



## Inteligencia emocional en la praxis docente de la academia de Química

**Farah Denisse Moreno Avitia**

[dnsmoreno@uas.edu.mx](mailto:dnsmoreno@uas.edu.mx)

**Esmeralda Alvarado Félix**

[esmeralda.alvarado@uas.edu.mx](mailto:esmeralda.alvarado@uas.edu.mx)

**Dora Yaqueline Salazar Soto**

[dora.salazar@uas.edu.mx](mailto:dora.salazar@uas.edu.mx)

Universidad Autónoma de Sinaloa

Maestría en docencia en Ciencias de la Salud

**Área temática:** Innovaciones curriculares

---

### Resumen

Una necesidad actual en la praxis docente es su preparación incluyendo el área de competencias socioemocionales. Es complicado llegar al fortalecimiento de estas competencias mediante métodos y estrategias clásicas y/o tradicionales. Ahora bien, es importante incrementar la inteligencia emocional de los docentes para llegar al desarrollo de un mejor clima escolar por lo cual una estrategia factible que logre todos estos objetivos es Mindfulness de tipo SMART. Al agregar esta estrategia al inicio de cada semestre junto con las actualizaciones docentes continuamente en nuestra planta docente se mejorará directa e indirectamente el proceso de enseñanza-aprendizaje en nuestra universidad formando estudiantes y trabajadores exitosos que posean una mayor satisfacción laboral.

**Palabras clave:** *Praxis docente, inteligencia emocional, mindfulness.*

---

### Justificación

La inteligencia emocional es importante en todas las etapas de la educación, además, los docentes a nivel medio superior en su mayoría no están profesionalizados en la docencia pues la formación base que obtienen es la licenciatura o ingeniería en alguna carrera afín a la que prestan su atención. De aquí la importancia de llevar a cabo éste proyecto para analizar la inteligencia emocional de los docentes en el nivel medio superior específicamente en la Academia de Química de la Unidad Académica Preparatoria Emiliano Zapata (UAPEZ) en la Universidad Autónoma de Sinaloa (UAS) donde al igual que en licenciaturas de Química se percibe que los docentes practican una docencia desensibilizada hablando emocionalmente, pues basan la mayoría de conocimientos y aprendizajes en meros hechos científicos. De lo anterior, surgen las siguientes preguntas de investigación:

¿Qué niveles de inteligencia emocional poseen los docentes de la academia de Química que llevan a cabo su praxis en la UAPEZ?

### Objetivo General



Evaluar los niveles de inteligencia emocional que poseen los docentes de la academia de Química que llevan a cabo su praxis en la UAPEZ.

### **Objetivos específicos**

1. Identificar los niveles de inteligencia emocional de los docentes de la academia de Química de la UAPEZ por medio del Test Emily Sterrett.
2. Emplear la estrategia *Mindfulness* SMART como medida de reforzamiento para la inteligencia emocional en los docentes de la academia de Química de la UAPEZ.
3. Valorar la inteligencia emocional de los docentes de la academia de Química que llevan a cabo su praxis en la UAPEZ después de la intervención con la estrategia *Mindfulness SMART*.

### **Enfoque conceptual**

La importancia de formar personas capaces de adaptarse a las necesidades a lo largo del tiempo en la sociedad se ve desde organizaciones como la Organización de las Naciones Unidas para la Educación, Ciencia y la Cultura (UNESCO), donde a través de un informe por Delors (1997) propone cuatro pilares fundamentales en los que se debería cimentar la educación del siglo XXI, los cuáles son: aprender a conocer, aprender a hacer, aprender a convivir y aprender a ser. A su vez, hay un conjunto de competencias que son necesarias para que todas las personas sean capaces de llevar una vida responsable y exitosa categorizada desde la inteligencia emocional, como la capacidad del trabajo colaborativo, las habilidades interpersonales, capacidad para conducirse hacia metas comunes, capacidad de actuar ante nuevas situaciones y también la capacidad para la toma de decisiones. (Maldonado, 2007., Fragoso, 2015).

Por un lado, Bisquerra, *et al*, (2015) describe a la inteligencia emocional (IE) como las diferencias individuales en la identificación, expresión, uso, comprensión y regulación de las propias emociones y de las demás. Actualmente, es evidente que la IE constituye una parte clave para comprender y mejorar al docente, Cejudo & López (2017) hacen mención de que ésta predice en el docente el nivel de *burnout* que pueden sufrir por lo que se puede asociar a una mayor competencia emocional y social donde un docente con una mayor IE pueda mostrar una mayor sensibilidad a tener características que estén relacionadas con dimensiones para crear un proceso de enseñanza-aprendizaje de eficacia. Además, mencionan Sánchez & Murcia (2022) que en algunas ocasiones estudiantes manifiestan que han notado que los docentes en aula con depresión, ansiedad o ideas autolesivas. Por ello, es crucial y pertinente capacitar a los docentes en inteligencia emocional, para actuar de una manera temprana y asertiva apoyándolos para una

posible crisis presente en sus estudiantes o en ellos mismos, además de beneficiar el contexto escolar, pues existe una relación importante en los alumnos que egresan de escuelas donde los docentes están “reparados” emocionalmente pues forman trabajadores con mayor satisfacción laboral y mayor conocimiento de las necesidades de los demás, por ende nace el interés en este trabajo para analizar los niveles de éste en los docentes de la academia de Química de la UAPEZ en la UAS pues es necesario incorporarla mediante algunas estrategias y competencias en la enseñanza para lograr un mejor desempeño docente (Espinosa, 2013 & Zambrano, 2020).

