



ISSN: 2448 - 6574

Técnicas didácticas para el desarrollo de la inteligencia emocional en Educación Superior:
el pase de lista emocional.

Rocio Fragoso Luzuriaga
psicrocioluzu@hotmail.com

Resumen

Esta ponencia presenta los avances de un proyecto ejecutado en la BUAP cuyo objetivo general es identificar las habilidades de la Inteligencia Emocional desarrolladas a través de las diversas técnicas didácticas empleadas por los docentes de la Facultad de Psicología. Dentro de dichas técnicas la que se expone en éste escrito es el “Pase de Lista Emocional”. El tipo de estudio que se emplea en el trabajo es exploratorio con un diseño pre experimental donde el pase de lista emocional se aplicó una media de 5 veces al mes durante el periodo primavera 2017 a un grupo de 40 estudiantes. Para evaluar la efectividad de la técnica se creó una escala denominada EETIE conformada por 20 preguntas que arrojan información sobre cuatro dimensiones de la variable Inteligencia Emocional acorde al modelo de Mayer y Salovey (1997). También se diseñó un cuestionario estructurado por cinco preguntas abiertas con la finalidad de conocer la percepción de los estudiantes acerca del pase de lista emocional. Como parte de los resultados preliminares se encontró que el 70% de los estudiantes está de acuerdo con que la técnica desarrolla la percepción y expresión emocional; el 86% concuerda que la técnica ayuda a la facilitación emocional; el 58% afirma que auxilia en la comprensión emocional; y el 73% concuerda que fomenta la regulación emocional.

Palabras Clave: Inteligencia Emocional, Educación Superior, Técnicas

Planteamiento del Problema

Documentos como la Constitución Política de los Estados Unidos Mexicanos (2008), la Ley General de Educación (2012) y las recomendaciones de organismos nacionales e internacionales como la UNESCO, plasmadas en su Informe Delors (1997), o la OCDE, descritas en su documento DeSeCo, han enfatizado la importancia del desarrollo de habilidades como la Inteligencia Emocional (IE) dentro de las aulas universitarias con la finalidad de potencializar todas las capacidades de los individuos.

Numerosas investigaciones afirman que un nivel adecuado de Inteligencia Emocional, ayuda a resolver con mayor éxito problemas académicos y personales (Thi Lam y Kirby, 2002);



ISSN: 2448 - 6574

favorece el bienestar psicológico (Bermúdez, Álvarez y Sánchez, 2003); y fomenta mejores relaciones interpersonales (Pellittei, 2002; Schutte y *et al.*, 2001).

Por lo anterior es fundamental que el docente de educación superior conozca técnicas didácticas que auxilien al desarrollo de habilidades de procesamiento de información emocional, sin embargo, hasta el momento no existen estudios sobre los recursos empleados por los maestros universitarios para enriquecer la formación socio-afectiva de los alumnos. Debido a esto la presente investigación busca analizar el pase de lista emocional como una herramienta práctica que puede ayudar a la expresión, facilitación, comprensión y regulación de las emociones por lo que se formula la siguiente pregunta de investigación:

¿Cuáles son las habilidades de la Inteligencia Emocional desarrolladas por la técnica didáctica “pase de lista emocional” en estudiantes de Psicología?

Justificación

Debido a la complejidad del mundo actual los conocimientos académicos no son suficientes para enfrentar los desafíos laborales. Para esto se requiere una nueva gama de competencias y habilidades inter e intra personales que deben ser fomentadas dentro de las universidades ya que su principal función es formar futuros profesionistas preparados para enfrentar los cambios de su entorno (Goleman, 2002, 2000). Estudiar las técnicas didácticas como el pase de lista emocional, permite comprender el proceso de formación de las habilidades socioemocionales de los alumnos para poder subsanar vacíos en su preparación. También, concientiza a los docentes sobre su práctica cotidiana a la par que los anima a adoptar nuevas metodologías y estrategias de enseñanza aprendizaje dentro del aula.

Fundamentación Teórica

Para realizar ésta investigación se utilizó el modelo de Mayer y Salovey (1997) el cual afirma que la Inteligencia Emocional contiene un conjunto de capacidades que explican las diferencias individuales en el modo de percibir y comprender las emociones. Dichas capacidades son las de supervisar los sentimientos y las emociones propias así como las de los demás; de discriminar entre ellas; y usar la información para guiar el pensamiento y las acciones de uno. De la definición anterior se desprenden los cuatro componentes de la Inteligencia Emocional: la percepción, valoración y expresión de las emociones, la facilitación emocional del pensamiento,



ISSN: 2448 - 6574

la comprensión de las emociones y la habilidad de regulación reflexiva de las emociones las cuales se desarrollarán enseguida.

