

DOI: <https://doi.org/10.56712/latam.v5i4.2462>

Programa de inteligencia emocional en estudiantes de 5to y 6to de primaria

Emotional intelligence program for 5th and 6th grade students

Hermelinda Mendoza Quispe

hmendozaq@unap.edu.pe

<https://orcid.org/0009-0000-0644-8525>

Universidad Nacional de San Agustín de Arequipa
Puno – Perú

Frank Roy Salas Vilca

fsalasv@epg.unap.edu.pe

<https://orcid.org/0000-0002-1469-8257>

Universidad Nacional del Altiplano
Puno – Perú

Hugo Baylon Mendoza Quispe

mendozaquispehugo3@gmail.com

<https://orcid.org/0009-0007-9678-862X>

Instituto Superior Pedagógico Privado Augusto Salazar Bondy
Puno – Perú

Artículo recibido: 19 de julio de 2024. Aceptado para publicación: 02 de agosto de 2024.
Conflictos de Interés: Ninguno que declarar.

Resumen

En el contexto de la emergencia sanitaria, se creó un programa para mejorar la inteligencia emocional en estudiantes de 5to y 6to grado de primaria. El objetivo es aplicar un programa a los estudiantes de 5to y 6to año de educación primaria para el desarrollo de la inteligencia emocional en estado de emergencia. Para lograr este objetivo, se llevó a cabo una investigación descriptiva que utilizó estrategias grupales como juegos de reflexión y juegos tradicionales para fortalecer la interacción entre los estudiantes y enseñarles a manejar sus emociones. Se aplicó el programa a 46 estudiantes de primaria, evaluándolos antes y después. Los resultados mostraron que después del programa, los estudiantes lograron establecer estrategias efectivas para mejorar su control emocional, autoconocimiento, autoestima y habilidades sociales.

Palabras clave: inteligencia emocional, estudiantes de primaria, programa

Abstract

In the context of the health emergency, a program was created to improve emotional intelligence in 5th and 6th grade primary school students. The objective is to apply a program to 5th and 6th year primary school students for the development of emotional intelligence in a state of emergency. To achieve this objective, a descriptive research was carried out that used group strategies such as reflection games and traditional games to strengthen interaction between students and teach them to manage their emotions. The program was applied to 46 primary school students, evaluating them before and after. The results showed that after the program, students were able to establish effective strategies to improve their emotional control, self-knowledge, self-esteem, and social skills.

Keywords: emotional intelligence, primary school students, program

Todo el contenido de LATAM Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales y Humanidades, publicado en este sitio está disponibles bajo Licencia Creative Commons . 

Cómo citar: Mendoza Quispe, H., Salas Vilca, F. R., & Mendoza Quispe, H. B. (2024). Programa de inteligencia emocional en estudiantes de 5to y 6to de primaria. *LATAM Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales y Humanidades* 5 (4), 2905 – 2912. <https://doi.org/10.56712/latam.v5i4.2462>

INTRODUCCIÓN

Es evidente que la inteligencia emocional es un factor clave para lograr los objetivos académicos. Sin embargo, la situación de emergencia sanitaria causada por COVID-19 y el confinamiento asociado han tenido un impacto significativo en el desarrollo de las competencias y habilidades, ya que han afectado la forma en que se vive y se enseña y aprende. Como resultado, la expresión de emociones y su adaptación han sido también afectadas, lo que puede tener consecuencias en el logro de los objetivos académicos. Además, lo más interesante sobre la inteligencia emocional es nuestra capacidad para ser conscientes de nuestras emociones, ya sean verdaderos o negativos, para adaptar las reacciones según sea necesario en cada momento. Esto implica reflexionar sobre nuestros sentimientos y utilizarlos de manera efectiva para tomar decisiones informadas y mejorar nuestros resultados (Mendiola, 2019).

