2), 1-10. https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=8497414

Valenzuela-Zambrano, B., Álvarez, M. y Salgado, E. (2021). Estudio sobre la inteligencia emocional de profesores/as de la provincia de Concepción, Chile. *Revista de Estudios y Experiencias en Educación, 20* (44), 29-42. https://revistas.ucsc.cl/index.php/rexe/article/view/933/751

Vallejo, D. (2016). Emociones, círculo de conversación y confianza en la enseñanza universitaria. *Revista de Educación, 9, 203-221.* https://sedici.unlp.edu.ar/handle/10915/69507

Vargas, Z. (2009). La investigación aplicada: una forma de conocer las realidades con evidencia científica. *Revista Educación, 33* (1), 155-165. https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=44015082010

Vega-Malagón, G., Ávila-Morales, J., Vega-Malagón, A., Camacho-Calderón, N., Becerril-Santos, A. y Leo-Amador, G. (2014). Paradigmas en la investigación. Enfoque cuantitativo y cualitativo. *European Scientific Journal, 10* (15),1857-7881. https://www.eujournal.org/index.php/esj/article/view/3477/3240

Velásquez-Pérez, Y., Rose-Parra, C., Oquendo-González, E. y Cervera-Manjarrez, N. (2023). Inteligencia emocional, motivación y desarrollo cognitivo en estudiantes. *CIENCIAMATRIA, 9* (17), 4-35. https://doi.org/10.35381/cm.v9i17.1120

Zambrano-Zambrano, Y. y Triviño-Sabando, J. (2022). La inteligencia emocional, fundamentos teóricos y su influencia en el ámbito educativo. *Revista Científica Multidisciplinaria Arbitrada Yachasun - ISSN: 2697-3456, 6* (11), 137–147. https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=9016218

10. Anexos

Anexo A. Guion de Observación no participante

UNIVERSIDAD NACIONAL DE EDUCACIÓN

EDUCACIÓN GENERAL BÁSICA

GUÍA DE OBSERVACIÓN

DATOS INFORMATIVOS

FECHA:

NOMBRE DE LA INSTITUCIÓN: Unidad Educativa ¨Daniel Muñoz Serrano¨

ESTUDIANTE: Laura Aracely Romero Leon

OBJETIVO: La siguiente guía de observación tiene el objetivo analizar el desarrollo emocional y el desenvolvimiento de la inteligencia emocional de los docentes de la escuela en los ciclos séptimo, octavo y noveno.

Unidades de análisis	Categorías de análisis	Criterios de análisis	Observación
Percibir con precisión, valorar y expresar emoción	Identificar emociones propias	Habilidad para identificar nuestras propias emociones	
	Identificar emociones	Habilidad para identificar	

	en otras personas	emociones en otras personas, diseños, arte... a través del lenguaje, sonido...
	Expresar sentimientos	Habilidad para expresar correctamente nuestros sentimientos y las necesidades asociadas a ellos
	Discriminar expresiones emocionales	Habilidad para discriminar entre expresiones emocionales honestas y deshonestas
Acceder y/o generar emociones cuando facilitan pensamientos	Atención a la información importante	Habilidad para descubrir las que emociones facilitan el pensamiento y la dirección de la atención a la información importante

	Formación de juicio	Habilidad para apreciar las emociones que facilitan la formación de juicios y recuerdos
	Perspectiva de puntos de vista	Habilidad para apreciar las variaciones emocionales y cambios de perspectiva y puntos de vista
	Acercamiento a los problemas	Habilidad para razonar, apreciar estados emocionales del otro y sentimientos como la felicidad
Comprender la emoción y el conocimiento emocional	Designar diferentes emociones	Habilidad para designar diferentes emociones y reconocer relaciones entre la palabra y el significado de la emoción
	Emociones y diferentes situaciones	Habilidad para entender las relaciones entre las emociones y las diferentes situaciones a las que obedecen

	Comprender emociones complejas	Habilidad para comprender emociones complejas y/o sentimientos simultáneos de amor y odio
	Transiciones de los estados emocionales	Habilidad para reconocer las transiciones de unos estados emocionales a otros
Crecimiento emocional e intelectual	Estados emocionales positivos	Habilidad para estar abierto tanto a los estados emocionales positivos
	Reflexionar sobre las emociones	Habilidad para reflexionar sobre las emociones y determinar la utilidad de su información
	Reflexionar emociones propias y las de los demás	Habilidad para vigilar reflexivamente nuestras emociones y las de otros y reconocer su influencia

	Regular emociones propias y de los demás sin minimizarlas	Habilidad para regular nuestras emociones y las de los demás sin minimizarlas o exagerarlas

Nota. Esta tabla representa guion de observación no participante, fuente propia.

Anexo B. Test TMMS-24

https://drive.google.com/drive/folders/17S5-kpa-08SV9R0qn3ocOv3sfA29s6-1?usp=sharing

Nota. Este link representa la plantilla del test TMMS-24 que serán aplicados 18 docentes de la institución.

Anexo C. Guion entrevista estructurada a docentes

UNIVERSIDAD NACIONAL DE EDUCACIÓN
EDUCACIÓN GENERAL BÁSICA

Entrevista estructurada a Rectora

Nombre del docente: _____

Fecha: _____

Proyecto: Guía para el fortalecimiento de la Inteligencia emocional de los docentes de Educación General Básica del cantón Biblián

Objetivo:

Constatar la opinión de la rectora sobre su desarrollo emocional y el desenvolvimiento de la inteligencia emocional de los docentes de la escuela.

Instrumentos de evaluación

- ¿Puede usted identificar sus propias emociones en el ejercicio de su actividad docente?
- ¿Considera usted que los docentes de la institución son capaces de identificar sus propias emociones durante el desempeño de su labor profesional?
- ¿Usted puede reconocer las emociones del resto de los docentes en el ejercicio de su actividad? ¿Cómo lo hace?
- ¿Considera usted que las emociones pueden expresarse de diferentes maneras? ¿Puede ejemplificar?

- ¿Considera usted que logra expresar de forma adecuada, en todo momento, sus emociones en el ejercicio de la actividad docente? ¿Puede argumentarlo?
- ¿Puede comunicar sus emociones y hacerse entender, especialmente cuando se encuentra en una situación laboral compleja e interlocutores difíciles?
- ¿Cómo logra discernir si una persona está siendo sincera?

- ¿Como influyen en positivo o negativo las emociones en su capacidad de concentrarse durante su ejercicio profesional?
- ¿Puede ejemplificar?
- ¿Argumente en qué medida sus emociones influyen en las decisiones profesionales que toma?

- Explique ¿Cómo maneja sus cambios emocionales ante un conflicto dado en el desempeño profesional?
- ¿Ha cambiado de opinión en su desempeño profesional, ante la manifestación de nuevas emocionas que nacen de la comprensión del punto de vista del otro?
- ¿Se ha sentido satisfecho o insatisfecho con el cambio que se ha producido ante la argumentación del otro? ¿Por qué?

- ¿Es usted sensible ante el estado emocional del otro durante su desempeño profesional?
- ¿Le permite su estado emocional razonar para la solución de conflictos profesionales?
- ¿Puede usted apreciar cuándo los docentes con los cuales interactúa son felices en el desempeño de su labor profesional? Argumente
- ¿Puede usted, en todo momento, designar, distinguir y reconocer las emociones que siente en un momento dado de su desempeño profesional?
- ¿Cuáles emociones son más frecuentes en el ejercicio profesional?
- ¿Tiene alguna emoción que se le hace más difícil identificarlas en su desempeño profesional? Explique
- ¿Considera que sus emociones están influenciadas por diferentes situaciones de su vida profesional?
- ¿Considera que las emociones que siente en su vida personal pueden afectarle en su desempeño profesional? ¿Por qué?
- ¿Tiene algún momento en su desempeño profesional donde se le hace más difícil identificar las emociones que siente? Explique
- ¿Cuándo se presentan situaciones profesionales donde se manifiestan emociones complejas ¿cómo las maneja? Argumente
- ¿Cómo percibe y gestiona los cambios emocionales que experimenta usted durante el desempeño de su labor profesional?
- ¿Cómo percibe y gestiona los cambios emocionales que experimentan sus colegas en el desempeño de su labor profesional?
- ¿Logra mantener una actitud positiva en su desempeño profesional incluso cuando las cosas no son como esperaba?
- Explique si le beneficia emocionalmente mantener una actitud positiva dentro de la institución.
- ¿Se toma un tiempo para reflexionar sobre sus emociones después de alguna situación presentada durante su desempeño profesional?