Percepción, valoración y expresión de las emociones: Es la habilidad más básica de la Inteligencia Emocional la cual hace referencia a la certeza con que las personas pueden identificar las emociones en ellos mismos y otras personas. Su manifestación se observa en expresiones faciales, movimientos corporales, posturas, tonos de voz etc. (Caruso y Salovey, 2004; Mayer y Salovey, 1997).

La Facilitación Emocional del Pensamiento. Esta habilidad se relaciona con el uso de las emociones como parte de procesos cognitivos como la creatividad y resolución de problemas, esto se debe a que los estados emocionales dirigen nuestra atención hacia cierta información considerada relevante, determinando tanto la manera en que se procesan los estímulos del entorno y la forma en cómo se enfrentan problemas (Caruso y Salovey, 2004; Mayer y Salovey, 1997).

La Comprensión de las Emociones. Se refiere al conocimiento del sistema emocional, o en otras palabras, el conocer cómo se procesa la emoción a un nivel cognitivo, y cómo afecta el empleo de la información emocional los procesos de razonamiento. Comprende el etiquetado correcto de las emociones, la comprensión del significado emocional, no sólo de emociones sencillas sino también de emociones complejas, así como la detección de la evolución de unos estados emocionales en otros (Caruso y Salovey, 2004; Mayer y Salovey, 1997).

La Regulación Emocional. Es el último elemento que propone el modelo de Mayer y Salovey (1997) y se relaciona con la capacidad de estar abierto tanto a los estados emocionales positivos como negativos, reflexionar sobre los mismos y determinar si la información que los acompaña es útil, sin reprimirla ni exagerarla, para el manejo de las emociones propias y las de otros (Caruso y Salovey, 2004; Mayer y Salovey, 1997).

La propuesta de Mayer y Salovey sustenta esta investigación debido a que se encuentra adherida al paradigma Cognitivo además de ser la más utilizada en las investigaciones científicas acorde a Extremera y Fernández Berrocal (2004).

Objetivo General

Identificar las habilidades de la Inteligencia Emocional desarrolladas por la técnica didáctica “pase de lista emocional” en estudiantes de psicología de la BUAP.



ISSN: 2448 - 6574

Objetivos Particulares

- Diseñar un instrumento de evaluación cuantitativo para la detección de las habilidades de la Inteligencia Emocional desarrolladas por diversas técnicas didácticas
- Diseñar un instrumento de evaluación cualitativo sobre las técnicas didácticas que fomentan la Inteligencia Emocional

Metodología

Enseguida se desarrolla el tipo de estudio, población, instrumentos y procedimientos que se emplearon en el análisis del pase de lista emocional

a) Tipo de Estudio

El tipo de estudio de ésta investigación es exploratorio ya que busca indagar en un terreno poco explorado que es el análisis de una técnica didáctica que intenta fomentar diversas habilidades relacionadas con la Inteligencia Emocional en estudiantes universitarios. Congruente con el tipo de estudio su diseño es pre experimental ya que si bien se aplicó la técnica durante un cuatrimestre a un grupo seleccionado no existió grupo control (Hernández Sampieri, Fernández Collado & Baptista Lucio)

b) Población del estudio.

La técnica fue aplicada a 62 estudiantes universitarios inscritos en primer cuatrimestre. No obstante, 7 de ellos dejaron de asistir por razones laborales o personales y 15 alumnos decidieron no responder el cuestionario por lo que se analizaron a 40 sujetos. El rango de edad de los participantes del estudio osciló entre los 18 y 35 años con una media de 19.7. En cuanto al género 6 pertenecían al masculino y 34 al femenino

c) Instrumentos.

En esta investigación se administraron dos instrumentos: la EETIE-20 y un cuestionario de cinco preguntas abiertas. A continuación se explican cada uno de ellos.