Los niños en la etapa inicial de la infancia muestran una base fundamental de habilidades emocionales que les permiten adaptarse al entorno escolar. A medida que desarrollan su lenguaje, estas habilidades se integran en patrones más complejos que les permiten responder de manera natural y efectiva a las situaciones (autoestima y asertividad). Esto se traduce en una conducta adaptativa en diferentes contextos, como la familia, la escuela y los amigos, lo que configura la base para el desarrollo de la inteligencia emocional. Valenzuela y Portillo (2018) mencionan que un reciente estudio en un conjunto de 58 niños de educación primaria reveló que la inteligencia emocional y el rendimiento académico están estrechamente relacionados. Los resultados sugieren que los niños que tienen una capacidad emocionalmente equilibrada tienen un desempeño académico óptimo. Siguiendo Baron et al (2007) sostienen que la educación tradicional ha priorizado históricamente el progreso de destrezas intelectuales y cognitivas sobre otras facetas del desarrollo infantil y el desarrollo de habilidades blandas.

Es fundamental analizar cómo la inteligencia emocional se desarrolla en niños de educación primaria después de una pandemia, y desarrollar un programa de intervención que les permita adquirir habilidades emocionales saludables y prevenir conductas negativas, fomentando así un repertorio emocional equilibrado, asimismo, Mayer (2005) menciona que la inteligencia emocional implica el dominio de la capacidad de examinar, generar y controlar las emociones de manera reflexiva, que incluye la percepción clara de los sentimientos, de generar pensamientos positivos para facilitar el proceso analítico, la comprensión profunda de los pensamientos y su relación con el aprendizaje, así como la destreza para gestionar las emociones de manera efectiva, lo que apoya el crecimiento emocional y cognitivo. Además, Goleman (1995) indica que la inteligencia emocional se refiere a la capacidad de ser consciente de nuestras emociones, motivarnos y regular cómo interactuamos con los demás. En este sentido, las instituciones educativas públicas y privadas pueden adoptar estrategias para integrar la inteligencia emocional en el proceso de aprendizaje de los alumnos, a través de programas, talleres, tutorías y espacios educativos familiares, teniendo en cuenta las circunstancias actuales de emergencia sanitaria debido al COVID-19. La investigación sugiere que la educación emocional puede influir en el progreso de la independencia, tanto dentro como fuera de la institución, lo que a su vez puede fomentar el crecimiento intelectual y la independencia en el desarrollo de aprendizaje.

Los resultados de esta indagación tienen un impacto práctico significativo en la medida en que pueden ser útiles para profesionales en psicología, educación, orientación pedagógica, convivencia democrática y tutoría educativa. Estos profesionales pueden utilizar esta información para impartir reuniones propias sobre el progreso de la inteligencia emocional, así como indicaciones y tutorías académicas y actividades promocionales de salud mental. Además, docentes, psicólogos, trabajadores sociales, escolares y padres de familia podrán identificar deficiencias y carencias, asimismo, fomentar el desarrollo de hábitos académicos saludables, apoyando a los estudiantes hasta

que completen su educación. El objetivo principal de esta investigación es desarrollar un programa para estudiantes de 5to y 6to año de educación primaria para fomentar el desarrollo de la inteligencia emocional en medio de la emergencia sanitaria.

METODOLOGÍA

Este estudio se realizó con un enfoque cuantitativo, el tipo de investigación es descriptivo y el diseño no experimental de corte transversal esta investigación nos permitirá analizar la variable. Asimismo, por esta metodología, podemos recopilar y analizar datos de manera objetiva. Según el autor, la investigación cuantitativa permite generalizar los resultados del estudio, además, extender nuestros hallazgos a poblaciones más amplias y ampliar nuestra comprensión de los fenómenos estudiados (Hernández et al., 2006). La población son estudiantes de la IEP. Angelitos de la Esperanza de la ciudad de Arequipa. La muestra para este artículo está compuesta por 46 estudiantes de 5to y 6to grado, lo que nos permitió obtener una representativa y significativa, lo que permite comprender la influencia de la inteligencia emocional en esta edad escolar. Asimismo, la técnica que se utilizó fue la encuesta, para la recolección de datos se realizó el instrumento psicométrico.