- Le beneficia reflexionar sobre la manifestación de sus emociones durante la atención de la ocurrencia de situaciones complejas y difíciles en su desempeño profesional. Argumente su respuesta
- ¿Se toma un tiempo para reflexionar sobre las emociones del otro después de alguna situación presentada durante su desempeño profesional?
- ¿Cómo influye en usted reconocer el impacto de las de sus colegas durante el desempeño de su labor profesional?
- ¿Puede manejar las emociones de otras personas en su desempeño profesional cuando estas se manifiestan fuera de control? ¿Cómo lo hace?
- ¿Explique el o los desafíos que se le presentan al intentar regular sus emociones sin minimizarlas?
- ¿Explique el o los desafíos que se le presentan al intentar regular las emociones de sus colegas en el contexto profesional sin minimizarlas?

Nota. Esta tabla representa la guía de entrevista elaborada para realizarle a la rectora de la institución, fuente propia.

UNIVERSIDAD NACIONAL DE EDUCACIÓN

EDUCACIÓN GENERAL BÁSICA

Entrevista estructurada a Docentes

Nombre del docente: _____

Fecha: _____

Proyecto: Guía para el fortalecimiento de la Inteligencia emocional de los docentes de Educación General Básica del cantón Biblián

Objetivo:

Constatar la opinión sobre su desarrollo emocional y el desenvolvimiento de la inteligencia emocional en los docentes de la escuela.

Instrumentos de evaluación

- ¿Puede usted identificar sus propias emociones en el ejercicio de su actividad docente?

- ¿Considera usted que las emociones pueden expresarse de diferentes maneras? ¿Puede ejemplificar?

- ¿Considera usted que logra expresar de forma adecuada, en todo momento, sus emociones en el ejercicio de la actividad docente? ¿Puede argumentarlo?
- ¿Puede comunicar sus emociones y hacerse entender, especialmente cuando se encuentra en una situación laboral compleja e interlocutores difíciles?
- ¿Cómo logra discernir si una persona está siendo sincera?
- ¿Como influyen en positivo o negativo las emociones en su capacidad de concentrarse durante su ejercicio profesional?
- ¿Puede ejemplificar?
- ¿Argumente en qué medida sus emociones influyen en las decisiones profesionales que toma?
- Explique ¿Cómo maneja sus cambios emocionales ante un conflicto dado en el desempeño profesional?
- ¿Ha cambiado de opinión en su desempeño profesional, ante la manifestación de nuevas emociones que nacen de la comprensión del punto de vista del otro?
- ¿Es usted sensible ante el estado emocional del otro durante su desempeño profesional?
- ¿Le permite su estado emocional razonar para la solución de conflictos profesionales?
- ¿Puede usted, en todo momento, designar, distinguir y reconocer las emociones que siente en un momento dado de su desempeño profesional?
- ¿Cuáles emociones son más frecuentes en el ejercicio profesional?

- ¿Tiene alguna emoción que se le hace más difícil identificarlas en su desempeño profesional? Explique
- ¿Considera que sus emociones están influenciadas por diferentes situaciones de su vida profesional?
- ¿Considera que las emociones que siente en su vida personal pueden afectarle en su desempeño profesional? ¿Por qué?
- ¿Tiene algún momento en su desempeño profesional donde se le hace más difícil identificar las emociones que siente? Explique
- ¿Cuándo se presentan situaciones profesionales donde se manifiestan emociones complejas ¿Cómo las maneja? Argumente
- ¿Cómo percibe y gestiona los cambios emocionales que experimenta usted durante el desempeño de su labor profesional?
- ¿Logra mantener una actitud positiva en su desempeño profesional incluso cuando las cosas no son como esperaba?
- Explique si le beneficia emocionalmente mantener una actitud positiva dentro de la institución.
- ¿Se toma un tiempo para reflexionar sobre sus emociones después de alguna situación presentada durante su desempeño profesional?
- Le beneficia reflexionar sobre la manifestación de sus emociones durante la atención de la ocurrencia de situaciones complejas y difíciles en su desempeño profesional. Argumente su respuesta
- ¿Se toma un tiempo para reflexionar sobre las emociones del otro después de alguna situación presentada durante su desempeño profesional?
- ¿Puede manejar las emociones de otras personas en su desempeño profesional cuando estas se manifiestan fuera de control? ¿Cómo lo hace?
- ¿Explique el o los desafíos que se le presentan al intentar regular sus emociones sin minimizarlas?

Nota. Esta tabla representa la guía de entrevista elaborada para realizarle a los docentes de la institución, fuente propia.

Anexo D. Guion de Diario de campo

UNIVERSIDAD NACIONAL DE EDUCACIÓN
EDUCACIÓN GENERAL BÁSICA

Guía de diario de campo

Datos informativos

Nombre: Laura Aracely Romero Leon

Fecha:

Institución: Unidad Educativa ¨Daniel Muñoz Serrano¨

Unidades de análisis	**Categorías de análisis**	**Criterios de análisis**	**Reflexión crítica**
Percibir con precisión, valorar y expresar emoción	Identificar emociones propias	Habilidad para identificar nuestras propias emociones	
	Identificar emociones en otras personas	Habilidad para identificar emociones en otras personas, diseños, arte... a través del lenguaje, sonido...	
	Expresar sentimientos	Habilidad para expresar correctamente nuestros sentimientos y las necesidades asociadas a ellos	

	Discriminar expresiones emocionales	Habilidad para discriminar entre expresiones emocionales honestas y deshonestas
Acceder y/o generar emociones cuando facilitan pensamientos	Atención a la información importante	Habilidad para descubrir las que emociones facilitan el pensamiento y la dirección de la atención a la información importante
	Formación de juicio	Habilidad para apreciar las emociones que facilitan la formación de juicios y recuerdos
	Perspectiva de puntos de vista	Habilidad para apreciar las variaciones emocionales y cambios de perspectiva y puntos de vista
	Acercamiento a los problemas	Habilidad para razonar, apreciar estados emocionales del otro y sentimientos como la felicidad

Comprender la emoción y el conocimiento emocional	Designar diferentes emociones	Habilidad para designar diferentes emociones y reconocer relaciones entre la palabra y el significado de la emoción
	Emociones y diferentes situaciones	Habilidad para entender las relaciones entre las emociones y las diferentes situaciones a las que obedecen
	Comprender emociones complejas	Habilidad para comprender emociones complejas y/o sentimientos simultáneos de amor y odio
		Habilidad para reconocer las transiciones de unos estados emocionales a otros
Crecimiento emocional e intelectual	Estados emocionales positivos	Habilidad para estar abierto tanto a los estados emocionales positivos

Reflexionar sobre las emociones	Habilidad para reflexionar sobre las emociones y determinar la utilidad de su información
Reflexionar emociones propias y las de los demás	Habilidad para vigilar reflexivamente nuestras emociones y las de otros y reconocer su influencia
Regular emociones propias y de los demás sin minimizarlas	Habilidad para regular nuestras emociones y las de los demás sin minimizarlas o exagerarlas

Nota. Esta tabla representa la guía de análisis de documentos elaborada para realizarle a la rectora de la institución, fuente propia.