La EETIE (Escala de Evaluación en Técnicas de Inteligencia Emocional) se construyó expresamente para éste trabajo con el objetivo de identificar las habilidades de la inteligencia emocional que desarrollan diversas técnicas didácticas. Para su elaboración se empleó la teoría de Mayer y Salovey (1997) la cual concibe cuatro dimensiones que integran la variable: percepción y expresión emocional; facilitación emocional, comprensión emocional y regulación emocional. También se revisaron diversos textos para la construcción de escalas (Méndez Hinojosa & Peña Moreno, 2009; Landero Hernández & González Ramírez, 2006).



ISSN: 2448 - 6574

De esta manera, en un primer momento se pensó evaluar aspectos técnicos requeridos para la aplicación de las técnicas didácticas como: tiempo de duración, tamaño del grupo y relación con el contenido temático, sin embargo, al ser revisado por 5 expertos, se decidió centrar la escala en las habilidades de la Inteligencia Emocional. Por lo que de los 24 ítems propuestos de manera inicial se descartaron 4 reactivos por lo que el instrumento final se integró por 20 ítems.

Además de descartar algunos reactivos, los expertos hicieron correcciones de redacción y organización.

Los reactivos antes mencionados se evaluaron a través de la siguiente escala Likert: 1 totalmente en desacuerdo; 2 algo en desacuerdo; 3 ni en acuerdo ni en desacuerdo; 4 algo de acuerdo; 5 totalmente de acuerdo

Después de su aplicación se analizó la confiabilidad del instrumento usando el estadístico Alfa de Cronbach a través del programa SPSS 21 el cuál inicialmente arrojó un $\alpha = .618$ por lo que se decidió eliminar los reactivos 4, 7 y 17. No obstante el valor máximo de Alfa fue $\alpha = .779$ por lo que se sugiere revisar la escala

Adicionalmente se administró un cuestionario con 5 preguntas abiertas, revisadas por los expertos, que ayudan a conocer la percepción de los estudiantes sobre la aplicación del pase de lista emocional:

- ¿Qué te pareció la técnica del pase de lista emocional?
- ¿Para qué situaciones podría funcionar ésta técnica?
- ¿Qué piensas sobre que el docente exprese sus emociones a través de esta técnica?
- ¿Qué comentarios o sugerencias harías para posteriores aplicaciones de la técnica?
- ¿Por favor escribe otras observaciones que no hayan sido consideradas en la aplicación de la técnica?

d) Procedimiento

En una primera fase de la investigación se diseñó una escala para evaluar las habilidades emocionales desarrolladas por el “pase de lista emocional”

En una segunda fase se aplicó la técnica una media de 5 veces el mes durante todo el semestre, el cual inició el 2 de enero y finalizó el 18 de Mayo del 2017.

La modalidad en que se aplicó la técnica consistía en que al nombrar a los integrantes del grupo, a través de una lista previamente elaborada, cada una de ellos debía comentar la



ISSN: 2448 - 6574

emoción o sensación que experimentaba en ese momento. Al terminar la lista el docente expresaba también su estado emocional de manera verbal o mediante dibujos en el pizarrón. Esto se hacía siempre al inicio de cada sesión.

En una tercera fase el último día de clases se administró el EETIE- 20 y un cuestionario con 5 preguntas abiertas para evaluar la técnica

Los resultados de la escala se analizaron con el programa estadístico SPSS21 y las respuestas del cuestionario con el software MaxQDA a través de la metodología de análisis de contenido

e) *Materiales*

- Lista de asistencia para conocer los nombre de los estudiantes
- Pizarrón y Plumones

Resultados

En seguida se muestran los resultados de las categorías percepción y expresión emocional, facilitación emocional, comprensión emocional y regulación emocional evaluadas por la escala EETIE-20 y los avances obtenidos del análisis de contenido de las 5 preguntas abiertas diseñadas para obtener información cualitativa de la técnica pase de lista emocional.

a) *Expresión y Percepción Emocional*

En la Figura 1, que aparece en la parte inferior, se muestra que el 70% de los estudiantes, 28 sujetos, piensan que la técnica “pase de lista emocional” ayuda a desarrollar la habilidad expresión y percepción emocional.

