



Inteligencia emocional en el alumnado de Educación Secundaria ourensano

Emotional intelligence in the students of Ourense Secondary Education

Begoña Nieto*, Laura González**

*Asesora do Centro de Formación e Recursos (Ourense), **Profesora de Ensino Secundario (Pontevedra)

Resumen

A través de este estudio realizado a jóvenes ourensanos que cursan Educación Secundaria Obligatoria, se pretende conocer el nivel de inteligencia emocional que poseen. El cuestionario utilizado, TMMS-24, tiene como objetivo la evaluación de la inteligencia emocional intrapersonal percibida evaluando los siguientes aspectos: atención de las emociones, claridad emocional y reparación emocional. La muestra quedó compuesta por 1270 alumnos. Se puede concluir que el alumnado muestra un mayor nivel de inteligencia emocional en relación a la dimensión regulación de las emociones, mostrándose más deficitarias las restantes dimensiones: percepción emocional y comprensión de sentimientos.

Palabras clave: Educación Secundaria Obligatoria, inteligencia emocional, metodología cuantitativa, adolescentes.

Abstract

Through this research, made to ourensanos children who are studying Secondary Education, we pretend to know the emotional intelligence level. The questionnaire which we use, TMMS-24, has the target of evaluating the emotional intrapersonal intelligence evaluating these different aspects: attention emotional, clearly emotional and repairing emotional. The research consists of 1270 students. It can be concluded that students show more emotional intelligence in relation with the dimension adjustment of emotions, showing more loss-making the others dimensions, emotional perception and feeling comprehension.

Keywords Secondary Education, emotional education, quantitative method, teenagers.

La inteligencia emocional se ha convertido en una competencia necesaria para el buen funcionamiento de la persona, una habilidad que le proporciona conocer sus estados emocionales, pensar, comprender y controlar sus respuestas emocionales en su comportamiento. Sumado a este hecho, se encuentra la vulnerabilidad de la identidad en el adolescente, el cual en muchas ocasiones se encuentra desorientado,

sin saber qué hacer, con quién hablar, con incompreensión de sí mismo, tanto de cómo es o de lo que siente y desea. Estas situaciones se asocian a fenómenos psicológicos como la autoestima y autoconfianza, pilares fundamentales del ser humano, ya que ellos configuran la funcionalidad del individuo.

El éxito personal y profesional ya no está basado solamente en los contenidos académicos, sino también en el éxito de habilidades sociales, estrategias intrapersonales, capacidad adaptativa, tolerancias a la frustración, entre otras, para poder sobreponerse a las exigencias de una sociedad cada vez más competitiva. La inteligencia emocional se presenta como parte del conjunto de habilidades, que se debe desarrollar en los adolescentes, siendo una estrategia valiosa de crecimiento personal y social.

Los efectos de la inteligencia emocional en el aprendizaje del alumno son evidentes: mejora su rendimiento académico, su adaptación al centro educativo, su autoestima, sus habilidades sociales, contribuye a su salud física y mental y desarrolla su capacidad de toma de decisiones, entre otros. Por ello, al conocer las relaciones entre las emociones y el aprendizaje hace que se puedan introducir innovaciones educativas que permitan el logro del desarrollo integral del alumno como persona.

Por el contrario, son muchos los estudios (Mesmer-Magnus, Visweran, Deshoande y Joseph, 2010; Ortega, Elipe y Calmaestra, 2009) que señalan la impulsividad, la carencia de habilidades emocionales, las conductas antisociales, la falta de empatía, la ausencia de autoconocimiento, la escasez de control emocional, la inexistencia de reconocimiento y expresión de las emociones y los sentimientos, como rasgos de carácter inversamente proporcionales a la inteligencia emocional. Ello lleva a manifestar que una mala comprensión, regulación o percepción de la inteligencia emocional redundará en un detrimento de otras habilidades y, en consecuencia, posibilitará la aparición de conductas desadaptativas.

