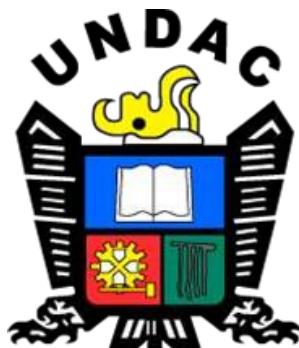


UNIVERSIDAD NACIONAL DANIEL ALCIDES CARRIÓN
ESCUELA DE POSGRADO



TESIS

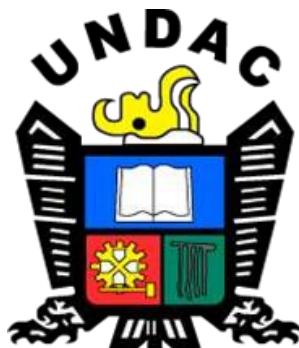
**Habilidades sociales, gestión de las emociones y
motivación académica en estudiantes de la Facultad de
Ciencias de la Educación de la Universidad Nacional
Daniel Alcides Carrión – Pasco – 2023**

**Para optar el grado académico de Maestro en:
Docencia en el Nivel Superior**

Autor:
Bach. Jhasmely Yuditt ALANIA ESPINOZA
Asesor:
Dr. Jacinto Alejandro ALEJOS LOPEZ

Cerro de Pasco - Perú - 2025

UNIVERSIDAD NACIONAL DANIEL ALCIDES CARRIÓN
ESCUELA DE POSGRADO



TESIS

**Habilidades sociales, gestión de las emociones y
motivación académica en estudiantes de la Facultad de
Ciencias de la Educación de la Universidad Nacional
Daniel Alcides Carrión – Pasco – 2023**

Sustentada y aprobada ante los miembros del jurado:

Dr. Julio César CARHUARICRA MEZA
PRESIDENTE

Dra. Sanyorei PORRAS COSME
MIEMBRO

Mg. Eduardo Marino PACHECO PEÑA
MIEMBRO



INFORME DE ORIGINALIDAD N° 0131-2024- DI-EPG-UNDAC

La Unidad de Investigación de la Escuela de Posgrado de la Universidad Nacional Daniel Alcides Carrión, ha realizado el análisis con exclusiones en el Software Turnitin Similarity, que a continuación se detalla:

Presentado por:
Jhasmely Yudit ALANIA ESPINOZA

Escuela de Posgrado:
MAESTRÍA EN DOCENCIA EN EL NIVEL SUPERIOR

Tipo de trabajo:
TESIS

TÍTULO DEL TRABAJO:
“HABILIDADES SOCIALES, GESTIÓN DE LAS EMOCIONES Y MOTIVACIÓN ACADÉMICA EN ESTUDIANTES DE LA FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN DE LA UNIVERSIDAD NACIONAL DANIEL ALCIDES CARRIÓN – PASCO – 2023”

ASESOR (A): Dr. Jacinto Alejandro ALEJOS LOPEZ

Índice de Similitud:
27%

Calificativo
APROBADO

Se adjunta al presente el informe y el reporte de evaluación del software similitud.

Cerro de Pasco, 22 de julio del 2024



Firmado digitalmente por:
BALDEON DIEGO Jheysen
Luis FAU 20154805046 soft
Motivo: Soy el autor del
documento
Fecha: 26/07/2024 19:27:26-0600

DOCUMENTO FIRMADO DIGITALMENTE
Dr. Jheysen Luis BALDEON DIEGO
DIRECTOR

DEDICATORIA

A ***Elena*** y ***Jorge***, mis adorables padres: Son luceros que irradian amor a mi existencia y quienes me impulsan a alcanzar mis metas personales y profesionales.

AGRADECIMIENTO

Expreso mi más sincero y perdurable agradecimiento a todos los estudiantes de la Facultad de Ciencias de la Educación de la Universidad Nacional Daniel Alcides Carrión, que generosamente participaron en las encuestas durante el periodo de investigación en campo.

También expreso mis agradecimientos a todos los docentes, autoridades y personal administrativo de la Facultad de Educación de la universidad en mención. Su apoyo ha sido fundamental durante los trabajos realizados con los estudiantes.

Asimismo, con mucha emoción hago llegar mi agradecimiento y devoción a mis familiares, quienes de una y otra manera me motivaron para alcanzar una de mis metas trazadas.

Gracias a todos ustedes.

RESUMEN

La presente tesis es una **investigación correlacional** de **tipo científica básica**; su diseño es **no experimental**. Es un estudio que mide el grado de correlación entre tres variables: habilidades sociales, gestión de las emociones y motivación académica en estudiantes de la Facultad de Ciencias de la Educación de la Universidad Nacional Daniel Alcides Carrión.

En la investigación se utilizaron tres instrumentos de medición para medir las tres variables: la *Lista de Chequeo de Habilidades Sociales* que mide la variable **habilidades sociales**; el *Inventario de Inteligencia Emocional de Bar On (I-CE)* que mide la variable **gestión de las emociones**; y, el *Cuestionario de Motivación Académica*, que sirvió para medir la variable **motivación académica**.

Se trabajó con una muestra que estuvo conformado por 300 estudiantes que fueron los elementos muestrales de la investigación. Los resultados evidenciaron que existen correlaciones estadísticamente positivas y significativas entre las habilidades sociales, la gestión de las emociones y la motivación académica en la población de estudiantes universitarios que fueron estudiados.

Palabras claves: Habilidades sociales, Gestión de las emociones, Motivación académica.

ABSTRACT

This thesis is a basic scientific correlational research; its design is non-experimental. It is a study that measures the degree of correlation between three variables: social skills, emotion management and academic motivation in students of the Faculty of Education Sciences of the Daniel Alcides Carrión National University.

In the research, three measurement instruments were used to measure the three variables: the Social Skills Checklist that measures the social skills variable; the Bar On Emotional Intelligence Inventory (I-CE) that measures the emotion management variable; and, the Academic Motivation Questionnaire, which served to measure the academic motivation variable.

We worked with a sample that was made up of 300 students who were the sample elements of the research. The results showed that there are statistically positive and significant correlations between social skills, emotion management and academic motivation in the population of university students who were studied.

Keywords: Social skills, Emotion management, Academic motivation.

INTRODUCCIÓN

Señor presidente del jurado y miembros:

Pongo a su consideración la presente investigación titulado: **“Habilidades sociales, gestión de las emociones y motivación académica en estudiantes de la Facultad de Ciencias de la Educación de la Universidad Nacional Daniel Alcides Carrión – Pasco – 2023”.**

La educación es un proceso multidimensional que no solo se centra en la adquisición de conocimientos académicos, sino que también desempeña un papel crucial en el desarrollo de habilidades sociales, la gestión de las emociones y la motivación de los estudiantes. En el contexto universitario, estos aspectos cobran una relevancia especial, ya que no solo contribuyen al éxito académico, sino que también influyen en la formación integral de los individuos y en su preparación para enfrentar los desafíos del mundo laboral y social.

La presente tesis tiene como objetivo principal investigar la relación que hay entre las habilidades sociales, la gestión de las emociones y la motivación académica en estudiantes universitarios. El estudio se enmarca en la búsqueda de una comprensión más profunda de cómo estas tres dimensiones interactúan y afectan el desempeño académico y el bienestar emocional de los estudiantes.

Las habilidades sociales son esenciales para establecer relaciones efectivas con compañeros, profesores y miembros de la comunidad educativa. Las habilidades sociales se refieren a la capacidad de los individuos para interactuar de manera efectiva y adaptativa con los demás, lo que incluye habilidades de comunicación, empatía, resolución de conflictos y trabajo en equipo. La gestión de las emociones se refiere a la capacidad de reconocer, comprender y regular las emociones, lo que influye directamente en la adaptación emocional y el manejo del estrés. La motivación académica, por otro lado, impulsa a los estudiantes a buscar el conocimiento, perseverar en sus metas académicas y enfrentar los desafíos con entusiasmo; es un aspecto fundamental en el aprendizaje, ya que influye en el grado de esfuerzo y

persistencia que los estudiantes dedican a sus estudios.

Este estudio se enfoca en estudiantes de la Facultad de Ciencias de la Educación, ya que estos futuros educadores desempeñarán un papel fundamental en la formación y el desarrollo de las futuras generaciones.

Los resultados de esta investigación tienen el potencial de proporcionar información valiosa para el diseño de programas de formación y estrategias pedagógicas que promuevan el desarrollo de habilidades sociales, la gestión emocional efectiva y la motivación académica en estudiantes universitarios. Esto no solo beneficiará su éxito académico, sino que también contribuirá a su crecimiento personal y profesional, preparándolos para enfrentar los desafíos de la educación y la sociedad contemporánea de manera más eficiente y efectiva.

La autora

ÍNDICE

DEDICATORIA
AGRADECIMIENTO
RESUMEN
ABSTRACT
INTRODUCCIÓN
ÍNDICE
ÍNDICE DE TABLAS
ÍNDICE DE GRÁFICOS

CAPITULO I

PROBLEMA DE INVESTIGACION

| | | |
|--------|---|---|
| 1.1. | Identificación y determinación del problema | 1 |
| 1.2. | Delimitación de la investigación | 4 |
| 1.3. | Formulación del problema | 4 |
| 1.3.1. | Problema general | 4 |
| 1.3.2. | Problemas específicos | 5 |
| 1.4. | Formulación de objetivos..... | 5 |
| 1.4.1. | Objetivo general..... | 5 |
| 1.4.2. | Objetivos específicos | 5 |
| 1.5. | Justificación de la investigación | 6 |
| 1.6. | Limitaciones de la investigación | 7 |

CAPITULO II

MARCO TEORICO

| | | |
|--------|--|----|
| 2.1. | Antecedentes de estudio | 8 |
| 2.2. | Bases teóricas – científicas | 11 |
| 2.2.1. | Las habilidades sociales | 11 |
| 2.2.2. | La gestión de las emociones..... | 26 |
| 2.2.3. | La motivación académica..... | 34 |
| 2.3. | Definición de términos básicos..... | 42 |
| 2.4. | Formulación de hipótesis..... | 43 |
| 2.4.1. | Hipótesis general | 43 |
| 2.4.2. | Hipótesis específicas | 43 |
| 2.5. | Identificación de variables | 44 |
| 2.6. | Definición operacional de variables e indicadores..... | 45 |

CAPITULO III
METODOLOGIA Y TECNICAS DE INVESTIGACION

| | | |
|--------|---|----|
| 3.1. | Tipo de investigación | 47 |
| 3.2. | Nivel de investigación | 47 |
| 3.3. | Métodos de investigación | 47 |
| 3.4. | Diseño de investigación | 47 |
| 3.5. | Población y muestra | 48 |
| 3.5.1. | Población..... | 48 |
| 3.5.2. | Muestra | 49 |
| 3.6. | Técnicas e instrumentos de recolección de datos | 50 |
| 3.7. | Selección, validación y confiabilidad de los instrumentos de investigación | 52 |
| 3.8. | Técnicas de procesamiento y análisis de datos | 54 |
| 3.9. | Tratamiento estadístico | 54 |
| 3.10. | Orientación ética filosófica y epistémica..... | 54 |

CAPITULO IV
RESULTADOS Y DISCUSIÓN

| | | |
|------|---|----|
| 4.1. | Descripción del trabajo de campo | 56 |
| 4.2. | Presentación, análisis e interpretación de resultados | 57 |
| 4.3. | Prueba de hipótesis | 63 |
| 4.4. | Discusión de resultados | 69 |

CONCLUSIONES

RECOMENDACIONES

REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS

ANEXOS

ÍNDICE DE TABLAS

| | |
|---|----|
| Tabla 1. Habilidades sociales de los estudiantes, por dimensiones y en general | 57 |
| Tabla 2. Gestión de las emociones de los estudiantes, por dimensiones y en general | 59 |
| Tabla 3. Motivación académica de los estudiantes, por dimensiones y en general.... | 61 |
| Tabla 4. Coeficiente de correlación de Pearson entre las dimensiones de habilidades sociales y las dimensiones de gestión de las emociones | 63 |
| Tabla 5. Coeficiente de correlación de Pearson entre las dimensiones de habilidades sociales y las dimensiones de motivación académica..... | 65 |
| Tabla 6. Coeficiente de correlación de Pearson entre las dimensiones de gestión de las emociones y las dimensiones de motivación académica..... | 66 |
| Tabla 7. Correlación con la rho de Spearman entre habilidades sociales y gestión de las emociones | 67 |
| Tabla 8. Correlación con la rho de Spearman entre habilidades sociales y motivación académica | 67 |
| Tabla 9. Correlación con la rho de Spearman entre gestión de las emociones y motivación académica | 68 |

ÍNDICE DE GRÁFICOS

| | |
|---|----|
| Gráfico 1. Habilidades sociales de los estudiantes..... | 58 |
| Gráfico 2. Gestión de las emociones de los estudiantes | 60 |
| Gráfico 3. Motivación académica de los estudiantes..... | 62 |

CAPITULO I

PROBLEMA DE INVESTIGACION

1.1. Identificación y determinación del problema

El gran problema que está por resolverse es el problema de convivencia humana, la comprensión, la cooperación entre los individuos dentro de la sociedad. En ese sentido, en la presente investigación nace el deseo de tener un acercamiento a esta temática, indagar como se percibe el ambiente social en las instituciones universitarias.

El ser humano es fundamentalmente social y, durante toda su vida, experimenta un constante proceso de socialización. Este proceso incluye la adquisición de habilidades esenciales que facilitan la interacción efectiva con su entorno social.

Hoy en día, la habilidad para comunicarse de manera efectiva es cada vez más esencial. Numerosas son las consecuencias derivadas de la insuficiencia en la comunicación entre individuos. En el ámbito educativo, dada su propia naturaleza, es crucial establecer una comunicación activa entre el docente y el estudiante. Esto se logrará en la medida que se desarrollen altos niveles de habilidades sociales.

Es común observar que algunos estudiantes tienen dificultades para formular peticiones o pedir favores de manera adecuada. Muchos se retraen al

momento de solicitar a alguien un cambio de comportamiento porque desconocen cómo expresarlo de forma amable, respetuosa y considerada. Además, existen estudiantes que no logran defender sus derechos de manera apropiada en situaciones donde estos han sido vulnerados, ya sea intencionalmente o por accidente.

También se puede apreciar que, en las conversaciones, algunos estudiantes no logran conectar de manera genuina con los sentimientos y emociones de los demás; carecen de empatía y no son capaces de compartir el entusiasmo, tristeza, alegría u optimismo de la otra persona. Especialmente en adolescentes y jóvenes, se percibe una habilidad limitada para interactuar socialmente con el sexo opuesto, lo que puede desencadenar ansiedad social en la adultez.

Además, hay estudiantes que, a pesar de su deseo de participar en actividades sociales, evitan hacerlo debido a su falta de habilidades para interactuar en grupo, lo cual les genera ansiedad e inseguridad. Estos estudiantes también muestran dificultades para actuar con asertividad en situaciones de conflicto psicosocial, principalmente por no poseer las capacidades necesarias para manejar eficazmente la resolución de conflictos.

Este panorama subraya la importancia de fortalecer las habilidades sociales y de comunicación en el contexto educativo. Desarrollar estas competencias es crucial para mejorar la interacción interpersonal de los estudiantes y equiparlos mejor para enfrentar y resolver situaciones desafiantes en sus vidas personales y académicas.

Asimismo, los investigadores en la actualidad concluyen que, para alcanzar un alto rendimiento cognitivo en su total potencial, es necesario desarrollar habilidades en los aspectos emocionales, motivacionales y volitivos. La falta de habilidades sociales, inseparables del desarrollo emocional, afectan el aprendizaje en el estudiante universitario, lo que se traduce en bajo

rendimiento académico y riesgo de fracaso y de deserción. Cada vez se otorga mayor importancia a una gestión emocional eficaz en el estudiante, para que alcance el éxito académico y social esperado.

Actualmente se plantea que la dimensión emotiva ejerce una influencia decisiva en la capacidad para enfrentar a situaciones académicas en los estudiantes.

Muchos de los estudiantes poseen poca habilidad de exteriorización, como desórdenes de la conducta, los cuales incluyen a menudo dificultades para manejar la ira, la irritabilidad y una falta de afiliación para empatizar con sus compañeros u otras personas, y otros, escasa habilidad de interiorización para manejar sus emociones; en el primer caso presentan un déficit en la inhibición de la agresión y en el segundo un exceso de focalización interna de la tristeza y/o de la culpa. Estos estudiantes generalmente demuestran escasa habilidad para gestionar sus emociones.

Por otro lado, la falta de motivación para el aprendizaje y el consiguiente bajo rendimiento académico de los estudiantes representan un desafío significativo que requiere atención inmediata y colaborativa de diversos sectores de la sociedad. Este problema no solo afecta el progreso individual de los estudiantes, sino que también tiene consecuencias a largo plazo para el desarrollo socioeconómico y cultural de la comunidad.

Actualmente, en el proceso de enseñanza y aprendizaje, los estudiantes tienden a adoptar un rol muy pasivo. A menudo se encuentran simplemente recibiendo información sin la oportunidad de procesarla, analizarla o aplicarla de manera práctica en situaciones reales. Sin embargo, se ha demostrado que el aprendizaje es mucho más efectivo cuando los estudiantes están genuinamente motivados. Esto ocurre cuando confían en sus habilidades, mantienen altas expectativas sobre su capacidad para superar desafíos (autoeficacia), valoran

las tareas asignadas y se sienten responsables de alcanzar sus objetivos de aprendizaje.

La motivación no solo influye en el empleo de estrategias cognitivas y metacognitivas más avanzadas durante la realización de tareas, sino que también mejora la gestión del esfuerzo y la persistencia frente a desafíos, lo cual tiene un impacto directo en el rendimiento académico. Por lo tanto, es fundamental que los educadores fomenten un entorno de aprendizaje que anime a los estudiantes a tomar un papel más activo y comprometido, donde puedan interactuar críticamente con el contenido, realizar preguntas significativas y aplicar el conocimiento de forma creativa y efectiva en diversos contextos.

Desde este enfoque, el estudio explora la relación entre las habilidades sociales, la gestión de las emociones y la motivación académica en estudiantes universitarios.

1.2. Delimitación de la investigación

Ámbito espacial: Esta investigación se llevó a cabo específicamente en el Departamento de Pasco, Provincia de Pasco, Distrito de Yanacancha, dentro de las instalaciones de la Universidad Nacional Daniel Alcides Carrión.

Ámbito temporal: El estudio se realizó durante el año 2023.

Delimitación del universo: El grupo de estudio seleccionado para esta investigación incluye a los estudiantes de la Facultad de Ciencias de la Educación de la Universidad Nacional Daniel Alcides Carrión.

Delimitación del contenido. La investigación considera el estudio de tres variables: Las habilidades sociales, la gestión de las emociones y la motivación académica.

1.3. Formulación del problema

1.3.1. Problema general

¿Qué relaciones existen entre habilidades sociales, gestión de las emociones y motivación académica en estudiantes de la Facultad de Ciencias de la Educación de la Universidad Nacional Daniel Alcides Carrión?

1.3.2. Problemas específicos

- a) ¿Qué relaciones existen entre habilidades sociales y gestión de las emociones en estudiantes de la Facultad de Ciencias de la Educación de la Universidad Nacional Daniel Alcides Carrión?
- b) ¿Qué relaciones existen entre habilidades sociales y motivación académica en estudiantes de la Facultad de Ciencias de la Educación de la Universidad Nacional Daniel Alcides Carrión?
- c) ¿Qué relaciones existen entre gestión de las emociones y motivación académica en estudiantes de la Facultad de Ciencias de la Educación de la Universidad Nacional Daniel Alcides Carrión?

1.4. Formulación de objetivos

1.4.1. Objetivo general

Establecer las relaciones que existen entre habilidades sociales, gestión de las emociones y motivación académica en estudiantes de la Facultad de Ciencias de la Educación de la Universidad Nacional Daniel Alcides Carrión.

1.4.2. Objetivos específicos

- a) Determinar las relaciones que existen entre habilidades sociales y gestión de las emociones en estudiantes de la Facultad de Ciencias de la Educación de la Universidad Nacional Daniel Alcides Carrión.
- b) Determinar las relaciones que existen entre habilidades sociales y motivación académica en estudiantes de la Facultad de Ciencias de la Educación de la Universidad Nacional Daniel Alcides Carrión.
- c) Determinar las relaciones que existen entre gestión de las emociones y motivación académica en estudiantes de la Facultad

de Ciencias de la Educación de la Universidad Nacional Daniel Alcides Carrión.

1.5. Justificación de la investigación

Variadas investigaciones sostienen que el nivel de habilidades sociales es el factor decisivo que afecta de forma significativa al logro de aprendizaje de los estudiantes. Las variables como infraestructura, textos, cantidad de profesores, entre otras, son menos influyentes en el aprendizaje que una buena predisposición de su competencia social. Los estudiantes que han desarrollado habilidades sociales reportan menos fracaso académico y menos respuestas agresivas en sus interacciones con otras personas.

Asimismo, los estudios sobre inteligencia emocional destacan la relevancia de la gestión emocional como un factor clave para mantener o mejorar la calidad de vida. Además, se ha comprobado que contribuye significativamente al rendimiento en los ámbitos familiar, social, académico y profesional. Esto se debe a que la gestión emocional desempeña un papel regulatorio en los procesos de adaptación del individuo.

