



# UNSTA

UNIVERSIDAD DEL NORTE  
SANTO TOMÁS DE AQUINO

**Campus UNSTA Concepción**

**Facultad de Ciencias de la Salud**

**Licenciatura en Psicología**

---

**LA ATENCIÓN EMOCIONAL Y LA  
AUTOESTIMA EN ALUMNOS QUE  
ASISTEN A UNA ESCUELA SECUNDARIA  
PÚBLICA DE LA CIUDAD DE  
CONCEPCIÓN**

---

**Alumna: Jimenez, Andrea Fernanda**

**Directora: Lic. Ovejero, Isabel**

**Asesora metodológica: Lic. Díaz, Yanina**

**2021**

## **AGRADECIMIENTOS**

Agradezco profundamente la cooperación, el apoyo y la compañía de todos aquellos que han permitido que este esfuerzo se haga realidad.

Gracias a mi familia, y en especial a mis padres, quienes me apoyan en todos los proyectos que me propongo y en especial éste, el cual significa mucho para mí. Gracias por estar a mi lado en cada paso que doy y en cada logro alcanzado, gracias por creer en mí y acompañarme siempre.

Durante el transcurso de la carrera conocí personas excepcionales, quienes hicieron de esta experiencia algo inigualable, gracias por haberme brindado su amistad y por haberme acompañado tanto en las buenas como en las malas.

Gracias a las profesoras y profesores que influyeron en mi formación tanto profesional como personal, principalmente a las profesoras Isabel Ovejero y Yanina Díaz, quienes con paciencia y disposición, me ayudaron a llegar al punto en el que me encuentro.

Finalmente, gracias a Dios y a la Virgen por su bondad, su amor y presencia, por ser mis principales compañeros ante las diferentes pruebas que tuve durante mi carrera.

## ÍNDICE

<b>1 INTRODUCCIÓN</b> .....	5
<b>2 MARCO TEÓRICO</b> .....	8
<b>2.1 ATENCIÓN EMOCIONAL</b> .....	8
2.1.1 Antecedentes del concepto de Inteligencia emocional.....	8
2.1.2 Definiciones sobre la inteligencia emocional .....	9
2.1.3 Atención emocional .....	11
<b>2.2 AUTOESTIMA</b> .....	13
2.2.1 Definiciones.....	13
2.2.2 Niveles de autoestima .....	16
<b>2.3 EDUCACIÓN EMOCIONAL Y AUTOESTIMA</b> .....	17
<b>3 LA INSTITUCIÓN</b> .....	21
<b>4 METODOLOGÍA</b> .....	25
4.1 Pregunta de investigación .....	25
4.2 Objetivos .....	25
4.3 Hipótesis.....	25
4.4 Diseño de investigación.....	25
4.5 Población y muestra.....	26
4.6 Instrumentos de recolección de datos.....	26
4.7 Variables .....	28
4.8 Procedimiento .....	28
<b>5 RESULTADOS</b> .....	31
<b>6 CONCLUSIÓN</b> .....	40
<b>7 PROPUESTAS FINALES</b> .....	43
<b>8 REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS</b> .....	46
<b>9 ANEXO</b> .....	51

---

1

# INTRODUCCIÓN

---

## 1 INTRODUCCIÓN

Se puede decir que, nuestra sociedad ha valorado de forma pertinaz durante los últimos siglos un ideal muy concreto del ser humano: la persona inteligente. En la escuela tradicional, se consideraba que un niño era inteligente cuando obtenía una puntuación elevada en los tests de inteligencia y se desempeñaba de manera eficiente en todas las materias. De hecho, se podría decir que el cociente intelectual (CI) se ha convertido en el referente de este ideal y este argumento se sustenta en la relación positiva que existe entre el CI de los alumnos y su rendimiento.

Sin embargo, Fernández Berrocal y Extremera Pacheco (2002) manifestaron en diversos estudios que el CI de las personas no es suficiente para alcanzar el éxito profesional, ya que no garantiza el éxito en nuestra vida cotidiana, en nuestras relaciones interpersonales, y tampoco contribuye a nuestro equilibrio emocional ni a nuestra salud mental. Son otras habilidades emocionales y sociales las responsables de nuestra estabilidad emocional y mental, así como de nuestro ajuste social y relacional; se trata de la Inteligencia Emocional.

Si bien la inteligencia emocional cuenta con tres aspectos diferentes (Atención, Comprensión y Regulación emocional) descriptos por Salovey y Mayer, cuyos autores fueron los primeros en definir el término Inteligencia emocional, para este trabajo se tendrá en cuenta solo uno, la Atención Emocional, que en palabras de Chamarro y Oberst (2004), ésta es considerada como la primera rama de la inteligencia emocional y una de las más importantes, la cual es de nuestro interés para el desarrollo de este trabajo ya que es parte de un proceso mucho más complejo como el ser la regulación emocional, dicho en otras palabras, la atención emocional es la base de la inteligencia emocional y es algo de lo que se debería tener mayor conocimiento para poder trabajarlo y mejorar así la calidad de vida de las personas.

La atención emocional es definida por Mayer y Salovey como la habilidad de identificar emociones en uno mismo, con sus correspondientes correlatos físicos y cognitivos, como también en otros individuos, junto con la

capacidad de expresar emociones en el lugar y modo adecuado (1997, como se citó en Fernández Berrocal y Ramos Díaz, 1999).

Por otro lado, la autoestima es considerada como la valoración que se tiene de sí mismo, involucra emociones, pensamientos, sentimientos, experiencias y actitudes que la persona recoge en su vida (Mejía, Pastrana y Mejía, 2011). Este proceso se va desarrollando a lo largo del ciclo vital, a partir de las interacciones que realice el sujeto con los otros, lo cual posibilita la evolución del “Yo”, gracias a la aceptación e importancia que se dan las personas unas a otras (Naranjo Pereira, 2007).

El presente trabajo tiene como objetivo investigar acerca de la atención emocional y la autoestima de los alumnos que se encuentran cursando 1º año del nivel secundario en una escuela pública de la ciudad de Concepción, Tucumán. El interés en la temática surge a partir de las observaciones realizadas en el aula, en donde el modo de comportarse, expresarse y relacionarse de los alumnos despertó el interés por profundizar en aquellas características y conocer el nivel de atención emocional y autoestima que presentan. Teniendo en cuenta estos conceptos se desarrollan dos hipótesis, la primera es que todos los alumnos presentan un nivel normal de autoestima y la segunda, todos los alumnos presentan niveles adecuados de atención a sus emociones.

---

2

# MARCO TEÓRICO

---

## **2 MARCO TEÓRICO**

### **2.1 ATENCIÓN EMOCIONAL**

Para comenzar se considera importante hacer un breve recorrido histórico del concepto de inteligencia emocional para así tener una mejor comprensión del concepto de atención emocional.

#### **2.1.1 Antecedentes del concepto de Inteligencia emocional**

Trujillo y Rivas (2005) afirman que el desarrollo científico del concepto inteligencia y su respectiva medición se ha llevado a cabo desde los inicios del siglo XX. Los principales precursores fueron Galton, Catell y Binet, estos autores habrían contribuido al estudio de las diferencias individuales mediante el uso de pruebas mentales; es así como, mediante el desarrollo de los tests de inteligencia fue posible cuantificar por primera vez un constructo psicológico, con el cual se pretendía alcanzar la objetividad (Molero, Saíz y Martínez, 1998).

El punto de partida del desarrollo de instrumentos ocurre cuando, por encargo del gobierno francés, Binet y Simon diseñaron las primeras pruebas de inteligencia para poder identificar niños con deficiencias en comparación con otros niños que se encuentran en niveles apropiados según su edad. Autores como Spearman y Terman, siguieron trabajando sobre las bases teóricas de sus antecesores planteando su visión de la inteligencia como una capacidad general. Hasta aquel momento la inteligencia había sido conceptualizada desde una perspectiva racional, generalista y estable (Trujillo y Rivas, 2005).

Se puede decir entonces, que el niño inteligente era aquel que obtenía puntuaciones elevadas en los test de Coeficiente Intelectual, este argumento era respaldado por la correlación positiva entre el Coeficiente Intelectual del alumno y su rendimiento académico.

En la década de los '80, Gardner abrió paso a nuevas perspectivas con su desarrollo del modelo de inteligencias múltiples, dejando de lado la visión de inteligencia como una capacidad general única (Trujillo y Rivas, 2005).

Gardner parte de la premisa de que su teoría debe abarcar una amplia gama de habilidades, potenciales humanos que son valorados en un contexto particular. Para formular su teoría se basa en hallazgos de investigación cerebral, psicometría, el desarrollo humano, la evolución y comparaciones interculturales. Él define Inteligencia como:

“La habilidad necesaria para resolver problemas o para elaborar productos que son de importancia en un contexto cultural o en una comunidad determinada”. (1995, p.4)

A su vez, este autor propone un listado de 7 tipos de inteligencias, con el mismo grado de importancia, las cuales se combinan en todos los individuos de una manera particular. Estas son: inteligencia musical, cinético-corporal, lógico-matemática, lingüística, espacial, interpersonal e intrapersonal, siendo estas dos últimas especialmente relevantes para el desarrollo del concepto de Inteligencia Emocional.

La inteligencia interpersonal se construye a partir de una capacidad central para sentir distinciones entre los demás: en particular, contrastes en sus estados de ánimo, temperamentos, motivaciones e intenciones. En formas más avanzadas, esta inteligencia permite a un adulto hábil leer las intenciones y deseos de los demás, aunque se hayan ocultado (Gardner, 1995).

La inteligencia intrapersonal, por otro lado, comprende el conocimiento de los aspectos internos de una persona, el acceso a su propia vida emocional, a la propia gama de sentimientos, la capacidad para efectuar discriminaciones entre estas emociones y finalmente, ponerles un nombre y recurrir a ellas para interpretar y orientar la propia conducta. Una persona con una elevada inteligencia intrapersonal posee un modelo viable y eficaz de sí mismo, y es capaz de descubrir y simbolizar conjuntos complejos y altamente diferenciados de sentimientos (Gardner, 1995).

### **2.1.2 Definiciones sobre la inteligencia emocional**

Basándose en las teorizaciones de Gardner sobre las inteligencias intrapersonal e interpersonal, Peter Salovey y John Mayer, en el año 1990,

estructuraron su concepto de Inteligencia Emocional dándole un enfoque menos cognitivo, añadiéndole el componente emocional (Velásquez, 2003), definiéndola de la siguiente manera:

“un subconjunto de la inteligencia social que comprende la capacidad de controlar los sentimientos y emociones propios así como los de los demás, de discriminar entre ellos y utilizar esta información para guiar nuestro pensamiento y nuestras acciones” (Salovey y Mayer, 1990, como se citó en Shapiro, 1997).

Asimismo, ambos autores refieren que este concepto incluye además el hecho de que son metahabilidades que pueden ser categorizadas en cuatro competencias o dimensiones, que se presume conforman su estructura conceptual y que involucra los siguientes aspectos:

- La evaluación y expresión de la emoción del yo, referido a la identificación y comprensión de las emociones en uno mismo, es decir la persona se percata tanto de su estado de ánimo como de su pensamiento que le da un mayor control sobre su vida.

- La evaluación y reconocimiento de las emociones en los demás, implica la habilidad para identificar exactamente las emociones de los demás, lo que parece estar relacionada con la empatía, la cual puede comprender tanto nuestra habilidad para identificar los sentimientos de los demás, así como el acceso general a nuestro propios sentimientos.