Anexo. E

UNIVERSIDAD NACIONAL DE EDUCACIÓN
EDUCACIÓN GENERAL BÁSICA

Grupo focal

Objetivo: Conocer las percepciones de los docentes durante el desarrollo de las sesiones, con la finalidad de evaluar su impacto en los docentes.

Se les indicara a los docentes que tendrán que responder preguntas relacionadas con el desarrollo de las sesiones.

Preguntas a realizar a los docentes:

Inicio

¿Cómo se sintieron durante el desarrollo de las sesiones?

¿Qué momento de las sesiones les pareció más importante?

Experiencias

¿Qué momentos de la sesión generaron en usted reflexión?

¿Qué desafíos han enfrentado en su práctica docente relacionado con la inteligencia emocional?

Impacto

¿Cómo la aplicación de las sesiones contribuyó al fortalecimiento de la Inteligencia emocional en los docentes?

¿De qué manera creen que el fortalecimiento de la inteligencia emocional podría mejorar su práctica docente y el ambiente escolar?

Cierre reflexivo

¿Qué obstáculos enfrento al realizar actividades en cada sesión?

¿Qué cambios sugiere en próximas intervenciones relacionadas con el tema?

Nota. Esta información representa las preguntas elaboradas en base a la aplicación de las 5 sesiones, con la participación de 5 docentes de la institución.

Anexo F. Guía de observación no participante

UNIVERSIDAD NACIONAL DE EDUCACIÓN

EDUCACIÓN GENERAL BÁSICA

GUÍA DE OBSERVACIÓN

DATOS INFORMATIVOS

FECHA:

NOMBRE DE LA INSTITUCIÓN: Unidad Educativa ¨Daniel Muñoz Serrano¨

ESTUDIANTE: Laura Aracely Romero Leon

OBJETIVO: La siguiente guía de observación tiene el objetivo analizar el desarrollo emocional y el desenvolvimiento de la inteligencia emocional de los docentes de la escuela en los ciclos séptimo, octavo y noveno.

Unidades de análisis	Categorías de análisis	Criterios de análisis	Observación
Percibir con precisión, valorar y expresar emoción	Identificar emociones propias	Habilidad para identificar nuestras propias emociones	Algunos docentes al inicio de la práctica mostraron la capacidad para identificar sus emociones, sin embargo, en otras ocasiones esa percepción se vio afectada por conflictos en el aula.
	Identificar emociones en otras personas	Habilidad para identificar emociones en otras personas, diseños, arte... a través del lenguaje, sonido...	En algunas ocasiones los docentes lograban reconocer las emociones en los demás.
	Expresar sentimientos	Habilidad para expresar correctamente nuestros sentimientos y las necesidades asociadas a	No siempre se expresaron adecuadamente los sentimientos, debido a que había momentos en los que dificultaron una buena comunicación.

		ellos	
	Discriminar expresiones emocionales	Habilidad para discriminar entre expresiones emocionales honestas y deshonestas	Algunos docentes mostraron dificultad para discriminar entre expresiones emocionales honestas y deshonestas, especialmente cuando se generaba algún conflicto.
Acceder y/o generar emociones cuando facilitan pensamientos	Atención a la información importante	Habilidad para descubrir las que emociones facilitan el pensamiento y la dirección de la atención a la información importante	En algunas ocasiones la atención se interrumpió, por actitudes que dificultaron la atención a los aspectos importantes.
	Formación de juicio	Habilidad para apreciar las emociones que facilitan la formación de juicios y recuerdos	En algunas ocasiones los docentes pudieron formar juicios de valor.
	Perspectiva de puntos de vista	Habilidad para apreciar las variaciones emocionales y cambios de perspectiva y puntos de vista	Algunos docentes mostraron una apertura a los diferentes puntos de vista, aunque otras veces mantuvieron una postura inflexible ante diferentes situaciones.
	Acercamiento a los problemas	Habilidad para razonar, apreciar estados emocionales del otro y	En algunas ocasiones no fue posible la resolución de un problema.

		sentimientos como la felicidad	
Comprender la emoción y el conocimiento emocional	Designar diferentes emociones	Habilidad para designar diferentes emociones y reconocer relaciones entre la palabra y el significado de la emoción	No siempre se pudo evidenciar claridad para designar las diferentes emociones.
	Emociones y diferentes situaciones	Habilidad para entender las relaciones entre las emociones y las diferentes situaciones a las que obedecen	En algunas ocasiones se pudo observar una dificultad para relacionar las emociones con situaciones específicas.
	Comprender emociones complejas	Habilidad para comprender emociones complejas y/o sentimientos simultáneos de amor y odio	Algunos docentes mostraron cierta comprensión de las emociones complejas.
	Transiciones de los estados emocionales	Habilidad para reconocer las transiciones de unos estados emocionales a otros	No siempre lograron identificar de manera adecuada los estados emocionales.

Crecimiento emocional e intelectual	Estados emocionales positivos	Habilidad para estar abierto tanto a los estados emocionales positivos	En algunas ocasiones los docentes manifestaron apertura a los estados emocionales positivos.
	Reflexionar sobre las emociones	Habilidad para reflexionar sobre las emociones y determinar la utilidad de su información	No siempre se evidencio una reflexión profunda sobre las emociones.
	Reflexionar emociones propias y las de los demás	Habilidad para vigilar reflexivamente nuestras emociones y las de otros y reconocer su influencia	Algunos docentes lograron reflexionar sobre sus propias emociones y la de los demás.
	Regular emociones propias y de los demás sin minimizarlas	Habilidad para regular nuestras emociones y las de los demás sin minimizarlas o exagerarlas	No siempre lograron regular adecuadamente sus emociones.

Nota. Esta tabla representa el análisis de la información de la observación no participante realizada en séptimo, octavo y noveno ciclo.

Anexo G. Cuestionario

https://drive.google.com/file/d/1G_13BCqHy7GsLujk6TjXdLijmlNbjtA3/view?usp=sharing

Nota. Este link representa los cuestionarios de los test aplicados a 18 docentes de la institución.

Anexo H. Guía de entrevista

Entrevista a Rectora

https://drive.google.com/drive/folders/1H8jQzK54eg7Xx_A0AeuEZ_xE-fzypA6Y?usp=sharing

Nota. Este link representa la información de la entrevista realizada a la rectora de la institución.

Entrevistas a los docentes

https://drive.google.com/drive/folders/1F_bqPNzWxxuqqPSiGhglrDF8blSGMWnV?usp=sharing

Nota. Este link representa la información de las entrevistas realizada a los docentes de la institución.

Anexo I. Guía de análisis de documentos

UNIVERSIDAD NACIONAL DE EDUCACIÓN

EDUCACIÓN GENERAL BÁSICA

Guía de diario de campo 7mo ciclo

Datos informativos

Nombre: Laura Aracely Romero Leon

Fecha:

Institución: Unidad Educativa ¨Daniel Muñoz Serrano¨

Categorías de análisis	**Criterios de análisis de las categorías**	**Indicadores de análisis de los criterios**	**Reflexión crítica**
Percibir con precisión, valorar y expresar emoción	Identificar emociones propias	Habilidad para identificar nuestras propias emociones	Al inicio de la práctica algunas veces el docente mostro la capacidad de identificar sus emociones, aunque a veces esto se vio afectado por ciertas tensiones en el aula.