El presente estudio, inmerso en un momento de cambio legislativo, educativo y social, auspiciado por un enconado debate político en la implantación de una nueva reforma educativa propiciada por la Ley Orgánica para la Mejora y la Calidad Educativa (LOMCE,

8/2013), genera el planteamiento clave, conocer el nivel de inteligencia emocional en los adolescentes de la provincia de Ourense. La inteligencia emocional, poderoso condicionante del aprendizaje, motiva la acción y, los resultados de esa actividad son efectivos en el orden al logro (emoción positiva) o a la evitación (emoción negativa) de la vivencia correspondiente (Anaya, 2009). En este sentido, debe entenderse la importancia de la inteligencia emocional para el aprendizaje, constituyéndose en objetivo prioritario en la práctica educativa.

Método

Participantes

El estudio, de tipo exploratorio-transeccional, trata de conocer y profundizar, en un momento específico, el nivel de inteligencia emocional del alumnado que cursa educación secundaria obligatoria (ESO) en la provincia de Ourense. Los datos recogidos en las estadísticas oficiales (Xunta de Galicia, 2014) cuantifican el alumnado por curso académico, cifrando en la provincia de Ourense durante el curso 2014-15 un total de 8504 alumnos matriculados en Educación Secundaria Obligatoria. Así pues, teniendo en cuenta la población total ($N = 8504$), y para hacer la muestra probabilística, se seleccionan los elementos muestrales (alumnado) de manera que todos tengan la misma probabilidad de ser elegidos, y seguidamente se calcula su tamaño para que sea representativa de la población a través del programa STATS. Finalmente, la muestra queda compuesta por **1270** alumnos (muy superior a la muestra necesaria obtenida por el programa STATS: 368 alumnos) que cursan Educación Secundaria Obligatoria en Ourense. Los resultados obtenidos confirman que la muestra es suficientemente extensa y representativa para que los datos del estudio puedan ser generalizados a la población de referencia. Además, se conforma homogénea y equilibrada en términos generales (tabla 1).

Instrumentos

En primer lugar, se ha elaborado y aplicado un cuestionario complementario (“ad hoc”) con el objeto de conocer distintos datos socioescolares los sujetos de la muestra, entre los que se encuentran: sexo, edad, titularidad y ubicación del centro educativo, estudios, curso realizado y estructura familiar. En segundo lugar se aplica el cuestionario *Trait Meta-Mood Scale* (TMMS: Salovey, et al., 1995; adaptación al castellano por Fernández-Berrocal, Extremera y Ramos, 2004), que mide la inteligencia emocional percibida puntualmente: percepción, comprensión y regulación. La fiabilidad para cada componente del cuestionario TMMS-24 calculada a través del Alpha de Cronbach, es: Percepción ($\alpha = 0,90$); comprensión ($\alpha = 0,90$) y regulación ($\alpha = 0,86$). Asimismo, presenta una

Tabla 1.
Distribución de la muestra

| MUESTRA TOTAL= 1270 | | f | % |
|----------------------|-----------------|-----|------|
| Sexo | Mujer | | 48.8 |
| | Hombre | 650 | 51.2 |
| Edad | 12 años | 258 | 20.3 |
| | 13 años | | 22.9 |
| | 14 años | 318 | 25.0 |
| | 15 años | 262 | 20.6 |
| | 16 años | 141 | 11.1 |
| Expediente académico | Aprobado | 685 | 53.9 |
| | Suspense | 216 | 17.0 |
| | Repetidor | 369 | |
| Estructura familiar | Estructurada | 936 | 73.7 |
| | Desestructurada | 334 | 26.3 |
| Ubicación | Rural | 754 | 59.4 |
| | Urbano | 516 | 40.6 |
| Tipo centro | Público | 877 | 69.1 |
| | Concertado | 393 | 30.9 |
| CENTRO EDUCATIVO | 1º ESO | 339 | 26.7 |
| | 2º ESO | 380 | 29.9 |
| | 3º ESO | 286 | 22.5 |
| | 4º ESO | 265 | 20.9 |

fiabilidad test-retest adecuada (Percepción = .60; comprensión= .70 y regulación = .83)” (Extremera y Fernández-Berrocal, 2005, p. 103).

Procedimiento

Seleccionada la muestra y los cuestionarios a utilizar, se contacta con el equipo directivo y los orientadores de los centros, con el objeto de explicarles la finalidad y alcance de la investigación y proponerles su participación voluntaria. Obtenido el consentimiento de la dirección de los centros, se mantiene una reunión informativa para dar a conocer el estudio y que éstos lo trasladen a toda la comunidad educativa. Los tutores participan de forma voluntaria y no remunerada. Paralelamente, se informa a los padres sobre la investigación y se obtiene el consentimiento de la participación de sus hijos en el estudio. Es necesario señalar la receptividad de todos los profesores, alumnos y padres a los que se les solicitó colaboración, así como la alta participación de los estudiantes en nuestra investigación.