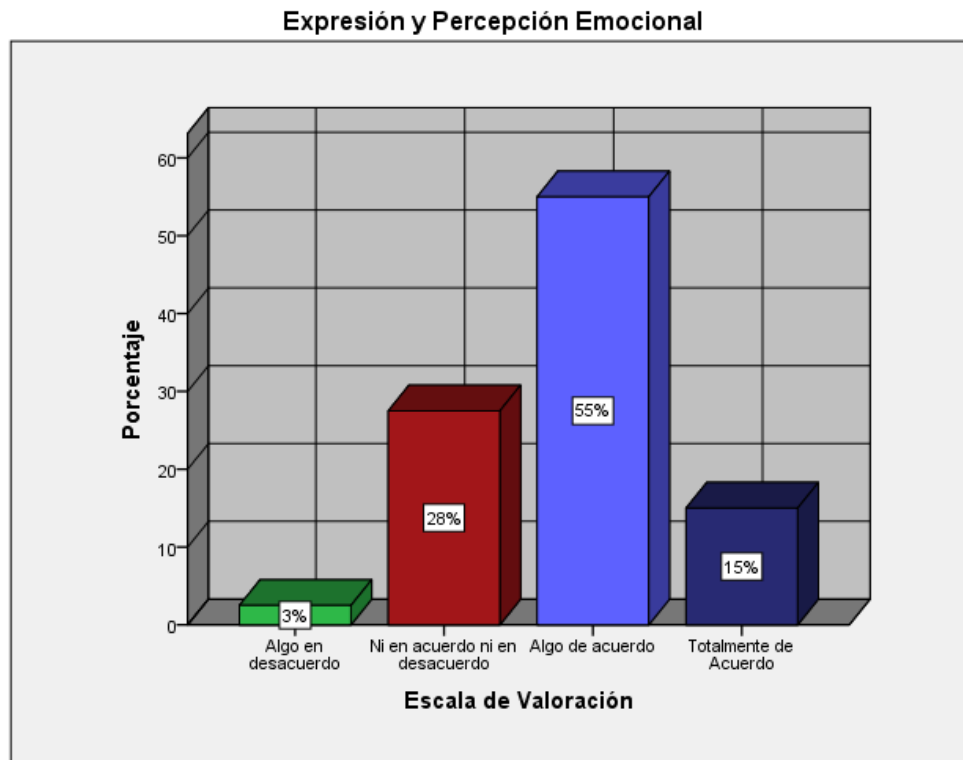


FIGURA 1. Evaluación de Percepción y expresión en la técnica pase de lista emocional

b) Facilitación Emocional

Dentro de la Figura 2, que aparece en la parte inferior, se muestra que el 86% de los estudiantes, 34 sujetos, piensan que la técnica “pase de lista emocional” ayuda a desarrollar la habilidad facilitación emocional.

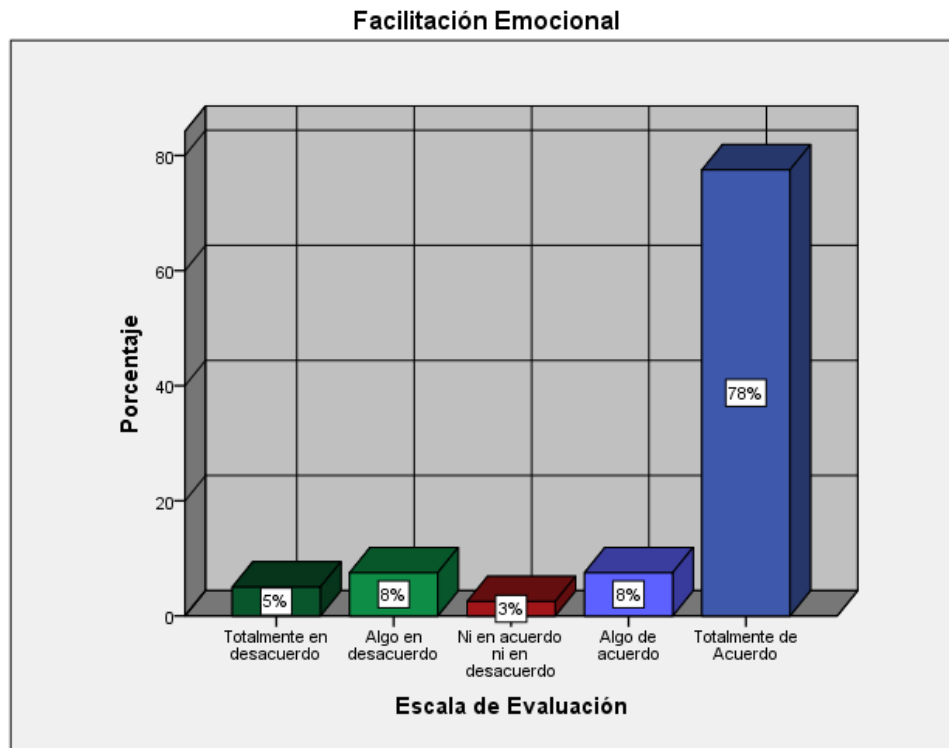


FIGURA 2. Evaluación de facilitación emocional en la técnica pase de lista emocional