	Identificar emociones en otras personas	Habilidad para identificar emociones en otras personas, diseños, arte... a través del lenguaje, sonido...	En ciertas ocasiones el docente lograba reconocer las emociones en las demás personas, de igual manera cuando se presentaban diferentes situaciones en el aula esta percepción cambiaba.
	Expresar sentimientos	Habilidad para expresar correctamente nuestros sentimientos y las necesidades asociadas a ellos	No siempre se expresaron de la manera adecuada los sentimientos, debido a que el desarrollo de ciertas acciones dificultó el diálogo y la comunicación.
	Discriminar expresiones emocionales	Habilidad para discriminar entre expresiones emocionales honestas y deshonestas	En algunas ocasiones se presento la dificultad de discriminar las expresiones emocionales honestas y deshonestas.
Acceder y/o generar emociones cuando facilitan pensamientos	Atención a la información importante	Habilidad para descubrir las que emociones facilitan el pensamiento y la dirección de la atención a la información importante	En ciertas ocasiones, la atención a la información importante fue interrumpida por ciertas acciones, lo que dificulto darle importancia a la información importante.

	Formación de juicio	Habilidad para apreciar las emociones que facilitan la formación de juicios y recuerdos	No siempre se pudo evidenciar la formación de juicios de valor, por ciertas acciones que se presentaban en el aula.
	Perspectiva de puntos de vista	Habilidad para apreciar las variaciones emocionales y cambios de perspectiva y puntos de vista	En algunas ocasiones el docente manifestó una apertura a la apreciación de variaciones emocionales, pese a esto en otras ocasiones se mantuvo una postura rígida en situaciones conflictivas.
	Acercamiento a los problemas	Habilidad para razonar, apreciar estados emocionales del otro y sentimientos como la felicidad	En algunas ocasiones, no se pudo establecer soluciones o un diálogo en las diferentes situaciones que se daban.
Comprender la emoción y el conocimiento emocional	Designar diferentes emociones	Habilidad para designar diferentes emociones y reconocer relaciones entre la palabra y el significado de la emoción	No siempre se pudo evidenciar que el docente designara las diferentes emociones.
	Emociones y diferentes situaciones	Habilidad para entender las relaciones entre las emociones y las diferentes	En algunas ocasiones, se observó la dificultad para relacionar las emociones en diferentes situaciones.

		situaciones a las que obedecen	
	Comprender emociones complejas	Habilidad para comprender emociones complejas y/o sentimientos simultáneos de amor y odio	Algunas veces el docente mostro comprensión de emociones complejas, pese a que no fue de una manera constante.
	Transiciones de los estados emocionales	Habilidad para reconocer las transiciones de unos estados emocionales a otros	No siempre el docente identificó de forma adecuada las transiciones emocionales, debido a ciertas situaciones en el aula.
Crecimiento emocional e intelectual	Estados emocionales positivos	Habilidad para estar abierto tanto a los estados emocionales positivos	En algunas ocasione el docentes manifestó la apertura a los estados emocionales positivos.
	Reflexionar sobre las emociones	Habilidad para reflexionar sobre las emociones y determinar la utilidad de su información	No siempre se evidencio una reflexión de manera profunda sobre las emociones propias o ajenas.
	Reflexionar emociones propias y las de los demás	Habilidad para vigilar reflexivamente nuestras emociones y las de otros y	En algunas ocasiones el docente reflexiono sobre sus emociones, al igual que las emociones de los demás.

		reconocer su influencia	
	Regular emociones propias y de los demás sin minimizarlas	Habilidad para regular nuestras emociones y las de los demás sin minimizarlas o exagerarlas	No siempre el docentes regulaba sus emociones de manera adecuada, debido a las diferentes circunstancias que se daban.

Nota. Esta tabla representa la información analizada del diario de campo de séptimo ciclo realizado en una escuela del cantón Biblián.

UNIVERSIDAD NACIONAL DE EDUCACIÓN

EDUCACIÓN GENERAL BÁSICA

Guía de diario de campo 9no

Datos informativos

Nombre: Laura Aracely Romero Leon

Fecha:

Institución: Unidad Educativa ¨Daniel Muñoz Serrano¨

Categorías de análisis	**Criterios de análisis de las categorías**	**Indicadores de análisis de los criterios**	**Reflexión crítica**
Percibir con precisión, valorar y expresar+ emoción	Identificar emociones propias	Habilidad para identificar nuestras propias emociones	Al inicio de la práctica algunas veces la docente mostro la capacidad de identificar sus emociones, aunque a veces esto se vio afectado por ciertas tensiones en el aula.
	Identificar emociones en otras personas	Habilidad para identificar	En ciertas ocasiones el docente lograba reconocer las emociones en las demás personas, de igual manera

		emociones en otras personas, diseños, arte... a través del lenguaje, sonido...	cuando se presentaban diferentes situaciones en el aula esta percepción cambiaba.
	Expresar sentimientos	Habilidad para expresar correctamente nuestros sentimientos y las necesidades asociadas a ellos	No siempre se expresaron de la manera adecuada los sentimientos, debido a que el desarrollo de ciertas acciones dificultó el diálogo y la comunicación.
	Discriminar expresiones emocionales	Habilidad para discriminar entre expresiones emocionales honestas y deshonestas	En algunas ocasiones se presentó la dificultad de discriminar las expresiones emocionales honestas y deshonestas.
Acceder y/o generar emociones cuando facilitan pensamientos	Atención a la información importante	Habilidad para descubrir las que emociones facilitan el pensamiento y la dirección de la atención a la información importante	En ciertas ocasiones, la atención a la información importante fue interrumpida por ciertas acciones, lo que dificulto darle importancia a la información importante.

	Formación de juicio	Habilidad para apreciar las emociones que facilitan la formación de juicios y recuerdos	No siempre se pudo evidenciar la formación de juicios de valor, por ciertas acciones que se presentaban en el aula.
	Perspectiva de puntos de vista	Habilidad para apreciar las variaciones emocionales y cambios de perspectiva y puntos de vista	En algunas ocasiones el docente manifestó una apertura a la apreciación de variaciones emocionales, pese a esto en otras ocasiones se mantuvo una postura rígida en situaciones conflictivas.
	Acercamiento a los problemas	Habilidad para razonar, apreciar estados emocionales del otro y sentimientos como la felicidad	En algunas ocasiones, no se pudo establecer soluciones o un diálogo en las diferentes situaciones que se daban.
Comprender la emoción y el conocimiento emocional	Designar diferentes emociones	Habilidad para designar diferentes emociones y reconocer relaciones entre la palabra y el significado de la emoción	No siempre se pudo evidenciar que el docente designara las diferentes emociones.
	Emociones y diferentes situaciones	Habilidad para entender las relaciones entre las emociones y las diferentes	En algunas ocasiones, se observó la dificultad para relacionar las emociones en diferentes situaciones.

		situaciones a las que obedecen	
	Comprender emociones complejas	Habilidad para comprender emociones complejas y/o sentimientos simultáneos de amor y odio	Algunas veces el docente mostro comprensión de emociones complejas, pese a que no fue de una manera constante.
	Transiciones de los estados emocionales	Habilidad para reconocer las transiciones de unos estados emocionales a otros	No siempre el docente identificó de forma adecuada las transiciones emocionales, debido a ciertas situaciones en el aula.
Crecimiento emocional e intelectual	Estados emocionales positivos	Habilidad para estar abierto tanto a los estados emocionales positivos	En algunas ocasione el docentes manifestó la apertura a los estados emocionales positivos.
	Reflexionar sobre las emociones	Habilidad para reflexionar sobre las emociones y determinar la utilidad de su información	No siempre se evidencio una reflexión de manera profunda sobre las emociones propias o ajenas.
	Reflexionar emociones propias y las de los demás	Habilidad para vigilar reflexivamente nuestras emociones y las de otros y	En algunas ocasiones el docente reflexiono sobre sus emociones, al igual que las emociones de los demás.

	reconocer su influencia	
Regular emociones propias y de los demás sin minimizarlas	Habilidad para regular nuestras emociones y las de los demás sin minimizarlas o exagerarlas	No siempre el docentes regulaba sus emociones de manera adecuada, debido a las diferentes circunstancias que se daban.