Se ha considerado también que la motivación académica tiene un carácter emocional. El equilibrio emocional incrementa el aprendizaje, pues estados de ánimo bajo (depresión) o demasiados intensos (ira), conducen a dificultar el aprendizaje. La ciencia psicológica ha demostrado la relación entre la emoción y el aprendizaje. Ha llegado a determinar que, a poca activación emocional, poco aprendizaje; si la activación emocional se incrementa, se eleva el aprendizaje hasta un punto óptimo, a partir del cual, si se sigue aumentando el aprendizaje disminuye.

Por lo tanto, se ha considerado fundamental estudiar las habilidades sociales, la gestión de las emociones y la motivación académica en estudiantes universitarios.

El **valor teórico** de esta investigación radica en proporcionar información detallada sobre la relación entre habilidades sociales, gestión de emociones y motivación académica en estudiantes universitarios. Esta información contribuye al entendimiento académico de estos factores interrelacionados.

En el **aspecto práctico**, los resultados del estudio permitirán desarrollar estrategias educativas enfocadas en mejorar las habilidades sociales, la regulación emocional y la motivación académica de los estudiantes, lo que puede tener un impacto directo en su rendimiento y bienestar.

Desde un **enfoque metodológico**, la utilidad de la investigación se destaca en la adaptación y aplicación de tres instrumentos de medición específicos: uno para habilidades sociales, otro para gestión de emociones, y un tercero para la motivación académica, aplicados a una muestra de estudiantes universitarios.

Finalmente, la investigación posee un significativo **valor social**, ya que proporciona datos valiosos no solo para los estudiantes, sino también para docentes, autoridades educativas, padres, investigadores en psicopedagogía y otros interesados. Estos datos pueden ser utilizados para mejorar las políticas y prácticas educativas, así como para apoyar el desarrollo integral de los estudiantes.

1.6. Limitaciones de la investigación

La mayor limitación que se presentó es el hecho de que los sujetos investigados no tuvieron experiencia de ser sometidos a exámenes psicológicos, por lo que se realizó algunas sesiones de orientación, previas a la aplicación de los instrumentos referidos a las habilidades sociales, a la gestión de las emociones y a la motivación académica.

CAPITULO II

MARCO TEORICO

2.1. Antecedentes de estudio

A nivel nacional:

Caravedo y Paredes (2002). Tesis: *Niveles de Habilidades Sociales en Escolares Secundarios de Colegios Particular y Nacional de Lima Metropolitana.* Facultad de Psicología y Humanidades de la Universidad Femenina del Sagrado Corazón de Lima.

Conclusiones:

1. No se observan diferencias considerables en los niveles de habilidades sociales entre estudiantes de colegios nacionales y privados en función de la edad
2. No existen diferencias significativas en los niveles de habilidades sociales en colegios nacionales y particulares según la variable grado de instrucción.

León (2005). Tesis: *Inteligencia emocional en estudiantes de administración de universidades de Lima.* Facultad de Psicología de la Universidad Inca Garcilaso de la Vega de Lima.

Conclusiones:

1. No se encontraron diferencias significativas en el cociente emocional general ni en sus componentes entre los estudiantes analizados, a pesar de

provenir de diferentes situaciones económicas.

2. Todos los estudiantes evaluados se encuentran en un nivel considerado como promedio en términos de cociente emocional general, así como en sus componentes específicos: habilidades intrapersonales, interpersonales, adaptabilidad y estado de ánimo general.
3. La pertenencia a diferentes instituciones educativas de variados estratos económicos no muestra correlación con los niveles de inteligencia emocional.
4. Tener un mayor nivel socioeconómico familiar no influye de manera decisiva en el cociente emocional de los estudiantes de estratos medio y alto.

Yactayo (2010). Tesis: Motivación de logro académico y rendimiento académico en alumnos de secundaria de una institución educativa del Callao. Escuela de Post Grado de la Universidad San Ignacio de Loyola de la ciudad de Lima.

Conclusiones:

- Se verificó la hipótesis principal que postulaba una relación entre la motivación de logro académico y el rendimiento académico; esta relación resultó ser positiva, aunque de intensidad moderada.
- Se identificó una relación significativa y muy positiva entre el componente de pensamientos orientados al logro y el rendimiento académico.
- Se constató que hay un mayor número de mujeres que hombres con un alto nivel de motivación de logro académico.

A nivel internacional:

Mendoza, León y Felipe (2016). Evaluación de las Habilidades Sociales de Estudiantes de Educación Social. España. Revista de Psicodidáctica.

Conclusión:

Es fundamental enfocarse en la formación para garantizar una actuación social competente de los Educadores Sociales y, por extensión, de todos los profesionales de la educación. Necesitamos implementar cambios en la Universidad, capitalizando el nuevo paradigma educativo centrado en el aprendizaje que introduce el Espacio Europeo de Educación Superior (EEES). Este paradigma nos exige mayores estándares de calidad y requiere definir las competencias sociales y profesionales de los estudiantes universitarios de acuerdo con los distintos contextos. Además, es imprescindible desarrollar nuevas y mejores metodologías para evaluar competencias que serán cruciales para el éxito social y profesional de los estudiantes.

Extremera y Fernandez (2004). Tesis: El papel de la inteligencia emocional en los alumnos de la Universidad de Málaga, España. Ciudad de Málaga, España.

Conclusiones:

1. Los estudiantes que demuestran una alta inteligencia emocional suelen tener un mejor ajuste psicológico y bienestar emocional, además de contar con redes interpersonales más amplias y un mayor apoyo social.
2. Los estudiantes con elevada inteligencia emocional tienden a mostrar menos comportamientos disruptivos, agresivos o violentos. Además, son capaces de manejar mejor el estrés, lo que puede contribuir a un mejor rendimiento académico, y tienen una menor tendencia al consumo de sustancias adictivas.

Fuente (2004). Tesis: Perspectivas recientes en el estudio de la motivación: la Teoría de la Orientación del Meta. Universidad de Almería, España.

Conclusiones:

1. Integrar las metas con otras variables motivacionales y estrategias de aprendizaje, enseñando a los estudiantes cómo autorregularlas de manera

coordinada.

2. Implementar estrategias para mejorar los procesos motivacionales y de aprendizaje, tanto a nivel del contexto del aula como individualmente en los estudiantes.
3. Examinar cómo interactúan los distintos tipos de metas establecidas en el proceso de enseñanza con las metas que los estudiantes formulan por sí mismos, basadas en sus características personales, y cómo esta interacción influye en su aprendizaje y desempeño.

2.2. Bases teóricas – científicas

2.2.1. Las habilidades sociales

Definición de habilidades sociales

Phillips (1978) señala que: “Las habilidades sociales son formas en que una persona se puede comunicar con los demás de manera que satisfaga los propios derechos, necesidades, placeres u obligaciones hasta un grado razonable, sin dañar los derechos, necesidades, placeres u obligaciones similares de la otra persona y comparta estos derechos con los demás en un intercambio libre y abierto” (p. 7).

Las habilidades sociales son capacidades esenciales que permiten interactuar y comunicarse efectivamente con los demás en diversos contextos sociales. Estas habilidades son fundamentales para establecer y mantener relaciones personales y profesionales exitosas. No sólo facilitan el intercambio de información, sino que también juegan un papel crucial en la comprensión y gestión emocional propias y de los demás.

Las habilidades sociales incluyen una amplia gama de competencias, como la comunicación verbal, la comunicación no verbal, la escucha activa, la empatía, la asertividad, y la capacidad de negociación y resolución de conflictos. Además, abarcan la habilidad para leer y adaptarse a diferentes situaciones y

manejar las interacciones de manera que sean mutuamente beneficiosas para todos los involucrados.

En el ámbito educativo, se enseñan y fomentan estas habilidades para preparar a los estudiantes para el éxito en sus vidas personales y profesionales.

De acuerdo a Caballo (1986): “Las habilidades sociales son un conjunto de conductas emitidas por un individuo en un contexto interpersonal que expresa sentimientos, actitudes, deseos, opiniones y derechos de ese individuo de un modo adecuado a la situación, respetando esas conductas en los demás y resolviendo de inmediato los problemas surgidos en una situación determinada, minimizando la probabilidad de futuros problemas” (p. 14).

Las habilidades sociales no se limitan meramente a la capacidad de comunicar información; abarcan un espectro más amplio de conductas que permiten a un individuo expresar sus sentimientos, deseos, opiniones y derechos que es tanto efectiva como respetuosa hacia los demás. Estas habilidades incluyen, pero no se limitan a, la comunicación verbal y no verbal, la escucha activa, la empatía, la asertividad, y la capacidad de manejar y resolver conflictos.

La comunicación efectiva es la habilidad para expresar pensamientos y sentimientos de forma clara y directa, utilizando un lenguaje que sea apropiado al contexto y a la audiencia.

La escucha activa implica prestar atención completa a lo que el otro está diciendo, entendiendo el mensaje desde el punto de vista del hablante y respondiendo de manera reflexiva.

La empatía es la capacidad de entender y compartir los sentimientos de otro, lo cual es fundamental para establecer relaciones personales y profesionales sólidas.

La asertividad implica expresar de manera directa y respetuosa los propios deseos y necesidades, sin ser agresivo ni pasivo. Es clave para mantener el respeto propio y ajeno en las interacciones.

La resolución de conflictos es la habilidad para abordar y resolver desacuerdos de manera efectiva y pacífica, buscando soluciones que minimicen el malestar y prevengan futuros problemas.

El desarrollo de habilidades sociales es un proceso continuo que puede ser mejorado a través de la educación, la práctica y la retroalimentación. Programas de entrenamiento específicos, terapia, y actividades de desarrollo personal y profesional pueden ayudar a los individuos a mejorar sus habilidades sociales.

Desarrollar estas habilidades mejora no solo las relaciones interpersonales, sino también la eficacia con la que los individuos pueden navegar por el complejo mundo de las interacciones humanas. Una competencia social eficaz minimiza la probabilidad de problemas y maximiza las oportunidades de éxito personal y profesional.

Por su parte, Rubio (2000) señala que: "Las habilidades sociales son un conjunto de comportamientos interpersonales complejos, un proceso de interacción de variables personales, ambientales y culturales, que constituyen un aprendizaje continuo de patrones cognitivos, afectivas, sociales y morales, que permiten asimilar los papeles y normas sociales" (p. 23).

Las habilidades sociales se componen de elementos cognitivos, afectivos, sociales y morales. Cada uno de estos elementos juega un papel crucial en cómo percibimos, respondemos y nos relacionamos con otras personas.

El elemento cognitivo es la capacidad de entender las situaciones sociales y de procesar información verbal y no verbal. Esto incluye la habilidad para leer contextos, interpretar el lenguaje corporal y las expresiones

faciales, y anticipar las consecuencias de nuestras acciones en interacciones sociales.

El elemento afectivo involucra la empatía y la capacidad para conectar emocionalmente con otros, comprendiendo y respondiendo adecuadamente a sus sentimientos y estados emocionales. Este aspecto es vital para el desarrollo de relaciones profundas y significativas.

El elemento social engloba las habilidades prácticas necesarias para interactuar exitosamente en la sociedad, como la comunicación verbal y no verbal, la escucha activa, la asertividad, y la capacidad para negociar y resolver conflictos.

Las habilidades sociales son también el producto de la interacción entre factores personales (la personalidad y las experiencias previas), ambientales (como la familia y el entorno escolar) y culturales (como las normas y valores predominantes en la sociedad en la que se vive). Estos factores influyen en cómo se desarrollan y se manifiestan las habilidades sociales.

Desarrollar habilidades sociales es un proceso de aprendizaje continuo para toda la vida. Las personas deben adaptar constantemente sus habilidades sociales para navegar con éxito por diferentes etapas de la vida y por diversas situaciones sociales. Este aprendizaje implica tanto la asimilación de nuevas conductas como la modificación de las existentes en respuesta a cambios en el entorno social y personal.

En consecuencia, las habilidades sociales son importantes para la integración efectiva y saludable en la sociedad. Requieren un equilibrio entre comprensión cognitiva, sensibilidad afectiva, competencia social y adherencia a principios morales, todos ellos influidos por un complejo entramado de factores personales, ambientales y culturales. Este conjunto de habilidades no solo facilita la interacción social, sino que también permite a los individuos cumplir con sus roles sociales de manera efectiva y ética.

Principales habilidades sociales

A. La Asertividad

El asertividad es una habilidad de comunicación fundamental que permite a las personas expresar sus sentimientos, pensamientos y necesidades de manera honesta, respetuosa y directa. Esta capacidad no solo abarca la forma en que nos comunicamos, sino que también implica un profundo respeto tanto por nuestros propios derechos como por los de los demás. Ser asertivo significa encontrar un equilibrio entre la pasividad y la agresividad, promoviendo así una interacción más equitativa y eficaz en diversas situaciones sociales y profesionales.

La asertividad es crucial porque facilita la expresión clara de ideas y emociones sin causar conflictos ni resentimientos. Al ser asertivos, las personas pueden manejar mejor las situaciones de estrés, tomar decisiones importantes con mayor confianza y mejorar sus relaciones interpersonales. Además, la asertividad es vital para la negociación y la resolución de conflictos, ya que permite a las partes involucradas comunicar sus puntos de vista de manera constructiva y buscar soluciones mutuamente beneficiosas.

En términos prácticos, desarrollar asertividad implica aprender a decir no cuando es necesario, solicitar cambios de manera efectiva, y manejar críticas sin desmoronarse emocionalmente. Este conjunto de habilidades es indispensable en un mundo donde las interacciones diarias requieren cada vez más una comunicación clara y efectiva.

En consecuencia, la asertividad no solo mejora la manera en que interactuamos con el mundo, sino que también fortalece nuestra autoestima y fomenta un ambiente de respeto y comprensión mutua. Explorar este tema ofrece valiosas perspectivas sobre cómo podemos comunicarnos de manera más efectiva y vivir de manera más armoniosa y

productiva.

En la opinión de Alberti y Emmons (1990) la asertividad es: “Una habilidad social que implica afirmarse a sí misma, defendiendo los propios derechos sin agredir o violentar los derechos de los demás. Comportarse asertivamente es comunicar nuestras creencias, sentimientos y opiniones de manera directa, honesta, adecuada, oportuna, considerada y respetuosa. Consiste en comportarse conforme al derecho que cada quien tiene de ser quien es” (p. 13).

La asertividad es vista como un comportamiento equilibrado que se sitúa entre la pasividad y la agresividad. En consecuencia, las personas generalmente adoptan una de estas tres posturas:

a. Actitud Pasiva.

“El comportamiento pasivo se define como la respuesta en la que los derechos, sentimientos, necesidades u opiniones de la persona son ignorados, violados o suprimidos. La persona permite que el interlocutor saque provecho de ella, la controle y subyugue. El que habla no viola los derechos de la otra persona y, en su lugar, permite que sus sentimientos y necesidades estén desatendidos. El tono de una respuesta pasiva es el pasar inadvertido, la timidez, la vergüenza y el retraimiento, reflejando una baja autoestima, un estilo de personalidad poco fuerte, de autodesprecio, y un bajo autoconcepto” (Michelson y otros, 1987, p. 68).

b. Actitud Agresiva.

“El comportamiento agresivo se define como la respuesta en la que el que habla viola, ignora o limita los sentimientos, opiniones, necesidades o derechos del que escucha. La persona agresiva se aprovecha del que escucha, intenta mandar en él o controlarle, e impide la expresión abierta de los sentimientos del otro. El tono de la

respuesta agresiva es mandona, exigente, egocéntrica, insensible y cruel, manifestando indiferencia por los sentimientos de los demás. Es una respuesta arrogante, manipuladora, intimidante, negativa, castigadora y ofensiva" (Michelson y otros, 1987, p. 68).

c. Actitud Asertiva.

"El comportamiento asertivo se define como la respuesta que reconoce las necesidades, sentimientos y derechos, sin violarlos, tanto del que habla como del que escucha, y que intenta lograr una solución positiva y mutuamente satisfactoria que intensifica las relaciones a corto y largo plazo. El que habla se expresa de forma que no degrada a los que escuchan, de forma que no viola o niega sus propios derechos o sentimientos. El tono de una respuesta asertiva es sincero, positivo, no punitivo, justo, considerado, directo, no defensivo, sensible y constructivo" (Michelson y otros, 1987, p. 68).

B. La Empatía

La empatía, un rasgo esencialmente humano, es la habilidad de ponerse en el lugar de otra persona para comprender sus pensamientos y sentimientos. Esta habilidad de sintonizar con las emociones de los demás no solo facilita las interacciones sociales, sino que también fomenta relaciones más profundas y significativas. La empatía se manifiesta en dos formas principales: cognitiva y emocional. La empatía cognitiva implica entender intelectualmente las situaciones y puntos de vista de los demás, mientras que la empatía emocional se refiere a compartir y responder emocionalmente a los sentimientos de otra persona.

El valor de la empatía trasciende las relaciones personales; tiene implicaciones significativas en áreas como la psicología, la educación y el liderazgo empresarial. Fomentar una cultura de empatía puede llevar a sociedades más compasivas y cooperativas, donde se valoran y respetan

las diferencias individuales. En un mundo cada vez más globalizado y conectado, desarrollar y ejercitar la empatía se convierte en un pilar fundamental para superar desafíos comunes y construir un futuro inclusivo y armonioso.

La empatía es una habilidad intrínsecamente humana que nos permite conectar de manera auténtica y profunda con las emociones y sentimientos de los demás. Este proceso va más allá de la mera observación; implica un esfuerzo consciente para sumergirse en el mundo emocional del otro, logrando así una comprensión subjetiva y vivencial de sus experiencias. Al empatizar, no solo percibimos lo que la otra persona siente, sino que, de alguna manera, experimentamos esos mismos sentimientos. Esto abarca un amplio espectro de emociones, desde el entusiasmo y la alegría hasta la tristeza y el desaliento.

Esta capacidad de compartir emociones refuerza los lazos sociales y promueve una mayor armonía en las relaciones interpersonales. Al sentir lo que otros sienten, el individuo empático se vuelve más sensible a las necesidades y deseos de los demás. Esto no se limita solo a compartir las alegrías o las penas, sino que también implica un esfuerzo activo por ofrecer apoyo emocional, comprensión y, cuando es posible, soluciones prácticas a los problemas que enfrentan.

La empatía, por lo tanto, no solo enriquece la experiencia individual, sino que también tiene un valor colectivo. En entornos donde la empatía es común, como en las familias, amistades, lugares de trabajo o comunidades, se observa una mayor cohesión y un ambiente más solidario y menos conflictivo. Además, fomentar esta capacidad puede jugar un papel crucial en ámbitos profesionales como la educación, la salud y la psicología, donde entender y responder adecuadamente a las emociones de los demás puede ser fundamental para el éxito de las intervenciones.

En consecuencia, la empatía es más que una mera habilidad social; es un pilar fundamental para la construcción de relaciones más profundas, comprensivas y duraderas. Al cultivar y practicar la empatía, podemos aspirar a una sociedad más comprensiva y menos dividida.

C. El Liderazgo

El liderazgo es un concepto fundamental que consiste en la habilidad de inspirar, influenciar y guiar a otros hacia el logro de metas comunes. Un líder efectivo no solo dirige a su equipo hacia objetivos específicos, sino que también fomenta un ambiente que promueve el crecimiento personal y profesional de sus integrantes.

El liderazgo se manifiesta de diversas maneras y puede adaptarse según el contexto y las necesidades del grupo o de la organización. Los líderes pueden ser visionarios, capaces de prever futuras tendencias y oportunidades, o pueden ser más orientados a la acción, destacándose en la ejecución de planes y estrategias. Además, el liderazgo efectivo también implica habilidades interpersonales, como la empatía y la habilidad de tomar decisiones difíciles de forma justa y ética.

En la era moderna, el concepto de liderazgo ha evolucionado significativamente. Ya no se valora únicamente la autoridad basada en la jerarquía tradicional, sino que se aprecian cada vez más estilos de liderazgo participativos y colaborativos. Estos enfoques enfatizan la importancia de la comunicación abierta, la inclusión y el empoderamiento de los miembros del equipo, permitiendo que las organizaciones sean más adaptables y dinámicas en un entorno globalizado y en constante cambio. El liderazgo es más que una posición; es una práctica compleja que requiere una comprensión profunda de las dinámicas humanas y organizacionales. Los líderes no solo son responsables de dirigir, sino también de inspirar y habilitar a otros para que alcancen su máximo

potencial, contribuyendo así al éxito colectivo.

Adair (1980) señala que: "La noción de liderazgo podría ser considerada como un proceso sin forma que comparten algunos o todos los miembros de un grupo, en la medida que se adapta a las características de cada grupo y, por consiguiente, a la de sus miembros. Cualquier miembro que, en un momento dado se encontrara desempeñando una función necesaria o efectiva para lograr las metas del grupo, resultaría ser el líder en ese momento" (p. 27).

La noción de liderazgo, tal como plantea Adair (1980), se aparta de los modelos tradicionales jerárquicos y autoritarios, abrazando un enfoque más fluido y dinámico. Este enfoque conceptualiza el liderazgo como un proceso distribuido, no como una posición fija, lo cual permite que diferentes miembros de un grupo asuman roles de liderazgo en diferentes momentos, dependiendo de las necesidades y las circunstancias.

En este modelo, el liderazgo puede variar enormemente de un contexto a otro. En un momento dado, el líder puede ser aquel que posee la experiencia técnica necesaria para resolver un problema específico; en otro, podría ser alguien que tiene la capacidad de motivar y unir al equipo en tiempos de crisis. Esta flexibilidad permite que el liderazgo sea más inclusivo y representativo de las diversas habilidades y talentos dentro de un grupo.