- La regulación de las emociones de sí mismo y de los demás, referida a la dirección de las emociones de uno mismo, a la meta-experiencia del estado de ánimo, evaluando y actuando para cambiar nuestros estados de ánimo desagradables mientras mantenemos los agradables.

- El uso de la emoción para facilitar el rendimiento, que consiste en dirigir las emociones al servicio de un objetivo, siendo esencial para la atención selectiva, la automotivación y otros (Velásquez, 2003).

Sin embargo, fue Goleman el encargado de difundir ampliamente el concepto de Inteligencia Emocional en el año 1995, a través de su obra dirigida

al mundo empresarial en donde introduce el estudio de la Inteligencia Emocional, sus alcances y beneficios en el campo de la administración (Goleman, 2000, como se citó en Trujillo y Rivas, 2005).

Para Goleman (1996) la inteligencia emocional es un concepto amplio que incluye la habilidad para motivarse y persistir frente a las frustraciones, controlar impulsos y postergar gratificaciones, regular los estados de humor, evitar que las desgracias obstaculicen la habilidad de pensar, desarrollar empatía y optimismo, haciendo referencia a las siguientes habilidades:

- El conocimiento de las propias emociones, es decir, el conocimiento de uno mismo, la capacidad de reconocer un mismo sentimiento en el mismo momento en que aparece, constituyendo la piedra angular de la inteligencia emocional.

- La capacidad para controlar las emociones, la conciencia de uno mismo es una habilidad básica que nos permite controlar nuestros sentimientos y adecuarlos al momento.

- La capacidad de motivarse a sí mismo, esta habilidad ayuda a aumentar la competencia no sólo social sino también la sensación de eficacia en las empresas que se acometen.

- El reconocimiento de las emociones ajenas, la empatía, es decir la capacidad para poder sintonizarse con las señales sociales sutiles, que nos indican qué necesitan o qué quieren los demás.

- El control de las relaciones, es una habilidad que presume el relacionarnos adecuadamente con las emociones ajenas.

### **2.1.3 Atención emocional**

Chamarro y Oberst (2004) manifiestan que la atención emocional es la primera rama de la inteligencia emocional, ésta está compuesta por la percepción, apreciación y expresión de emociones propias, es considerada el proceso más básico, mientras que las demás ramas requieren un procesamiento progresivamente más complejo. Asimismo, estos autores

indican que las habilidades presentes en este proceso es la expresión precisa de emociones y necesidades con relación a otras personas, como así también permite discriminar entre expresiones adecuadas -u honestas- e inadecuadas de las emociones.

Un concepto importante a tener en cuenta es el de sentimientos, en donde Fernández Berrocal y Extremera Pacheco (2002) se refieren a ellos como un sistema de alarma que nos informa sobre cómo nos encontramos, qué nos gusta o qué funciona mal a nuestro alrededor con la finalidad de realizar cambios en nuestras vidas. Una buena percepción implica saber leer nuestros sentimientos y emociones, etiquetarlos y vivenciarlos. Con un buen dominio para reconocer cómo nos sentimos, establecemos la base para posteriormente aprender a controlarnos, moderar nuestras reacciones y no dejarnos arrastrar por impulsos o pasiones exaltadas.

Ahora bien, estos mismos autores dirán que ser consciente de las emociones significa dominar muchos aspectos emocionales. Por lo que, junto a la percepción de nuestros estados afectivos, se suman las emociones evocadas por objetos cargados de sentimientos, reconocer las emociones expresadas, tanto verbal como gestualmente, en el rostro y cuerpo de las personas; incluso distinguir el valor o contenido emocional de un evento o situación social.

En efecto, prestar atención a nuestras emociones, y sobre todo ser conscientes de ellas son aspectos importantes que forman parte de la inteligencia emocional.

Con respecto a la conciencia emocional, Bisquerra y Pérez (2007) se refieren a ella como uno de los elementos que forman parte de las competencias emocionales, y la define como la capacidad para tomar conciencia de las propias emociones y de las emociones de los demás, incluyendo la habilidad para captar el clima emocional de un contexto determinado.

- 1- Toma de conciencia de las propias emociones: capacidad para percibir con precisión los propios sentimientos y emociones; identificarlos y

etiquetarlos. Esto incluye la posibilidad de estar experimentando emociones múltiples. A niveles de mayor madurez, conciencia de que uno puede no ser consciente de los propios sentimientos debido a inatención selectiva o dinámicas inconscientes.

- 2- Dar nombre a las propias emociones: Habilidad para utilizar el vocabulario emocional y los términos expresivos habitualmente disponibles en una cultura para etiquetar las propias emociones.
- 3- Comprensión de las emociones de los demás: capacidad para percibir con precisión las emociones y perspectivas de los demás. Saber servirse de las claves situacionales y expresivas (comunicación verbal y no verbal) que tienen un cierto grado de consenso cultural para el significado emocional. Capacidad para implicarse empáticamente en las experiencias emocionales de los demás.

A modo de conclusión, Fernández Berrocal y Extremera Pacheco (2002) afirman que la única forma de evaluar nuestro grado de conciencia emocional está siempre unida a la capacidad para poder describirlos, expresarlos con palabras y darle una etiqueta verbal correcta.

## **2.2 AUTOESTIMA**

### **2.2.1 Definiciones**

Son diversos los autores que abordan la temática sobre la autoestima, sin embargo, para este trabajo se tendrán en cuenta aquellos cuyas teorizaciones permiten dar respuestas a lo abordado en esta investigación.

Valencia (2007) sostiene que Maslow ha catalogado la autoestima dentro de una de las necesidades fundamentales que tiene el ser humano, la de reconocimiento, referida al respeto y la confianza que se tiene en sí mismo. Ésta es provista a través del reconocimiento que otros dan a la persona, del éxito que se va teniendo a lo largo de la vida y de las experiencias positivas o negativas que se viven, así se van construyendo evaluaciones sobre lo que cada quien considera que es y se crea una valoración generalizada sobre sí mismo, en otras palabras, la autoestima.

Por su parte, Martínez (2010, como se citó en Panesso Giraldo y Arango Holguín, 2017) argumenta que la autoestima influye en el estado de ánimo, en el compromiso e iniciativa que la persona tiene al momento de realizar diversas actividades que necesitan o desean hacer. De hecho, Branden (1995) afirma que no solo nos permite sentir mejor, sino que nos permite vivir mejor, responder a los desafíos y a las oportunidades con mayor ingenio y de forma más apropiada.

Mejía, Pastrana y Mejía (2011) definen la autoestima como el concepto que tenemos de nuestra valía personal, que involucra todos nuestros sentimientos, pensamientos, actitudes y experiencias que sobre nosotros mismos hemos recogido en el trayecto de nuestra vida. Es así, como el conjunto de evaluaciones, experiencias e impresiones, se correlacionan para formar un sentimiento positivo de nosotros mismos o por el contrario, un incómodo sentimiento de no ser lo que esperábamos ser. Naranjo Pereira (2007) afirma que este proceso se va desarrollando, a lo largo del ciclo vital, a partir de las interacciones que realice el sujeto con los otros, lo cual posibilita la evolución del “Yo”, gracias a la aceptación e importancia que se dan las personas unas a otras.

Por último, Coopersmith (1996, como se citó en Steiner Benaim, 2005) manifiesta que el término autoestima se refiere a las evaluaciones que una persona hace y comúnmente mantiene sobre sí mismo, es decir, la Autoestima Global es una expresión de aprobación o desaprobación que indica el grado en que la persona cree en sí mismo para ser capaz, competente, importante y digno. Y por lo tanto la autoestima implica un juicio personal de la dignidad que es expresado en las actitudes que el individuo tiene hacia sí mismo.

Por otro lado, Coopersmith considera autoestimas específicas que el sujeto va evaluando y asimilando de acuerdo a sus debilidades y fortalezas (1990, como se citó en Tovar Urbina, 2010), estas son:

1. Autoestima general: Está referida a la evaluación general que presenta el sujeto con respecto a si mismo, dando a conocer el grado en que se siente seguro, capaz valioso, significativo, siente confianza y

responsabilidad de sus propias acciones y tiene estabilidad frente a los desafíos.

2. Autoestima Social: En esta área el sujeto posee mayores habilidades sociales, ya que en sus relaciones con amigos y pares pueden expresar en todo momento su empatía y asertividad, muestran un sentido de pertenencia y vínculo con los demás. La aceptación social y de sí mismos están muy combinados; es decir, son participativos, y asumen el liderazgo frente a diversas actividades con personas de su misma edad, así como también es un sujeto abierto y firme al dar sus puntos de vista, dándolos a conocer sin limitación alguna.
3. Autoestima escolar: Es el grado de satisfacción personal frente a su trabajo personal, su reconocimiento en el aula, la evaluación de los propios logros y el planteamiento de metas superiores. Poseen buena capacidad para aprender y afrontar adecuadamente las principales tareas académicas.
4. Autoestima hogar–padres: Está constituida por los diversos sentimientos que se tienen en relación al hogar y a las dinámicas que interactúan dentro de éste; indica cuan es el grado en que el sujeto se siente aceptado por su entorno familiar. es decir, en qué medida es aceptado, respetado, amado y comprendido por cada uno de los miembros de su familia.

Si el adolescente no logra desarrollar en igual proporción cada uno de dichos componentes de la autoestima, tendrá mayor predisposición al fracaso en cuanto a la forma que piensa, actúa y siente acerca de sí mismo y de las demás personas lo que puede afectar su óptimo estado de salud y calidad de vida.

En pocas palabras se podría decir que la autoestima es la apreciación que tiene cada persona de sí mismo, la cual se forma a lo largo de toda la vida, en la que intervienen las situaciones pasadas y presentes vividas por el individuo y en la que intervienen factores contextuales y procesos internos.

### **2.2.2 Niveles de autoestima**

Hablar del nivel de nuestra autoestima, es hablar de lo importante que es nuestra vida; debido a que condiciona cada área de nuestro desarrollo como seres humanos. Al igual que condiciona positiva o negativamente la forma y manera de ver nuestra realidad. En tal sentido, Lorenzo Moreno (2007) refiere que una autoestima positiva o una autoestima negativa confieren una serie de características a la persona que, según el caso proporcionan una serie de ventajas o inconvenientes.

Mejía, Pastrana y Mejía (2011) dirán al respecto que una autoestima elevada es posible si la experiencia del sujeto ha sido favorable, esto es, que ha satisfecho sus necesidades adecuadamente, tanto físicas como emocionales de acuerdo a la Pirámide de Jerarquías de las Necesidades descritas por Abraham Maslow en su obra "Motivación y personalidad", se entiende por ello que se da un valor y ha aprendido a valorarse por sí mismo; lo cual se reflejará en una actitud de autoconfianza, honestidad, sinceridad, lealtad, etc., elementos que le darán más posibilidades de lograr sus metas y objetivos sorteando las dificultades y adversidades que se le presenten para alcanzarlas.

Este individuo se caracterizará por aceptarse siempre tal como es, siempre tratando de superarse, y lo lleva a ser una persona asertiva, entendiendo por asertividad a la persona que hará valer sus propios derechos de una manera clara y abierta en base a su congruencia en el querer, pensar, sentir y actuar, siempre respetando la forma de pensar y la valía de los demás. Es consciente de sus alcances pero también de sus limitaciones aunque éstas últimas no serán un obstáculo sino un reto motivador para su desarrollo.

Por otro lado, la autoestima baja tiene lugar cuando las necesidades del sujeto tanto físicas como emocionales no han sido satisfechas en forma adecuada, es decir, sus "Dimensiones del Desarrollo" físicas, afectivo-emocional-social, intelectual o cognitivas han quedado insatisfechas. Ni las características intrínsecas ni las extrínsecas han estimulado un adecuado valor

para su desarrollo como persona y no ha aprendido a valorarse, por lo que se sentirá inadecuado, inadaptado, incapaz, inseguro, indefenso y sin valor.