Procesamiento y análisis de datos

En el desarrollo de recolección y análisis, recurrimos a una variedad de herramientas digitales. Destacamos el uso del software Excel y IBM SPSS Statistics 25, que nos permitió efectuar análisis detallados precisos y generar tablas estadísticas. Estos instrumentos nos brindaron la capacidad de establecer y manejar los datos de manera eficiente, lo que nos permitió generar información precisa y relevante para nuestros objetivos de estudio.

RESULTADOS Y DISCUSIÓN

Tabla 1

Psicoeducativa para la mejora del control de las emociones

Contenido	Pretest				Total		Postest				Total	
	SI		NO				SI		NO			
	N°	%	N°	%	N°	%	N°	%	N°	%	N°	%
¿Me enfado mucho con mi compañero de aula?	5	11%	41	89%	46	100%	3	7%	43	93%	46	100%
¿Discuto con mis padres ya que no me dan lo que quiero?	8	17%	38	83%	46	100%	5	11%	41	89%	46	100%
¿Mantengo la calma frente a problemas que son difíciles?	26	57%	20	43%	46	100%	33	72%	13	28%	46	100%

En la tabla 1, se destaca un cambio significativo en la gestión de emociones y comportamientos. En la fase pretest, el 89% aseguraban no enfadarse. Después de la intervención el postest, se observa que el 93%. Además, en la discusión con mis padres en la fase pretest, el 83% aseguraban no discutir. Después de la intervención postest, hubo un aumento del 89%. En cuanto a la capacidad para mantener la calma ante situaciones difíciles, en la fase pretest, el 57% refieren que sí pueden mantener la calma. Después de la intervención postest, se observa un aumento del 72%. Esto sugiere que los estudiantes han logrado mejorar su capacidad para manejar situaciones estresantes y difíciles.

Tabla 2

Psicoeducativa para el desarrollo del autoconocimiento y autoestima

Contenido	Pretest				Total		Postest				Total	
	NO		SI				NO		SI			
	N°	%	N°	%	N°	%	N°	%	N°	%	N°	%
¿Si alguien está llorando me da ganas de abrazarlo?	5	11%	41	89%	46	100%	2	4%	44	96%	46	100%
¿Me pongo muy mal cuando veo que alguien se lastima?	15	33%	31	67%	46	100%	13	28%	33	72%	46	100%

En la tabla 2, se observa un cambio positivo en las habilidades sociales de los estudiantes. En la fase pretest, el 89% dijeron que sí consolaban a otros estudiantes. Después de la intervención postest, se observó un aumento del 94%. Además, en la fase pretest, el 67% sí se sentían mal con el sufrimiento de los demás. Sin embargo, después de la intervención postest, hubo un aumento de 72%. Esto sugiere que el programa ha tenido un impacto positivo en las habilidades sociales de los estudiantes, permitiéndoles establecer estrategias para mejorar su capacidad para consolar y comprender a los demás.

Tabla 3

Psicoeducativa para el desarrollo de la autonomía personal

Contenido	Pretest				Total		Postest				Total	
	NO		SI				NO		SI			
	N°	%	N°	%	N°	%	N°	%	N°	%	N°	%
¿Agradezco cuando los demás me ayudan?	3	7%	43	93%	46	100%	3	7%	43	93%	46	100%
¿Me gusta devolver favores?	5	11%	41	89%	46	100%	3	7%	43	93%	46	100%

En la tabla 3, se destaca que los resultados de la comunicación asertiva y la habilidad social de devolver favores no han cambiado significativamente en la fase pretest, el 93% manifiestan que, si utiliza la comunicación asertiva, después de la intervención postest no hubo aumento se mantuvo con un 93%. Sin embargo, en cuanto a la habilidad social de devolver favores, se observó en el pretest 89% le gusta devolver favores. Después, de la intervención en el postest hubo un aumento del 93%. Esto sugiere que los estudiantes han mejorado su capacidad para corresponder conductas positivas ante sus compañeros, lo que puede ser un indicador de una mayor cohesión social y bienestar emocional.