Este concepto también subraya la importancia de la responsabilidad de todos los miembros del grupo. En lugar de depender exclusivamente de una sola figura autoritaria, este enfoque del liderazgo fomenta una cultura de empoderamiento donde cada miembro está preparado y motivado para tomar la iniciativa cuando la situación lo requiera. Esto no solo puede aumentar la eficacia del grupo al aprovechar una gama más amplia de habilidades y perspectivas, sino que también promueve un sentido más

fuerte de propiedad y compromiso entre los miembros del grupo.

Además, este modelo de liderazgo adaptable y compartido puede conducir a una mayor adaptabilidad y resiliencia organizacional. Al permitir que los roles de liderazgo fluyan y cambien según las demandas cambiantes, las organizaciones pueden responder más rápidamente a los desafíos emergentes y aprovechar las oportunidades de manera más efectiva. También puede ayudar a romper los silos dentro de las organizaciones, fomentando una colaboración más estrecha y una comunicación más abierta entre diferentes niveles y departamentos.

En conclusión, entender el liderazgo como un proceso fluido y compartido que se adapta a las necesidades del grupo y sus miembros no solo es una forma de maximizar los recursos y habilidades disponibles, sino también una estrategia para fomentar un ambiente laboral más dinámico, inclusivo y colaborativo.

Consecuencias del déficit de las habilidades sociales

En términos generales, las personas con déficit de habilidades sociales suelen exhibir problemas de comportamiento en su personalidad. Estas dificultades se deben a la falta de habilidades esenciales en su repertorio para manejar situaciones interpersonales específicas. Por lo tanto, las carencias en habilidades sociales se pueden entender como el resultado de un proceso de aprendizaje que es incompleto o deficiente.

Las repercusiones de la falta de habilidades sociales se han clasificado en categorías principales: el retraimiento social y la agresividad social en las interacciones interpersonales.

A. Retraimiento Social

El retraimiento social se refiere a la tendencia de algunos individuos a alejarse de las interacciones y actividades sociales, prefiriendo el aislamiento a la participación en la vida comunitaria. Este comportamiento

puede ser resultado de una variedad de factores psicológicos, emocionales y sociales, incluyendo ansiedad, depresión, baja autoestima, o simplemente una preferencia por la soledad. La comprensión del retraining social es crucial, ya que puede tener implicaciones significativas para el bienestar emocional y mental de una persona.

El estudio del retraining social es importante no solo para identificar las causas y desarrollar estrategias efectivas de intervención, sino también para entender cómo estas conductas afectan la habilidad de un individuo para formar y mantener relaciones saludables y su funcionamiento en diferentes esferas de la vida, como el trabajo y la educación. A lo largo del tiempo, el retraining social prolongado puede llevar a consecuencias más serias, incluyendo la depresión mayor y otros trastornos emocionales y comportamentales.

Al respecto, Rubio (2000) menciona que: "La timidez provoca una serie de efectos no deseables: baja autoestima, fracaso en actuar asertivamente, soledad crónica, problemas sexuales. Además, también hay consecuencias sociales: alcoholismo, abuso de drogas para aminorar la angustia social o el desinterés a lo interpersonal. Puede reducir el talento del líder, limitar la iniciativa individual y la creatividad" (p. 11)

La timidez a menudo conduce a un diálogo interno negativo y a una percepción distorsionada de uno mismo, lo cual puede deteriorar la confianza. Los tímidos pueden percibirse como menos capaces o atractivos, lo que refuerza la baja autoestima y crea un ciclo difícil de romper.

La dificultad para expresar opiniones o necesidades claramente es común en personas tímidas. Esto puede llevar a situaciones en las que sus derechos o deseos no son respetados, afectando su capacidad para negociar o defenderse en situaciones personales y profesionales.

El miedo al rechazo o a la evaluación negativa puede hacer que una persona tímida evite interacciones sociales, resultando en aislamiento y soledad. Esta soledad prolongada puede exacerbar la depresión y la ansiedad.

La timidez puede afectar las relaciones íntimas, ya que la ansiedad y la baja autoestima pueden inhibir la expresión de deseos y necesidades sexuales, llevando a experiencias insatisfactorias o relaciones tensas.

Algunas personas tímidas pueden recurrir al alcohol o a las drogas como una forma de automedicarse para aliviar la ansiedad en situaciones sociales. Este comportamiento puede evolucionar hacia una dependencia, complicando aún más la vida del individuo.

La aversión al juicio o al escrutinio puede hacer que las personas tímidas se desinteresen por las interacciones sociales, lo cual puede afectar su bienestar emocional y su red de apoyo social.

La timidez puede ser un obstáculo en el desarrollo de habilidades de liderazgo, ya que la toma de decisiones audaz y la comunicación efectiva son esenciales en un líder. Las personas tímidas pueden dudar más y tomar menos iniciativas, limitando su eficacia como líderes.

La timidez puede inhibir la voluntad de asumir riesgos y probar nuevas ideas, lo que es crucial para la innovación y la creatividad. Los individuos tímidos podrían evitar expresar ideas únicas por temor al fracaso o al juicio, limitando su potencial creativo.

En esta misma dirección, para Michelson y Otros (1987): “El retramiento social puede tener efectos colaterales en muchos casos, el comportamiento social pasivo se ha correlacionado con una diversidad de procesos mal adaptativos. Hitos relativos al desarrollo, interpersonales e intelectuales pueden ser frustrados y demorados, dando lugar a unos trastornos más globales” (p. 21).

B. Agresividad Social

La agresividad social es un fenómeno complejo que se manifiesta en múltiples contextos, desde interacciones personales hasta escenarios grupales o comunitarios. Este tipo de agresividad se caracteriza por comportamientos hostiles o destructivos dirigidos hacia otros, a menudo con el objetivo de dominar, controlar o dañar a aquellos que se perciben como adversarios o simplemente como sujetos pasivos de la agresión.

Esta forma de comportamiento puede incluir tanto agresión física como verbal, y es influenciada por una amalgama de factores psicológicos, sociales y ambientales. Por ejemplo, el estrés, la frustración y la exposición a ambientes violentos pueden incrementar la probabilidad de conductas agresivas. Asimismo, la cultura, las normas sociales y las dinámicas de poder desempeñan roles críticos en la forma en que se expresa y se percibe la agresividad social.

Entender la agresividad social no solo es crucial para abordar los conflictos interpersonales, sino también para desarrollar políticas y programas que promuevan ambientes más seguros y cooperativos. En este contexto, explorar las raíces y las manifestaciones de la agresividad social puede ayudar a diseñar intervenciones más efectivas que fomenten la resiliencia y el respeto mutuo en la sociedad.

La agresividad que implica el empleo de fuerza física, emocional o psicológica, viene a ser la infracción de los derechos y emociones de otras personas. Generalmente, quienes muestran agresividad optan por métodos que, aunque puedan ser efectivos, son pocas veces adecuados. Este tipo de conducta, que implica desaprobar a otros, puede causar humillación, disminuir la autoestima y provocar que la persona afectada adopte una postura defensiva.

El comportamiento agresivo no se limita solo a la violencia física. Incluye

también la agresión psicológica, como intimidar, amenazar o manipular a otros, y la agresión emocional, como insultar, humillar o despreciar. Estas formas de agresión pueden ser igualmente destructivas y causar daño a largo plazo en las víctimas.

La agresión, en cualquiera de sus formas, implica una intrusión en la integridad física y emocional de otra persona. Este comportamiento ignora y transgrede los derechos básicos del individuo, como el derecho a la seguridad y al respeto, afectando negativamente su bienestar y dignidad.

Las personas agresivas a menudo emplean estrategias que pueden lograr sus objetivos a corto plazo, como ganar un argumento o imponer su voluntad, pero estas tácticas son inapropiadas y éticamente cuestionables. Aunque efectivas en el momento, estas acciones pueden destruir relaciones y crear ambientes tóxicos, tanto en el hogar como en el lugar de trabajo.

La agresión frecuentemente se manifiesta como una crítica o desaprobación hacia los demás, la cual puede ser expresada de manera despectiva o humillante.

Las víctimas de la agresión a menudo experimentan una disminución en su autoestima debido a sentirse constantemente atacadas o menospreciadas. Además, pueden desarrollar una actitud defensiva que puede afectar su capacidad para interactuar de manera abierta y confiada con otros.

El comportamiento agresivo no solo tiene efectos inmediatos, sino que también puede tener consecuencias duraderas. Puede llevar a ciclos de violencia y agresión, afectar la salud mental y deteriorar el tejido social de comunidades enteras si no se aborda adecuadamente.

Sobre este aspecto, Alberti y Emmons (1990) afirman que: "Generalmente, el comportamiento agresivo da como resultado una degradación del

receptor. Le han sido negados sus derechos, se siente herido, a la defensiva y humillado. Naturalmente, no ha alcanzado sus objetivos en la interacción. Si bien la persona agresiva puede lograr su objetivo, también puede generar odio y frustración, que más tarde repercutirán en él a modo de venganza" (p. 11).

2.2.2. La gestión de las emociones

Las emociones

Las emociones son fenómenos complejos y fundamentales que juegan un papel crucial en la experiencia humana. Abarcan una gama amplia de sentimientos que van desde la alegría y el amor hasta la tristeza y el miedo, afectando no solo cómo percibimos el mundo, sino también cómo interactuamos con él. Estos estados afectivos son respuestas a estímulos internos o externos y tienen componentes biológicos, psicológicos y sociales que inciden en nuestro comportamiento y decisiones.

El estudio de las emociones abarca diversas disciplinas, cada una aportando perspectivas únicas sobre cómo se originan las emociones, cómo funcionan y cómo afectan nuestro bienestar y relaciones. Comprender las emociones es esencial para entender mejor la condición humana, desde cómo formamos relaciones y tomamos decisiones, hasta cómo enfrentamos los desafíos y gestionamos el estrés. Esta exploración no solo nos ayuda a entender mejor a los demás, sino también a nosotros mismos, proporcionando claves valiosas para mejorar nuestra salud emocional y calidad de vida.

Davidoff (1999) señala que: "Las emociones son fenómenos psicofisiológicos que representan modos eficaces de adaptación a ciertos cambios de las demandas ambientales" (p.35).

En la opinión de Vallés y Vallés (2003): "Las emociones son procesos neuroquímicos y cognitivos relacionados con la arquitectura de la mente - toma de decisiones, memoria, atención, percepción, imaginación - que han sido

perfeccionadas por el proceso de selección natural como respuesta a las necesidades de supervivencia y reproducción" (p. 19).

Las emociones son el resultado de complejas interacciones entre procesos neuroquímicos y cognitivos. Neurotransmisores y hormonas como la serotonina, la dopamina y la adrenalina juegan roles cruciales en la regulación del estado de ánimo y las respuestas emocionales. Estos procesos químicos están íntimamente ligados a sistemas cognitivos que permiten a los individuos evaluar y reaccionar a su entorno.

Las emociones están intrínsecamente relacionadas con varios aspectos fundamentales de la función cognitiva. Intervienen en la memoria, destacando recuerdos emocionalmente significativos; influyen en la atención, dirigiéndola hacia estímulos relevantes; alteran la percepción, coloreando cómo interpretamos eventos y situaciones; y enriquecen la imaginación, guiando la creatividad y la planificación futura.

Desde una perspectiva evolutiva, las emociones han sido moldeadas por la selección natural para servir funciones esenciales de supervivencia y reproducción. El miedo, por ejemplo, desencadena respuestas de huida o lucha en situaciones de peligro, protegiendo al individuo de daños. Por otro lado, emociones como el amor y el apego fomentan vínculos sociales y familiares que apoyan la cooperación y el cuidado de la progenie.

Las emociones no solo motivan comportamientos que protegen la integridad física de los individuos, sino que también facilitan interacciones sociales que son vitales para la reproducción y el bienestar del grupo. Emociones como la gratitud y la compasión refuerzan las redes de apoyo social, mientras que la envidia y los celos pueden impulsar a los individuos a mejorar su estatus y acceso a recursos.

Las emociones también juegan un papel crucial en la adaptación al entorno. Permiten a los individuos adaptar sus comportamientos de forma

apropiada. Además, el entendimiento y manejo adecuado de las emociones es fundamental para el bienestar psicológico, afectando todo, desde el rendimiento laboral hasta la calidad de las relaciones personales.

Definición de inteligencia emocional

La inteligencia emocional es un concepto que ha capturado la atención tanto de psicólogos como de profesionales en diversos campos debido a su impacto significativo en el éxito personal y profesional. Se refiere a la habilidad de reconocer, comprender y manejar nuestras propias emociones, así como las emociones de las otras personas. Esta habilidad no solo es crucial para la regulación del comportamiento y la toma de decisiones, sino que también es fundamental en la manera en que interactuamos y mantenemos relaciones con otros.

Desde su popularización en los años 90 por el psicólogo Daniel Goleman, la inteligencia emocional ha sido identificada como un factor clave en el liderazgo efectivo, la resiliencia personal, y una comunicación interpersonal exitosa. A diferencia del cociente intelectual (IQ), que mide las capacidades cognitivas, la inteligencia emocional evalúa aspectos como la empatía, la motivación, la autoconciencia, la autorregulación y las habilidades sociales, todos componentes esenciales para una vida equilibrada y satisfactoria.

Entender y desarrollar la inteligencia emocional puede llevar a mejoras significativas en diversos aspectos de la vida, desde el entorno laboral hasta las relaciones personales, ofreciendo a las personas herramientas para manejar mejor el estrés, resolver conflictos y fomentar ambientes de trabajo colaborativos y solidarios.

Salovey y Mayer (1990) afirman que: "La inteligencia emocional es un subconjunto de la inteligencia social que comprende la capacidad de controlar los sentimientos y emociones propias, así como la de los demás, discriminar

entre ellos y utilizar esta información para guiar nuestro pensamiento y nuestras acciones” (p. 196).

La inteligencia emocional implica, en primer lugar, una profunda autoconciencia. Esta capacidad permite a una persona identificar y entender sus propias emociones en tiempo real. Además, la autorregulación habilita a la persona a gestionar y controlar sus respuestas emocionales de manera adecuada, evitando reacciones impulsivas o perjudiciales que podrían complicar situaciones personales o profesionales. La empatía es otro componente esencial de la inteligencia emocional. No solo implica sentir lo que otros sienten, sino también comprender las emociones desde la perspectiva de otra persona. Esta habilidad es importante para las relaciones interpersonales efectivas y para la construcción de equipos o comunidades armoniosas. Permite a los individuos responder de manera considerada a las necesidades y sentimientos de los demás, fortaleciendo lazos y fomentando un ambiente de respeto y cooperación.

Reconocer y distinguir entre emociones sutiles es vital para la aplicación efectiva de la inteligencia emocional. Esta habilidad no solo ayuda a entender mejor las situaciones, sino que también facilita una comunicación más precisa y adecuada. Al ser capaces de identificar correctamente lo que realmente estamos sintiendo o lo que siente otra persona, podemos abordar las causas subyacentes de estos sentimientos en lugar de solo reaccionar a los síntomas emocionales.

La inteligencia emocional nos permite utilizar conscientemente la información emocional para tomar decisiones más informadas y efectivas. Por ejemplo, al entender nuestras propias respuestas emocionales durante una negociación, podemos elegir estrategias que maximicen los resultados positivos en lugar de ceder a impulsos que podrían sabotear nuestros objetivos. Del mismo modo, al interpretar correctamente las emociones de otros, podemos

adaptar nuestro comportamiento y nuestras respuestas para lograr una mejor colaboración y entendimiento mutuo.

Por su parte, Goleman (1998) menciona que: "La inteligencia emocional es la capacidad de reconocer nuestros propios sentimientos y los ajenos, de motivarnos y de manejar bien las emociones, en nosotros mismos y en nuestras relaciones" (p. 25)

Para Bar-On (1997): "La inteligencia emocional es un conjunto de habilidades personales, emocionales, sociales y de destrezas que influyen en nuestra habilidad para adaptarse y enfrentar a las demandas y presiones del medio. Como tal, nuestra inteligencia no cognitiva es un factor importante en la determinación de la habilidad para tener éxito en la vida, influyendo directamente en el bienestar general y en la salud emocional" (p. 37).

La inteligencia emocional permite manejar el estrés, motivarse a uno mismo, y mantener una actitud positiva frente a los desafíos. Estas habilidades permiten a las personas gestionar sus reacciones emocionales y comportamientos de manera efectiva, lo que es esencial para una vida equilibrada y satisfactoria.

Además de las competencias emocionales personales, la inteligencia emocional también abarca habilidades sociales fundamentales. Esto implica saber escuchar, comunicarse de manera clara y empática, resolver conflictos, y cooperar con otros. Estas habilidades facilitan interacciones más fluidas y efectivas tanto en entornos personales como profesionales, lo que puede llevar a relaciones más fuertes y duraderas.

La inteligencia emocional se destaca por la habilidad para adaptarse y manejar con flexibilidad las exigencias y tensiones del entorno. Individuos con un alto nivel de esta inteligencia pueden analizar objetivamente escenarios complejos o estresantes, aplicando estrategias emocionales y cognitivas para gestionarlos adecuadamente. Esta capacidad no solo potencia la resolución de

problemas, sino que también contribuye a preservar la serenidad y claridad mental en momentos cruciales.

La inteligencia emocional juega un papel crucial en el éxito global de una persona, abarcando mucho más que solo éxitos académicos o laborales. Incluye la realización personal, el mantenimiento de relaciones saludables y la capacidad para recuperarse emocionalmente. Manejar eficazmente las emociones y las interacciones personales tiene un impacto directo en el bienestar emocional y la salud general, facilitando una vida más completa y con menos estrés.

Por último, la inteligencia emocional es fundamental en la salud emocional. Puede ayudar a prevenir problemas psicológicos como la depresión y la ansiedad, y fomenta una actitud más positiva hacia la vida. Además, la habilidad de manejar adecuadamente el estrés y las emociones puede tener efectos positivos en la salud física, ya que el estrés crónico está vinculado a una variedad de problemas de salud.

Definición de gestión de las emociones

La autorregulación emocional implica gestionar o gerenciar las propias emociones y la de los demás. La autorregulación emocional viene a ser principalmente la habilidad de monitorear, evaluar y modificar nuestras emociones en respuesta a situaciones específicas o en la vida diaria. Esta capacidad implica reconocer las emociones a medida que surgen, entender sus causas y efectos, y decidir la mejor manera de expresarlas o controlarlas. Al hacerlo, una persona puede evitar reacciones impulsivas y tomar decisiones más consideradas y racionales.

Gestionar sus propias emociones, implica influir y ayudar a manejar las emociones de otras personas. Esto puede ser especialmente relevante en roles de liderazgo, educación o en cualquier situación que requiera mediación y resolución de conflictos. Por ejemplo, un líder efectivo utiliza su capacidad para

calmar a un equipo estresado o para motivar a sus colaboradores, impactando directamente en el clima emocional del grupo y su rendimiento.

La capacidad de manejar las emociones propias y las de los demás ofrece ventajas notables tanto en la vida personal como profesional. A nivel personal, contribuye a sostener relaciones saludables, controlar el estrés y abordar desafíos de manera eficaz. En el ámbito laboral, promueve un ambiente de trabajo más cooperativo y eficiente, mejora el proceso de toma de decisiones y aumenta la habilidad para gestionar situaciones de alta presión.

La gestión de las emociones no solo mejora la interacción social y la efectividad en el trabajo, sino que también tiene un impacto positivo en la salud física y mental. El manejo adecuado de las emociones puede reducir el riesgo de ansiedad, depresión y otros trastornos emocionales. Además, al reducir el estrés crónico, esta habilidad puede disminuir el riesgo de enfermedades relacionadas con el estrés, como problemas cardiovasculares y trastornos del sueño.

Gestionar las emociones es un proceso continuo que puede beneficiarse de técnicas como la meditación, la terapia cognitivo- conductual, y el entrenamiento en habilidades sociales. La práctica regular de estas técnicas puede mejorar significativamente la habilidad para gestionar sus emociones y las de los demás de manera efectiva.

Sobre este constructo, Gallardo (2007) manifiesta que: "La gestión de las emociones es la autorregulación emocional. Es la habilidad que consiste en evaluar, controlar y manejar las propias emociones y las de los otros, con la finalidad de realizar una toma de decisiones pertinentes al momento de actuar. Permite expresar las emociones y sentimientos de una forma apropiada, con empatía y asertividad" (p. 24).

La gestión de las emociones comienza con la capacidad de evaluar y comprender tanto las propias emociones como las emociones de los demás.

Esto implica una observación consciente y un análisis de qué emociones se están experimentando y cuáles son sus disparadores. Este paso es crucial porque proporciona la base sobre la cual se pueden tomar decisiones informadas sobre cómo manejar esas emociones.

Una vez que las emociones son evaluadas, la gestión emocional implica controlarlas de manera que no dicten nuestras acciones de forma negativa. Esto puede incluir técnicas como la respiración profunda, la reevaluación cognitiva, o el uso de la meditación para calmar respuestas emocionales intensas. El manejo de las emociones también implica influir en cómo otros experimentan y expresan sus emociones, lo que puede ser fundamental en entornos como la educación, la terapia o el liderazgo.