Por su parte, Coopersmith (1976, como se citó en Vargas Paredes, 2018) habla de la existencia de tres niveles de autoestima por lo cual, cada persona reacciona ante situaciones similares, de forma diferente, estas son:

**a) Autoestima alta:** son personas expresivas, asertivas, con éxito académico y social, confían en sus propias percepciones y esperan siempre el éxito, consideran su trabajo de alta calidad y mantienen altas expectativas con respecto a trabajos futuros, manejan la creatividad, se autorespetan y sienten orgullo de sí mismos y caminan hacia metas realistas.

**b) Autoestima media:** son personas expresivas, dependen de la aceptación social, igualmente tienen alto número de afirmaciones positivas, siendo más moderadas en sus expectativas y competencias que las anteriores.

**c) Autoestima baja:** son individuos desanimados, deprimidos, aislados, consideran no ser atractivos, son incapaces de expresarse y defenderse; se sienten débiles para vencer sus deficiencias, tienen miedo de provocar el enojo de los demás, su actitud hacia sí mismo es negativa, carecen de herramientas internas para tolerar situaciones y ansiedades.

### **2.3 EDUCACIÓN EMOCIONAL Y AUTOESTIMA**

El Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (UNICEF) y el Sistema Nacional para el Desarrollo Integral de la Familia (DIF Nacional) realizaron las observaciones generales adoptadas respecto al artículo 29 de la Convención sobre los Derechos del Niño, en las que se declara que:

[...] insiste en la necesidad de un planteamiento holístico de la educación que [...] refleje un equilibrio satisfactorio entre la promoción de los aspectos físicos, mentales, espirituales y emocionales de la educación [...]. El objetivo general de la educación es potenciar al máximo la capacidad del niño para participar de manera plena y responsable en una sociedad libre. (UNICEF, 2001)

Teniendo en cuenta que tradicionalmente la educación se ha centrado solo en el desarrollo del intelecto en los alumnos, dejando de lado lo emocional, se ha planteado la necesidad de una educación integral, lo que implica que el desarrollo cognitivo no debe darse de manera aislada, sino que debe complementarse con el desarrollo emocional. Por otro lado, Vivas García (2003) afirma que el proceso de la educación está entrelazado por relaciones interpersonales, lo cual está impregnado de factores emocionales y esto exige que se le preste una atención especial a las emociones por las múltiples influencias que tienen en el proceso educativo.

Rafael Bisquerra (2003) sostiene que la educación emocional es una innovación educativa que pretende dar respuesta a un conjunto de necesidades sociales que no queda suficientemente atendidas en la educación formal, y la define como:

“Un proceso educativo continuo y permanente, que pretende potenciar el desarrollo emocional como complemento indispensable del desarrollo cognitivo, constituyendo ambos elementos esenciales del desarrollo de la personalidad integral. Para ello se propone el desarrollo de conocimientos y habilidades sobre las emociones, con objeto de capacitar al individuo para afrontar mejor los retos que se plantean en la vida cotidiana. Todo ello tiene como finalidad aumentar el bienestar personal y social” (2000, como se citó en Bisquerra 2009, p. 158).

Se habla de un proceso educativo continuo y permanente, ya que debe estar presente a lo largo de todo el currículo académico, desde la educación infantil hasta la vida adulta, y en la formación permanente durante toda la vida.

La educación emocional aparece como una forma de prevención primaria inespecífica, entendiéndose como tal la adquisición de competencias que se pueden aplicar a una multiplicidad de situaciones, tales como la prevención del consumo de drogas, prevención del estrés, la ansiedad, la depresión, la violencia, etc. A través de ésta se pretende minimizar la vulnerabilidad de la persona a determinadas disfunciones (estrés, depresión, impulsividad, agresividad, etc.) o prevenir su ocurrencia. Para ello se propone el desarrollo

de competencias básicas para la vida. Cuando todavía no hay disfunción, la prevención primaria tiende a confluir con la educación para maximizar las tendencias constructivas y minimizar las destructivas (Bisquerra, 2009).

Por otro lado, se considera que la Autoestima y Educación Emocional son dos temas que deberían ir de la mano, afirman Salguero Barba y García Salguero (2017), y es algo que se deberá trabajar e ir construyendo desde los primeros años de vida de cada individuo, ya que conforme va creciendo el sujeto, va formando su carácter en base a conductas aprendidas en su entorno más cercano; y a su vez siendo influenciados por figuras significativas (padre, madre, hermanos, hermanas, pares y docentes) quienes ocupan un alto nivel de importancia y cuyas opiniones son influyentes y relevantes (Naranjo Pereira, 2007).

Volviendo a la importancia que tiene el desarrollo de la autoestima y la educación emocional a lo largo del periodo evolutivo, es importante mencionar que la adolescencia es una etapa de la vida en la que se presentan grandes cambios cognitivos, psicosociales, físicos y emocionales. Poniendo el acento en este último aspecto, Fulquez Castro, Alguacil de Nicolás, y Pañellas Valls (2011) manifiestan que en esta época de la vida el individuo busca consciente e inconscientemente su identidad, necesitando distinguirse de los adultos e identificarse con sus pares. En este proceso el adolescente vive explosiones de sentimientos que no comprende, por lo que el hecho de identificar lo que siente –atención emocional- y expresar correctamente las emociones es un indicio de un funcionamiento adaptativo social del individuo. Así mismo, para poder prestar atención a los propios sentimientos y emociones es necesario tener autoestima, ya que si la persona no se valora positivamente tiene dificultades en el proceso de introspección, es decir, tiene dificultades para reflexionar acerca de su propia conciencia y sus estados de ánimo.

---

3

ANÁLISIS  
INSTITUCIONAL

---

### 3 LA INSTITUCIÓN

La Escuela Técnica N° 1 de Concepción es un centro educativo de Enseñanza Media, dependiente de la Dirección de Educación Técnica y Formación Profesional que pertenece al Ministerio de Educación de la Provincia. La institución nace en 1937 con el nombre de Escuela de Artes y Oficios, cuya modalidad y plan de estudios fue modificándose a lo largo del tiempo hasta 1996, en donde adquiere el nombre que hoy la identifica: Escuela Técnica N° 1 de Concepción. Ofrece a la comunidad un Proyecto Educativo que pone el acento en la preparación de Técnicos Profesionales, cuya formación Humanístico Científica y el contacto práctico con las tecnologías, permitirá al alumno egresado incorporarse con éxito al campo laboral o continuar estudios superiores. Las especialidades que se entrega cubren dos sectores: electromecánica y construcciones, y además cuenta con la Tecnicatura en Maestro Mayor de Obras con inmediata salida laboral.

Su infraestructura cuenta con 18 aulas de clases, aula de dibujo técnico, y además laboratorios para mediciones eléctricas, biología y ciencias mecánicas. También cuenta con talleres para electricidad, ajuste, herrería, carpintería, tornería, mecánica automotriz, mantenimiento general e informática. A su vez cuenta con otras dependencias, como ser multicanchas, biblioteca y sala multimedia y de computación, pabellón administrativo y directivo, oficinas de preceptoría, oficinas de tesorería, sala de profesores y cantina.

En cuanto al análisis de la institución, a partir de las diferentes visitas efectuadas, se pudo observar el funcionamiento general de la misma, incluyendo a todos los actores que forman parte de ella.

Empezando por la administración y gestión institucional, la escuela cuenta con un director, un vicedirector y una regente. En el periodo de visitas a la institución, fue la regente quien, con autorización de sus superiores, orientó y brindó toda la información sobre el establecimiento, y quien organizó y autorizó todas las actividades propuestas para trabajar con los alumnos, ella fue quien dirigía todo dentro de la institución encargándose del ordenamiento de la misma. Según lo observado, tanto las autoridades como los docentes

mostraron una buena organización y buena predisposición en relación a su trabajo dentro de la escuela y el aula. A partir de esto se infiere que la cultura institucional es un modelo en donde predominan las estructuras, las reuniones formales y los canales formales de comunicación, por lo que el flujo de información fluye en sentido descendente, transmitiendo el contenido de las decisiones de alto nivel a las bases, y fluye en sentido ascendente en respuesta a las órdenes. Asimismo se puede decir que los recursos de los que disponen la escuela contribuyen a facilitar y promover tanto los procesos de aprendizaje como las actividades relativas a la administración y gestión institucional.

En cuanto a las reglas y normas, todos los actores del establecimiento están sujetos a las pautas establecidas en el acuerdo de convivencia escolar, con el objetivo de crear un clima de convivencia positivo e idóneo para el aprendizaje. A modo de ejemplo, en cuanto a las sanciones aplicadas en caso de transgresiones por parte de los alumnos, la regente de la institución refirió que en casos simples, como primera medida se hace un llamado de atención, y en caso de que el problema no sea resuelto, como segunda medida se le asigna al alumno trabajo comunitario, el cual debe cumplir realizando diferentes tareas dentro de la institución tales como trabajos de limpieza, albañilería o herrería. En casos más complejos, se aplican sanciones más importantes como ser las amonestaciones, el cambio de división (se traslada al alumno a otra aula o a otro turno), la suspensión del alumno por uno o más días, y si el problema sigue sin resolverse la medida definitiva es el pase del alumno a otra institución. Respecto a esto se considera importante la posibilidad de incorporar una nueva medida que incluya acompañar al alumno educándolo para una mejor lectura y manejo de sus emociones, ya que una carencia en este aspecto, o incluso una baja autoestima o falta de habilidades sociales llevan al alumno a tener comportamientos disruptivos; buscando así evitar que se apliquen las sanciones más importantes, e incluso las más simples.

Con respecto al trabajo de la institución hacia los alumnos, la regente expresa que ésta maneja un sistema de educación inclusivo, ya que diseña proyectos individuales para los estudiantes que lo necesiten, tomando en

cuenta sus derechos y obligaciones, buscando responder a la diversidad de las necesidades de todos los estudiantes a través de la mayor participación en el aprendizaje y reduciendo la exclusión en la educación, para que puedan convertirse en estudiantes capaces de aprender y participar activamente en su propia trayectoria. En base a lo observado la escuela cuenta con las adaptaciones necesarias para acceder a las diferentes áreas de las instalaciones, y en cuanto al proceso de enseñanza y aprendizaje se pudo evidenciar la integración de todos los alumnos a la clase por parte de los docentes, permitiéndoles participar activamente a todos posibilitando así el intercambio entre docentes y alumnos.

Por último, en cuanto a la población estudiantil, se pudo observar que se trata de alumnos comprometidos con las tareas, respetuosos con las autoridades de la institución, los docentes, preceptores y compañeros. En el periodo de prácticas se tuvo la oportunidad de realizar distintas actividades con el grupo asignado y los chicos se mostraron interesados y dispuestos a trabajar de manera individual y también en equipo. Por otro lado, en diferentes conversaciones con ellos se llegó a la conclusión de la necesidad que hay de fortalecer los espacios de tutoría, posibilitando un espacio que esté a disposición de los alumnos, permitiéndoles sentirse contenidos y con la confianza de expresar sus emociones y preocupaciones.

---

4

# METODOLOGÍA

---

## 4 METODOLOGÍA

### 4.1 Pregunta de investigación

¿Los alumnos de 1º año que asisten a una escuela pública de la ciudad de Concepción presentan un nivel de autoestima normal y un adecuado nivel de atención emocional?