Resultados

En este estudio, de los tres factores fundamentales relacionados con la inteligencia emocional en el alumnado de educación secundaria obligatoria, las puntuaciones medias más altas se encuentran en el factor Regulación ($M = 3.39$), seguido del factor Comprensión ($M = 3.07$) y con puntuaciones ligeramente menores el factor Percepción ($M = 3.01$) (figura 1).

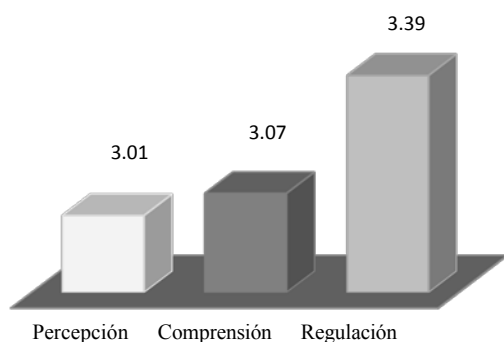


Figura 1. Factores que conforman la inteligencia emocional (Puntuaciones Medias)

Para una mayor claridad y facilidad en el manejo de los datos, se establecen tres niveles para medir las emociones y sentimientos: bajo, que agrupa los valores 1 y 2 de la escala (Nada de acuerdo o Algo de acuerdo); medio, correspondiente al valor 3 (Bastante de acuerdo); y alto, que agrupa los valores 4 y 5 de la escala (Muy de acuerdo o Totalmente de acuerdo).

En primer lugar, se lleva a cabo un análisis descriptivo a través de los porcentajes de los ítems que conforman el factor percepción emocional del alumnado ourensano. De este análisis se deduce que un 38.5% de los adolescentes consideran que el nivel de percepción emocional es bajo, un 25.18% lo consideran medio y un 36.32% alto. Destacar en el nivel alto, el 51.1% del alumnado considera que presta mucha atención a los sentimientos, el 46.3% que normalmente no se preocupa mucho por lo que siente y un 44.4% que piensa que merece la pena prestar atención a sus emociones y estado de ánimo. En el nivel bajo destaca, el 53.6% considera que deja que sus sentimientos afecten a sus pensamientos, el 53.3% piensa en su estado de ánimo constantemente y, un 44% que a menudo piensa en sus sentimientos.

En segundo lugar, un análisis inicial de los ítems que configuran el factor comprensión emocional, se observa que el 35.43% de los adolescentes ourensanos consideran que el nivel de comprensión emocional es bajo, el 26.84% lo consideran medio y el 37.73% alto. Así pues, en el nivel alto, el 44.4% de los alumnos ourensanos tienen claro sus sentimientos y que, a menudo se dan cuenta de sus sentimientos en diferentes situaciones; y el 42.4% casi siempre saben cómo se sienten. En el nivel bajo destacar, el 45.3% siempre pueden decir cómo se sienten; el 44.8% frecuentemente pueden definir sus sentimientos; y el 37.9% a veces pueden decir cuáles son sus emociones.

Finalmente, el análisis descriptivo del conjunto de ítems que componen el factor regulación emocional indica que el 50.24% de los estudiantes ourensanos tienen un nivel de regulación alto, un 21.27% medio y un 28.49% bajo. Se observa que, en el nivel alto, el 80.5% del alumnado considera que tiene mucha energía cuando se siente feliz, el 49.9% que aunque se sienta mal procura pensar en cosas agradables y el 49.6% se preocupa por tener buen estado de ánimo. En el nivel

bajo destaca que el 39.4% de los estudiantes cuando están tristes piensan en todos los placeres de la vida, el 33.6% opinan que si le dan demasiadas vueltas a las cosas complicándolas tratan de calmarse y el 32.8% de ellos intentan cambiar su estado ánimo cuando están enfadados.