La habilidad para gestionar emociones de manera efectiva es directamente proporcional a la calidad de las decisiones tomadas. En momentos de alta carga emocional, una buena gestión emocional permite a las personas evaluar las opciones más lógicamente, sin dejarse llevar por impulsos momentáneos que podrían ser perjudiciales a largo plazo. Esto es especialmente importante en situaciones críticas donde las decisiones pueden tener consecuencias significativas.

La gestión de las emociones no implica suprimir las emociones, sino expresarlas de manera adecuada y en el momento oportuno. Esto significa comunicar cómo nos sentimos de manera que sea socialmente aceptable y constructiva, asegurando que nuestras expresiones emocionales no dañen a otros ni a nosotros mismos.

La empatía y la asertividad son dos componentes críticos en la gestión de las emociones. La empatía permite entender y resonar con las emociones de otros, lo cual es esencial para manejar las emociones ajenas de manera efectiva. Por otro lado, la asertividad permite expresar nuestras propias emociones de

forma clara y directa, sin agresividad ni pasividad, asegurando que nuestras necesidades y sentimientos sean entendidos y respetados.

Para Mayer y Salovey (1997): “La gestión de las emociones son habilidades para percibir, asimilar, comprender y regular las propias emociones y la de los demás, promoviendo un crecimiento emocional e intelectual” (p. 10).

2.2.3. La motivación académica

Sobre la motivación

La motivación es una fuerza fundamental que impulsa a los individuos a alcanzar metas, superar obstáculos y participar activamente en acciones que encuentran significativas. Este concepto es central tanto en la psicología como en diversas disciplinas que estudian el comportamiento humano.

La motivación puede ser intrínseca, donde las acciones son impulsadas por un interés o disfrute inherente en la tarea misma, o extrínseca, donde las acciones son impulsadas por factores externos, como recompensas o el reconocimiento. Los estudios en este campo abordan cómo y por qué las personas se deciden a actuar, investigando los procesos que integran y dirigen el comportamiento humano.

Entender la motivación no solo ayuda a explicar las diferencias individuales en el desempeño y la dedicación, sino que también es esencial para diseñar entornos educativos, laborales y sociales que promuevan comportamientos positivos y productivos. Además, la motivación está estrechamente ligada a conceptos como el establecimiento de metas, la perseverancia y la satisfacción personal, todos elementos importantes para el éxito personal y profesional.

La motivación puede ser entendida como la fuerza interna que no solo impulsa a los individuos a actuar, sino que también orienta sus comportamientos hacia la consecución de objetivos específicos. Esencialmente, es el mecanismo que desencadena, sostiene y dirige las actividades hacia

fines determinados. Esta dinámica es fundamental en el proceso de alcanzar metas, ya que no solo pone en marcha la acción inicial, sino que también mantiene el esfuerzo constante necesario para superar obstáculos y persistir ante los desafíos hasta alcanzar el resultado deseado.

La motivación es multifacética e incluye varios componentes psicológicos y emocionales. Estos componentes pueden incluir el deseo personal de éxito, el miedo al fracaso, la necesidad de reconocimiento por parte de otros, o un profundo interés personal en una actividad específica. Estos factores motivacionales pueden ser influenciados por estímulos internos, como valores y creencias, o por factores externos, como incentivos o presiones del entorno.

De acuerdo a Garrido (1995): “La motivación es un proceso psicológico que determina la acción de una forma inmediata y reversible, y que contribuye, junto a otros procesos psicológicos y otros factores, a la regulación del patrón de actividad y a su mantenimiento, hasta la consecución de la meta” (p. 455).

La motivación es fundamentalmente un proceso mental que influye directamente en la toma de decisiones. Este proceso engloba tanto motivaciones intrínsecas, que surgen de un interés o placer inherente en la actividad misma, como extrínsecas, que están influenciadas por factores externos como recompensas o el reconocimiento social. Al entender lo que impulsa nuestras acciones, podemos mejor gestionar nuestras energías y enfoques hacia metas que consideramos valiosas.

La característica de ser inmediata implica que la motivación puede activarse rápidamente en respuesta a estímulos o pensamientos, facilitando una respuesta pronta cuando es necesario alcanzar una meta o enfrentar una situación. Además, es reversible, ya que los niveles de motivación pueden fluctuar dependiendo de factores internos como el estado de ánimo o la salud

física, así como de factores externos, incluyendo cambios en el ambiente o en la percepción del valor de la meta.

La motivación no solo inicia la acción, sino que también regula la intensidad y la persistencia del comportamiento a lo largo del tiempo. Por ejemplo, un estudiante puede aumentar su dedicación al estudio a medida que se acerca la fecha de un examen importante, ajustando su patrón de actividad en función de la proximidad de la meta.

Uno de los aspectos más significativos de la motivación es su capacidad para mantener una actividad dirigida hasta que se alcanza el objetivo deseado. Este mantenimiento involucra la autogestión y la autorregulación, habilidades que permiten a una persona persistir en sus esfuerzos a pesar de posibles desafíos o distracciones. Esto es especialmente crítico en tareas que requieren un largo período de compromiso y esfuerzo sostenido.

La motivación no funciona en aislamiento, sino que interactúa con otros procesos psicológicos como la atención, la percepción y la memoria. Además, se ve afectada por factores emocionales, cognitivos y sociales que pueden alterar su intensidad y dirección. Por ejemplo, el apoyo social puede incrementar la motivación al proporcionar aliento o al ofrecer recursos adicionales, mientras que un fracaso percibido puede disminuir temporalmente la motivación hasta que se realice una reevaluación de la situación.

Definición de motivación académica

La motivación académica es un elemento esencial en el proceso educativo, actuando como un motor que impulsa al estudiante a participar activamente en su aprendizaje para alcanzar sus metas educativas. Este tipo de motivación no solo afecta el desempeño académico, sino que también influye en la manera en que los estudiantes se enfrentan a los retos y superan obstáculos en su entorno educativo.

Desde la perspectiva de la psicología educativa, la motivación académica puede ser entendida mediante teorías que examinan los factores intrínsecos y extrínsecos que motivan a los estudiantes. Los factores intrínsecos incluyen el deseo de adquirir nuevos conocimientos, mientras que los extrínsecos pueden abarcar desde la obtención de buenas calificaciones hasta el reconocimiento por parte de profesores y compañeros.

La importancia de cultivar una motivación académica es crucial, no solo para el éxito escolar, sino también para el desarrollo personal del estudiante. Al fomentar un entorno que valora la curiosidad, el esfuerzo y la perseverancia, educadores y padres pueden ayudar a los alumnos a desarrollar una mejor relación con el aprendizaje, lo cual es fundamental para su crecimiento académico y personal. Además, entender y apoyar la motivación académica de los estudiantes es crucial para diseñar estrategias pedagógicas efectivas que aumenten el compromiso y la retención del conocimiento.

Según González (2005): “La motivación académica es un proceso general por el cual se inicia y dirige una conducta hacia el logro de una meta. Este proceso involucra variables tanto cognitivas como afectivas. Cognitivas, en cuanto a habilidades de pensamiento y conductas instrumentales para alcanzar las metas propuestas. Afectivas, en tanto comprende elementos como la autovaloración, autoconcepto, etc. Ambas variables que actúan en constante interacción con variables contextuales o sociales con el fin de complementarse y hacer eficiente la motivación, tan esencial dentro del ámbito académico” (p. 54).

Consecuentemente, el mismo González (2005) plantea que: “La motivación académica es el conjunto de procesos implicados en el mantenimiento de una actitud positiva hacia el aprendizaje por parte del estudiante; es decir, es aquello que permite tener una predilección hacia el

aprendizaje y mantenerla en el tiempo, con el objetivo de alcanzar una determinada meta" (p. 81).

La motivación académica no es un fenómeno estático, sino una dinámica compuesta por diversos procesos cognitivos, emocionales y sociales. Estos procesos incluyen el establecimiento de objetivos, la evaluación de las expectativas personales de éxito, y la regulación de las emociones que surgen en el contexto educativo. Cada uno de estos componentes juega un papel crucial en cómo un estudiante percibe y se involucra con sus tareas académicas.

Desarrollar una preferencia sostenida por aprender es esencial para la motivación académica. Esto significa fomentar no solo el interés inicial en un tema o actividad, sino también encontrar formas de mantener ese interés a lo largo del tiempo, a pesar de los desafíos o dificultades que puedan surgir. Esto puede lograrse a través de la enseñanza adaptativa que conecta los contenidos con los intereses personales del estudiante, así como mediante la celebración de pequeños logros que refuerzen su sentido de progreso y competencia.

La motivación académica está intrínsecamente ligada a objetivos específicos, ya sean a corto o largo plazo. Estos objetivos pueden variar desde pasar un examen o completar un proyecto, hasta lograr una beca o graduarse con honores. La claridad y la relevancia de estos objetivos son determinantes para motivar a los estudiantes, ya que proporcionan una dirección clara y un sentido de propósito en su esfuerzo académico.

Varios factores pueden afectar la motivación académica, incluyendo el ambiente de aprendizaje, la relación con los maestros y compañeros, y las estrategias de enseñanza utilizadas. Un entorno de apoyo que reconoce y adapta a las necesidades individuales de los estudiantes puede mejorar significativamente su motivación. Además, las técnicas pedagógicas que

promueven la autonomía y ofrecen desafíos apropiados pueden estimular la motivación intrínseca.

Cuando los estudiantes están adecuadamente motivados, tienden a mostrar un mayor compromiso con su aprendizaje, lo que lleva a mejores resultados académicos. No solo eso, la motivación académica adecuada puede influir positivamente en su bienestar emocional, fomentando una actitud más positiva hacia la educación en general.

Clasificación de la motivación académica

En la literatura sobre psicopedagogía, se han identificado dos categorías principales de motivación: la motivación académica intrínseca y la motivación académica extrínseca.

A. La motivación académica intrínseca

La motivación académica intrínseca es un componente esencial del aprendizaje que impulsa al estudiante a involucrarse en actividades educativas por el simple placer y satisfacción que encuentran en el propio acto de aprender. A diferencia de la motivación extrínseca, que depende de recompensas externas como calificaciones o reconocimientos, la motivación intrínseca se basa en el interés y la curiosidad natural del estudiante hacia el contenido o la actividad.

Características de la motivación académica intrínseca

Los estudiantes motivados intrínsecamente se sienten autónomos y en control de su propio aprendizaje. Eligen tareas y desafíos que les interesan personalmente, lo que fomenta una mayor dedicación y compromiso con el proceso educativo.

La motivación intrínseca a menudo surge de la curiosidad natural del estudiante por un tema específico. Esta búsqueda de conocimiento por el placer de saber más es un poderoso motor de aprendizaje continuo.

Los estudiantes con alta motivación intrínseca disfrutan enfrentándose a desafíos que son adecuados a su nivel de habilidad. Este balance entre habilidad y desafío puede llevar a experiencias de flujo, donde el estudiante se sumerge completamente en la actividad, perdiendo la noción del tiempo y del entorno externo.

Los estudiantes intrínsecamente motivados valoran el proceso de aprendizaje tanto como, o más que, el resultado final. El aprendizaje es visto como una oportunidad para crecer y expandir sus habilidades y conocimientos.

Los estudiantes motivados intrínsecamente tienden a procesar información más profundamente, lo que lleva a una mejor comprensión y retención a largo plazo.

Al estar libre de las restricciones de las recompensas externas, los estudiantes pueden explorar ideas y enfoques más creativos en su aprendizaje, lo que puede conducir a descubrimientos e innovaciones.

La motivación intrínseca ayuda a los estudiantes a ser más resistentes frente a los desafíos y fracasos. Al estar motivados por el interés personal y la satisfacción en el aprendizaje, pueden perseverar a través de dificultades sin perder el entusiasmo.

En conclusión, la motivación académica intrínseca no solo enriquece la experiencia educativa del estudiante, sino que también fortalece su desarrollo personal y profesional a largo plazo, preparándolos para enfrentar los desafíos de un mundo en constante cambio con una actitud proactiva y autodirigida hacia el aprendizaje.

B. La motivación académica extrínseca

La motivación académica extrínseca juega un papel crucial en los sistemas educativos, funcionando como un estímulo externo que impulsa a los estudiantes a lograr sus objetivos educativos. A diferencia de la motivación

intrínseca, donde el interés y la satisfacción derivan del aprendizaje en sí, la motivación extrínseca se basa en factores externos que pueden incluir recompensas tangibles, como calificaciones, premios, reconocimientos, o el deseo de evitar consecuencias negativas, como la crítica o el fracaso académico.

Características de la motivación académica extrínseca

La motivación extrínseca es fundamentalmente orientada hacia el logro de resultados específicos o recompensas externas. Los estudiantes están motivados para completar tareas y participar en actividades académicas no necesariamente por un interés en el contenido, sino por los beneficios que esperan obtener.

Esta forma de motivación es altamente dependiente de las estructuras y expectativas establecidas por otros, como padres, profesores y la institución educativa. Las recompensas y sanciones son administradas externamente y son importantes en la regulación del comportamiento del estudiante.

La motivación extrínseca puede ser poderosa a corto plazo, pero su efectividad puede variar según cómo se perciben y valoran las recompensas externas. Además, puede disminuir una vez que las recompensas externas se retiran o si los estudiantes perciben que las recompensas no valen el esfuerzo requerido.

Limitaciones y desafíos de la motivación académica extrínseca

La investigación ha demostrado que una dependencia excesiva en recompensas externas puede socavar la motivación intrínseca, haciendo que los estudiantes se centren más en las recompensas que en el verdadero valor del aprendizaje.

Los estudiantes pueden volverse dependientes de recompensas externas y pueden dejar de participar en actividades académicas si estas recompensas se eliminan o ya no son atractivas.

Lo que motiva a un estudiante puede no motivar a otro, haciendo que las recompensas y castigos necesiten ser personalizados.

Para que la motivación extrínseca sea efectiva y sostenible, debe ser gestionada cuidadosamente. Los educadores pueden diseñar sistemas de recompensas que sean justos y transparentes, y que complementen el fomento de la motivación intrínseca. Las recompensas deben ser proporcionales al esfuerzo y significativas para los estudiantes. Además, es importante que los educadores ayuden a los estudiantes a ver cómo las actividades que inicialmente requieren motivación extrínseca pueden ser intrínsecamente valiosas, facilitando así una transición gradual hacia formas más autónomas de motivación.

En conclusión, aunque la motivación académica extrínseca tiene sus limitaciones, cuando se usa adecuadamente y en equilibrio con incentivos intrínsecos, puede ser una herramienta eficaz para mejorar el rendimiento académico.

En la opinión de Gottfried (1990): “Se tiende a pensar que los estudiantes aprenden más y mejor cuando su motivación es intrínseca y por el contrario aprenden peor cuando su motivación es extrínseca. Este razonamiento es incorrecto. Todos los estudiantes pueden aprender con cualquiera de estas dos motivaciones, sin embargo, algunas investigaciones han demostrado que las personas que aprenden a través de una motivación intrínseca tienen aumentada la motivación de logro y la percepción de autocompetencia y además presentan menos ansiedad” (p. 43).

2.3. Definición de términos básicos

➤ Habilidades sociales

“Las habilidades sociales son un conjunto de comportamientos interpersonales complejos, un proceso de interacción de variables personales, ambientales y culturales, que constituyen un aprendizaje

continuo de patrones cognitivos, afectivas, sociales y morales, que permiten asimilar los papeles y normas sociales" (Rubio, 2000, p. 23).

➤ **Gestión de las emociones**

"La gestión de las emociones es la autorregulación emocional. Es la habilidad que consiste en evaluar, controlar y manejar las propias emociones y las de los otros, con la finalidad de realizar una toma de decisiones pertinentes al momento de actuar. Permite expresar las emociones y sentimientos de una forma apropiada, con empatía y asertividad" (Gallardo, 2007, p. 24).

➤ **Motivación académica**

"La motivación académica es el conjunto de procesos implicados en el mantenimiento de una actitud positiva hacia el aprendizaje por parte del estudiante; es decir, es aquello que permite tener una predilección hacia el aprendizaje y mantenerla en el tiempo, con el objetivo de alcanzar una determinada meta" (González, 2005, p. 81).

2.4. Formulación de hipótesis

2.4.1. Hipótesis general

H_i = Existe una relación estadísticamente significativa entre habilidades sociales, gestión de las emociones y motivación académica en estudiantes de la Facultad de Ciencias de la Educación de la Universidad Nacional Daniel Alcides Carrión.

H_o=No existe una relación estadísticamente significativa entre habilidades sociales, gestión de las emociones y motivación académica en estudiantes de la Facultad de Ciencias de la Educación de la Universidad Nacional Daniel Alcides Carrión.

2.4.2. Hipótesis específicas

H₁ = Existe una relación estadísticamente significativa entre habilidades sociales y gestión de las emociones en estudiantes de la

Facultad de Ciencias de la Educación de la Universidad Nacional Daniel Alcides Carrión.

H₀ = No existe una relación estadísticamente significativa entre habilidades sociales y gestión de las emociones en estudiantes de la Facultad de Ciencias de la Educación de la Universidad Nacional Daniel Alcides Carrión.

H₂ = Existe una relación estadísticamente significativa entre habilidades sociales y motivación académica en estudiantes de la Facultad de Ciencias de la Educación de la Universidad Nacional Daniel Alcides Carrión.

H₀ = No existe una relación estadísticamente significativa entre habilidades sociales y motivación académica en estudiantes de la Facultad de Ciencias de la Educación de la Universidad Nacional Daniel Alcides Carrión.

H₃ = Existe una relación estadísticamente significativa entre gestión de las emociones y motivación académica en estudiantes de la Facultad de Ciencias de la Educación de la Universidad Nacional Daniel Alcides Carrión.

H₀ = No existe una relación estadísticamente significativa entre gestión de las emociones y motivación académica en estudiantes de la Facultad de Ciencias de la Educación de la Universidad Nacional Daniel Alcides Carrión.

2.5. Identificación de variables

Variables estudiadas:

- Habilidades sociales
- Gestión de las emociones
- Motivación académica

2.6. Definición operacional de variables e indicadores

| Variable | Concepto | Dimensiones | Indicadores |
|-----------------------------|---|--|--|
| Habilidades Sociales | <p>“Las habilidades sociales son un conjunto de comportamientos interpersonales complejos, un proceso de interacción de variables personales, ambientales y culturales, que constituyen un aprendizaje continuo de patrones cognitivos, afectivas, sociales y morales, que permiten asimilar los papeles y normas sociales” (Rubio, 2000, p. 23).</p> | Habilidades sociales básicas | Escuchar, Iniciar una conversación, Mantener una conversación, Formular una pregunta, Dar las gracias, Presentarse, Presentar a otras personas, Hacer un cumplido. |
| | | Habilidades sociales avanzadas | Pedir ayuda, Participar, Dar instrucciones, Seguir instrucciones, Disculparse, Convencer a los demás. |
| | | Habilidades sociales relacionadas con los sentimientos | Conocer los propios sentimientos, Expresar los propios sentimientos, Comprender los sentimientos de los demás, Enfrentarse con el enfado del otro, Expresar afecto, Resolver el miedo, Auto recompensarse. |
| | | Habilidades sociales alternativas a la agresión | Pedir permiso, Compartir algo, Ayudar a los demás, Negociar, Emplear autocontrol, Defender sus derechos, Responder a las bromas, Evitar problemas con los demás, No entrar en peleas. |
| | | Habilidades sociales para hacer frente al estrés | Formular una queja, Responder a una queja, Demostrar deportividad después de un juego, Resolver la vergüenza, Arreglársela cuando lo dejan de lado, Defender a un amigo, Responder a una persuasión, Responder al fracaso, Enfrentarse a los mensajes contradictorios, Responder una acusación, Prepararse para una conversación difícil, Hacer frente a las presiones de grupo. |
| | | Habilidades sociales de planificación | Tomar iniciativa, Determinar la causa de un problema, Establecer un objetivo, Determinar las propias habilidades, Recoger información, Resolver los problemas según su importancia, Tomar una decisión, Concentrarse en una tarea. |
| Variable | Concepto | Dimensiones | Indicadores |
| | “La gestión de las emociones es la autorregulación emocional. Es la habilidad que consiste en evaluar, controlar y | Intrapersonal | Comprensión emocional de sí mismo, Asertividad, Autoconcepto, Autorrealización, Independencia, |

| | | | |
|---------------------------------|---|------------------|--|
| Gestión de las emociones | manejar las propias emociones y las de los otros, con la finalidad de realizar una toma de decisiones pertinentes al momento de actuar. Permite expresar las emociones y sentimientos de una forma apropiada, con empatía y asertividad" (Gallardo, 2007, p. 24). | Interpersonal | Empatía, Relaciones interpersonales, Responsabilidad social, |
| | | Adaptabilidad | Solución de problemas, Prueba de la realidad, Flexibilidad |
| | | Manejo de Estrés | Tolerancia al estrés, Control de los impulsos |
| | | Estado de Ánimo | Felicidad, Optimismo. |

| Variable | Concepto | Dimensiones | Indicadores |
|-----------------------------|--|-----------------------|--|
| Motivación Académica | "La motivación académica es el conjunto de procesos implicados en el mantenimiento de una actitud positiva hacia el aprendizaje por parte del estudiante; es decir, es aquello que permite tener una predilección hacia el aprendizaje y mantenerla en el tiempo, con el objetivo de alcanzar una determinada meta" (González, 2005, p. 81). | Motivación intrínseca | <ul style="list-style-type: none"> - Necesidad de aprender. - Necesidad de superación. - Autovaloración. - Fuerza de voluntad. - Proyecciones para el futuro. |
| | | Motivación extrínseca | <ul style="list-style-type: none"> - Objetivos profesionales. - Posición social futura. - Vocación definida. |

CAPITULO III

METODOLOGIA Y TECNICAS DE INVESTIGACION

3.1. Tipo de investigación

Debido a la naturaleza de este estudio, la presente investigación pertenece al **tipo de investigación científica básica**. Aporta características novedosas que enriquecen y expanden el entendimiento teórico en el ámbito científico.