### 4.2 Objetivos

Objetivo general

- Describir la atención emocional y la autoestima de los alumnos que cursan 1º año del nivel secundario de una escuela perteneciente a la ciudad de Concepción.

Objetivos específicos

- Identificar el nivel de autoestima de los alumnos de 1º año del nivel secundario.
- Conocer el nivel de atención emocional que presentan los alumnos de Concepción.

### 4.3 Hipótesis

Hipótesis 1: Los alumnos que cursan 1º año del nivel secundario presentan un nivel adecuado de atención a sus emociones.

Hipótesis 2: Los alumnos que cursan 1º año del nivel secundario presentan un nivel de autoestima normal.

### 4.4 Diseño de investigación

El enfoque que se ha tenido en cuenta para la elaboración de este trabajo es el cuantitativo, con un alcance descriptivo. El diseño seleccionado es de tipo no experimental (Hernández Sampieri, Fernández Collado y Baptista Lucio, 2010).

#### 4.5 Población y muestra

La *población* de estudio está conformada por adolescentes que cursan 1º año y asisten a una escuela pública de la ciudad de Concepción.

La *muestra* está conformada por 30 alumnos, entre la edades de 12 y 14 años que asisten al turno tarde de una escuela de concepción.

El muestreo es de tipo no probabilístico, considerando la posibilidad de acceder a los estudiantes; con esta investigación no se pretende que los resultados sean representativos de una población determinada.

#### 4.6 Instrumentos de recolección de datos

Los datos obtenidos para el desarrollo de este trabajo se consiguieron mediante la aplicación de dos cuestionarios:

- ***Versión Argentina del TMMS para adolescentes: una medida de la inteligencia emocional percibida. Adaptada por Calero, Alejandra (2013).***

El TMMS-21 es una versión adaptada de la Trait Meta Mood Scale (TMMS-24), escala que se basa en el enfoque de Salovey y Mayer. Con esta versión Argentina del TMMS se buscó que fuera apta y válida para la población adolescente hispanohablante de la Ciudad Autónoma de Buenos Aires (CABA), Argentina. Se trata de una escala rasgo de metaconocimiento emocional, permite medir las destrezas con las que adolescentes, de entre 12 y 17 años de edad, pueden ser conscientes de sus propias emociones, así como de su propia capacidad para regularlas.

La escala se compone de 21 ítems que deben ser puntuados con una escala tipo Likert de cinco puntos (desde 1= Totalmente en desacuerdo, hasta 5= Totalmente de acuerdo), en donde el sujeto que completa el cuestionario debe responder indicando su grado de acuerdo con la expresión elegida. Estos ítems se agrupan en las siguientes dimensiones:

*Atención emocional:* Se refiere a la percepción de las propias emociones, es decir, a la capacidad para sentir y expresar las emociones de forma adecuada.

*Claridad emocional:* Esta dimensión evalúa la percepción que se tiene sobre la comprensión de los propios estados emocionales.

*Reparación emocional:* Mide la capacidad percibida para regular los propios estados emocionales de forma correcta.

Para la realización de este trabajo se tuvo en cuenta solo la dimensión de atención emocional de este instrumento.

- ***Inventario de autoestima de Stanley Coopersmith. Adaptación para Chile de H. Brinkmann y T. Segure Universidad de Concepción, 1988.***

El inventario de Autoestima de Coopersmith corresponde a un instrumento de medición cuantitativa de la autoestima. Fue creado para la aplicación a escolares de 1º y 2º de enseñanza Media. Es un inventario de auto-reporte de 58 ítems, en el cual el sujeto lee una sentencia declarativa y luego decide si esa afirmación es “igual que yo” o “distinto a mí”. El inventario está referido a la percepción del estudiante en cuatro áreas: autoestima general, social, hogar y padres, escolar académica y una escala de mentira de ocho ítems”.

*Autoestima General:* Corresponde al nivel de aceptación con que la persona valora sus conductas autodescriptivas. Esta referida a la evaluación que presenta el sujeto con respecto a si mismo, dando a conocer el grado en que se siente seguro, capaz, valioso y significativo.

*Autoestima Social:* Corresponde al nivel de aceptación con que la persona valora sus conductas autodescriptivas en relación con sus pares, en otras palabras, es el liderazgo de la persona frente a diversas actividades con la personas a su alrededor.

*Autoestima Hogar y Padres:* Corresponde al nivel de aceptación con que la persona valora sus conductas autodescriptivas, en relación con sus familiares directos, es decir, que está constituida por los diversos sentimientos que se tienen en relación al hogar y a las dinámicas que interactúan dentro de éste.

*Autoestima Escolar Académica*: Corresponde al nivel de aceptación con que la persona valora sus conductas autodescriptivas, en la relación con sus pares y profesores., es decir, el grado de satisfacción personal frente a su trabajo personal y reconocimiento en el salón de clase.

Para este trabajo se tendrán en cuenta las cuatro áreas que evalúa el instrumento, pero se hará hincapié en los resultados de autoestima general, ya que esta categoría engloba todos los aspectos que forman parte de la autoestima.

#### **4.7 Variables**

- **Atención emocional**: Mayer y Salovey la definen como la habilidad de identificar emociones en uno mismo, con sus correspondientes correlatos físicos y cognitivos, como también en otros individuos, junto con la capacidad de expresar emociones en el lugar y modo adecuado (1997, como se citó en Fernández Berrocal y Ramos Díaz, 1999).
- **Autoestima**: Coopersmith: manifiesta que el término autoestima se refiere a las evaluaciones que una persona hace y comúnmente mantiene sobre sí mismo, es decir, la autoestima global es una expresión de aprobación o desaprobación que indica el grado en que la persona cree en sí mismo para ser capaz, competente, importante y digno. Y por lo tanto la autoestima implica un juicio personal de la dignidad que es expresado en las actitudes que el individuo tiene hacia sí mismo (1996, como se citó en Steiner Benaim, 2005).

#### **4.8 Procedimiento**

Como primer paso, se presentó una nota autorizada por la universidad a las autoridades de la escuela solicitando permiso para llevar a cabo dicha investigación, especificando los objetivos, las herramientas que se iban a utilizar, el curso con el que se iba a trabajar y el alcance de la investigación, aclarando que los resultados de este trabajo no iban a ser presentados mediante un informe a la institución, pero que ellos podían acceder a éstos dirigiéndose a la biblioteca de la Universidad del Norte Santo Tomas de Aquino, Centro Universitario concepción.

En segundo lugar, antes de comenzar con la recolección de los datos se tuvo una entrevista con la regente de la escuela para obtener información respecto al establecimiento y su funcionamiento en general, información que sería útil para la elaboración del análisis institucional.

En tercer lugar se procedió a tener una reunión con los participantes (1º año del nivel secundario) para la presentación formal y la explicación del propósito del estudio. En este encuentro se especificó en qué consistía su participación y que se harían con los resultados, puntualizando que éstos no serían utilizados para otros fines que no fuera la elaboración del Trabajo Integrador Final de la carrera, y asegurando también el resguardo de su identidad.

Al tratarse de adolescentes menores de 18 años, fue necesario realizar y entregar una nota a cada alumno solicitando la autorización de sus padres o tutores, la cual debían llevar firmada para el próximo encuentro. Una vez que se obtuvo el consentimiento informado, se procedió a realizar las actividades correspondientes para la recolección de datos.

La aplicación de los cuestionarios se llevó a cabo en dos encuentros, debido a que hubo algunos alumnos que no llevaron las autorizaciones firmadas para el día que se les solicitó. En estos encuentros se le entregó a cada uno un juego de copias en donde se encontraban impresos los dos cuestionarios mencionados en el apartado anterior, la duración de la administración fue de aproximadamente 20 a 30 minutos. Este proceso se realizó en los horarios libres para no interrumpir las clases de los profesores ya que se encontraban en un periodo de evaluación educativa.

Y por último, al dar por finalizada la recolección de datos, se presentaron los agradecimientos correspondientes a la institución y a los participantes.

---

5

RESULTADOS  
OBTENIDOS

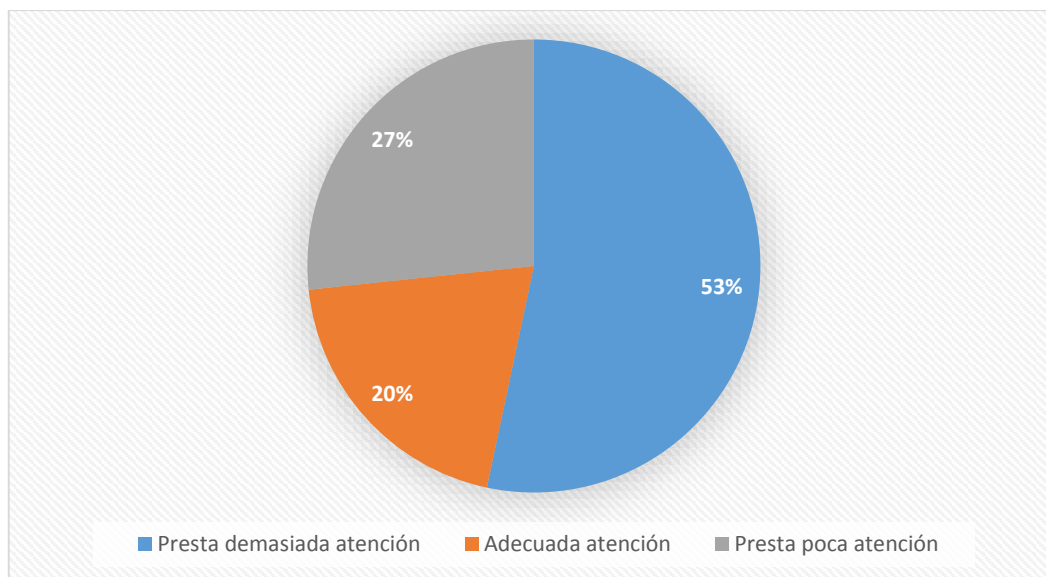
---

## 5 RESULTADOS

### Atención emocional

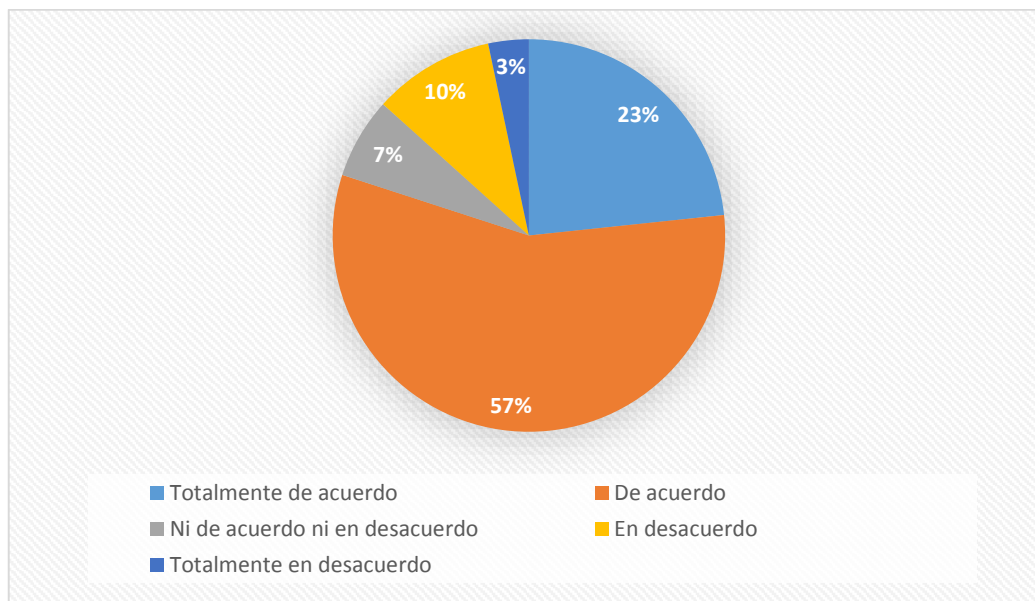
Teniendo en cuenta la atención emocional y los ítems del inventario que evalúan la dimensión de atención a los sentimientos (Item 2, 5, 8, 11, 14, 17 y 20) se obtuvieron los siguientes datos:

**Grafico 1: Atención a los sentimientos**



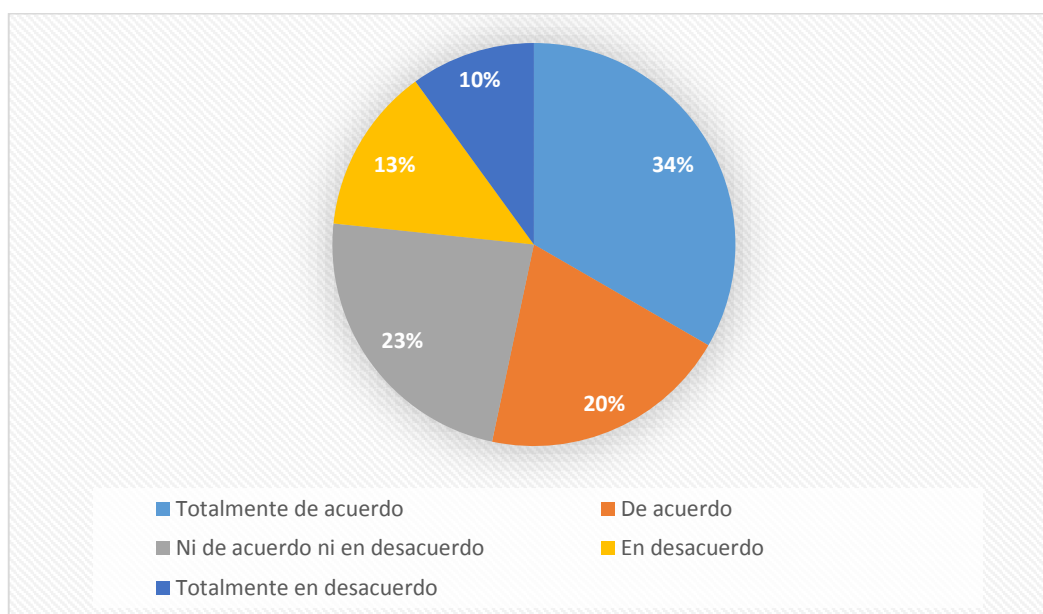
En base al análisis de los resultados en general se obtuvo que el 53% de los alumnos que participaron de la investigación obtuvieron un percentil alto (36 o más) lo que indicaría que prestan demasiada atención a sus sentimientos. El 20% obtuvo un percentil medio (entre 25 y 35) lo que significaría que presentan una adecuada atención a sus sentimientos. Y el 27% restante adquirió un percentil bajo (24 o menos) lo que indicaría que prestan muy poca atención, y es algo en lo que deberían mejorar.

**Grafico 2: ITEM 2. Los sentimientos le dan sentido, dan una dirección a la vida.**



La mayoría de los alumnos (80%) consideraron estar de acuerdo con que los sentimientos dan un sentido y una dirección a la vida; asimismo un 7% de ellos respondió no estar de acuerdo ni en desacuerdo con esta afirmación, mientras que un 13% indicó estar en desacuerdo con el mismo.

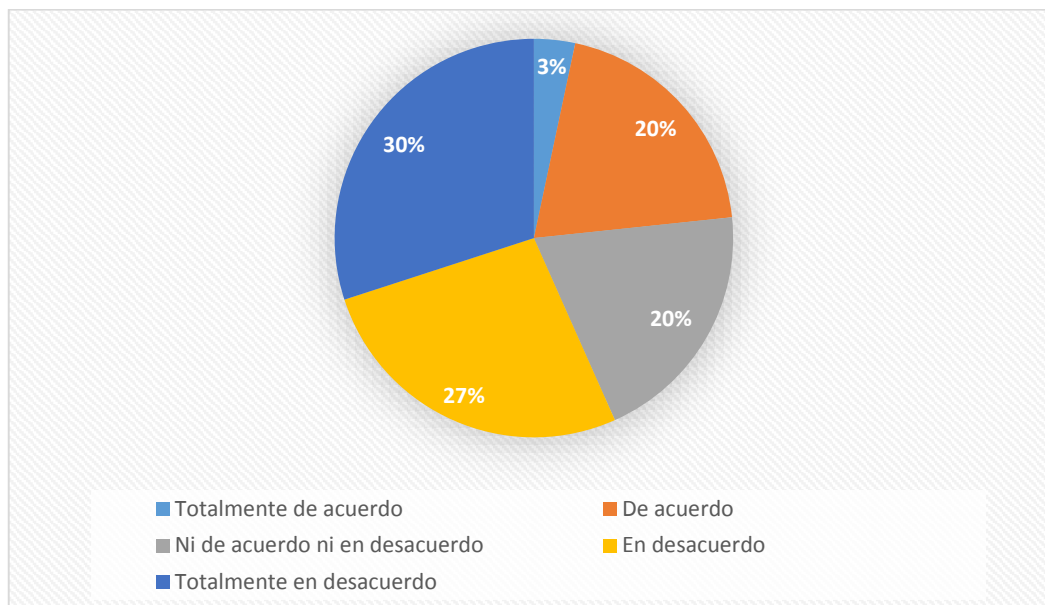
**Grafico 3: ITEM 5. Presto mucha atención a como me siento.**



El 54% de los alumnos manifestaron prestar mucha atención a como se sienten. Sin embargo un 23% no está de acuerdo ni en desacuerdo con esta

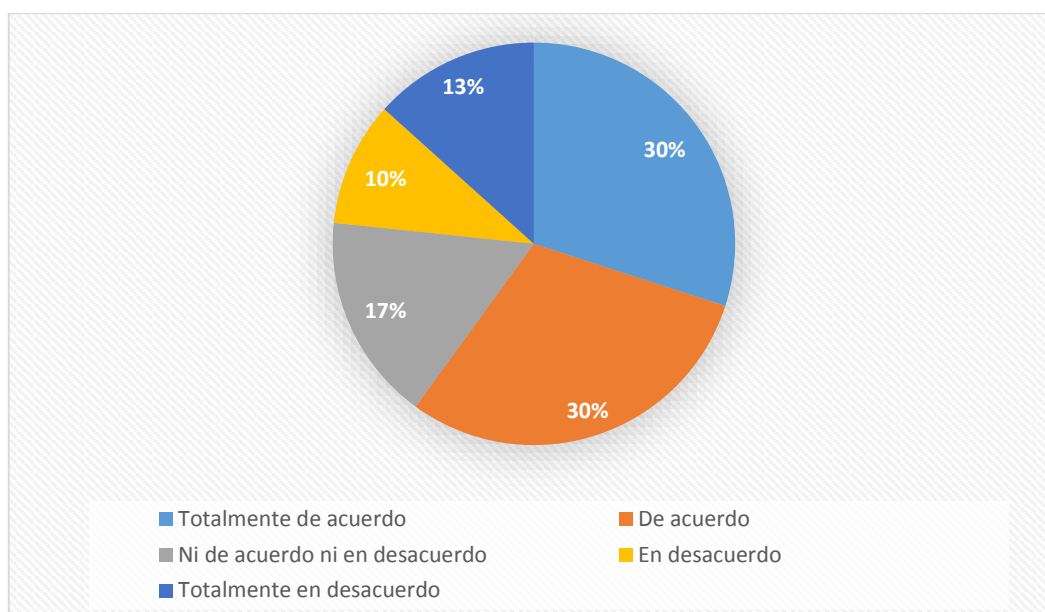
afirmación, y un 23% respondió estar en desacuerdo, indicando que no prestan mucha atención a como se sienten.

**Grafico 4: ITEM 8. No le presto mucha atención a mis sentimientos.**



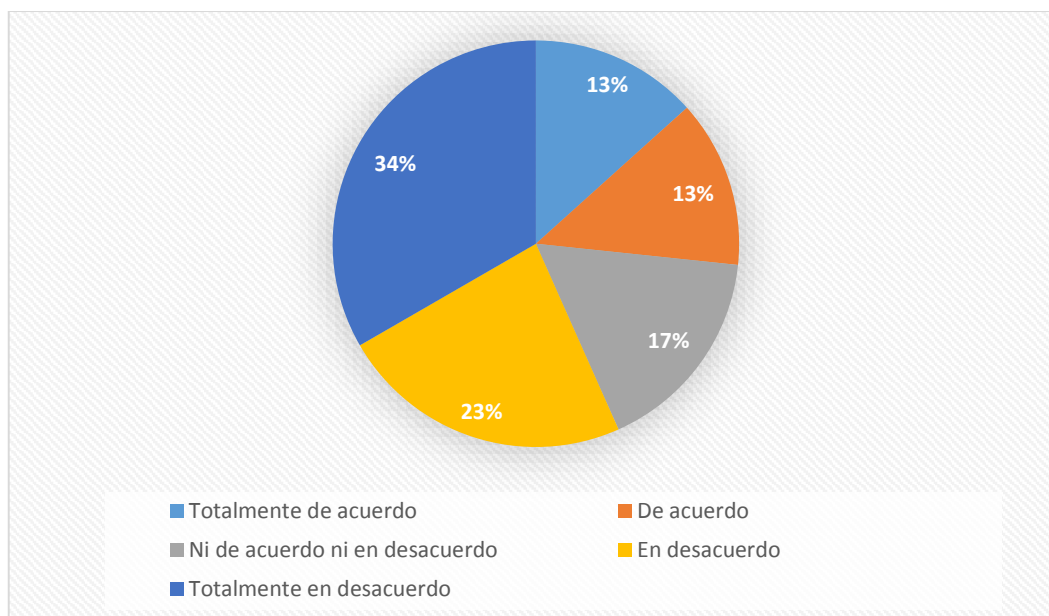
El 23% de los alumnos indicaron estar de acuerdo con lo enunciado en este ítem, un 20% de ellos respondió no estar de acuerdo ni en desacuerdo, sin embargo la mayoría (57%) señaló estar en desacuerdo con ello, lo que indicaría que si suelen prestar mucha atención a sus sentimientos.