Nota. Esta tabla representa a la información analizada del diario de campo de 9no ciclo realizado en una escuela del cantón Biblián.

Anexo J. Grupo focal

https://drive.google.com/file/d/1v8S9LHyG__st3HM3DDnlAJX_radQCz4g/view?usp=sharing

Nota. Este link representa la información realizó un grupo focal realizado con 5 docentes en cuanto al desarrollo de las 6 sesiones.

Anexo K. Consentimiento informado

https://drive.google.com/file/d/1esquHbqvCw6FY90irm1qHK4pB-VFWAdI/view?usp=sharing

Nota. Este link representa el consentimiento firmado por parte de los docentes de la institución.

Anexo L. Tabla 4 Guía de entrevista

Categorías de análisis	**Criterios de análisis**	**Indicadores de análisis**	**Guía de entrevista**
Percibir con precisión, valorar y expresar emoción	Al realizar el análisis del criterio de identificar emociones propias se aprecia en relación al indicador habilidad para identificar nuestras propias emociones, los docentes mencionan que, si son capaces de reconocer sus propias emociones dentro de su actividad docente, de cómo pueden sentirlas de manera intensa y de esta forma poder llegar a los niños.		

Por su parte en el análisis de identificar emociones en otras personas, en relación al indicador de habilidad para identificar emociones en otras personas, diseños, arte... a través del lenguaje, sonido, los docentes mencionan que si por ejemplo cuando los estudiantes demuestran estar tristes es porque sucedió algo en sus hogares o tuvieron algún problema. De igual manera cuando existen concursos o actividades en la escuela y ganan, no hay rivalidades, ni peleas ni nada, y finalmente los docentes lo demuestran a veces en la ira, a veces en el cariño y en el afecto que le tienen a los estudiantes.

En el análisis del criterio de expresar sentimientos en relación al indicador de habilidad para expresar correctamente nuestros sentimientos y las necesidades asociadas a ellos, los docentes mencionan que si logran expresar de forma adecuada sus emociones pues algunas personas son francas en decir las cosas, como también en tener cuidado en cómo se dicen las cosas que para evitar inconvenientes con los demás puesto a que no todos piensan de la misma manera. También mencionan que al reconocer sus propias emociones les permite tener una buena conexión con los estudiantes.

Finalmente, con lo relacionado con el criterio de análisis de discriminar expresiones emocionales en cuanto al indicador de habilidad para discriminar entre expresiones emocionales honestas y deshonestas, los docentes mencionan que la experiencia les ha ayudado a poder identificar y discernir las actitudes de los estudiantes si están diciendo la verdad o están mintiendo. Por otra parte, también se menciona que es difícil poder identificar la sinceridad en las otras personas, ya que a veces ocultan cosas, pueden fingir y no se sabe si en realidad la persona está siendo honesta o está mintiendo.

Acceder y/o generar emociones cuando facilitan pensamientos	Al realizar el análisis del criterio de atención a la información importante en relación al indicador de habilidad para descubrir las que emociones facilitan el pensamiento y la dirección de la atención a la información importante. Los docentes mencionan que las emociones influyen en la concentración, por lo que es importante mantener una actitud positiva dentro del aula. Puesto a que si llegan con una actitud negativa se siente en el ambiente, también hay ocasiones en las que no están en su mejor momento lo que provoca también la desconcentración. Por su parte en el análisis del criterio de formación de juicio en relación al indicador de habilidad para apreciar las emociones que facilitan la formación de juicios y recuerdos, los docentes mencionan que es importante también tener en cuenta que las decisiones que se toman en lo profesional no deben estar basadas en las emociones negativas, aunque varias veces estas sí pueden influir. Además de que se debe tratar siempre de encontrar un equilibrio y pensar bien al momento de tomar las decisiones, En el análisis del criterio de perspectiva de puntos de vista en cuanto al indicador de habilidad para apreciar las variaciones emocionales y cambios de perspectiva y puntos de vista, los docentes mencionan que los años de experiencia los ha llevado a saber cómo actuar en diferentes circunstancias, como también saber tomar con calma las cosas darse un espacio y tiempo para poder pensar antes de actuar o decir algo. Finalmente, con lo relacionado con el criterio de acercamiento a los problemas en relación al indicador de habilidad para razonar, apreciar estados emocionales del otro y sentimientos como la felicidad los docentes mencionan la importancia de comprender a la otra persona, aunque muchas de las veces no se esté de acuerdo. Dentro del aula es importante tener una

	sensibilidad ante el estado emocional del otro especialmente con los estudiantes.
Comprender la emoción y el conocimiento emocional	Al realizar el análisis del criterio de designar diferentes emociones en cuanto al indicador de habilidad para designar diferentes emociones y reconocer relaciones entre la palabra y el significado de la emoción, los docentes mencionan de igual manera que los años de experiencia les ha servido para poder comprender las emociones dentro de su desempeño profesional, aunque en otras ocasiones no se puede estar de acuerdo a la emoción, dependiendo la circunstancia, pero tratan de hacer lo mejor posible. Las emociones que se sienten en el ejercicio profesional son la alegría, la tristeza, el miedo, la ira, la sorpresa, la culpa, la empatía, la gratitud, la envidia y la ansiedad. Por su parte en el análisis del criterio de emociones y diferentes situaciones en cuanto al indicador de habilidad para entender las relaciones entre las emociones y las diferentes situaciones a las que obedecen, los docentes mencionan que sus emociones si influyen en su vida profesional debido a diferentes situaciones que suelen mezclarse en el ámbito educativo como los diferentes problemas que se pueden dar en el aula o hasta incluso con los mismos colegas, por lo que es importante saber lidiar con todo para tener un buen manejo de las emociones. En el análisis del criterio de comprender emociones complejas en cuanto al indicador de habilidad para comprender emociones complejas y/o sentimientos simultáneos de amor y odio, los docentes mencionan que tratan de conversar y buscar una solución y no quedarse con lo que está pasando, si la situación requiere de ayuda externa lo hacen de igual manera para buscar soluciones al problema que se dé. También lo manejan mediante la autoconciencia, la empatía y la comunicación

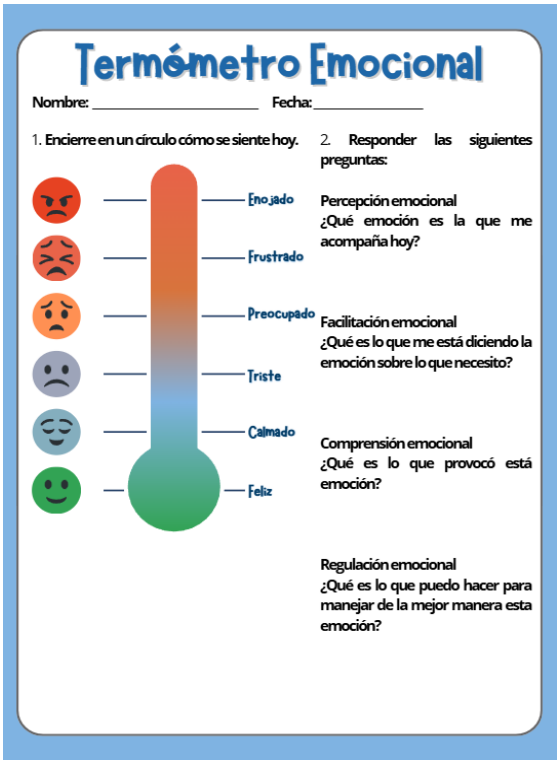
	abierta, comprendiendo las emociones propias y ajenas, entre compañeros de trabajo. Finalmente, con lo relacionado con el criterio de transiciones de los estados emocionales en relación al indicador de habilidad para reconocer las transiciones de unos estados emocionales a otros, los docentes mencionan que deben saber llevar las cosas y saberlas manejar de una buena manera, para así evitar problemas con los demás. Como también buscar soluciones o conversar, darse un espacio para pensar las cosas de una forma más tranquila.
Regular las emociones para promover crecimiento emocional e intelectual	Al realizar el análisis del criterio de estados emocionales positivos en cuanto al indicador de habilidad para estar abierto tanto a los estados emocionales positivos, los docentes mencionan que es importante mantener una actitud positiva, puesto que dentro del aula es importante mantener un ambiente emocional saludable con los estudiantes, además de que el reflexionar sobre las propias emociones le permite a la persona tener un crecimiento personal y también en lo profesional. Por su parte en el análisis del criterio reflexionar sobre las emociones en cuanto al indicador de habilidad para reflexionar sobre las emociones y determinar la utilidad de su información, los docentes mencionan que, si se toman un tiempo para poder analizar sus actitudes o situaciones que se pudieron haber dado dentro de la institución, de esta forma poder analizar la situación para también poder mejorar ciertos aspectos propios de cada uno de ellos. En el análisis del criterio de reflexionar emociones propias y las de los demás en cuanto al indicador de habilidad para vigilar reflexivamente nuestras emociones y las de otros y