3.2. Nivel de investigación

El estudio es de nivel **correlacional**. Evalúa el grado de relación entre tres variables: habilidades sociales, gestión de las emociones y motivación académica.

3.3. Métodos de investigación

Se utilizaron procedimientos de los métodos universales:

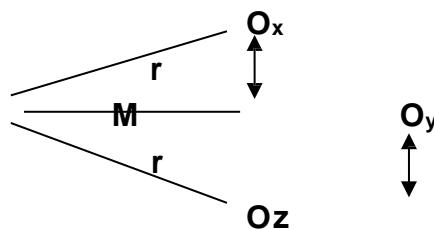
- Método Inductivo
- Método Deductivo
- Método Analítico
- Método Sintético

3.4. Diseño de investigación

La investigación adopta un diseño **No Experimental**.

El diseño específico es **transeccional correlacional** que describe las interacciones en un momento determinado y se concentra en identificar relaciones entre las tres variables sin establecer efectos de causalidad.

Su esquema:



Donde:

M = Muestra.

O = Observaciones.

x, y, z = Sub-indicaciones.

r = Posible relación entre las variables.

3.5. Población y muestra

3.5.1. Población

La población de estudio comprende la totalidad de estudiantes de la Facultad de Ciencias de la Educación de la Universidad Nacional Daniel Alcides Carrión, matriculados al Semestre Académico 2023 - B.

| ESCUELAS PROFESIONALES DE LA FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN DE LA UNDAC | POBLACIÓN DE ESTUDIANTES |
|---|--------------------------|
| E. F. P. de Educación Inicial | 168 |
| E. F. P. de Educación Primaria | 267 |
| E. F. P. de Educación Secundaria | 643 |
| TOTAL | 1078 |

Población = 1078 alumnos N = 1078

3.5.2. Muestra

a). Tamaño de la muestra

El tamaño de la muestra se determinó con la fórmula proporcionada por Cochran (1981), considerándose como parámetros los siguientes valores:

(p) probabilidad de ocurrencia = 0.5

(q) probabilidad de no ocurrencia = (1- p) = 0.5

(e) margen de error permitido = 0.05

(z) nivel de confianza del 95 % = 2

(N) tamaño de la población = 1078

$$n = \frac{z^2 \cdot p \cdot q \cdot N}{e^2 (N-1) + z^2 \cdot p \cdot q}$$

Calculando:

$$n = (2)^2 (0.5) (0.5) (1078) / (0.05)^2 \quad (1078-1) + (2)^2 (0.5) (0.5)$$

$$n = (4) (0.5) (0.5) (1078) / (0.0025) \quad (1077) + (4) (0.5) (0.5)$$

$$n = 1078 / (2.6925) + (1)$$

$$n = 1078 / 3.6925$$

$$n = 291.94312$$

El resultado indica que la muestra debe tener un tamaño de 291.94312 elementos como mínimo. Debido a la necesidad operativa de manejar cifras, se establece una muestra de 300 estudiantes.

Muestra = 300 estudiantes n = 300

b). Muestreo

El diseño de la muestra es probabilístico, ya que todos los elementos de la población poseen las mismas características. Asimismo, se

implementó un diseño de muestra probabilística estratificada. La conformación de la muestra en cada estrato fue la siguiente:

| ESTRATOS (Escuelas) | TOTAL POBLACIÓN (FH) = 0.2783 Nh (fn) = nh | MUESTRA (en cifras redondeadas) |
|------------------------|---|---------------------------------------|
| INICIAL | 168 | 47 |
| PRIMARIA | 267 | 74 |
| SECUNDARIA | 643 | 179 |
| TOTAL | N = 1078 | n = 300 |

3.6. Técnicas e instrumentos de recolección de datos

A) Variable: Habilidades sociales

- **Lista de Chequeo de Habilidades Sociales Ficha Técnica**

Autor : Dr. Arnold P. Golstein

Procedencia : New York, USA

Año : 1978

Versión original : En idioma inglés

Traducción al Castellano : Ambrosio Tomás Rojas

Standarización y adaptación al Perú : Ambrosio Tomás Rojas

Año de adaptación : 1995

Administración : Individual y/o colectiva

Edad de aplicación : De 15 años en adelante Tiempo
de aplicación : 20 minutos.

Dimensiones:

La lista de chequeo de habilidades sociales se compone de las siguientes dimensiones.

- GRUPO I : Habilidades sociales básicas
- GRUPO II : Habilidades sociales avanzadas
- GRUPO III : Habilidades sociales relacionadas con los sentimientos
- GRUPO IV : Habilidades alternativas a la agresión
- GRUPO V : Habilidades sociales para hacer frente al estrés
- GRUPO VI : Habilidades de planificación

B) Variable: Gestión de las emociones

- **Inventario de Inteligencia Emocional de Bar On (I-CE)**

Ficha técnica

- Nombre original : EQ-I Bar On Emotional
- Quotient Inventory. Autor : Reuven Bar-On.
- Procedencia : Toronto – Canadá.
- Adaptación y estandarización al Perú : Nelly Ugarriza Chávez.
- Año de adaptación : 2009.
- Administración : Individual y/o colectiva. Tipo cuadernillo.
- Duración : Sin límite de tiempo. Aproximadamente de 30 a 40 minutos.
- Edad de aplicación : Sujetos de 15 años y más.
- Puntuación : Calificación computarizada
- Tipificación : Baremos peruanos

Dimensiones:

El Inventario que evalúa la gestión emocional considera las siguientes dimensiones:

- COMPONENTE I : Intrapersonal
- COMPONENTE II : Interpersonal
- COMPONENTE III : Adaptabilidad
- COMPONENTE IV : Manejo del Estrés

COMPONENTE V : Estado de Ánimo en General

C) Variable: Motivación académica

- **Cuestionario de Motivación Académica**

Ficha Técnica

Autor : Hugo Walther Ramírez Anglas.

Año de edición : 2012.

Margen de aplicación : Es aplicable a estudiantes de educación básica y universitaria.

Forma de administración: Individual y/o colectiva.

Tiempo de aplicación : 25 minutos promedio.

Dimensiones:

El cuestionario considera las siguientes dimensiones:

- Motivación intrínseca
- Motivación extrínseca

3.7. Selección, validación y confiabilidad de los instrumentos de investigación

La **valididad** de un instrumento establece si realmente mide en forma objetiva variable estudiada.

a) Instrumento de la variable habilidades sociales

Para validar el instrumento que mide la variable *habilidades sociales*, se ha seguido el procedimiento siguiente:

1. Se ha seleccionado por vía internet los instrumentos que miden la variable *habilidades sociales* en estudiantes universitarios.
2. Luego se ha seleccionado el instrumento más apropiado denominado: Lista de Chequeo de Habilidades Sociales.
3. Posteriormente se aplicó en una prueba piloto para medir el nivel de confiabilidad.
4. El instrumento quedó establecido con un total de 50 ítems.

Para calcular el grado de **confiabilidad** del instrumento se analizó mediante el estadístico Alfa de Cronbach. El instrumento denominado *Lista de Chequeo de Habilidades Sociales* obtuvo un valor de 0.87 de confiabilidad. Considerado como un coeficiente alto, se estableció que los ítems miden de forma confiable la variable *habilidades sociales* en estudiantes universitarios.

b) Instrumento de la variable gestión de las emociones

Para validar el instrumento que mide la variable gestión de las emociones, se ha seguido el procedimiento siguiente:

1. Se ha seleccionado por vía internet los instrumentos que miden la variable gestión de las emociones en estudiantes universitarios.
2. Luego se ha seleccionado el instrumento más apropiado denominado: *Inventario de Inteligencia Emocional de Bar On (I-CE)*.
3. Posteriormente se aplicó en una prueba piloto para medir el grado de confiabilidad.
4. El instrumento quedó establecido con un total de 133 ítems.

Para calcular el grado de confiabilidad del instrumento se analizó mediante el estadístico Alfa de Cronbach. El instrumento denominado *Inventario de Inteligencia Emocional de Bar On (I-CE)* obtuvo un valor de 0.82 de confiabilidad. Considerado como un coeficiente alto, se estableció que los ítems miden de forma confiable la variable *gestión de las emociones* en estudiantes universitarios.

c) Instrumento de la variable motivación académica

Para validar el instrumento que mide la variable motivación académica, se ha seguido el procedimiento siguiente:

1. Se ha seleccionado por vía internet los instrumentos que miden la variable motivación académica en estudiantes universitarios.

2. Luego se ha seleccionado el instrumento más apropiado denominado:
3. Cuestionario de Motivación Académica.
4. El instrumento quedó establecido con un total de 20 ítems.

Para calcular el grado de confiabilidad del instrumento se analizó mediante el estadístico Alfa de Cronbach. El instrumento denominado Cuestionario de Motivación Académica obtuvo un valor de 0.88 de confiabilidad. Considerado como un coeficiente alto, se estableció que los ítems miden de forma confiable la variable motivación académica en estudiantes universitarios.

3.8. Técnicas de procesamiento y análisis de datos

Los estadísticos utilizados fueron:

- Distribución de Frecuencia
- Media Aritmética
- Desviación Estándar
- Coeficiente de Correlación de Pearson
- Coeficiente de Correlación rho de Spearman

3.9. Tratamiento estadístico

El análisis y procesamiento estadístico de los datos se efectuó mediante el uso del software SPSS en su versión 22. Este programa informático está diseñado específicamente para análisis estadístico y es ampliamente reconocido y utilizado en el ámbito de la investigación social. SPSS facilita la realización de análisis complejos y la interpretación de grandes volúmenes de datos, lo que lo convierte en una herramienta esencial para investigadores que buscan obtener resultados precisos y detallados en sus estudios.

3.10. Orientación ética, filosófica y epistémica

La presente investigación se orienta por los principios filosóficos éticos de autonomía, confidencialidad y justicia:

1. Los estudiantes respondieron con total libertad y autonomía a las encuestas.
2. Durante la aplicación de las encuestas, los administradores no han influenciado en absoluto en las respuestas de los estudiantes.
3. Los datos de las encuestas realizados por los estudiantes se han tratado con total confidencialidad.
4. Se dio un trato equitativo a todos los estudiantes encuestados.

CAPITULO IV

RESULTADOS Y DISCUSIÓN

4.1. Descripción del trabajo de campo

Luego de haber establecido la versión definitiva de los tres instrumentos de investigación que miden las variables *habilidades sociales, gestión de las emociones y motivación académica* en estudiantes de la Facultad de Ciencias de la Educación de la Universidad Nacional Daniel Alcides Carrión, se procedió con el estudio de la prueba piloto para determinar el grado de confiabilidad. El procesamiento estadístico de la prueba piloto, arrojó los siguientes resultados: la prueba denominado *Lista de Chequeo de Habilidades Sociales* para medir habilidades sociales, resultó con un Alfa de Cronbach de 0.87 de fiabilidad; asimismo, la prueba denominado *Inventario de Inteligencia Emocional de Bar On (I-CE)* que mide la variable gestión de las emociones, tuvo un Alfa de Cronbach de 0.82 de fiabilidad; la prueba denominado *Cuestionario de Motivación Académica* para medir motivación académica, resultó con un Alfa de Cronbach de 0.88 de fiabilidad. Como estos valores de consistencia internas son altas, queda establecido la fiabilidad de los instrumentos. Posteriormente, se procedió con la aplicación de los instrumentos a los 300 estudiantes que conforman la muestra del estudio.

Luego, se procedió con el procesamiento correspondiente de los datos.

Se analizó e interpretó los resultados con los estadísticos descriptivos y correlacionales utilizando el programa informático SPSS versión 22. Finalmente, se redactó el informe definitivo de la investigación.

4.2. Presentación, análisis e interpretación de resultados

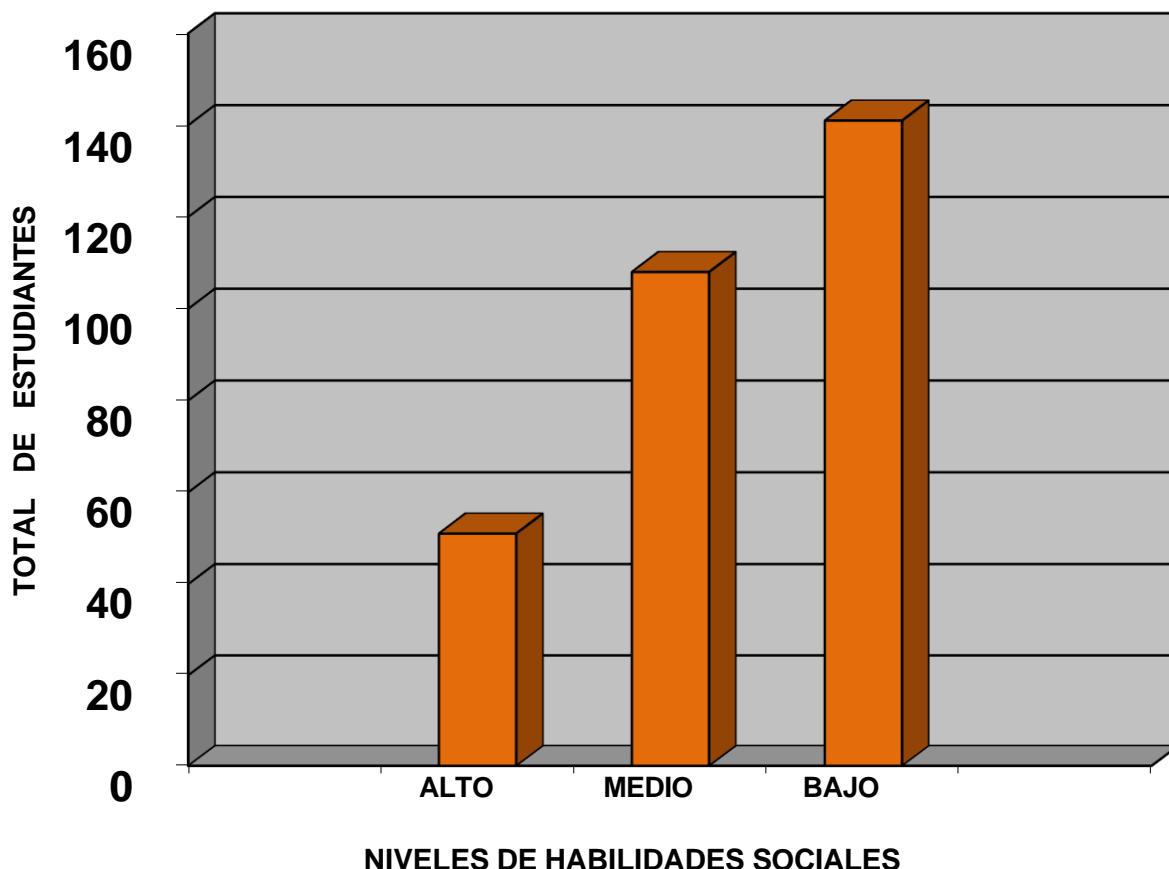
Seguidamente se presentan los resultados del trabajo de campo.

Tabla 1 *Habilidades sociales de los estudiantes, por dimensiones y en general*

| NIVELES | HABILIDADES SOCIALES | | | | | | | | | | | | | |
|--------------|---|------|--|------|--|------|--|------|--|------|--|------|---------------------------------|------|
| | DIMENSIONES DE HABILIDADES SOCIALES | | | | | | | | | | | | HABILIDADES SOCIALES EN GENERAL | |
| | ÁREA I <i>Habilidades sociales básicas</i> | | ÁREA II <i>Habilidades sociales avanzadas</i> | | ÁREA III <i>Habilidades relacionadas con los sentimientos</i> | | ÁREA IV <i>Habilidades alternativas a la agresión</i> | | ÁREA V <i>Habilidades para hacer frente al estrés</i> | | ÁREA VI <i>Habilidades de planificación</i> | | | |
| | fi | hi | fi | hi | fi | hi | fi | hi | fi | hi | fi | hi | fi | hi |
| Alto | 47 | 15 % | 55 | 18 % | 49 | 16 % | 53 | 17 % | 54 | 18 % | 48 | 16 % | 51 | 17 % |
| Medio | 110 | 37 % | 112 | 37 % | 106 | 35 % | 110 | 37 % | 108 | 36 % | 102 | 34 % | 108 | 36 % |
| Bajo | 143 | 48 % | 133 | 45 % | 145 | 49 % | 137 | 46 % | 138 | 46 % | 150 | 50 % | 141 | 47 % |
| TOTAL | 300 | 100 | 300 | 100 | 300 | 100 | 300 | 100 | 300 | 100 | 300 | 100 | 300 | 100 |

| NIVELES | INTERPRETACIÓN |
|--------------|---|
| Alto | Alto nivel de habilidades sociales. |
| Medio | Nivel medio en el desarrollo de habilidades sociales. |
| Bajo | Bajo nivel de habilidades sociales. |

Gráfico 1 *Habilidades sociales de los estudiantes*



Los niveles de las *habilidades sociales* que caracterizan a los estudiantes de la Facultad de Ciencias de la Educación de la Universidad Nacional Daniel Alcides Carrión, presentados con su respectivo porcentaje (hi) y frecuencia (fi) y expuestos tanto por cada uno de sus dimensiones, así como las *habilidades sociales* en general, se muestran en la tabla N° 01 y en su correspondiente gráfico N° 01.

Los resultados estadísticos en *habilidades sociales* de los estudiantes, son los siguientes:

- El 17 % (51) de estudiantes evidenciaron tener un nivel alto de habilidades sociales.
- El 36 % (108) de estudiantes han logrado un nivel medio de desarrollo de sus habilidades sociales.

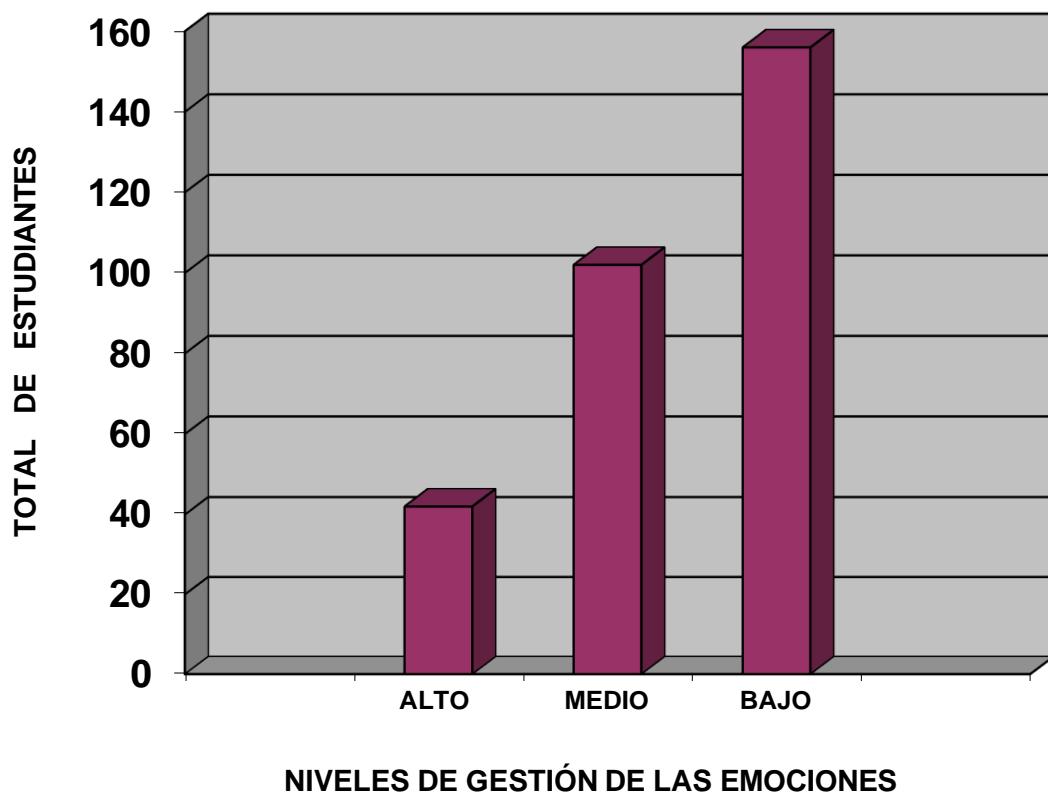
- El 47 % (141) de estudiantes demostraron tener un bajo nivel de habilidades sociales.