Hoy en día, una estrategia eficaz para fortalecer la inteligencia emocional es por medio de programas específicos de *mindfulness* que consisten en técnicas que ayudan a mejorar el desarrollo de los docentes (en este caso en particular), ayudan a reducir estrés y promover la resiliencia para mejorar las prácticas de enseñanza ayudando indirectamente a mejorar el desarrollo de estudiantes. Entre las estrategias que existen *mindfulness* esta *Stress Management and Relaxation Techniques (SMART) in Education*, que entre los tipos de *Mindfulness* es una estrategia que necesita una cantidad menor de sesiones para desarrollarse sin dejar de lado su factibilidad y valor en el futuro de los docentes que las practiquen. Además, la estrategia *Mindfulness SMART* es un programa que se puede llevar con hasta 9 sesiones con duración de dos horas y media (Modrego, *et al*, 2016).

Según cita Modrego, *et al* (2016) *mindfulness* desarrollado por Kabat-Zinn (1990) trabaja con los siguientes componentes: Concentración, atención y *mindfulness*; consciencia y comprensión de las emociones y entrenamiento en la empatía y compasión.

### **Estrategia metodológica**

El presente proyecto es no experimental, transaccional descriptivo pues se centra en analizar cuál es el nivel de alguna variable en un solo momento y su relación con un conjunto de variables (Dzul, S/F). Se llevó a cabo en la UAPEZ, específicamente en la Academia de Química en la Ciudad Universitaria de Culiacán Sinaloa, la cual cuenta con una población de 126 docentes, para este estudio, la muestra es de 9, pertenecientes a la Academia de Química. El muestreo es no probabilístico, por tanto, los sujetos fueron seleccionados por conveniencia.

Como instrumento se utilizó el test de Inteligencia Emocional de Emily Sterrett elaborado con 30 reactivos con 5 opciones de respuesta, la primera es 1 que establece la respuesta nunca, la 2 es casi nunca, la 3 denota a veces, la 4 es casi siempre y por último la 5 indica siempre. El instrumento valora 6 dimensiones: autoconciencia, la empatía, autocontrol, autoconfianza, competencia social y motivación; el instrumento fue aplicado a los docentes, para ello también se

necesitaron lápices y un computador donde se llevó a cabo el registro de datos de las evaluaciones y analizados mediante el software de Excel (Belmar, *et al*, 2022).

### **Desarrollo**

Esta investigación fue aplicada a los docentes del área de Química que llevan a cabo su praxis docente en la UAPEZ en un turno mixto.

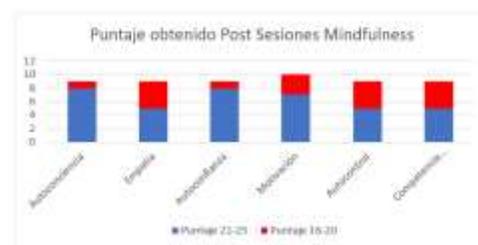
- 1) Se buscaron a los docentes en sus jornadas de trabajo para aplicarles una encuesta tipo Test de Emily Sterrett impresa. Después de aplicar la encuesta se hicieron las sumatorias pertinentes para evaluar los resultados de los docentes encuestados de manera anónima y se crearon gráficas para demostrar de manera cuantitativa los niveles obtenidos.
- 2) Después de los resultados del Test Emily Sterrett se empleó la estrategia *Mindfulness* tipo SMART en los docentes por un periodo de tres días guiados por el docente responsable de este trabajo y con el apoyo de la herramienta *Smiling Mind* específicamente con la práctica *Mental Fitness Hub*.
- 3) Después de la aplicación de la estrategia *Mindfulness SMART* se reevaluaron a los docentes con Emily Sterrett para comparar los nuevos resultados con los anteriores.
- 4) Por último, se persuadió a los niveles competentes para que la planta docente reciba en sus cursos de capacitación un taller con personal calificado para fortalecer la inteligencia emocional y mejorar el desarrollo de estrategias socioemocionales.

### **Resultados y conclusiones**

Para evaluar los resultados obtenidos se graficaron los puntajes de ambas pruebas. Al interpretar los resultados del Test Emily Sterrett se tomó en cuenta que los puntajes obtenidos inferiores a 20 (bajo desarrollo) son competencias que se deben convertir en áreas de mejora. Mientras que los puntajes de 21 hasta 25 (el máximo posible) son competencias con un buen nivel de desarrollo.