	reconocer su influencia, de igual manera los docentes mencionan que analizan la situación puede ser que el compañero de trabajo no se encontraba en un buen momento, como también pudo haber tenido algún problema o alguna situación y que se debe ser empáticos para de esta forma ponerse en el lugar de la otra persona. De igual manera a veces tienen emociones impulsivas negativas, que se debe controlar y tratar mediante la reflexión hacerle algo positivo a ello. Finalmente, con lo relacionado con el criterio de regular emociones propias y de los demás sin minimizarlas en cuanto al indicador de habilidad para regular nuestras emociones y las de los demás sin minimizarlas o exagerarlas, los docentes mencionan que a veces es difícil tratar de entender o poner en el lugar de la otra persona, pero se trata de ponerse en el lugar del otro para entender y tratar de comprender y solucionar los problemas de la mejor manera. Como también el desafío que se presenta al intentar regular las emociones, aceptar y admitir lo que siento, evitando que esas emociones dominen su comportamiento, venciendo la dificultad de tratar las emociones fuertes como la ira o la tristeza sin dejarme llevar por ellas.

Nota. Este tabla representa la guía de entrevista realizada a los docentes de la institución.

Anexo M. Termómetro emocional

Plantilla de actividad 1: Termómetro emocional



Nota. La imagen representa la actividad 1 que es el termómetro emocional, elaborada para desarrollar en la sesión 1, puede ingresar en el siguiente link: https://www.canva.com/design/DAGrP8FRfps/3S68DLQrsezjOalKsjoFFQ/edit?utm_content=DAGrP8FRfps&utm_campaign=designshare&utm_medium=link2&utm_source=sharebutton

Anexo N. Diario emocional

Plantilla Actividad 1: Diario emocional



Nota. La imagen representa la plantilla para la actividad 1 que es el diario emocional elaborada para la sesión 2, puede ingresar en el siguiente link: https://www.canva.com/design/DAGr9CYXJEE/hbQpTo8t70I_5GMadItRxA/edit?utm_content=DAGr9CYXJEE&utm_campaign=designshare&utm_medium=link2&utm_source=sharebutton

Anexo Ñ. Rueda de las emociones

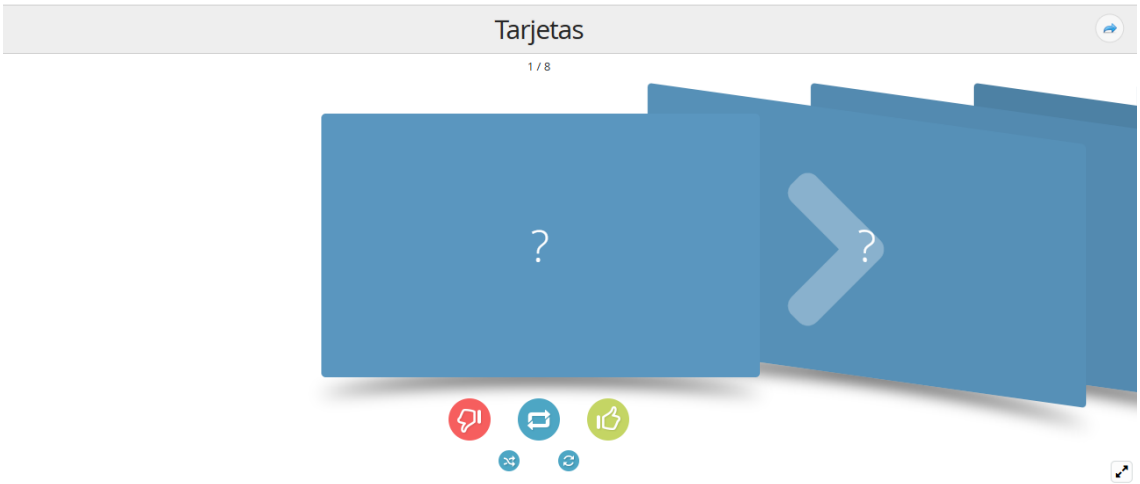
Tarjetas: De la 8 emociones básicas de Robert Plutchik para la actividad 2 rueda de las emociones



Nota. La imagen representa tarjetas de las 8 emociones básicas de Robert Plutchik para la actividad 2 qué es la rueda de las emociones a desarrollarse en la sesión 2.

Anexo O. Rueda de las emociones

Herramienta goconqr: Tarjeta elaborada para la rueda de emociones



Nota. La imagen representa la herramienta goconqr elaborada para la actividad 2 qué es la rueda de las emociones a desarrollarse dentro de la sesión 2. Link de ingreso: https://www.goconqr.com/es-ES/flashcard/40528778/tarjetas

Anexo P. Herramienta Mentimeter

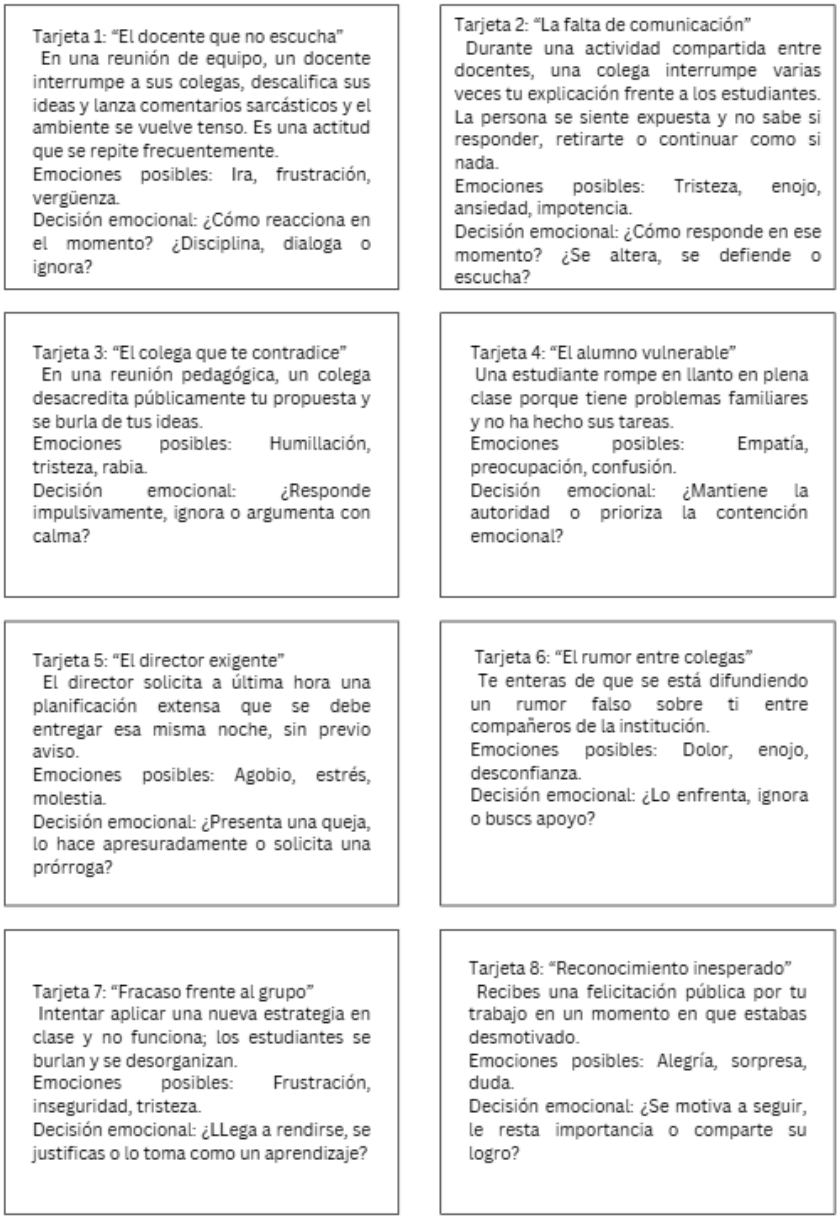
Herramienta Mentimeter: Defina en una palabra facilitación emocional