Tabla 2. Gestión de las emociones de los estudiantes, por dimensiones y en general

| NIVELES | GESTIÓN DE LAS EMOCIONES | | | | | | | | | | | |
|--------------|---|------|---------------|------|---------------|------|------------------|------|-----------------|------|-----|-------------------------------------|
| | DIMENSIONES DE GESTIÓN DE LAS EMOCIONES | | | | | | | | | | | GESTIÓN DE LAS EMOCIONES EN GENERAL |
| | INTRAPERSONAL | | INTERPERSONAL | | ADAPTABILIDAD | | MANEJO DE ESTRÉS | | ESTADO DE ÁNIMO | | | |
| | fi | hi | fi | hi | fi | hi | fi | hi | fi | hi | fi | hi |
| Alto | 42 | 14 % | 41 | 14 % | 45 | 15 % | 43 | 14 % | 39 | 13 % | 42 | 14 % |
| Medio | 106 | 35 % | 105 | 35 % | 97 | 32 % | 104 | 35 % | 98 | 33 % | 102 | 34 % |
| Bajo | 152 | 51 % | 154 | 51 % | 158 | 53 % | 153 | 51 % | 163 | 54 % | 156 | 52 % |
| TOTAL | 300 | 100 | 300 | 100 | 300 | 100 | 300 | 100 | 300 | 100 | 300 | 100 |

| NIVELES | INTERPRETACIÓN |
|--------------|---|
| Alto | Capacidad de gestión emocional <i>muy desarrollada</i> . |
| Medio | Capacidad de gestión emocional <i>adecuada</i> . |
| Bajo | Capacidad de gestión emocional <i>por mejorar</i> . |

Gráfico 2 Gestión de las emociones de los estudiantes



Los niveles de la *gestión de las emociones* que caracterizan a los estudiantes de la Facultad de Ciencias de la Educación de la Universidad Nacional Daniel Alcides Carrión, presentados con su respectivo porcentaje (hi) y frecuencia (fi) y expuestos tanto por cada uno de sus dimensiones, así como la *gestión de las emociones* en general, se muestran en la tabla Nº 02 y en su correspondiente gráfico Nº 02.

Los resultados estadísticos en *gestión de las emociones* de los estudiantes, son los siguientes:

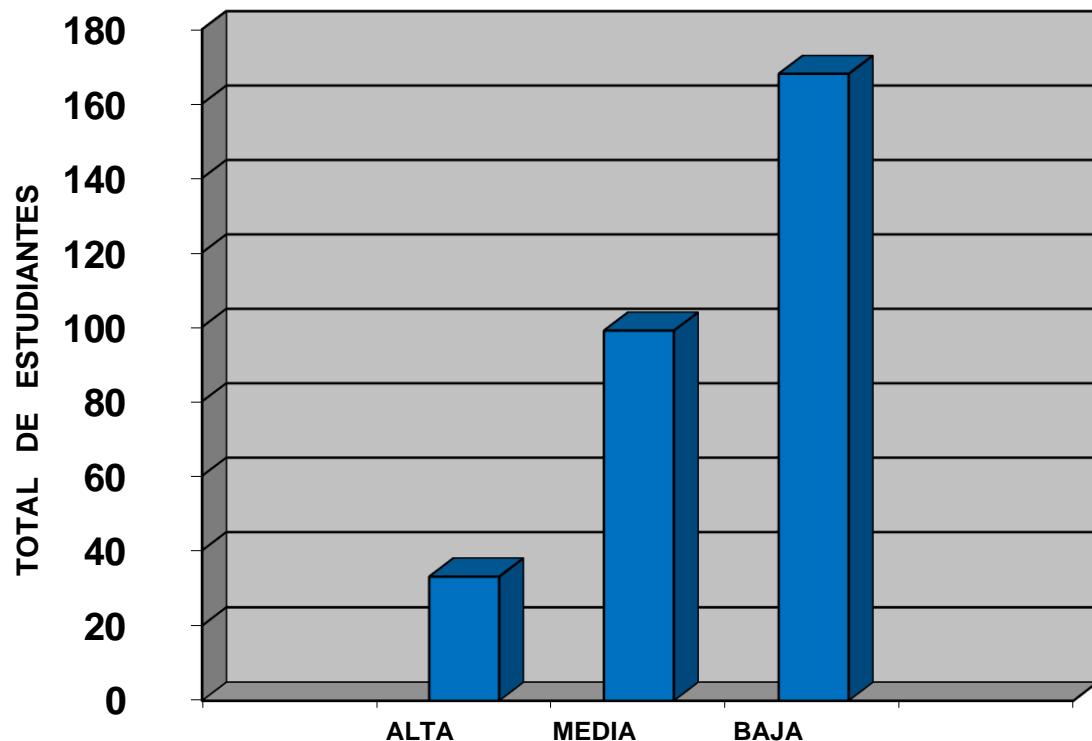
- El 14 % (42) de estudiantes resultaron con niveles altos o capacidades muy desarrolladas en gestión emocional.
- El 34 % (102) de estudiantes han evidenciado tener un nivel medio o capacidad adecuada en gestión emocional.
- El 52 % (156) de estudiantes han demostrado poseer un nivel bajo de gestión emocional.

Tabla 3 Motivación académica de los estudiantes, por dimensiones y en general

| NIVELES | MOTIVACIÓN ACADÉMICA | | | | | |
|--------------|--|------|-----------------------|------|---------------------------------|------|
| | DIMENSIONES DE LA MOTIVACIÓN ACADÉMICA | | | | MOTIVACIÓN ACADÉMICA EN GENERAL | |
| | MOTIVACIÓN INTRÍNSECA | | MOTIVACIÓN EXTRÍNSECA | | | |
| | fi | hi | fi | hi | fi | hi |
| Alta | 35 | 12 % | 31 | 10 % | 33 | 11 % |
| Media | 96 | 32 % | 102 | 34 % | 99 | 33 % |
| Baja | 169 | 56 % | 167 | 56 % | 168 | 56 % |
| TOTAL | 300 | 100 | 300 | 100 | 300 | 100 |

| NIVELES | INTERPRETACIÓN |
|--------------|--------------------------------|
| Alta | Alta motivación académica. |
| Media | Adecuada motivación académica. |
| Baja | Baja motivación académica. |

Gráfico 3 Motivación académica de los estudiantes



NIVELES DE MOTIVACIÓN ACADÉMICA

Los niveles de la *motivación académica* que caracterizan a los estudiantes de la Facultad de Ciencias de la Educación de la Universidad Nacional Daniel Alcides Carrión, presentados con su respectivo porcentaje (hi) y frecuencia (fi) y expuestos tanto por cada uno de sus dimensiones, así como la *motivación académica* en general, se muestran en la tabla Nº 03 y en su correspondiente gráfico Nº 03.

Los resultados estadísticos en *motivación académica* de los estudiantes, son los siguientes:

- El 11 % (33) de estudiantes evidenciaron que tienen una alta motivación académica para desarrollar actividades de estudio y aprendizaje.
- El 33 % (99) de estudiantes demostraron tener una motivación académica media en sus estudios.

- El 56 % (168) de estudiantes han mostrado que en sus labores de estudio y aprendizaje poseen una baja motivación académica.

4.3. Prueba de hipótesis

Análisis correlacional entre habilidades sociales, gestión de las emociones y motivación académica en estudiantes de la Facultad de Ciencias de la Educación de la Universidad Nacional Daniel

Alcides Carrión

Tabla 4. Coeficiente de correlación de Pearson entre las dimensiones de habilidades sociales y las dimensiones de gestión de las emociones

| VARIABLE: HABILIDADES SOCIALES | PROMEDIO | DESVIACIÓN ESTÁNDAR | N |
|---|----------|---------------------|-----|
| Habilidades sociales básicas | 17,85 | 1,47 | 300 |
| Habilidades sociales avanzadas | 13,36 | 1,63 | 300 |
| Habilidades sociales relacionadas con los sentimientos | 15,42 | 1,29 | 300 |
| Habilidades sociales alternativas a la agresión | 20,15 | 1,54 | 300 |
| Habilidades sociales para hacer frente al estrés | 25,64 | 2,16 | 300 |
| Habilidades sociales de planificación | 18,82 | 1,72 | 300 |
| HABILIDADES SOCIALES EN GENERAL | 112,91 | 2,48 | 300 |

| VARIABLE: GESTIÓN DE LAS EMOCIONES | PROMEDIO | DESVIACIÓN ESTÁNDAR | N |
|--|----------|---------------------|-----|
| Intrapersonal | 91,62 | 2,84 | 300 |
| Interpersonal | 65,58 | 1,69 | 300 |
| Adaptabilidad | 58,35 | 1,37 | 300 |
| Manejo de Estrés | 43,94 | 1,52 | 300 |
| Estado de Ánimo | 38,16 | 1,14 | 300 |
| GESTIÓN DE LAS EMOCIONES EN GENERAL | 284,79 | 1,62 | 300 |

| | Intrapersonal | Interpersonal | Adaptabilidad | Manejo de Estrés | Estado de Ánimo |
|---|---------------|---------------|---------------|------------------|-----------------|
| Habilidades sociales básicas | 0,76* | 0,84* | 0,79* | 0,75* | 0,83* |
| Habilidades sociales avanzadas | 0,79* | 0,78* | 0,80* | 0,77* | 0,79* |
| Habilidades sociales relacionadas con los sentimientos | 0,82* | 0,84* | 0,76* | 0,81* | 0,75* |
| Habilidades sociales alternativas a la agresión | 0,77* | 0,83* | 0,78* | 0,70* | 0,77* |
| Habilidades sociales para hacer frente al estrés | 0,81* | 0,77* | 0,78* | 0,76* | 0,82* |
| Habilidades sociales de planificación | 0,79* | 0,82* | 0,76* | 0,84* | 0,78* |

* $p < 0.05$ N = 300

El análisis estadístico correlacional entre las dimensiones de la variable *habilidades sociales* y las dimensiones de la variable *gestión de las emociones* en estudiantes de la Facultad de Ciencias de la Educación de la Universidad Nacional Daniel Alcides Carrión, se exponen en la tabla N° 04. El estudio se realizó con el estadístico Coeficiente de Correlación de Pearson.

Los resultados correlacionales demuestran que existe una **correlación fuerte y positiva** ($r > 0.75$) y ($r < 0.90$) entre las variables *habilidades sociales* y *gestión de las emociones* en la población de estudiantes universitarios estudiados. El análisis estadístico se realizó con un nivel de significancia de 0,05 bilateral.

Tabla 5 Coeficiente de correlación de Pearson entre las dimensiones de habilidades sociales y las dimensiones de motivación académica

| VARIABLE: HABILIDADES SOCIALES | PROMEDIO | DESVIACIÓN ESTÁNDAR | N |
|---|----------|---------------------|-----|
| Habilidades sociales básicas | 17,85 | 1,47 | 300 |
| Habilidades sociales avanzadas | 13,36 | 1,63 | 300 |
| Habilidades sociales relacionadas con los sentimientos | 15,42 | 1,29 | 300 |
| Habilidades sociales alternativas a la agresión | 20,15 | 1,54 | 300 |
| Habilidades sociales para hacer frente al estrés | 25,64 | 2,16 | 300 |
| Habilidades sociales de planificación | 18,82 | 1,72 | 300 |
| HABILIDADES SOCIALES EN GENERAL | 112,91 | 2,48 | 300 |

| VARIABLE: MOTIVACIÓN ACADÉMICA | PROMEDIO | DESVIACIÓN ESTÁNDAR | N |
|--|----------|---------------------|-----|
| Motivación intrínseca | 23,53 | 1,96 | 300 |
| Motivación extrínseca | 20,24 | 1,35 | 300 |
| MOTIVACIÓN ACADÉMICA EN GENERAL | 42,67 | 2,84 | 300 |

| | Motivación intrínseca | Motivación extrínseca |
|---|-----------------------|-----------------------|
| Habilidades sociales básicas | 0,76* | 0,82* |
| Habilidades sociales avanzadas | 0,77* | 0,78* |
| Habilidades sociales relacionadas con los sentimientos | 0,79* | 0,80* |
| Habilidades sociales alternativas a la agresión | 0,82* | 0,76* |
| Habilidades sociales para hacer frente al estrés | 0,76* | 0,79* |
| Habilidades sociales de planificación | 0,81* | 0,78* |

* $p < 0.05$ N = 300

El análisis estadístico correlacional entre las dimensiones de la variable *habilidades sociales* y las dimensiones de la variable *motivación académica* en estudiantes de la Facultad de Ciencias de la Educación de la Universidad Nacional Daniel Alcides Carrión, se exponen en la tabla N° 05. El estudio se realizó con el estadístico Coeficiente de Correlación de Pearson.

Los resultados correlacionales demuestran que existe una **correlación fuerte y positiva** ($r > 0.75$) y ($r < 0.90$) entre las variables *habilidades sociales* y *motivación académica* en la población de estudiantes universitarios

estudiados. El análisis estadístico se realizó con un nivel de significancia de 0,05 bilateral.

Tabla 6. Coeficiente de correlación de Pearson entre las dimensiones de gestión de las emociones y las dimensiones de motivación académica

| VARIABLE: GESTIÓN DE LAS EMOCIONES | PROMEDIO | DESVIACIÓN ESTÁNDAR | N |
|--|----------|---------------------|-----|
| Intrapersonal | 91,62 | 2,84 | 300 |
| Interpersonal | 65,58 | 1,69 | 300 |
| Adaptabilidad | 58,35 | 1,37 | 300 |
| Manejo de Estrés | 43,94 | 1,52 | 300 |
| Estado de Ánimo | 38,16 | 1,14 | 300 |
| GESTIÓN DE LAS EMOCIONES EN GENERAL | 284,79 | 1,62 | 300 |

| VARIABLE: MOTIVACIÓN ACADÉMICA | PROMEDIO | DESVIACIÓN ESTÁNDAR | N |
|--|----------|---------------------|-----|
| Motivación intrínseca | 23,53 | 1,96 | 300 |
| Motivación extrínseca | 20,24 | 1,35 | 300 |
| MOTIVACIÓN ACADÉMICA EN GENERAL | 42,67 | 2,84 | 300 |

| | Motivación intrínseca | Motivación extrínseca |
|-------------------------|-----------------------|-----------------------|
| Intrapersonal | 0,83* | 0,77* |
| Interpersonal | 0,78* | 0,81* |
| Adaptabilidad | 0,79* | 0,76* |
| Manejo de Estrés | 0,77* | 0,82* |
| Estado de Ánimo | 0,78* | 0,76* |

* $p < 0.05$ N = 300

El análisis estadístico correlacional entre las dimensiones de la variable *gestión de las emociones* y las dimensiones de la variable *motivación académica* en estudiantes de la Facultad de Ciencias de la Educación de la Universidad Nacional Daniel Alcides Carrión, se exponen en la tabla N° 06. El estudio se realizó con el estadístico Coeficiente de Correlación de Pearson.

Los resultados correlacionales demuestran que existe una **correlación fuerte y positiva** ($r > 0.75$) y ($r < 0.90$) entre las variables *gestión de las emociones* y *motivación académica* en la población de estudiantes universitarios

estudiados. El análisis estadístico se realizó con un nivel de significancia de 0,05 bilateral.

Tabla 7. Correlación con la rho de Spearman entre habilidades sociales y gestión de las emociones

| Variables | Gestión de las emociones |
|-----------------------------|---------------------------------|
| Habilidades sociales | 0.62** |

**p < 0.01

N = 300

El estudio correlacional con los promedios generales de las variables *habilidades sociales y gestión de las emociones*, se realizaron mediante el análisis de Correlación con la rho de Spearman. El estudio correlacional se expone en la tabla N° 07.

Los resultados estadísticos evidencian que, entre las variables *habilidades sociales y gestión de las emociones*, denotan una correlación **lineal, fuerte y directamente proporcional** ($r > 0.51$) y ($r < 0.75$). Por lo mismo se establece que, entre las *habilidades sociales* y la *gestión de las emociones* en estudiantes de la Facultad de Ciencias de la Educación de la Universidad Nacional Daniel Alcides Carrión, existe una correlación estadísticamente **significativa** a un nivel de significancia de 0,01 bilateral.

Tabla 8. Correlación con la rho de Spearman entre habilidades sociales y motivación académica

| Variables | Motivación académica |
|-----------------------------|-----------------------------|
| Habilidades sociales | 0.56** |

**p < 0.01

N = 300

El estudio correlacional con los promedios generales de las variables *habilidades sociales* y *motivación académica*, se realizaron mediante el análisis de Correlación con la rho de Spearman. El estudio correlacional se expone en la tabla N° 08.

Los resultados estadísticos evidencian que, entre las variables *habilidades sociales* y *motivación académica*, denotan una correlación **lineal, fuerte y directamente proporcional** ($r > 0.51$) y ($r < 0.75$). Por lo mismo se establece que, entre las *habilidades sociales* y la *motivación académica* en estudiantes de la Facultad de Ciencias de la Educación de la Universidad Nacional Daniel Alcides Carrión, existe una correlación estadísticamente **significativa** a un nivel de significancia de 0,01 bilateral.

Tabla 9 Correlación con la rho de Spearman entre gestión de las emociones y motivación académica

| Variables | Motivación académica |
|---------------------------------|-----------------------------|
| Gestión de las emociones | 0.58** |

** $p < 0.01$

$N = 300$

El estudio correlacional con los promedios generales de las variables *gestión de las emociones* y *motivación académica*, se realizaron mediante el análisis de Correlación con la rho de Spearman. El estudio correlacional se expone en la tabla N° 09.

Los resultados estadísticos evidencian que, entre las variables *gestión de las emociones* y *motivación académica*, denotan una correlación **lineal, fuerte y directamente proporcional** ($r > 0.51$) y ($r < 0.75$). Por lo mismo se establece que, entre la *gestión de las emociones* y la *motivación académica* en estudiantes de la Facultad de Ciencias de la Educación de la Universidad

Nacional Daniel Alcides Carrión, existe una correlación estadísticamente **significativa** a un nivel de significancia de 0,01 bilateral.

4.4. Discusión de resultados

En el presente estudio se analiza la relación que hay entre tres variables principales que influyen en el ámbito actitudinal y volitivo de estudiantes universitarios: habilidades sociales, gestión de las emociones y motivación académica.

En primer lugar, los resultados de la investigación revelan que existe una relación estadísticamente significativa y positiva entre las habilidades sociales y la gestión de las emociones en los estudiantes universitarios estudiados. Este hallazgo es coherente con estudios previos que indican que las habilidades sociales, como la comunicación efectiva y la empatía, son fundamentales para manejar adecuadamente las emociones, la habilidad para comunicarse efectivamente y empatizar con los demás contribuyen a una mejor regulación emocional, la capacidad de relacionarse de manera efectiva con los demás, resolver conflictos y comunicarse asertivamente influyen positivamente en la forma en que los estudiantes manejan sus emociones. Este vínculo se explica por el hecho de que las habilidades sociales no solo facilitan las interacciones interpersonales, sino que también proporcionan las herramientas necesarias para entender y regular las emociones propias y ajenas.

Esto tiene implicaciones importantes en el contexto académico, ya que una mejor gestión de las emociones contribuye a una mayor capacidad de afrontar el estrés académico y mejorar el rendimiento académico.

En segundo lugar, los resultados señalan que también existe una relación estadísticamente significativa y positiva entre las habilidades sociales y la motivación académica en los estudiantes.

Esto demuestra que aquellos estudiantes que poseen un mayor nivel de habilidades sociales tienden a estar más motivados en su desempeño

académico. Las habilidades sociales facilitan la construcción de relaciones positivas con profesores, compañeros de clase y otros miembros de la comunidad académica, lo que a su vez aumenta la sensación de pertenencia y la motivación para tener éxito en los estudios. Además, la comunicación efectiva y la capacidad de trabajo en equipo, habilidades sociales importantes, contribuyen a un ambiente de aprendizaje más positivo y estimulante.

Las habilidades sociales influyen en la percepción del entorno educativo, aumentando el compromiso y la participación del estudiante en actividades académicas; esto permiten crear un ambiente más colaborativo y de apoyo entre los estudiantes, lo que a su vez aumenta su interés y motivación por el aprendizaje.

Estos resultados sugieren la necesidad de fomentar el desarrollo de habilidades sociales para potenciar la motivación académica en los estudiantes.

En tercer lugar, los resultados señalan que hay una relación significativa entre la gestión de las emociones y la motivación académica en los estudiantes.

Este resultado es importante ya que destaca cómo la capacidad de los estudiantes para manejar sus emociones afecta positivamente su motivación para aprender. Estudios previos han demostrado que la regulación emocional es un factor clave en el rendimiento académico, ya que permite a los estudiantes mantenerse enfocados y superar los desafíos académicos. La gestión efectiva de emociones como el estrés, la ansiedad y la frustración es esencial para mantener la motivación y el interés en el proceso educativo. Cuando los estudiantes son capaces de manejar estas emociones de manera constructiva, es más probable que se sientan motivados para alcanzar sus metas académicas y persistir en su aprendizaje.

Esto subraya la importancia de programas educativos que integren estrategias de manejo emocional para mejorar la motivación y el rendimiento académico.

Consecuentemente, se puede considerar que los resultados de esta investigación respaldan la importancia de promover el desarrollo de habilidades sociales y la educación emocional en el entorno educativo para mejorar el bienestar y el desempeño académico de los estudiantes. Además, ofrecen una base para futuras investigaciones y programas de intervención en el ámbito educativo.

CONCLUSIONES

1. Existe una relación estadísticamente significativa y positiva entre habilidades sociales y gestión de las emociones en estudiantes de la Facultad de Ciencias de la Educación de la Universidad Nacional Daniel Alcides Carrión.
2. Existe una relación estadísticamente significativa y positiva entre habilidades sociales y motivación académica en estudiantes de la Facultad de Ciencias de la Educación de la Universidad Nacional Daniel Alcides Carrión.
3. Existe una relación estadísticamente significativa y positiva entre gestión de las emociones y motivación académica en estudiantes de la Facultad de Ciencias de la Educación de la Universidad Nacional Daniel Alcides Carrión.