**Grafico 5: ITEM 11. A menudo pienso en mis sentimientos.**



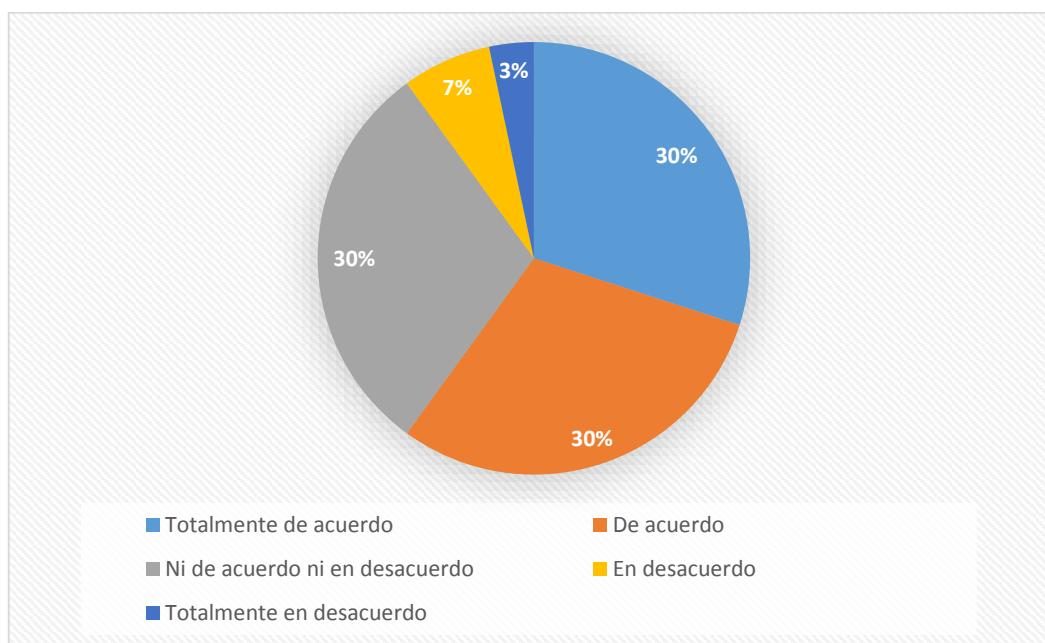
La mayoría de los alumnos (60%) respondieron que están de acuerdo con que a menudo piensan en sus sentimientos, asimismo un 17% de ellos señaló no estar de acuerdo ni en desacuerdo con esta afirmación y un 30% respondió estar en desacuerdo con la misma.

**Grafico 6: ITEM 14. Por lo general es una pérdida de tiempo pensar acerca de tus emociones.**



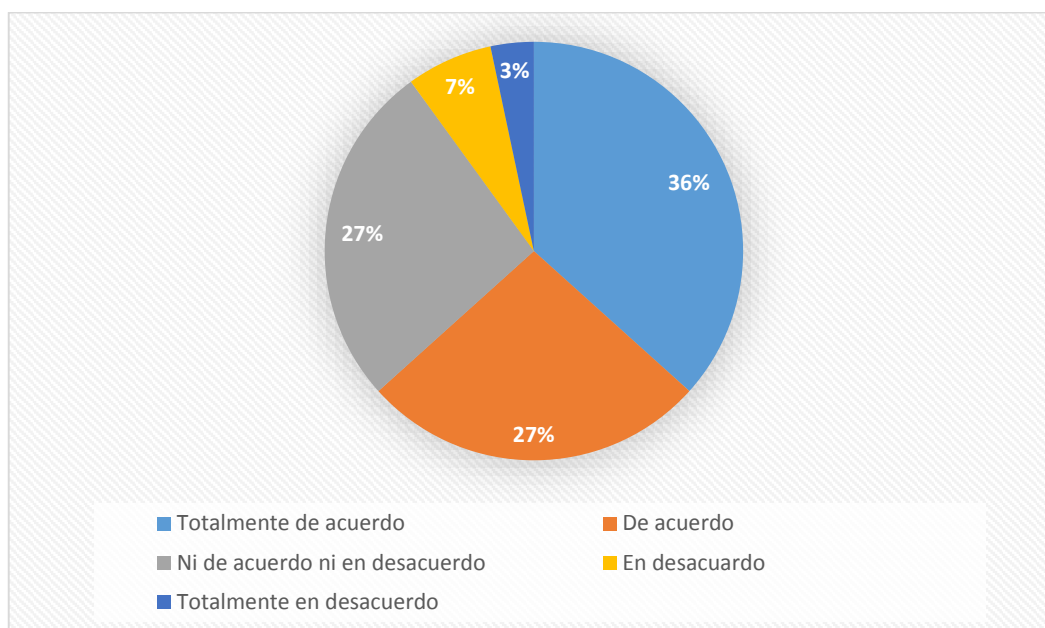
Un 26% de los alumnos indicaron estar de acuerdo con que es una pérdida de tiempo pensar acerca de nuestras emociones, asimismo un 17% indicó no estar de acuerdo ni en desacuerdo con ello, sin embargo, un 57% coincidió en que pensar en sus emociones no es una pérdida de tiempo.

**Grafico 7: ITEM 17. Estoy muy atento/a a mis sentimientos.**



La mayor parte de los alumnos (60%) indicaron que suelen estar atentos a sus sentimientos, asimismo un 30% respondió no estar de acuerdo ni en desacuerdo con esta afirmación, y un 10% sostuvieron estar en desacuerdo con la misma.

**Grafico 8: ITEM 20. Normalmente me preocupo mucho por lo que siento.**



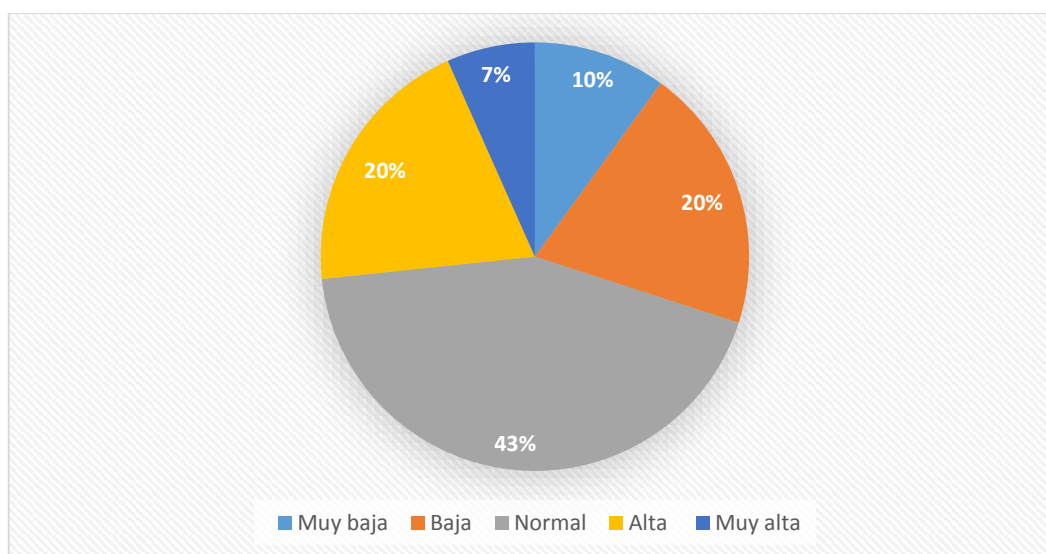
El 63% de los alumnos indicaron estar de acuerdo en que normalmente se preocupan mucho por lo que sienten, asimismo un 27% de ellos respondió

no estar de acuerdo ni en desacuerdo respecto a esto, y solo un 10% indicó estar en desacuerdo con esta afirmación.

### Autoestima

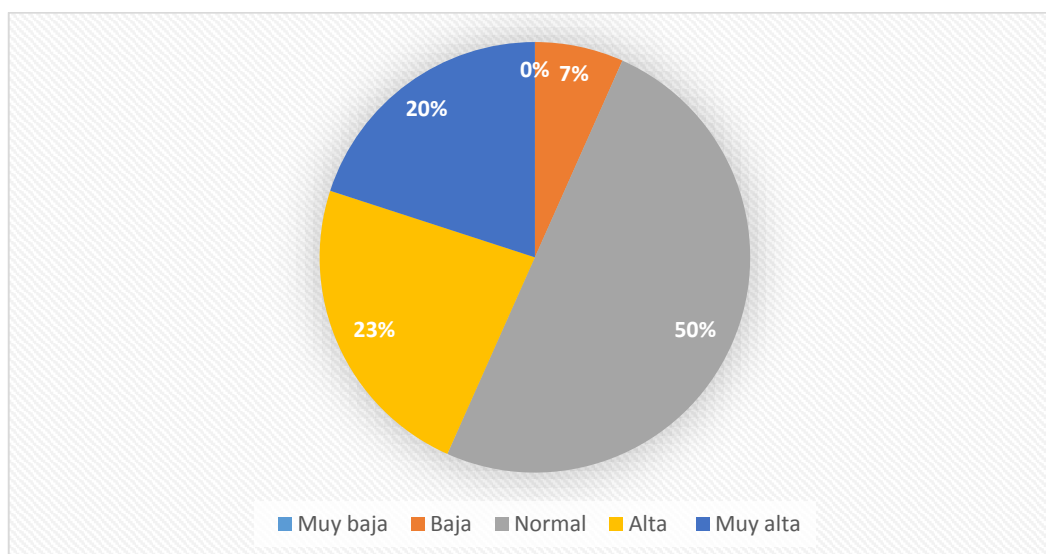
Teniendo en cuenta que el inventario de autoestima está referido a la percepción del estudiante en cuatro áreas, se obtuvieron los siguientes resultados:

**Grafico 9: Autoestima General.**

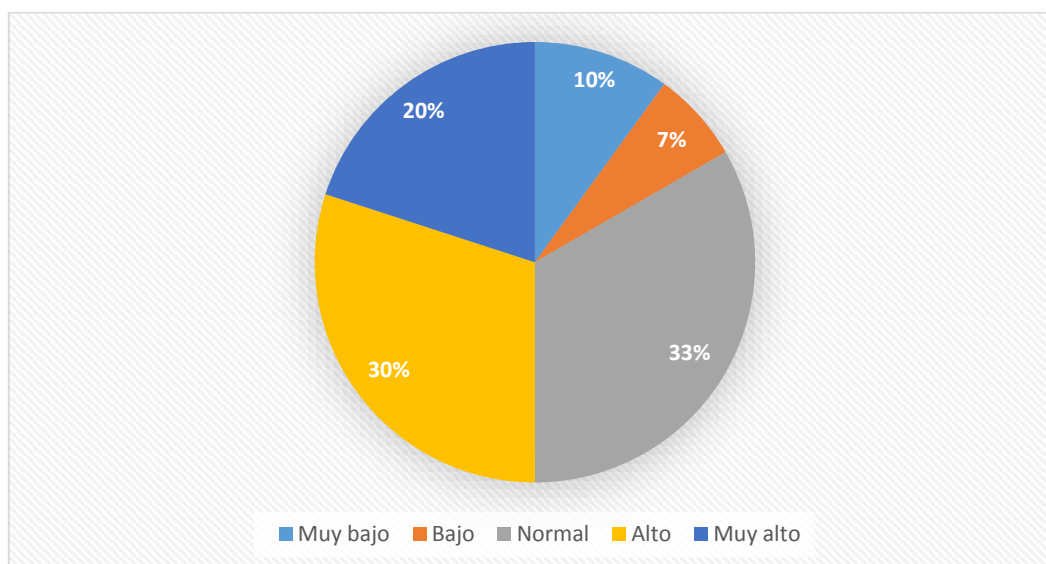


En base al análisis de los resultados se concluyó que el 7% de los alumnos obtuvo un puntaje igual o mayor a 23, lo que indicaría que presentan una autoestima muy alta. Un 20% obtuvo un puntaje mayor o igual a 20 y menor a 23, lo que muestra que poseen una autoestima alta. El 43% obtuvo un puntaje mayor o igual a 15 y menor a 20 lo que indicaría que tienen una autoestima normal. Mientras que un 20% obtuvo un puntaje mayor o igual a 12 y menor a 15 indicando una baja autoestima y por último el 10% obtuvo un puntaje inferior a 12 siendo interpretado como una muy baja autoestima.