c) Comprensión Emocional

A partir de la Figura 3, que aparece a continuación, se observa que el 58% de los estudiantes, 23 sujetos, piensan que la técnica “pase de lista emocional” ayuda a desarrollar la habilidad comprensión emocional.

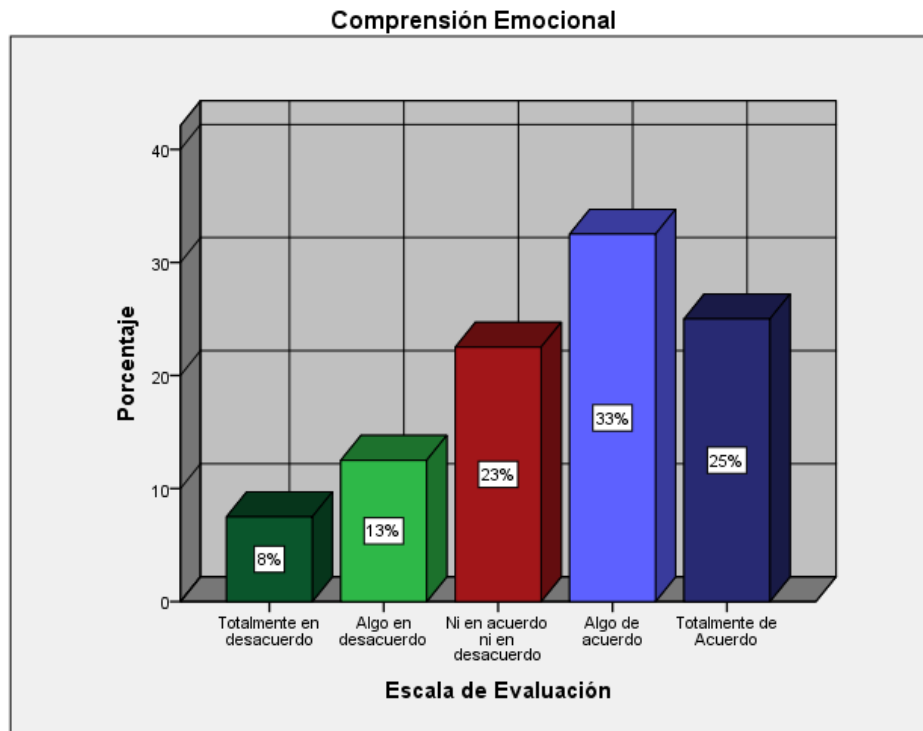


FIGURA 3. Evaluación de comprensión emocional en la técnica pase de lista emocional

d) Regulación Emocional

En la Figura 4, que aparece enseguida, se aprecia que el 73% de los estudiantes, 23 sujetos, piensan que la técnica “pase de lista emocional” ayuda a desarrollar la habilidad regulación emocional