Tabla 4

Psicoeducativa para la mejora de la comunicación asertiva

Contenido	Pretest				Total		Postest				Total	
	NO		SI				NO		SI			
	N°	%	N°	%	N°	%	N°	%	N°	%	N°	%
¿Se cuándo las personas están tristes y tiendo a aconsejarlas?	15	33%	31	67%	46	100%	13	28%	33	72%	46	100%
¿Siento que soy muy valioso e importante?	23	50%	23	50%	46	100%	5	11%	41	89%	46	100%

En la tabla 4, se destaca un cambio significativo en la conducta asertiva y la percepción de valor personal de los estudiantes. En la fase pretest, el 67% de los estudiantes mostraban conducta empática y asertiva ante situaciones de tristeza. Sin embargo, en la fase postest, se logró aumentar a un 72%. Además, se observó que en la fase pretest, el 50% de los estudiantes sentían que eran personas valiosas. Sin embargo, en la fase postest, se registró un aumento del 89%. Esto sugiere que el programa ha tenido un impacto positivo en la autoestima y la valoración propia de los estudiantes.

Tabla 5

Psicoeducativa para el desarrollo de las habilidades sociales

Contenido	Pretest				Total		Postest				Total	
	NO		SI				NO		SI			
	N°	%	N°	%	N°	%	N°	%	N°	%	N°	%
¿Me divierto mucho con las cosas que hago?	3	7%	43	93%	46	100%	3	7%	43	93%	46	100%
¿Aunque tenga problemas mantengo la calma?	13	28%	33	72%	46	100%	3	7%	43	93%	46	100%

En la tabla 5, se destaca que la mayoría de los estudiantes 93% disfrutaban con sus vivencias personales y actividades, y no hay un cambio significativo en este aspecto entre la fase pretest y postest. Además, se observó que en la fase pretest, el 72% de los estudiantes mantienen la calma ante problemas y situaciones estresantes. Sin embargo, en la fase postest, se logró aumentar al 94% de estudiantes que han adquirido una conducta de control de emociones ante situaciones estresantes. Esto sugiere que el programa ha ayudado a los estudiantes a desarrollar sus habilidades para manejar el estrés y mantener la calma en situaciones difíciles.

DISCUSIÓN

Primero en las sesiones psicoeducativas para la mejora del control de las emociones se analizó a través de tablas en la fase pretest, el 89% aseguraban no enfadarse. Después de la intervención el postest, se observa que el 93%. Además, en la fase pretest, el 57% refieren que sí pueden mantener la calma. Después de la intervención postest, se observa un aumento del 72%. Asimismo, en los