Conclusiones

Haciendo un compendio de las diversas conceptualizaciones existentes acerca de la inteligencia emocional, se puede entender como la habilidad o capacidad para reconocer, conocer, manejar, asimilar, discriminar, comprender, regular, percibir y expresar los sentimientos y emociones propios y de los demás, y procesar y utilizar con exactitud y eficacia la información emocional para guiar el pensamiento y la acción y promover el crecimiento emocional e intelectual (Goleman 1998; Salovey y Mayer, 1990; Vallés, 2005). Así pues, se entiende que la inteligencia emocional es la capacidad del individuo de adaptarse e interactuar con el entorno, dinámico y cambiante, a través de sus propias emociones.

Los estudiantes se mueven en un contexto escolar tejido de relaciones interpersonales continuadas que pueden favorecer o dificultar el proceso educativo. El estudio realizado ha permitido comprobar que los mayores niveles de inteligencia emocional para el factor regulación. Por el contrario, los factores comprensión y percepción presentan valores más bajos.

Asimismo, son numerosos los estudios (Gil-Olarte, Palomera y Brackett, 2006; Pérez y Castejón, 2006) que avalan una fuerte asociación entre el éxito académico y las principales dimensiones de la inteligencia emocional. En el presente estudio se han obtenido niveles medios en comprensión y percepción emocional, y muy altos en regulación emocional. Ello augura un buen futuro académico a los adolescentes ourensanos.

La enseñanza eficaz de la inteligencia emocional depende en gran medida de la destreza del profesorado. Por tanto, su formación en esta área (IE), de carácter transversal (presente en todas las materias) y longitudinal (a lo largo de su ciclo vital), resulta crucial. En definitiva, mejorar la calidad y la excelencia del sistema educativo, también depende de facilitar un proceso de autoaprendizaje y desarrollo de competencias sociales y emocionales en el alumnado.

Referencias

- Anaya, D. (2009). *Bases del Aprendizaje y Educación*. Madrid: Sanz y Torres.
- Extremera, N. y Fernández-Berrocal, P. (2005). Perceived emotional and life satisfaction: predictive and incremental validity using the Trait Meta-Mood Scale. *Personality and Individual Differences*, 39, pp. 937-948.
- Fernández-Berrocal, P., Extremera, N., y Ramos, N. (2004). Spanish Modified Version of the Trait Meta-Mood Scale. TMMS-24 basada en Trait Meta-Mood Scale (TMMS). *Psychological Reports*, 94, pp. 751-755.

- Gil-Olarte, P., Palomera, R. y Brackett, M. A., (2006). ¿Se percibe con inteligencia emocional los docentes? Posibles consecuencias sobre la calidad educativa. *Revista de Educación*, 341, pp. 687-703.
- Goleman, D. (1998). *Working with emotional intelligence*. Nueva York: Bantam Books.
- Ley Orgánica 8/2013, de 9 de diciembre, para la mejora de la calidad educativa (LOMCE). *Boletín Oficial del Estado*, núm. 295 de 10 de diciembre de 2013, pp. 97858-97921.
- Mesmer-Magnues, J., Viswevaran, C., Deshoande, S. y Joseph, J. (2010). Emotional intelligence, individual ethicality and perceptions that unethical behavior facilitates success. *Revista de Psicología del Trabajo y de las Organizaciones*, 26(1), pp. 35-45.
- Ortega, R., Elipe, P. y Calmaestra, J. (2009). Emociones de agresores y víctimas de cyberbullying: un estudio preliminar en estudiantes de secundaria. *Ansiedad y Estrés*, 15(2/3), pp. 151-165.
- Pérez, N. y Castejón, J. (2006). Relaciones entre la inteligencia emocional y el cociente intelectual con el rendimiento académico en estudiantes universitarios. *Revista Electrónica de Motivación y Emoción* 9, pp. 22-23.
- Salovey, P. y Mayer, J. (1990). Emotional Intelligence. *Imagination, Cognition, and Personality*, 9, pp. 185-211.
- Salovey, P., Mayer, J., Goldman, S., Turvey, C. y Palfai, T. (1995). Emotional attention, clarity, and repair: Exploring emotional intelligence using the Trait Meta-Mood Scale. En J. Pennebaker (Ed.), *Emotion, disclosure, and health* (pp. 125-154). Washington: American Psychological Association.
- Vallés, A. (2005). *El desarrollo de la inteligencia emocional*. Madrid: Benacantil.