Nota. La imagen representa la herramienta Mentimeter en donde el docente tiene que definir en una palabra facilitación emocional, para desarrollar en la sesión 3. Link de ingreso: https://www.menti.com/alfbqviehau2

Anexo Q. Casos para la actividad Role playing

Casos para las tarjetas de la actividad de role playing o juego de roles



Nota. La imagen representa casos planteados en base a la vida real elaborados para la actividad 1 qué es el role playing o juego de roles, a desarrollarse dentro de la sesión 3.

Anexo R. Semáforo emocional

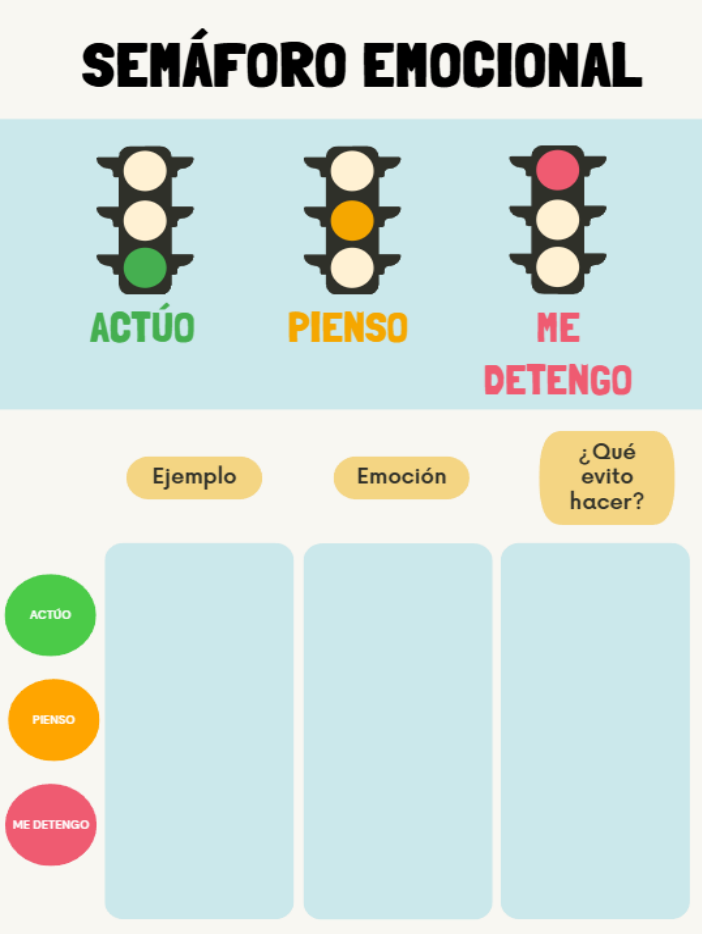
Plantilla con ejemplos para la actividad 2: Semáforo emocional



Nota. La imagen representa una plantilla de ejemplos en base a la vida real elaborados para la actividad 2 qué es el semáforo emocional a desarrollarse dentro de la sesión 3. Puede ingresar en el siguiente link: https://www.canva.com/design/DAGoKEomrI4/0PT_Pdn6InPKrniM1ppGQQ/edit?utm_content=DAGoKEomrI4&utm_campaign=designshare&utm_medium=link2&utm_source=sharebutton

Figura S. Semáforo emocional

Plantilla para la actividad 2: Semáforo emocional



Nota. La imagen representa una plantilla para la actividad 2 qué es el semáforo emocional a desarrollarse dentro de la sesión 3. Puede ingresar en el siguiente link: https://www.canva.com/design/DAGrPfVtuOE/znsNRDq59ych6w3fd7WwMA/edit?utm_content=DAGrPfVtuOE&utm_campaign=designshare&utm_medium=link2&utm_source=sharebutton

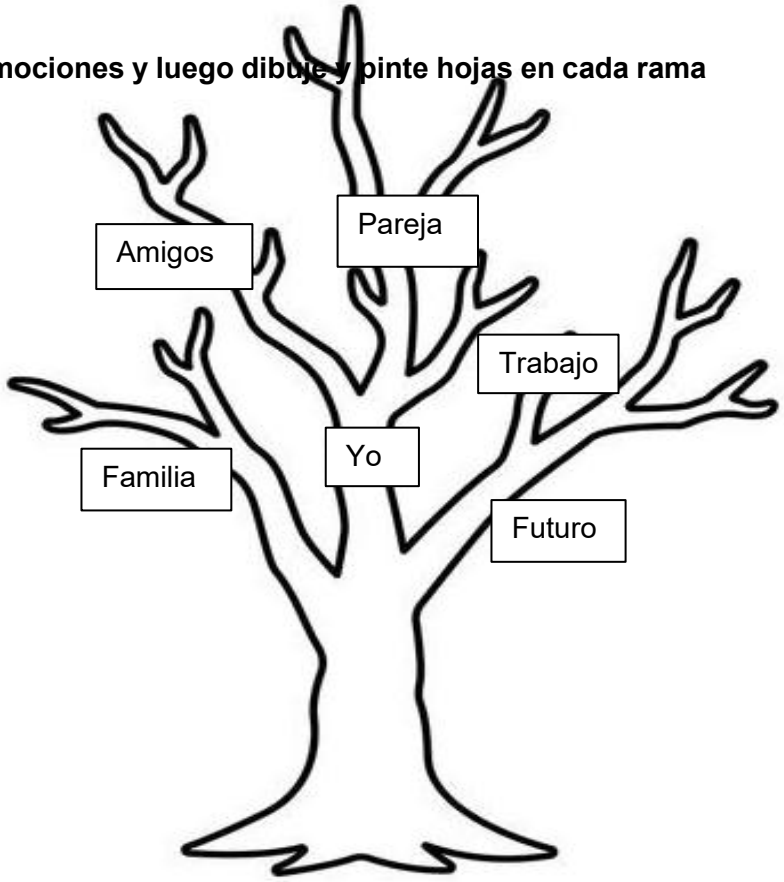
Anexo T. Árbol de las emociones

Árbol de las emociones

Nombre: _____ Fecha: _____

Responda las siguientes preguntas:

Asigne un color a cada cuadro de emociones y luego dibuje y pinte hojas en cada rama del color asignado.