RECOMENDACIONES

1. Demostrada la importancia que tienen las tres variables de la investigación en la formación de estudiantes universitarios, se debe realizar programas de entrenamiento en técnicas de habilidades sociales, técnicas de manejo del estrés y estrategias de motivación académica específicas para estudiantes universitarios, con la intención de promover el desarrollo integral de los estudiantes y mejorar su éxito profesional.
2. Se recomienda realizar estudios comparativos sobre habilidades sociales, gestión de las emociones y motivación académica entre estudiantes de diferente grupo poblacional. Esto podría ayudar a identificar si existen diferencias significativas entre estudiantes con distintas características.
3. Se sugiere a los docentes universitarios que consideren en sus Planes de Estudios asignaturas que desarrollen temas como las habilidades sociales, la gestión de las emociones y la motivación académica.

REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS

- Alonso Tapia, J. (2002). *Motivar para el aprendizaje. Teorías y estrategias*. Edebé.
- Alonso Tapia, J. y Montero, I. (1990). *Orientación motivacional y estrategias motivadoras en el aprendizaje escolar*. En Coll, C., Palacios, J. y Marchesi, A. (comps.), (1990). 2º ed. *Desarrollo Psicológico y Educación*. Alianza.
- Arruga, V. (1992). *Introducción al test sociométrico*. Herder.
- Atkinson, J. W. (1958). *Una introducción a la motivación*. Van Nostrand. Ausubel, D. (1976). *Psicología educativa*. Trillas.
- Ausubel, d. P., Novak, j. D. y Hanesian, H. (1989). *Psicología educativa. Un punto de vista cognoscitivo*. Trillas.
- Bar-On, R. (1997). *Investigaciones sobre inteligencia emocional y social*. American Psychological Association.
- Barret, L. F. y Gross, J. J. ((2001). *Inteligencia emocional*. The Guilford Press.
- Beltrán, J. (1998). *Claves psicológicas para la motivación y el rendimiento académico*. En M. Acosta (Coord.), *Creatividad, motivación y rendimiento académico*. Aljibe.
- Bisquerra, Rafael (200). *Inventario del cociente emocional de Bar On*. Manual Técnico.
- Bonano, G. A. (2001). *Autorregulación emocional*. The Guilford Press.
- Bono, A. (2010). *Los docentes como engranajes fundamentales en la promoción de la motivación de sus estudiantes*. Revista Iberoamericana de Educación. España.
- Caballo, Vicente. (1986). *Teoría, evaluación y entrenamiento de las habilidades sociales*. Promolibro.
- Cabanach, R.G., Valle, A., Núñez, J.C., y González-Pienda, J.A. (1996). *Una aproximación teórica al concepto de metas académicas y su relación con la motivación escolar*. Revista: *Psicothema*.
- Chadwick, C. (1998). *Estrategias cognitivas y afectivas de Aprendizaje*. Revista Latinoamericana de Psicología. Vol. 20. N° 2.

- Charlesworth, R. y Otros. (1985). *Reforzamiento social positivo*. EE.UU.: Monografía de la Sociedad de los Niños.
- Chittenden, G. F. (1982). *Un estudio experimental del tratamiento de la asertividad en los niños*. Monografía de la Sociedad de los Niños.
- Cochran, W. (1981). *Técnicas de muestreo*. Continental.
- Cooper y Sawaf. (1998). *La inteligencia emocional aplicada al liderazgo y a las organizaciones*. Norma.
- Darwin, Charles (1872). *La expresión de las emociones en el hombre y los animales*. Murray.
- Flavell, J. (1989). *La Psicología evolutiva de Jean Piaget*. Paidós. Flavell, J. H. (1993). *El desarrollo cognitivo*. Visor.
- Gallardo Díaz, Juana. (2007). *La gestión de las emociones en el aula*. AEDEA.
- García Pérez, M. (1992). *Aprendiendo a comunicarse con eficacia: Manual para padres*. Albor.
- García Pérez, M. (1996). *Agresividad y retraimiento social*. Albor. Garrido, I. (1995). *Psicología de la motivación*. Síntesis.
- Goleman, Daniel (1999). *La práctica de la inteligencia emocional*. Cairos. Goleman, Daniel. (1997). *La inteligencia emocional*. Javier Vergara, Editor.
- González Fernández, A. (2005). *Motivación académica. Teoría, aplicación y evaluación*. Pirámide.
- González Torres, M.C. (1997). *La motivación académica. Sus determinantes y pautas de intervención*. EUNSA.
- González, M. C., Tourón, J. y Gaviria, J. L. (1994). *La orientación motivacional intrínseco-extrínseca en el aula: Validación de un instrumento*.
- González, R. y Valle, A. (1998). *Orientaciones motivacionales: las metas académicas*. En González-Pienda, J. A. y Núñez, J. C. (Coords.). *Dificultades del aprendizaje escolar*. Pirámide.
- Haeussler, P. (1994). *Confiar en uno mismo: Programa de autoestima*. Dolmen.

Hernández Sampieri, R. y otros (1996. 3^a ed.). Metodología de la investigación. Mc Graw Hill.

Higgins, E. T., Grant, H. y Shah, J. (1999). Autorregulación emocional y cualidades de la vida. Russel Sage Foundation.

Huertas, (1996). Motivación en el aula y Principios para la intervención motivacional en el aula. Querer aprender.

James, William. (1884). ¿Qué es la emoción? Oxford University Press.

Kerlinger, F. (1980). Enfoque conceptual de la investigación del comportamiento. Interamericana.

Leon Zamora, Eduardo. (1997). Aprendiendo a vivir con los otros. Tarea. Martineud, D. y Engelhart, V. (1997). Cómo hallar el coeficiente emocional. EDAF.

Maslow A. (1954). Teoría de la motivación humana. Browni.

Mayer, J. D. (2001). Una guía para la inteligencia emocional. Psychology Press.

Meece, J. L. (1994). El rol de la motivación en el aprendizaje autorregulado. Lawrence Erlbaum Associates.

Michelson, Larry y Otros. (1987). Las habilidades sociales en la infancia. Evaluación y tratamiento. Martínez Roca.

Navas, J. (1995). Modificación de conducta y disciplina asertiva. EUDEBA.

Padua, Jorge. (2001). Técnicas de investigación aplicadas a las ciencias sociales. Fondo de Cultura y Económica.

Papalia, Diane y Olds, Sally. (1993). Desarrollo Humano. Mc Graw Hill. Pardo, A., y Alonso Tapia, J. (1990). Motivar en el aula. Ediciones de la Universidad Autónoma.

Peñalver, Ovidio. (2005). La gestión de las emociones. ISAVIA. Reeve, J. (1994). Motivación y emoción. Mc Graw Hill.

Rubio Exebio, Magaly. (2000). Habilidades sociales. Facultad de Psicología. U.N.M.S.M.

Salovey, P. y Mayer, J. (1990). Inteligencia emocional. Cambridge University

Press.

- Stenberg, R. (1986). *Las capacidades humanas*. Labor. Stenberg, R. (1987). *La inteligencia humana*. Paidós.
- Todt, (1999). *La motivación*. Biblioteca de Psicología de Barcelona. Ugarriza Chavez, Nelly y Pajares Del Aguila, Liz.(2003). *Adaptación y Estandarización del inventario de Inteligencia Emocional de BarOn ICE: NA, en Niños y Adolescentes. Manual Técnico*.
- Ugarriza Chavez, Nelly. (2003). *La Evaluación de la inteligencia emocional a través del inventario de BarOn (ICE) en una muestra de Lima metropolitana. Manual Técnico*.
- Valle, A., Cabanach, R.G., Cuevas, L.M., y Núñez, J.C. (1997). *Patrones motivacionales en estudiantes universitarios: Características diferenciales*. Revista de Investigación Educativa. Pirámide.
- Vallés, A. y Vallés, C. (2003). *La autorregulación para el afrontamiento emocional*. Promolibro.
- Valles, Antonio. (1998). *Habilidades sociales y resolución de conflictos interpersonales*. Libro Amigo.
- Valles, Antonio. (1998). *Inteligencia emocional en la empresa*. Gestión.

ANEXOS

L C H S

LISTA DE CHEQUEO DE HABILIDADES SOCIALES

APELLIDOS Y
NOMBRES.....

EDAD.....SEXO.....SEMESTRE.....FECHA.....
....

ESCUELA DE FORMACIÓN PROFESIONAL:
.....

A continuación, usted encontrará enumerada una lista de habilidades que las personas usan en la interacción social más o menos eficiente. Usted deberá determinar cómo usa cada una de esas habilidades, marcando con un aspa (x) en la columna de la derecha y en la fila correspondiente, según el siguiente patrón:

N = Si usted **NUNCA** usa esta habilidad.

CS = Si usted **CASI NUNCA** usa esta habilidad.

AV = Si usted **A VECES** usa esta habilidad.

CS = Si usted **CASI SIEMPRE** usa esta habilidad.

S = Si usted **SIEMPRE** usa esta habilidad.

Trabaje rápidamente y no emplee mucho tiempo en cada pregunta; queremos su primera reacción, no un proceso de pensamiento prolongando. Asegúrese de no omitir alguna pregunta.

NO HAY RESPUESTAS CORRECTAS O INCORRECTAS, sólo debes responder con la mayor precisión y sinceridad posible a las cuestiones que se plantean.

Por favor, antes de comenzar complete los datos que aparecen en la parte superior de esta página.

Gracias por tu colaboración.

| ITEMS | VALORES | | | | |
|---|---------|----|----|----|---|
| | N | CN | AV | CS | S |
| GRUPO I | | | | | |
| 1. Escuchar: ¿Prestas atención a las personas que te están hablando y haces esfuerzo para comprender lo que están diciendo? | | | | | |
| 2. Iniciar una conversación: ¿Inicias conversaciones con otras personas y luego las mantienes por un momento? | | | | | |
| 3. Mantener una conversación: ¿Hablas con otras personas sobre cosas de interés mutuo? | | | | | |
| 4. Formular una pregunta: ¿Determinas la información que necesitas saber y se la pides a la persona adecuada? | | | | | |
| 5. Dar las gracias: ¿Permites que los demás sepan que estás agradecido con ellos por algo que hicieron por usted? | | | | | |
| 6. Presentarse: ¿Te esfuerzas por conocer personas por tu propia iniciativa? | | | | | |
| 7. Presentar a otras personas: ¿Ayudas a presentar a nuevas personas con otras? | | | | | |
| 8. Hacer un cumplido: ¿Dices a los demás lo que te gusta de ellos o de lo que hacen? | | | | | |
| GRUPO II | | | | | |
| 9. Pedir ayuda: ¿Pides ayuda cuando lo necesitas? | | | | | |
| 10. Participar: ¿Eliges la mejor manera de un grupo que está realizando una actividad y luego te integras a él? | | | | | |
| 11. Dar instrucciones: ¿Explicas instrucciones de tal manera que las personas puedan seguirlas fácilmente? | | | | | |
| 12. Seguir instrucciones: ¿Prestas cuidadosa atención a las instrucciones y luego las sigues? | | | | | |
| 13. Disculparse: ¿Pides disculpas a los demás cuando haces algo que saben que está mal? | | | | | |
| 14. Convencer a los demás: ¿Intentas persuadir a los demás de que tus ideas son mejores o más útiles que las de ellos? | | | | | |
| GRUPO III | | | | | |
| 15. Conocer los propios sentimientos: ¿Intentas comprender y reconocer las emociones que experimentas? | | | | | |

| ITEMS | VALORES | | | | |
|---|---------|----|----|----|---|
| | N | CN | AV | CS | S |
| 16. Expresar los propios sentimientos: ¿Permites que los demás conozcan lo que sientes? | | | | | |
| 17. Comprender los sentimientos de los demás: ¿Intentas comprender lo que los demás sienten? | | | | | |
| 18. Enfrentarse con el enfado del otro: ¿Tratas de comprender y controlar el enojo que tienen otras personas contigo? | | | | | |
| 19. Expresar afecto: ¿Permites que los demás sepan que te interesas o te preocupas por ellos? | | | | | |
| 20. Resolver el miedo: ¿Cuándo sientes miedo, piensas por qué lo sientes y luego intentas hacer algo para disminuirlo? | | | | | |
| 21. Auto recompensarse: ¿Te das así mismo una recompensa después que haces algo bien? | | | | | |
| GRUPO IV | | | | | |
| 22. Pedir permiso: ¿Reconoces cuando es necesario pedir permiso para hacer algo, y luego lo pides a la persona indicada? | | | | | |
| 23. Compartir algo: ¿Ofreces compartir tus cosas con los demás? | | | | | |
| 24. Ayudar a los demás: ¿Ayudas a quién lo necesita? | | | | | |
| 25. Negociar: ¿Si tú y alguien están en desacuerdo sobre algo, tratas de llegar a un acuerdo que le satisfagan a ambos? | | | | | |
| 26. Emplear autocontrol: ¿Controlas tu carácter de tal forma que no se te “escapan las cosas de las manos”? | | | | | |
| 27. Defender sus derechos: ¿Defiendes tus derechos dando a conocer a los demás cuál es tu postura? | | | | | |
| 28. Responder a las bromas: ¿Conservas el auto control cuando los demás te hacen bromas? | | | | | |
| 29. Evitar problemas con los demás: ¿Te mantienes al margen de situaciones que podrían ocasionarte problemas? | | | | | |
| 30. No entrar en peleas: ¿Encuentras otras formas de resolver situaciones difíciles sin tener que pelear? | | | | | |
| GRUPO V | | | | | |
| 31. Formular una queja: ¿Le dices a los demás de modo claro, pero no con enfado cuando ellos han hecho algo que no te gusta? | | | | | |

| ITEMS | VALORES | | | | |
|---|---------|----|----|----|---|
| | N | CN | AV | CS | S |
| 32. Responder a una queja: ¿Intentas responder a los demás y responder imparcialmente cuando ellos se quejan de ti? | | | | | |
| 33. Demostrar deportividad después de un juego: ¿Expresas un cumplido al otro equipo después de un juego si ellos se lo merecen? | | | | | |
| 34. Resolver la vergüenza: ¿Haces algo que te ayude a sentir menos vergüenza o a estar menos cohibido? | | | | | |
| 35. Arreglársela cuando lo dejan de lado: ¿Determinas si no te han considerado en una actividad y luego haces algo para sentirte mejor en esa situación? | | | | | |
| 36. Defender a un amigo: ¿Manifiestas a los demás cuando sientes que un amigo no ha sido tratado justamente? | | | | | |
| 37. Responder a una persuasión: ¿Si alguien está tratando de convencerte de algo, piensas en la posición de esa persona y luego en el tuyo antes de decidir qué hacer? | | | | | |
| 38. Responder al fracaso: ¿Intentas comprender la razón por la cual has fracasado en una situación particular? | | | | | |
| 39. Enfrentarse a los mensajes contradictorios: ¿Reconoces y resuelves la confusión que se produce cuando los demás te explican una cosa pero dicen y hacen otra cosa? | | | | | |
| 40. Responder una acusación: ¿Comprendes de qué y porqué te han acusado y luego piensas en la mejor forma de relacionarse con la persona que te hizo la acusación? | | | | | |
| 41. Prepararse para una conversación difícil: ¿Planificas la mejor forma para exponer tu punto de vista antes de una conversación problemática? | | | | | |
| 42. Hacer frente a las presiones de grupo: ¿Decides qué cosa quieras hacer cuando los demás quieren que hagas otra cosa distinta? | | | | | |
| GRUPO VI | | | | | |
| 43. Tomar iniciativas: ¿Si te sientes aburrido, intentas encontrar algo interesante que hacer? | | | | | |
| 44. Determinar la causa de un problema: ¿Si surge un problema, intentas determinar qué lo causó? | | | | | |

| ITEMS | VALORES | | | | |
|--|---------|----|----|----|---|
| | N | CN | AV | CS | S |
| 45. Establecer un objetivo: ¿Determinas de manera realista lo que te gustaría realizar antes de empezar una tarea? | | | | | |
| 46. Determinar las propias habilidades: ¿Determinas de manera realista qué tan bien podrías realizar una tarea específica antes de iniciarla? | | | | | |
| 47. Recoger información: ¿Determinas lo que necesitas saber y cómo conseguir esa información? | | | | | |
| 48. Resolver los problemas según su importancia: ¿Determinas de forma realista cuál de tus problemas es el más importante y el que debería ser solucionado primero? | | | | | |
| 49. Tomar una decisión: ¿Consideras diferentes posibilidades y luego eliges la que te hará sentirte mejor? | | | | | |
| 50. Concentrarse en una tarea: ¿Eres capaz de ignorar distracciones y sólo prestar atención a lo que quieras hacer? | | | | | |

UNIVERSIDAD NACIONAL DANIEL ALCIDES CARRIÓN

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN

INVENTARIO DE INTELIGENCIA EMOCIONAL DE BAR ON (I-CE)

APELLIDOS Y NOMBRES.....

EDAD.....SEXO.....SEMESTRE.....FECHA.....

ESCUELA DE FORMACIÓN

PROFESIONAL:.....

Este cuestionario contiene una serie de frases cortas que permite hacer una descripción de ti mismo(a). Para ello, debes indicar (marcando con una X en una de las alternativas), en qué medida cada una de las afirmaciones que aparecen a continuación es verdadera, de acuerdo a como te sientes, piensas o actúas la mayoría de las veces. Hay cinco respuestas por cada frase.

S : **Siempre** es mi caso.

MV : **Muchas veces** es mi caso.

A : **A veces** es mi caso.

PV : **Pocas veces** es mi caso.

N : **Nunca** es mi caso.

Si alguna de las frases no tiene que ver contigo, igualmente responde teniendo en cuenta cómo te sentirías, pensarías o actuarías si estuvieras en esa situación. Notarás que algunas frases no te proporcionan toda la información necesaria; aunque no estés seguro(a) selecciona la respuesta más adecuada para ti. No hay respuestas "correctas" o "incorrectas", ni respuestas "buenas" o "malas". Responde honesta y sinceramente de acuerdo a cómo eres, NO como te gustaría ser, no como te gustaría que otros te vieran. NO hay límite de tiempo, pero por favor trabaja con rapidez y asegúrate de responder a TODAS las afirmaciones.

Gracias por tu colaboración.

| ITEMS | VALORES | | | | |
|---|---------|----|---|----|---|
| | S | MV | A | PV | N |
| 1. Para superar las dificultades que se me presentan actúo paso a paso. | | | | | |
| 2. Es duro para mí disfrutar de la vida. | | | | | |
| 3. Prefiero un trabajo en el que se me diga casi todo lo que tengo que hacer. | | | | | |
| 4. Sé cómo enfrentar los problemas más desagradables. | | | | | |
| 5. Me agradan las personas que conozco. | | | | | |
| 6. Trato de valorar y darle el mejor sentido a mi vida. | | | | | |
| 7. Me resulta relativamente fácil expresar mis sentimientos. | | | | | |
| 8. Trato de ser realista, no me gusta fantasear ni soñar despierto(a). | | | | | |
| 9. Reconozco con facilidad mis emociones. | | | | | |
| 10. Soy incapaz de demostrar afecto. | | | | | |
| 11. Me siento seguro(a) de mí mismo(a) en la mayoría de situaciones. | | | | | |
| 12. Tengo la sensación que algo no está bien en mi cabeza. | | | | | |
| 13. Tengo problemas para controlarme cuando me enojo. | | | | | |
| 14. Me resulta difícil comenzar cosas nuevas. | | | | | |
| 15. Cuando enfrento una situación difícil me gusta reunir toda la información que pueda sobre ella. | | | | | |
| 16. Me gusta ayudar a la gente. | | | | | |
| 17. Me es difícil sonreír. | | | | | |
| 18. Soy incapaz de comprender cómo se sienten los demás. | | | | | |
| 19. Cuando trabajo con otros, tiendo a confiar más en sus ideas que en las mías. | | | | | |
| 20. Creo que puedo controlarme en situaciones muy difíciles. | | | | | |
| 21. Realmente no sé para que soy bueno(a). | | | | | |
| 22. No soy capaz de expresar mis ideas. | | | | | |
| 23. Me es difícil compartir mis sentimientos más íntimos con los demás. | | | | | |
| 24. No tengo confianza en mí mismo(a). | | | | | |
| 25. Creo que he perdido la cabeza. | | | | | |
| 26. Soy optimista en la mayoría de las cosas que hago. | | | | | |