resultados que se obtuvo el autor, Valenzuela y Portillo (2018) mencionan que la inteligencia emocional y el rendimiento académico se enfatiza en la importancia de que los niños tengan un control emocional efectivo para alcanzar un rendimiento académico óptimo. Segundo en la sesión psicoeducativa para el progreso del autoconocimiento y autoestima, en la fase pretest, el 89% dijeron que sí consolaban a otros estudiantes. Después de la intervención posttest, se observó un aumento del 94%. Esto sugiere que el programa ha tenido un impacto positivo en las habilidades sociales de los estudiantes, permitiéndoles establecer estrategias para mejorar su capacidad para consolar y comprender a los demás. Asimismo, Baron et al (2007) y Mayer (2005) sostienen que la educación tradicional ha priorizado excesivamente el desarrollo de habilidades intelectuales y emocionales, abarcando aspectos como la conciencia emocional, la generación de emociones que facilitan el pensamiento y la comprensión de las emociones, y la capacidad para regular y gestionar las emociones de manera reflexiva, lo que es fundamental para el crecimiento emocional e intelectual. Tercero en la sesión psicoeducativa para el desarrollo de la autonomía personal se observa que en la fase pretest, el 93% manifiestan que si utiliza la comunicación asertiva, después de la intervención posttest no hubo aumento se mantuvo con un 93%. El autor (Mendiola, 2019) indica que la inteligencia emocional se basa en la capacidad para reflexionar y ser consciente de nuestros sentimientos, sean ellos positivos o negativos, y en la capacidad para adaptar nuestros comportamientos según la utilidad de cada emoción en un contexto específico. Cuarto en la sesión psicoeducativa para la mejora de la comunicación asertiva en la fase pretest, el 67% de los estudiantes mostraban conducta empática y asertiva ante situaciones de tristeza. Sin embargo, en la fase posttest, se logró aumentar a un 72%. El autor Goleman (1995) indica que la capacidad para reconocer y gestionar nuestras emociones, así como motivarnos y moderar nuestras interacciones con los demás, es fundamental para una comunicación efectiva y una interacción social saludable. Por último, la quinta sesión psicoeducativa para el desarrollo de las habilidades sociales se destaca que la mayoría de los estudiantes 93% disfrutaban con sus vivencias personales y actividades, y no hay un cambio significativo en este aspecto entre la fase pretest y posttest. Esto sugiere que el programa ha ayudado a los estudiantes a desarrollar habilidades y manejar el estrés.

CONCLUSIÓN

La implementación del programa de Inteligencia Emocional, los estudiantes de 5to y 6to año de educación primaria lograron desarrollar habilidades esenciales para su crecimiento personal y social, tales como estrategias efectivas para controlar sus emociones, comprenderse a sí mismos mejor y aumentar su autoestima, así como ejercer la autonomía personal y la comunicación asertiva. Esto les permitió también desarrollar habilidades sociales importantes, como la capacidad para interactuar de manera respetuosa y efectiva con sus compañeros y educadores, lo que contribuyó a crear un ambiente positivo y productivo en el aula.

REFERENCIAS

Baron, M., Solano, L., Paez, M. y Pabon, M. (2007). Estado nutricional de hierro y parasitosis intestinal en niños de Valencia, Estado Carabobo, Venezuela. *Anales Venezolanos de Nutrición*, 20(1), 5-11. https://ve.scielo.org/scielo.php?pid=S0798-07522007000100002&script=sci_abstract&tlng=e

Hernández, R., Fernández, C., y Baptista, P., (2006). Metodología de la investigación. Edición McGraw-Hill. Recuperado de: http://www.academia.edu/download/38758233/sampieri-et-al-metodologia-de-la-investigacion-4ta-edicion-sampieri-2006_ocr.pdf

Goleman, D. (1995). La inteligencia emocional, porque es más importante que el coeficiente intelectual. Recuperado de: <https://n9.cl/inhk3v>

Mayer, D. (2005). La inteligencia emocional- Una breve Sinopsis. En revista *Psicología y Educación*, 1 (1), pp. 35-46. Recuperado de: <http://www.revistadepsicologiayeducacion.es/abstract?pii=4>

Mendiola, C. (2019). Relación entre la inteligencia emocional y bienestar psicológico en adolescentes de dos escuelas públicas de Lima Metropolitana. Tesis de Licenciatura, Universidad de Lima, Lima, Perú. Recuperado de: https://repositorio.ulima.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12724/10631/Mendiola_Relaci%C3%B3n_entre_la_inteligencia_emocional_y_bienestar.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Valenzuela, A. y Portillo, S. (2018). La inteligencia emocional en educación, primaria y su relación con el rendimiento académico. *Revista Electrónica Educare*, 8(22), 228-242. <http://dx.doi.org/10.15359/ree.22-3.11>