En el primer test (Ver gráfica 1) se pudo observar que las competencias por mejorar son mayores que las que se encuentran en un buen nivel, las competencias que en su mayoría se encontraron posicionados en un correcto desarrollo son la autoconciencia y la autoconfianza, mientras que la motivación presentó en su mayoría un puntaje igual o menor a 20 y en los casos de Empatía, Autocontrol y Competencia Social resultaron totalmente deficientes. Después de las sesiones con *Mindfulness SMART* se pudo observar (ver gráfica 2) un crecimiento en los puntajes de desarrollo de las seis competencias evaluados con el Test Emily Sterrett que, aunque ninguna llegó al puntaje máximo, en esta ocasión no se obtuvo ningún resultado con niveles

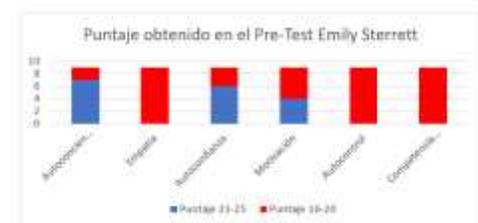
completamente deficientes. También, las competencias que se encontraban en mayor puntaje de igual manera incrementaron su resultado. Es decir, Los docentes del área de Química en la UAPEZ de la UAS lograron incrementar sus competencias socioemocionales al ser incluidos a una serie de sesiones de *Mindfulness SMART* demostrándose que una eficiente estrategia para el desarrollo de la IE y que además de ser de corta aplicación, al aprender a usarla es fácil continuar de manera personal con su aplicación y por lo tanto seguir incrementando las competencias socioemocionales fuera del contexto escolar, por lo que estos resultados pueden ser un parteaguas para las autoridades escolares donde está demostrado que se puede intervenir de una manera sencilla y continua para mejorar el proceso enseñanza-aprendizaje comenzando por los docentes y proponiendo un curso/taller donde se lleven a cabo este tipo de estrategias para la mejora docente y universitaria.



### Tablas y figuras

**Gráfica 1.** Puntaje obtenido en el primer test de Emily Sterrett a los 9 docentes participantes. (Elaboración propia, 2023).

**Gráfica 2.** Puntaje obtenido en el segundo test de Emily Sterrett, después de las sesiones de *Mindfulness SMART*, a los 9 docentes participantes. (Elaboración propia, 2023).



### REFERENCIAS

- Belmar, M., *et al.* (2022). Habilidades sociales a través de rompecabezas como estrategia colaborativa en estudiantes de Citología Cervical de la Facultad de Medicina de la UAS. *Congreso internacional de educación evaluación 2022. Debates en evaluación y curriculum.* <https://centrodeinvestigacioneducativauatx.org/pdf2022/A093.pdf>
- Bisquera, R. *et al.* (2015). *Inteligencia emocional en la educación.* Editorial Síntesis.
- Cejudo, J., López, M. (2017). Importancia de la inteligencia emocional en la práctica docente: un estudio con maestros. *Revista Psicología Educativa.* 23. 29-36 <http://dx.doi.org/10.1016/j.pse.2016.11.001>
- Delors, J. (1997). La educación encierra un tesoro. UNESCO.
- Dzul, M. (S/F). *Unidad 3. Aplicación básica de los métodos científicos "Diseño No-Experimental".* [Diapositivas de PowerPoint]. Fundamentos de la Metodología, Universidad Autónoma del Estado de Hidalgo. [https://www.uaeh.edu.mx/docencia/VI\\_Presentaciones/licenciatura\\_en\\_mercadotecnia/fundamentos\\_de\\_metodologia\\_investigacion/PRES38.pdf](https://www.uaeh.edu.mx/docencia/VI_Presentaciones/licenciatura_en_mercadotecnia/fundamentos_de_metodologia_investigacion/PRES38.pdf)



- Espinosa, M. (2013). La inteligencia emocional del docente de Química del nivel medio superior como factor para el desempeño académico de sus alumnos. [Tesis para obtener el grado de Doctor Interinstitucional en Educación]. Universidad Iberoamericana
- Fragoso, R. (2015). Inteligencia Emocional y competencias emocionales en educación superior, ¿un mismo concepto? *Revista Iberoamericana de Educación Superior*. 16 (6). 110- 125
- Maldonado, M. (2007). El trabajo colaborativo en el aula universitaria. *Laurus, Revista de Educación*. 13 (23). 263-278 <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=76102314>
- Modrego, M. et al. (2016). Mindfulness en contextos educativos: profesores que aprenden y profesores que enseñan mindfulness. *Revista Interuniversitaria de Formación del Profesorado*. 87 (30) 31-46
- Sánchez, J., Murcia, E. (2022). *Talleres vivenciales mediados por TIC para fortalecer la inteligencia emocional de docentes y administrativos del Instituto Comfamiliar-Risaralda*. Universidad Católica de Pereira. <http://hdl.handle.net/10785/12450>
- Zambrano, L. (2020). Uso de la Tecnología de la Información y Comunicación en educación virtual y su correlación con la Inteligencia Emocional de docentes en el Ecuador en contexto COVID-19. *Revista Ibérica de Sistemas y Tecnologías de Información*. 40 (12) 31-45