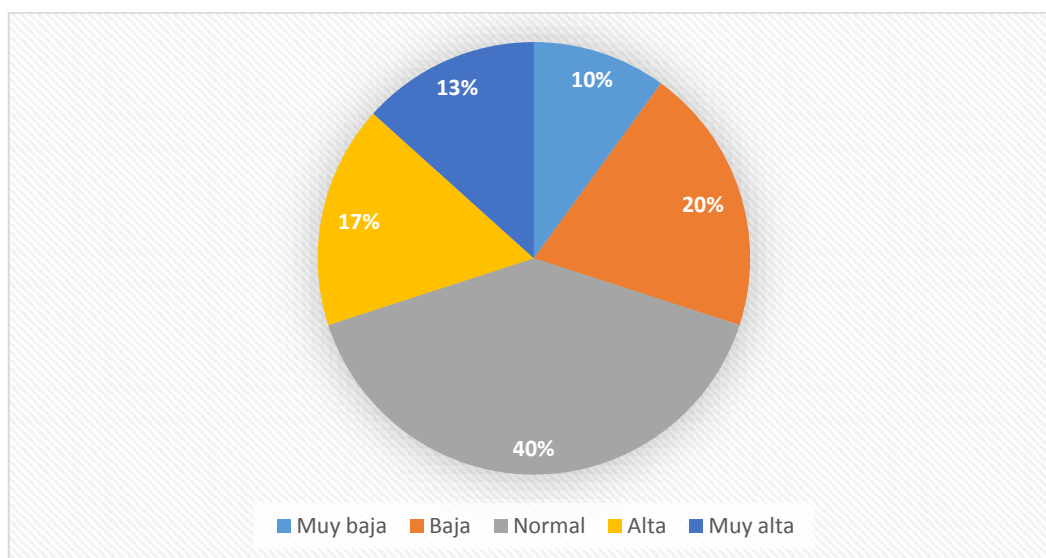
En resumen, se puede concluir que la mayoría de los alumnos (70%) presentan un nivel de autoestima que se encuentra dentro de lo normal e incluso más alto, y un 30% presenta un nivel de autoestima por debajo de lo normal.

**Grafico 10: Autoestima escolar.**

En cuanto a la autoestima de los alumnos en la escuela, se obtuvieron los siguientes resultados: el 50% de ellos manifestó presentar una autoestima escolar normal, a sí mismo, el 23% indicó tener una alta autoestima y un 20% una muy alta autoestima. Por otro lado, el 7% de los alumnos demostraron presentar una baja autoestima.

**Grafico 11: Autoestima hogar y padres.**

En cuanto a la autoestima de los alumnos en relación a sus familiares directos, el 33% manifestó poseer una autoestima normal, el 30% una autoestima alta, mientras que un 20% una autoestima muy alta. Por otro lado, un 7% indicó tener una autoestima baja, y un 10% una autoestima muy baja.

**Grafico 12: Autoestima social.**

En base a los resultados obtenidos sobre la autoestima social, el 40% de los alumnos demostró poseer una autoestima social normal, a sí mismo el 17% indicó tener una autoestima social alta, mientras que el 13% indicó tener una muy alta autoestima. El 20% manifestó tener baja autoestima y un 10% una muy baja autoestima.

---

6

# CONCLUSIÓN

---

## 6 CONCLUSIÓN

Teniendo en cuenta los resultados obtenidos en este trabajo, con respecto a la atención emocional, se obtuvo que solo un 20% de los alumnos cuenta con un buen nivel de atención a sus emociones, lo que implica que poseen la capacidad de percibir sus sentimientos y sus emociones, de ponerles un nombre y de vivenciarlos. Dominar estos aspectos significa mucho en esta etapa del desarrollo, ya que es el primer paso para poder comprender y regular lo que les pasa frente a diferentes situaciones.

A su vez, estos aspectos le permiten también identificar las emociones en otras personas, lo cual es fundamental para poder tener interacciones satisfactorias con los demás, todos estos aspectos se pudieron observar en algunos alumnos a la hora de realizar diferentes actividades, por ejemplo, algunos chicos mostraban mayor empatía que otros cuando se planteaban situaciones que implicaban comprender y ayudar a otro chico que lo necesitara.

Por otro lado, un 53% de los alumnos presta demasiada atención a sus sentimientos, y un 27% presta poca atención, estos dos extremos son significativos ya que podría estar indicando problemas de diferentes tipos. En este sentido, Extremera y Fernández Berrocal (2006) han encontrado relación entre una alta puntuación en atención a los sentimientos y altas puntuaciones en sintomatología ansiosa y depresiva, así como bajas puntuaciones en rol emocional -mayores limitaciones en las actividades cotidianas debido a problemas de tipo emocional-, funcionamiento social y salud mental.

En cuanto a la autoestima, el 70% de los alumnos presentan un nivel de autoestima dentro de lo normal e incluso alto o muy alto, en los componentes de la Autoestima General, Escolar, Hogar y Social; lo que se caracteriza en los estudiantes como sentimientos de seguridad y valoración a sí mismos, poseer buena capacidad para aprender y participar activamente en las clases, presentar buenas relaciones y sentimientos de aceptación con cada miembro de la familia; en situaciones sociales suelen sentirse cómodos, con sentimientos de aceptación, es decir, que poseen buenas habilidades sociales, empatía y asertividad en las relaciones interpersonales, con capacidad de

liderazgo frente a diversas actividades sociales, mostrándose como un sujeto abierto y con libertad al dar sus puntos de vista.

A modo de conclusión, teniendo en cuenta las hipótesis formuladas al inicio de este trabajo, se puede decir que la hipótesis 1, en donde se plantea que los alumnos que cursan 1º año del nivel secundario presentan un nivel adecuado de atención a sus emociones, no se cumple, lo que nos lleva a considerar la necesidad que hay en la escuela de la incorporación de un profesional idóneo para trabajar esta temática, tarea que podría ser coordinada por un psicólogo profesional en dicha área. Asimismo, teniendo en cuenta la importancia del contacto con nuestras emociones, se considera necesario el trabajo en conjunto del psicólogo con docentes, alumnos y padres, buscando así responder a las demandas que puedan presentarse diariamente de una manera más efectiva y con mayor alcance.

Con respecto a la hipótesis 2, en donde se plantea que los alumnos que cursan 1º año del nivel secundario presentan un nivel de autoestima normal, si se cumple, ya que los resultados obtenidos demostraron que la mayoría de los alumnos poseen una autoestima normal. Sin embargo, se considera importante trabajar con este aspecto fortaleciéndolo, al mismo tiempo que se trabaje la educación de las emociones, con el objetivo de crear bases fuertes que permita a los alumnos tener una mejor calidad de vida.

---

7

# PROPUESTAS

---

## 7 PROPUESTAS FINALES

A partir de los resultados obtenidos en esta investigación se plantean las siguientes propuestas:

1- Diseñar un proyecto específico de educación emocional y autoestima a partir del trabajo de la institución escolar con un profesional psicólogo aportado por el Gabinete Pedagógico Institucional (G.P.I.) o algún otro organismo de apoyo. A su vez, se propone que este proyecto sea incorporado en el Proyecto Educativo Institucional (P.E.I.) de la escuela; dado su sentido de herramienta de prevención primaria, no solamente será un recurso que se empleará en momentos de crisis. El proyecto contemplará diferentes instancias específicas de abordaje para sensibilizar, informar y capacitar a docentes, alumnos y padres, utilizando estrategias que propicien la comprensión y reflexión sobre las emociones y la autoestima. Para esto, se proponen actividades tales como, charlas que estén dirigidas hacia los alumnos, docentes y padres; y talleres, espacios de debates, teatralización y cine debate para trabajar con los alumnos.

2- El fortalecimiento de redes interinstitucionales. Esto es, el trabajo de la institución escolar en conjunto con el G.P.I., el área de salud (caps, hospitales) y/o la universidad con la que haya firmado un convenio, en este caso la UNSTA, asegurando la participación del profesional psicólogo en demandas específicas, ya sea por problemas referidos a la temática abordada en este trabajo o por cualquier otro tipo de problema. Esta propuesta no solo va a permitir abarcar el ámbito educativo, sino también el ámbito personal, familiar, institucional y socio-comunitario, trabajando colaborativamente con alumnos, padres, docentes y agentes educativos que intervienen de manera directa o indirecta en el proceso educativo.

3- Fortalecer el espacio de tutoría, pensado éste como un espacio de acompañamiento en el reconocimiento de las emociones y la construcción de una adecuada autoestima en los alumnos. Para esto se propone trabajar con tutores gestionando orientaciones y capacitaciones con los organismos que se hayan tejido redes. Esta propuesta va a permitir que los tutores puedan

acompañar y/o reorientar a los alumnos a intervenciones interinstitucionales o a profesionales específicos en casos que sean necesario.

---

8

REFERENCIAS  
BIBLIOGRÁFICAS

---

## 8 REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Bisquerra, R. (2009). *Psicopedagogía de las emociones*. Madrid: Síntesis.
- Bisquerra, R. & Pérez, N. (2007). Las competencias emocionales. *Educación XX1*, (10), 61-82. <https://doi.org/10.5944/educxx1.1.10.297>
- Bisquerra, R. (2003). Educación emocional y competencias básicas para la vida. *Revista de investigación educativa*, 21(1), 7-43. <https://revistas.um.es/rie/article/view/99071>
- Branden, N. (1995). *Los seis pilares de la autoestima*. Barcelona: Paidós.
- Brinkmann, H. & Segure, T. (1988). *Inventario de autoestima de Coopersmith: Adaptación para Chile*. Universidad de Concepción.
- Calero, A. (2013). Versión Argentina del TMMS para adolescentes: Una medida de la inteligencia emocional percibida. *Cuadernos de Neuropsicología / Panamerican Journal of Neuropsychology*, 7(1). 104-119. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=439643140007>
- Chamarro Lusa, A. & Oberst, U. E. (2004). "Modelos teóricos en inteligencia emocional y su medida". *Aloma: revista de psicología, ciències de l'educació i de l'esport Blanquerna*, Núm. 14, p. 209-17. <https://www.raco.cat/index.php/Aloma/article/view/97921>
- Extremera, N. y Fernández Berrocal, P. (2006). Emotional Intelligence as predictor of the mental, social, and physical health in university students. *Spanish journal of psychology*, 9, 45-51. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/16673622/>
- Fernández Berrocal, P., & Extremera Pacheco, N. (2002). La inteligencia emocional como una habilidad esencial en la escuela. *Revista Iberoamericana De Educación*, 29(1), 1-6 <https://doi.org/10.35362/rie2912869>.
- Fernández Berrocal, P. & Ramos Díaz, N. (1999). Investigaciones empíricas en el ámbito de la inteligencia emocional. *Revista Ansiedad y Estrés*, 5(2-3), 247-260.