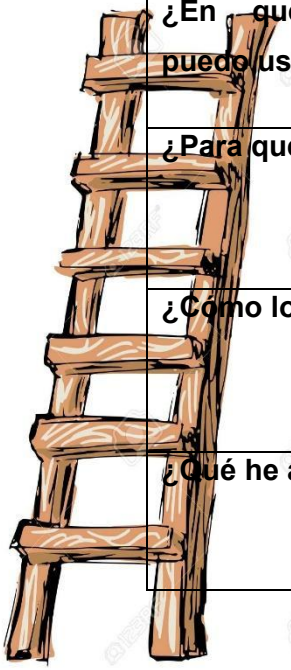


	Emociones	Como las expresó	Emoción predominante
Familia			
Amigos			
Pareja			
Trabajo			
Futuro			
Yo			
¿Qué aprendí sobre mis emociones en esta actividad?			

Anexo U. Escalera de la metacognición

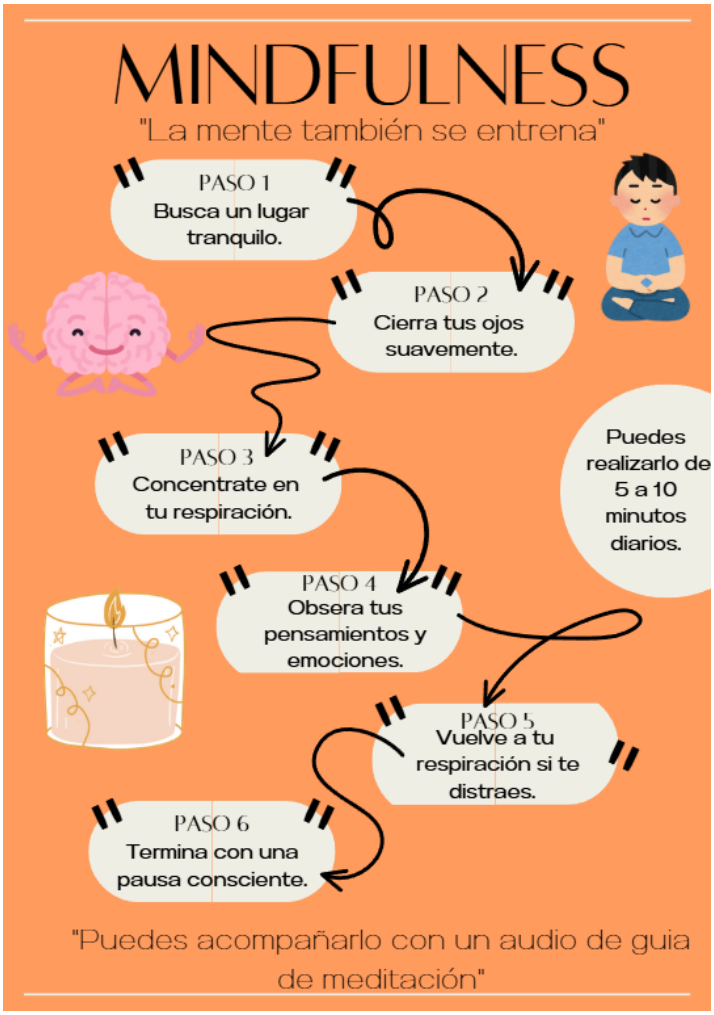
Escalera de la metacognición

Nombre: _____ Fecha: _____	
¿En qué otras ocasiones puedo usarlo?	
¿Para qué me ha servido?	
¿Cómo lo he aprendido?	
¿Qué he aprendido?	



Anexo V. Infografía Mindfulness

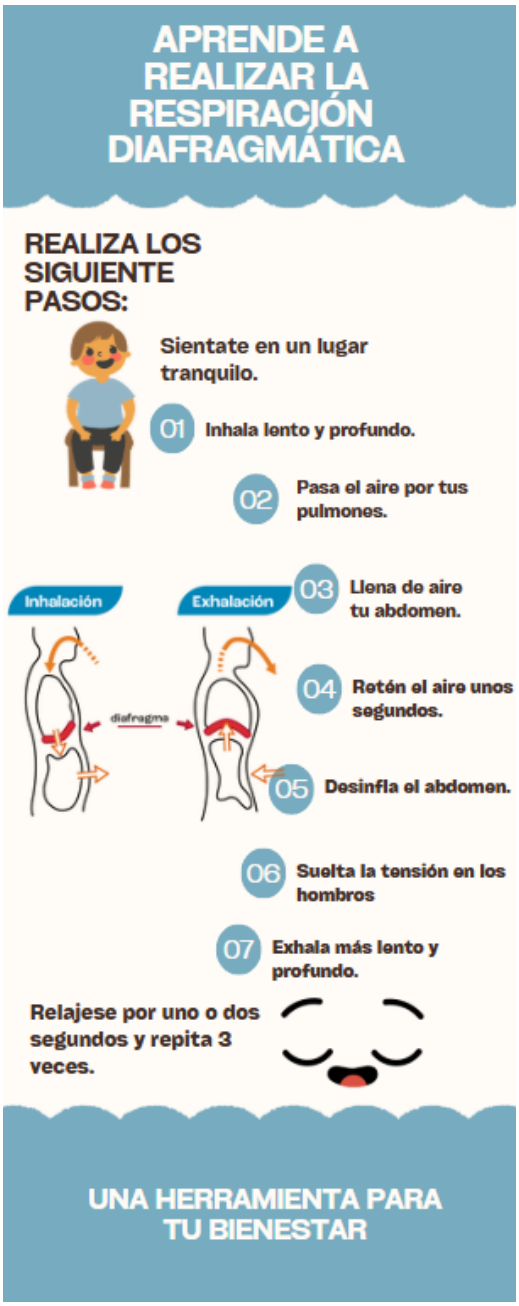
Infografía: Mindfulness



Nota. La imagen representa una plantilla para una meditación guiada para la sesión 5. Puede ingresar en el siguiente link: https://www.canva.com/design/DAGoIFQi30g/74Foel4-NEgWD99VVRAMOA/edit?utm_content=DAGoIFQi30g&utm_campaign=designshare&utm_medium=link2&utm_source=sharebutton

Anexo W. Infografía respiración diafragmática

Aprende a realizar la respiración diafragmática



Nota. La imagen representa una infografía con los pasos para realizar la respiración diafragmática, es una actividad extra que pueden practicar en casa. Puede ingresar en el siguiente link: https://www.canva.com/design/DAGoIGwEdhI/GJHHjYaHJ-TTkUvkstFIKA/edit?utm_content=DAGoIGwEdhI&utm_campaign=designshare&utm_medium=link2&utm_source=sharebutton

Anexo X. Sesión 1

https://drive.google.com/drive/folders/1FvULeknKqU1Ch29bxRu3tUAaCRLjDFbC?usp=sharing

Nota. Este link representa las actividades realizadas dentro de la sesión 1.

Anexo Y. Sesión 2

https://drive.google.com/drive/folders/1nhPjAW2VUNVnwGUGANJbgKrEwouqjhOf?usp=sharing

Nota. Este link representa las actividades realizadas dentro de la sesión 2.

Anexo Z. Sesión 3

https://drive.google.com/drive/folders/1ESQKtQuEay-sx4AM7GRoKhp1I_DfufBR?usp=sharing

Nota. Este link representa las actividades realizadas dentro de la sesión 3.

Anexo AA. Sesión 4

https://drive.google.com/drive/folders/1zotCNg8xR_yaDrbOlr_VqdlZLLYgeYHe?usp=sharing

Nota. Este link representa las actividades realizadas dentro de la sesión 4.

Anexo AB. Sesión 5

https://drive.google.com/drive/folders/1DmUGXXda0_NbHYxELoeW8oYLLj8us4iw?usp=sharing

Nota. Este link representa las actividades realizadas dentro de la sesión 5.

Anexo AC. Sesión 6

https://drive.google.com/file/d/1S4wSY3XQx06UmoBWf18t6OczJm2StpL9/view?usp=sharing

Nota. Este link representa el grupo focal realizado con 5 docentes de la institución