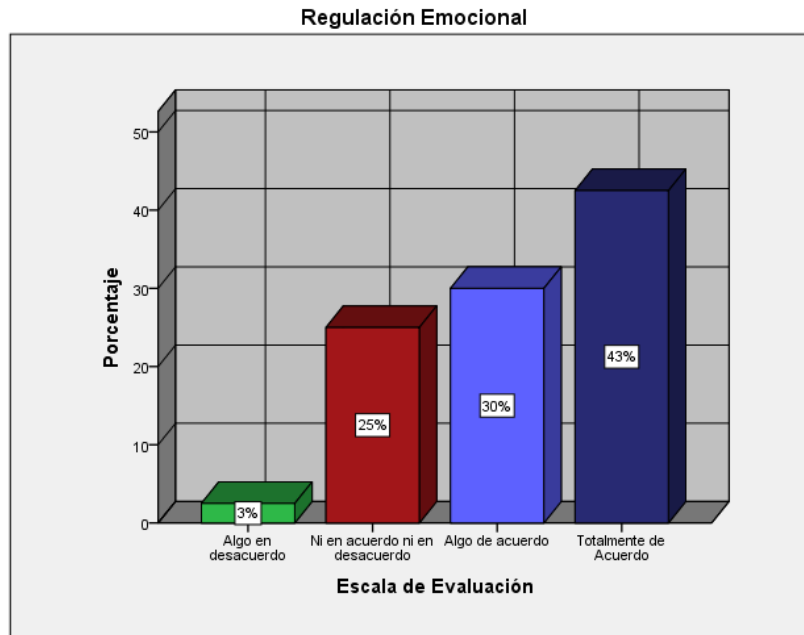


FIGURA 4. Evaluación de regulación emocional en la técnica pase de lista emocional.

e) Resultados preliminares del análisis de contenido

Después de analizar los datos cualitativos se encontró que la percepción de los estudiantes sobre la técnica “pase de lista emocional” en 36 de los casos fue positiva. Los descriptores más utilizados para la técnica son: relajante, divertida y diferente.

Los dos alumnos que tuvieron una percepción negativa de la técnica es debido a que la consideraron poco útil

Conclusiones Preliminares:

El pase de lista emocional es una buena opción para el desarrollo de la Inteligencia Emocional ya que fomenta diversas habilidades de procesamiento de información emocional, genera un ambiente relajado de aprendizaje y ayuda a la empatía entre compañeros e incluso con el propio docente

Referencias Bibliográficas

Bermúdez, M.P., Álvarez, T.I. y Sánchez A. (2003). Análisis de la relación entre inteligencia emocional, estabilidad emocional y bienestar psicológico. *Universitas Psychologica*, 2(1). Recuperado de <http://sparta.javeriana.edu.co/psicologia/publicaciones/descarga.php?id=38>

Caruso, D.R. y Salovey, P. (2004). *The Emotionally Intelligent Manager*. San Francisco CA: Jossey- Bass.



ISSN: 2448 - 6574

- Constitución Política de los Estados Unidos Mexicanos. (2008). *Artículo 3º*. México: Legislación Federal. Citado el 20 de Marzo del 2012. Disponible en: <http://info4.juridicas.unam.mx/ijure/fed/9/4.htm?s=>
- Delors, J. (comp.)(1997). *La educación encierra un tesoro*. México: UNESCO
- Extremera, N. y Fernández-Berrocal, P. (2004a). El papel de la Inteligencia Emocional en el alumnado: Evidencias empíricas, *Revista Electrónica de Investigación Educativa*, 6, (2). Citado el 20 de Diciembre del 2004. Disponible en: <http://redie.uabc.mx/vol6no2/contenido-extremera.html>
- Goleman, D. (2000). *La Inteligencia Emocional Aplicada a las Organizaciones*. Barcelona: Kairos
- Goleman, D. (2002). *La Inteligencia Emocional*, México: Vergara.
- Hernández Sampieri, R., Fernández Collado, C. & Baptista Lucio, P. (2014). *Metodología de la Investigación*. México: McGrawHill.
- Landero Hernández, R. y González Ramírez, M. (2006). *Estadística con SPSS y metodología de la Investigación*. México: Trillas.
- Ley General de Educación. (2012). *Artículo 7º*. México: Legislación Federal. Citado el 20 de Marzo del 2012. Disponible en: <http://www.diputados.gob.mx/LeyesBiblio/pdf/137.pdf>
- Mayer, J.D. y Salovey, P. (1997). What is Emotional Intelligence? En Salovey, P y Sluyter (Eds.). (1997). *Emotional Development and Emotional Intelligence*. New York: Basic Books
- Mendez Hinojosa, L.M & Peña Moreno. (2009). *Manual práctico para el diseño de la escala Likert*. México: Trillas
- Pellittei, J. (2002). The relationship between emotional intelligence and ego defence mechanisms. *The Journal of Psychology*, 136(2), 182-194.
- Schutte, N. S., Malouff, J., Bobik, C., Coston, T., Greeson, C., Jedlicka, Emily, R., & Greta Wendorf. (2001). Emotional intelligence and interpersonal relations. *Journal of Social Psychology*, 141(4), 523-536.
- Thi Lam, L. & Kirby, S. (2002). Is emotional intelligence an advantage? An exploration of the impact of emotional and general intelligence on individual performance. *The Journal of Social Psychology*, 142 (1), 122-143.