[https://emotional.intelligence.uma.es/documentos/PDF16Investigaciones\\_empiricas.pdf](https://emotional.intelligence.uma.es/documentos/PDF16Investigaciones_empiricas.pdf)

- Fulquez Castro, S. C., Alguacil de Nicolás, M. & Pañellas Valls, M. (2011). La atención emocional y la relación con la autoestima, la autoconfianza y las relaciones con los padres y con los pares: un estudio en adolescentes españoles y mexicanos. *International Journal of Developmental and Educational Psychology*, 2(1), 403-411. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=349832329040>
- Gardner, H. (1995). *Inteligencias múltiples. La teoría en la práctica*. Barcelona: Editorial Paidós
- Goleman, D. (1996). *Inteligencia emocional*. Barcelona: Kairós
- Hernández Sampieri, R.; Fernández Collado, C. & Baptista Lucio, P. (2010). *Metodología de la investigación*. México: Mc Graw Hill.
- Lorenzo Moreno, J. M. (2007). *Autoconcepto y Autoestima. Conocer su construcción*. Charla-Coloquio: Cieza.
- Molero, C., Saíz, E. & Martínez C. (1998). Revisión histórica del concepto de Inteligencia: una aproximación a la Inteligencia Emocional. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 30(1), 11-30. <https://www.redalyc.org/pdf/805/80530101.pdf>
- Mejía, A., Pastrana, J. & Mejía, J. (2011). XII Congreso Internacional de Teoría de la Educación. *La autoestima, factor fundamental para el desarrollo de la autonomía personal y profesional*. Barcelona: Universidad de Barcelona.
- Naranjo Pereira, M. L. (2007). Autoestima: un factor relevante en la vida de la persona y tema esencial del proceso educativo. *Revista Electrónica "Actualidades Investigativas en Educación"*, 7 (3), 0. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=44770311>
- Panesso Giraldo, K. & Arango Holguín M. (2017). La autoestima, proceso humano. *Psyconex*. 9 (14). <https://revistas.udea.edu.co/index.php/Psyconex/article/view/328507>

- Salguero Barba, N. G., & García Salguero, C. P. (2017). Autoestima, educación emocional y su incidencia en el proceso de enseñanza aprendizaje de los estudiantes en las instituciones educativas. *Revista Boletín Redipe*, 6(5), 84–92. <https://revista.redipe.org/index.php/1/article/view/261>
- Tovar Urbina, N. F. (2010). *Nivel de autoestima y prácticas de conductas saludables en los estudiantes de educación secundaria de la Institución Educativa N°3049 Tahuantinsuyo- Independencia, 2009*. [Tesis de grado, Universidad Nacional Mayor de San Marcos]. Repositorio institucional - Universidad Nacional Mayor de San Marcos.
- Steiner Benaim, D. (2005). *La teoría de la autoestima en el proceso terapéutico para el desarrollo del ser humano* [Tesis de grado, Tecana American University].  
[https://tauniversity.org/sites/default/files/tesis/tesis\\_daniela\\_steiner.pdf](https://tauniversity.org/sites/default/files/tesis/tesis_daniela_steiner.pdf)
- Shapiro, L. E. (1997). *La inteligencia emocional de los niños*. México: Vergara Editor S.A.
- Trujillo Flores, M. M., & Rivas Tovar, L. A. (2005). Orígenes, evolución y modelos de inteligencia emocional. INNOVAR. *Revista de Ciencias Administrativas y Sociales*, 15(25), 9-24.  
<https://www.redalyc.org/pdf/818/81802502.pdf>
- Fondo de las Naciones Unidas para los Niños (2001). *Observaciones generales del comité de los derechos del niño*.  
<https://plataformadeinfancia.org/derechos-de-infancia/observaciones-generales-comite-derechos-del-nino/>
- Valencia, C. (2007). *Abraham Maslow*. La autoestima. Recuperado de:  
<http://www.laautoestima.com/abraham-maslow.htm>
- Vargas Paredes, J. D. (2018). *Autoestima e inteligencia emocional en alumnos del sexto grado de la i.e. n° 82023 "otuzco alto", centro poblado otuzco, cajamarca en el año 2017*. [Tesis de grado, Universidad Privada Antonio Guillermo Urrelo]. Repositorio institucional - Universidad Privada Antonio Guillermo Urrelo.

- Velásquez, C. (2003). "Inteligencia emocional y autoestima en estudiantes de la ciudad de Lima metropolitana con y sin participación en actos violentos". *Revista de investigación en psicología del Instituto de Investigaciones Psicológicas*, 6 (2), 153-164.  
<https://revistasinvestigacion.unmsm.edu.pe/index.php/psico/article/view/5166>
- Vivas García, M. (2003). La educación emocional: conceptos fundamentales. *Sapiens. Revista Universitaria de Investigación*, 4(2), 0.  
<https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=41040202>

---

9

ANEXO

---

## 9 ANEXO



## ESCALA PARA LA EVALUACIÓN DE LA EXPRESIÓN, MANEJO Y RECONOCIMIENTO DE EMOCIONES

### Trait Meta-Mood Scale (TMMS-21)

**INSTRUCCIONES****SEXO: F o M**

A continuación encontrará algunas afirmaciones sobre sus emociones y sentimientos. Lea atentamente cada frase e indique por favor el grado de acuerdo o desacuerdo con respecto a la misma. Señale con una (X) la respuesta que más se aproxime a sus preferencias.

*No hay respuestas correctas o incorrectas, ni buenas o malas.*

No emplee mucho tiempo en cada respuesta.

	Totalmente de acuerdo	De acuerdo	Ni de acuerdo ni en desacuerdo	En desacuerdo	Totalmente en desacuerdo
1- Sin importar lo mal que me siento, trato de tener buenos pensamientos.					
2- Los sentimientos le dan sentido, dan una dirección a la vida.					
3- Usualmente soy muy claro acerca de mis sentimientos.					

4- Aunque a veces estoy muy triste generalmente tengo un punto de vista optimista.					
5- Presto mucha atención a como me siento.					
6- Usualmente se cuáles son mis sentimientos acerca de una cuestión o situación.					
7- No importa lo mal que me sienta, trato de pensar en cosas agradables.					
8- No le presto mucha atención a mis sentimientos.					
9- Casi siempre se exactamente como me siento.					
10- Cuando estoy triste pienso en cosas lindas.					
11- A menudo pienso en mis sentimientos.					
12- Tengo claro mis					

sentimientos.					
13- Intento tener pensamientos positivos aunque me sienta mal					
14- Por lo general es una pérdida de tiempo pensar acerca de tus emociones.					
15- Casi siempre se cómo me siento.					
16- Aunque a veces me siento triste, suelo tener una visión optimista.					
17- Estoy muy atento/a a mis sentimientos.					
18- Siempre puedo decir cómo me siento.					
19- Aunque me sienta mal, trato de pensar en cosas agradables.					
20- Normalmente me preocupo mucho por lo que siento.					
21- Soy capaz de comprender mis sentimientos.					



## **INVENTARIO DE AUTOESTIMA - COOPERSMITH**

### **INSTRUCCIONES**

Aquí hay una serie de declaraciones. Por favor responda a cada declaración de modo siguiente:

- ✓ Si la declaración **describe cómo te sientes** usualmente, pon una “X” en el paréntesis correspondiente en la columna debajo de la frase **“igual que yo”** (columna A) en la hoja de respuestas.
- ✓ Si la declaración **no describe cómo te sientes** usualmente pon una “X” en el paréntesis correspondiente en la columna debajo de la frase **“distinto a mí”** (columna B) en la hoja de respuestas.
- ✓ **No hay respuestas buenas ni malas, correctas o incorrectas.** Lo que interesa es solamente conocer que es lo que habitualmente sientes o piensas.

**Ejemplo:** Me gustaría comer helados todos los días.

**Si te gustaría** comer helados todos los días, pon una “X” en el paréntesis debajo de la frase “igual que yo”, frente a la palabra “ejemplo”, en la hoja de respuestas.

**Si no te gustaría** comer helados todos los días, pon una “X” en el paréntesis debajo de la frase “distinto a mí”, frente a la palabra “ejemplo, en la hoja de respuesta.

- Marca todas tus respuestas en la hoja de respuestas, no escribas nada en este cuadernillo.
- No olvides de anotar tu fecha de nacimiento y la fecha de hoy en la hoja de respuestas.

**HOJA DE RESPUESTAS****Fecha de nacimiento:..... Edad:.....Sexo: F o M****Centro o colegio:.....****Curso:..... Fecha:.....**

<b>Nº</b>	<b>PREGUNTAS</b>	<b>IGUAL QUE YO (A)</b>	<b>DISTINTO A MI (B)</b>
1	Paso mucho tiempo soñando despierto.		
2	Estoy seguro de mí mismo.		
3	Deseo frecuentemente ser otra persona.		
4	Soy simpático.		
5	Mis padres y yo nos divertimos mucho juntos.		
6	Nunca me preocupo por nada.		
7	Me avergüenza pararme frente al curso para hablar.		
8	Desearía ser más joven.		
9	Hay muchas cosas acerca de mí mismo que me gustaría cambiar si pudiera.		
10	Puedo tomar decisiones fácilmente.		
11	Mis amigos disfrutan cuando están conmigo.		
12	Me incomodo en casa fácilmente.		
13	Siempre hago lo correcto.		

14	Me siento orgulloso de mi trabajo (en la escuela).		
15	Tengo siempre que tener a alguien que me diga lo que tengo que hacer.		
16	Me toma mucho tiempo acostumbrarme a cosas nuevas.		
17	Frecuentemente me arrepiento de las cosas que hago.		
18	Soy popular entre compañeros de mi edad.		
19	Usualmente mis padres consideran mis sentimientos.		
20	Nunca estoy triste.		
21	Estoy haciendo el mejor trabajo que puedo.		
22	Me doy por vencido fácilmente.		
23	Usualmente puedo cuidarme a mí mismo.		
24	Me siento suficientemente feliz.		
25	Preferiría jugar con niños menores que yo.		
26	Mis padres esperan demasiado de mí.		
27	Me gustan todas las personas que conozco.		
28	Me gusta que el profesor me interroque en		

	clase.		
29	Me entiendo a mí mismo.		
30	Me cuesta comportarme como en realidad soy.		
31	Las cosas en mi vida están muy complicadas.		
32	Los demás (niños) casi siempre siguen mis ideas.		
33	Nadie me presta mucha atención en casa.		
34	Nunca me regañan / retan.		
35	No estoy progresando en la escuela como me gustaría.		
36	Puedo tomar decisiones y cumplirlas.		
37	Realmente no me gusta ser varón / mujer.		
38	Tengo una mala opinión de mí mismo.		
39	No me gusta estar con otra gente.		
40	Muchas veces me gustaría irme de casa.		
41	Nunca soy tímido.		
42	Frecuentemente me incomoda la escuela.		
43	Frecuentemente me avergüenzo de mí mismo.		
44	No soy tan lindo/a como otra gente.		
45	Si tengo algo que decir, usualmente lo		

	digo.		
46	A los demás "les da" conmigo (me persiguen, me molestan y no me sueltan).		
47	Mis padres me entienden.		
48	Siempre digo la verdad.		
49	Mi profesor me hace sentir que no soy gran cosa.		
50	A mí no me importa lo que pasa.		
51	Soy un fracaso.		
52	Me incomodo fácilmente cuando me regañan.		
53	Las otras personas son más agradables que yo.		
54	Usualmente siento que mis padres esperan más de mí.		
55	Siempre sé que decir a otras personas.		
56	Frecuentemente me siento desilusionado de mi escuela.		
57	Generalmente las cosas no me importan.		
58	No soy una persona confiable para que otros dependan de mí.		



### **CONSENTIMIENTO INFORMADO**

La presente investigación “*La atención emocional y la autoestima en alumnos que asisten a una escuela secundaria pública de la ciudad de Concepción*” es conducida por la alumna Andrea Fernanda Jimenez, DNI 39.726.780, estudiante de la carrera de Lic. En Psicología de la Universidad del Norte Santo Tomás de Aquino, Centro Universitario Concepción.

El objetivo de este estudio es recolectar información con el fin de producir el Trabajo Integrador Final de la carrera. La participación de los alumnos consiste en completar de manera escrita 2 cuestionarios que serán entregados de forma individual a cada uno. Cabe resaltar que la recolección de datos será completamente anónima y voluntaria solo con fines de investigación.

Se solicita la firma y autorización del padre o tutor del alumno en caso de estar de acuerdo con lo expuesto anteriormente.

DESDE YA SE AGRADECE SU COLABORACIÓN.

---

Firma de Tutor/a

---

Firma de Alumno/a