| ITEMS | VALORES | | | | |
|--|---------|----|---|----|---|
| | S | MV | A | PV | N |
| 27. Cuando comienzo a hablar me resulta difícil detenerme. | | | | | |
| 28. En general, me resulta difícil adaptarme. | | | | | |
| 29. Me gusta tener una visión general de un problema antes de intentar solucionarlo. | | | | | |
| 30. No me molesta aprovecharme de los demás, especialmente si se lo merecen. | | | | | |
| 31. Soy una persona bastante alegre y optimista. | | | | | |
| 32. Prefiero que otros tomen decisiones por mí. | | | | | |
| 33. Puedo manejar situaciones de estrés, sin ponerme demasiado nervioso. | | | | | |
| 34. Pienso bien de las personas. | | | | | |
| 35. Me es difícil entender cómo me siento. | | | | | |
| 36. He logrado muy poco en los últimos años. | | | | | |
| 37. Cuando estoy enojado(a) con alguien se lo puedo decir. | | | | | |
| 38. He tenido experiencias extrañas que no puedo explicar. | | | | | |
| 39. Me resulta fácil hacer amigos(as). | | | | | |
| 40. Me tengo mucho respeto. | | | | | |
| 41. Hago cosas muy raras. | | | | | |
| 42. Soy impulsivo(a), y eso me trae problemas. | | | | | |
| 43. Me resulta difícil cambiar de opinión. | | | | | |
| 44. Soy bueno para comprender los sentimientos de las personas. | | | | | |
| 45. Lo primero que hago cuando tengo un problema es detenerme a pensar. | | | | | |
| 46. A la gente le resulta difícil confiar en mí. | | | | | |
| 47. Estoy contento(a) con mi vida. | | | | | |
| 48. Me resulta difícil tomar decisiones por mí mismo(a). | | | | | |
| 49. No puedo soportar el estrés. | | | | | |
| 50. En mi vida no hago nada malo. | | | | | |
| 51. No disfruto lo que hago. | | | | | |
| 52. Me resulta difícil expresar mis sentimientos más íntimos. | | | | | |
| 53. La gente no comprende mi manera de pensar. | | | | | |
| 54. Generalmente espero lo mejor. | | | | | |
| 55. Mis amigos me confían sus intimidades. | | | | | |

| ITEMS | VALORES | | | | |
|--|---------|----|---|----|---|
| | S | MV | A | PV | N |
| 56. No me siento bien conmigo mismo(a). | | | | | |
| 57. Percibo cosas extrañas que los demás no ven. | | | | | |
| 58. La gente me dice que baje el tono de voz cuando discuto. | | | | | |
| 59. Me resulta fácil adaptarme a situaciones nuevas. | | | | | |
| 60. Cuando intento resolver un problema analizo todas las posibles soluciones y luego escojo la que considero mejor. | | | | | |
| 61. Me detendría y ayudaría a un niño que llora por encontrar a sus padres, aun cuando tuviese algo que hacer en ese momento. | | | | | |
| 62. Soy una persona divertida. | | | | | |
| 63. Soy consciente de cómo me siento. | | | | | |
| 64. Siento que me resulta difícil controlar mi ansiedad. | | | | | |
| 65. Nada me perturba. | | | | | |
| 66. No me entusiasman mucho mis intereses. | | | | | |
| 67. Cuando estoy en desacuerdo con alguien soy capaz de decírselo. | | | | | |
| 68. Tengo tendencia a fantasear y a perder contacto con lo que ocurre a mi alrededor. | | | | | |
| 69. Me es difícil llevarme con los demás. | | | | | |
| 70. Me resulta difícil aceptarme tal como soy. | | | | | |
| 71. Me siento como si estuviera separado(a) de mi cuerpo. | | | | | |
| 72. Me importa lo que puede sucederle a los demás. | | | | | |
| 73. Soy impaciente. | | | | | |
| 74. Puedo cambiar mis viejas costumbres. | | | | | |
| 75. Me resulta difícil escoger la mejor solución cuando tengo que resolver un problema. | | | | | |
| 76. Si pudiera violar la ley sin pagar las consecuencias, lo haría en determinadas situaciones. | | | | | |
| 77. Me deprimo. | | | | | |
| 78. Sé cómo mantener la calma en situaciones difíciles. | | | | | |
| 79. Nunca he mentido. | | | | | |
| 80. En general me siento motivado(a) para continuar adelante, incluso cuando las cosas se ponen difíciles. | | | | | |

| ITEMS | VALORES | | | | |
|---|---------|----|---|----|---|
| | S | MV | A | PV | N |
| 81. Trato de continuar y desarrollar aquellas cosas que me divierten. | | | | | |
| 82. Me resulta difícil decir "no" aunque tenga el deseo de hacerlo. | | | | | |
| 83. Me dejo llevar por mi imaginación y mis fantasías. | | | | | |
| 84. Mis relaciones más cercanas significan mucho, tanto para mí como para mis amigos. | | | | | |
| 85. Me siento feliz con el tipo de persona que soy. | | | | | |
| 86. Tengo reacciones fuertes, intensas que son difíciles de controlar. | | | | | |
| 87. En general, me resulta difícil realizar cambios en mi vida cotidiana. | | | | | |
| 88. Soy consciente de lo que me está pasando, aun cuando estoy alterado(a). | | | | | |
| 89. Para poder resolver una situación que se presenta, analizo todas las posibilidades existentes. | | | | | |
| 90. Soy capaz de respetar a los demás. | | | | | |
| 91. No estoy muy contento(a) con mi vida. | | | | | |
| 92. Prefiero seguir a otros a ser líder. | | | | | |
| 93. Me resulta difícil enfrentar las cosas desagradables de la vida. | | | | | |
| 94. Nunca he violado la ley. | | | | | |
| 95. Disfruto de las cosas que me interesan. | | | | | |
| 96. Me resulta relativamente fácil decirle a la gente lo que pienso. | | | | | |
| 97. Tiendo a exagerar. | | | | | |
| 98. Soy sensible a los sentimientos de las otras personas. | | | | | |
| 99. Mantengo buenas relaciones con los demás. | | | | | |
| 100. Estoy contento(a) con mi cuerpo. | | | | | |
| 101. Soy una persona muy extraña. | | | | | |
| 102. Soy impulsivo(a). | | | | | |
| 103. Me resulta difícil cambiar mis costumbres. | | | | | |
| 104. Considero que es muy importante ser un(a) ciudadano(a) que respeta la ley. | | | | | |
| 105. Disfruto las vacaciones y los fines de semana. | | | | | |
| 106. En general tengo una actitud positiva para todo, aun cuando surgen problemas. | | | | | |
| 107. Tengo tendencia a depender de otros. | | | | | |
| 108. Creo en mi capacidad para manejar los problemas | | | | | |

| ITEMS | VALORES | | | | |
|--|---------|----|---|----|---|
| | S | MV | A | PV | N |
| más difíciles. | | | | | |
| 109. No me siento avergonzado(a) por nada de lo que he hecho hasta ahora. | | | | | |
| 110. Trato de aprovechar al máximo las cosas que me gustan y me divierten. | | | | | |
| 111. Los demás piensan que no me hago valer, que me falta firmeza. | | | | | |
| 112. Soy capaz de dejar de fantasear para volver a ponerme en contacto con la realidad. | | | | | |
| 113. Los demás opinan que soy una persona sociable. | | | | | |
| 114. Estoy contento(a) con la forma en que me veo. | | | | | |
| 115. Tengo pensamientos extraños que los demás no logran entender. | | | | | |
| 116. Me es difícil describir lo que siento. | | | | | |
| 117. Tengo mal carácter. | | | | | |
| 118. Por lo general, me trabo cuando pienso acerca de las diferentes maneras de resolver un problema. | | | | | |
| 119. Me es difícil ver sufrir a la gente. | | | | | |
| 120. Me gusta divertirme. | | | | | |
| 121. Me parece que necesito de los demás más de lo que ellos me necesitan. | | | | | |
| 122. Me pongo ansioso(a). | | | | | |
| 123. No tengo días malos. | | | | | |
| 124. Intento no herir los sentimientos de los demás. | | | | | |
| 125. No tengo una buena idea de lo que quiero en la vida. | | | | | |
| 126. Me es difícil hacer valer mis derechos. | | | | | |
| 127. Me es difícil ser realista. | | | | | |
| 128. No mantengo relación con mis amistades. | | | | | |
| 129. Haciendo un balance de mis puntos positivos y negativos me siento bien conmigo mismo(a). | | | | | |
| 130. Tengo una tendencia a explotar de cólera fácilmente. | | | | | |
| 131. Si me viera obligado(a) a dejar mi casa actual, me sería difícil adaptarme nuevamente. | | | | | |
| 132. En general, cuando comienzo algo nuevo tengo la sensación que vaya a fracasar. | | | | | |
| 133. He respondido sincera y honestamente a las frases anteriores. | | | | | |

CMA
CUESTIONARIO DE MOTIVACIÓN
ACADÉMICA

APELLIDOS Y NOMBRES.....

EDAD.....SEXO.....SEMESTRE.....FECHA.....

ESCUELA DE FORMACIÓN PROFESIONAL:

Este es un cuestionario que nos permite conocer cuáles son los principales motivos por los que los estudiantes, en general, se esfuerzan en su trabajo académico. Seguidamente te presentamos 20 afirmaciones acerca de los motivos que puedes tener para estudiar. Te pedimos que contestes a dichas afirmaciones reflexionando detenidamente sobre el contenido de cada una de ellas, luego marque una respuesta de acuerdo con las características que te suceden, no lo que podría ser, sino lo que te sucede. Lee con mucha atención las afirmaciones que, aunque te parezcan semejantes, en realidad, no lo son.

El significado de los valores son los siguientes:

N : Nunca.

CN : Casi nunca.

AV : A veces.

CS : Casi siempre.

S : Siempre.

NO HAY RESPUESTAS CORRECTAS O INCORRECTAS, sólo debes responder con la mayor precisión y sinceridad posible a las cuestiones que se plantean.

Por favor, antes de comenzar complete los datos que aparecen en la parte superior de esta página.

Gracias por tu colaboración.

| ITEMS | VALORES | | | | |
|---|---------|----|----|----|---|
| | N | CN | AV | CS | S |
| Motivación intrínseca | | | | | |
| 1. Tienes la necesidad de aprender temas variados. | | | | | |
| 2. Sientes que eres autoexigente en el estudio. | | | | | |
| 3. Tienes la necesidad de superación. | | | | | |
| 4. Sientes deseo de autosuperación. | | | | | |
| 5. Tienes tiempo para autovalorarte. | | | | | |
| 6. Tienes la sensación de éxito en el estudio. | | | | | |
| 7. Tienes fuerza de voluntad para el aprendizaje. | | | | | |
| 8. Tienes proyecciones académicas para el futuro. | | | | | |
| 9. Te esfuerzas académicamente incluso si no te gusta lo que haces. | | | | | |
| 10. Sientes que estás aprendiendo. | | | | | |
| Motivación extrínseca | | | | | |
| 11. Tienes objetivos profesionales. | | | | | |
| 12. En una clase que te gusta prefieres el material de la asignatura que realmente te desafía, así puedes aprender nuevas cosas. | | | | | |
| 13. Te preocupa tu situación social actual. | | | | | |
| 14. Te preocupa tu posición social futura. | | | | | |
| 15. Hay personas que cambian tu opinión frente al estudio. | | | | | |
| 16. Te agrada que te feliciten por tus logros en los estudios. | | | | | |
| 17. Te enaltece las formas de recompensa por estudiar. | | | | | |
| 18. Tienes un alto nivel de expectativa para aprender. | | | | | |
| 19. Cuando el trabajo de la asignatura es difícil, renuncio y solo estudio lo más fácil. | | | | | |
| 20. Participas en competencias académicas. | | | | | |

Procedimiento de validación y confiabilidad

VALIDACIÓN DEL JUICIO DE EXPERTO DEL INSTRUMENTO DE INVESTIGACIÓN

DATOS GENERALES:

| | |
|-------------------------------------|--|
| Apellidos y nombres del informante: | Mg. Eduardo Marino Pacheco Peña Magister en Docencia en el nivel superior otorgado por la Universidad Nacional Daniel Alcides Carrión |
| Centro Laboral: | UNIVERSIDAD NACIONAL DANIEL ALCIDES CARRION |
| Título de la investigación: | Habilidades sociales, gestión de las emociones y motivación académica en estudiantes de la Facultad de Ciencias de la Educación de la Universidad Nacional Daniel Alcides Carrión – Pasco – 2023 |
| Nombre del instrumento: | LISTA DE CHEQUEO DE HABILIDADES SOCIALES |
| Autor(a) del instrumento: | . Jhasmely Yudit ALANIA ESPINOZA |

ASPECTOS DE VALIDACIÓN:

| Indicadores | Criterios | Calificación |
|--------------------------------|---|--------------|
| 1. Claridad | Emplea lenguaje apropiado para las unidades muestrales. | 10 |
| 2. Objetividad | Está expresado en conductas observables. | 10 |
| 3. Actualidad | Considera conceptos/teorías/modelos actualizados. | 9 |
| 4. Organización | Presenta un diseño ordenado lo que facilita su comprensión. | 10 |
| 5. Suficiencia | Considera el número suficiente de ítems para cada dimensión. | 10 |
| 6. Tamaño | La cantidad de ítems está en función de las unidades muestrales. | 10 |
| 7. Intencionalidad | Sus ítems están formulados para recoger información requerida. | 9 |
| 8. Consistencia | Los ítems se basan en aspectos teóricos – científicos. | 10 |
| 9. Coherencia | Sus ítems derivan de la operacionalización de variables. | 10 |
| 10. Metodología | El Instrumento corresponde al método y técnica a emplear en el estudio. | 10 |
| Suma de calificaciones: | | 98 |

Indicaciones: Calificar cada criterio dentro del rango de 0 a 10 puntos.

VALORACIÓN DEL INSTRUMENTO:

| Escala de Valoración del Instrumento | Inadecuado | Poco Adecuado | Adecuado | Muy Adecuado | Excelente |
|--------------------------------------|--------------|---------------|------------|--------------|-------------|
| | De 0 a 50 | De 51 a 69 | De 70 a 89 | De 90 a 98 | De 99 a 100 |
| | No aplicable | | Aplicable | | |

OPINIÓN DE APLICABILIDAD:

| | | | | | |
|-----------|---|-------------------------------|--|--------------|--|
| Aplicable | X | Aplicable después de corregir | | No aplicable | |
|-----------|---|-------------------------------|--|--------------|--|

Cerro de Pasco, 15 de julio del 2023.



Mg. Eduardo Marino Pacheco Peña

DNI. 09366968

VALIDACIÓN DEL JUICIO DE EXPERTO DEL INSTRUMENTO DE INVESTIGACIÓN

DATOS GENERALES:

| | |
|--|--|
| Apellidos y nombres del informante: | Mg. SANTOS HINOSTROZA WILIAM CESAR MAGISTER EN DOCENCIA UNIVERSITARIA DE LA UNIVERSIDAD CESAR VALLEJO DNI 04085373 |
| Centro Laboral: | UNIVERSIDAD NACIONAL DANIEL ALCIDES CARRION |
| Título de la investigación: | Habilidades sociales, gestión de las emociones y motivación académica en estudiantes de la Facultad de Ciencias de la Educación de la Universidad Nacional Daniel Alcides Carrión – Pasco – 2023 |
| Nombre del instrumento: | LISTA DE CHEQUEO DE HABILIDADES SOCIALES |
| Autor(a) del instrumento: | Jhasmely Yudit ALANIA ESPINOZA |

ASPECTOS DE VALIDACIÓN:

| Indicadores | Criterios | Calificación |
|--------------------------------|---|--------------|
| 1. Claridad | Emplea lenguaje apropiado para las unidades muestrales. | 10 |
| 2. Objetividad | Está expresado en conductas observables. | 10 |
| 3. Actualidad | Considera conceptos/teorías/modelos actualizados. | 10 |
| 4. Organización | Presenta un diseño ordenado lo que facilita su comprensión. | 10 |
| 5. Suficiencia | Considera el número suficiente de ítems para cada dimensión. | 10 |
| 6. Tamaño | La cantidad de ítems está en función de las unidades muestrales. | 9 |
| 7. Intencionalidad | Sus ítems están formulados para recoger información requerida. | 10 |
| 8. Consistencia | Los ítems se basan en aspectos teóricos – científicos. | 10 |
| 9. Coherencia | Sus ítems derivan de la operacionalización de variables. | 10 |
| 10. Metodología | El Instrumento corresponde al método y técnica a emplear en el estudio. | 10 |
| Suma de calificaciones: | | 99 |

Indicaciones: Calificar cada criterio dentro del rango de 0 a 10 puntos.

VALORACIÓN DEL INSTRUMENTO:

| Escala de Valoración del Instrumento | Inadecuado | Poco Adecuado | Adecuado | Muy Adecuado | Excelente |
|--------------------------------------|--------------|---------------|------------|--------------|-------------|
| | De 0 a 50 | De 51 a 69 | De 70 a 89 | De 90 a 98 | De 99 a 100 |
| | No aplicable | | Aplicable | | |

OPINION DE APLICABILIDAD:

| | | | | | |
|------------------|----------|-------------------------------|--|--------------|--|
| Aplicable | X | Aplicable después de corregir | | No aplicable | |
|------------------|----------|-------------------------------|--|--------------|--|

Cerro de Pasco, 10 de julio del 2023.



Mg. SANTOS

CESAR
DNI. 04085373

HINOSTROZA WILIAM

VALIDACIÓN DEL JUICIO DE EXPERTO DEL INSTRUMENTO DE INVESTIGACIÓN

DATOS GENERALES:

| | |
|--|--|
| Apellidos y nombres del informante: | Mg. SUSY SANTIAGO LAZARO MAESTRO EN LIDERAZGO Y GESTIÓN EDUCATIVA DE LA UNIVERSIDAD NACIONAL DANIEL ALCIDES CARRION DNI 04086040 |
| Centro Laboral: | UNIVERSIDAD NACIONAL DANIEL ALCIDES CARRION |
| Título de la investigación: | Habilidades sociales, gestión de las emociones y motivación académica en estudiantes de la Facultad de Ciencias de la Educación de la Universidad Nacional Daniel Alcides Carrión – Pasco – 2023 |
| Nombre del instrumento: | LISTA DE CHEQUEO DE HABILIDADES SOCIALES |
| Autor(a) del instrumento: | Bach. Erlinda, QUINCHO CARRASCO |

ASPECTOS DE VALIDACIÓN:

| Indicadores | Criterios | Calificación |
|--------------------------------|---|--------------|
| 1. Claridad | Emplea lenguaje apropiado para las unidades muestrales. | 10 |
| 2. Objetividad | Está expresado en conductas observables. | 10 |
| 3. Actualidad | Considera conceptos/teorías/modelos actualizados. | 10 |
| 4. Organización | Presenta un diseño ordenado lo que facilita su comprensión. | 10 |
| 5. Suficiencia | Considera el número suficiente de ítems para cada dimensión. | 10 |
| 6. Tamaño | La cantidad de ítems está en función de las unidades muestrales. | 10 |
| 7. Intencionalidad | Sus ítems están formulados para recoger información requerida. | 09 |
| 8. Consistencia | Los ítems se basan en aspectos teóricos – científicos. | 10 |
| 9. Coherencia | Sus ítems derivan de la operacionalización de variables. | 10 |
| 10. Metodología | El Instrumento corresponde al método y técnica a emplear en el estudio. | 09 |
| Suma de calificaciones: | | 98 |

Indicaciones: Calificar cada criterio dentro del rango de 0 a 10 puntos.

VALORACIÓN DEL INSTRUMENTO:

| Escala de Valoración del Instrumento | Inadecuado | Poco Adecuado | Adecuado | Muy Adecuado | Excelente |
|--------------------------------------|--------------|---------------|------------|--------------|-------------|
| | De 0 a 50 | De 51 a 69 | De 70 a 89 | De 90 a 98 | De 99 a 100 |
| | No aplicable | | | | |

OPINION DE APLICABILIDAD:

| | | | | | |
|------------------|----------|-------------------------------|--|--------------|--|
| Aplicable | X | Aplicable después de corregir | | No aplicable | |
|------------------|----------|-------------------------------|--|--------------|--|

Cerro de Pasco, 09 de julio del 2023.



Mg. SUSY SANTIAGO LAZARO
DNI. 04086040

MATRIZ DE CONSISTENCIA

TÍTULO: "HABILIDADES SOCIALES, GESTIÓN DE LAS EMOCIONES Y MOTIVACIÓN ACADÉMICA EN ESTUDIANTES DE LA FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN DE LA UNIVERSIDAD NACIONAL DANIEL ALCIDES CARRIÓN – PASCO – 2023"

| | Problema | Objetivos | Hipótesis | Metodología |
|--------------|--|--|--|---|
| General | ¿Qué relaciones existen entre habilidades sociales, gestión de las emociones y motivación académica en estudiantes de la Facultad de Ciencias de la Educación de la Universidad Nacional Daniel Alcides Carrión? | Establecer las relaciones que existen entre habilidades sociales, gestión de las emociones y motivación académica en estudiantes de la Facultad de Ciencias de la Educación de la Universidad Nacional Daniel Alcides Carrión. | H1 = Existe una relación estadísticamente significativa entre habilidades sociales, gestión de las emociones y motivación académica en estudiantes de la Facultad de Ciencias de la Educación de la Universidad Nacional Daniel Alcides Carrión. | <ol style="list-style-type: none"> 1. Tipo de investigación: <i>Investigación científica básica</i> 2. Diseño de investigación: <i>Investigación No Experimental</i> Diseño específico: <i>Transeccional correlacional</i> 3. Población: N = 1078 4. Muestra: n = 300 5. Métodos: Inductivo, Deductivo, Analítico, Sintético. 6. Instrumentos de recolección de datos: Para medir Habilidades sociales: ▪ <i>Lista de Chequeo de Habilidades Sociales de Golstein</i>. Para medir Gestión de las emociones: ▪ <i>Inventario de Inteligencia Emocional de Bar On (I-CE)</i>. Para medir Motivación académica: ▪ <i>Cuestionario de Motivación Académica</i>. 7. Técnicas de procesamiento de datos: Distribución de Frecuencia, Media Aritmética, Desviación Estándar, Coeficiente de Correlación de Pearson, Coeficiente de Correlación rho de Spearman. 8. Tratamiento estadístico: Análisis con el programa computacional SPSS, versión 22. |
| Especifico 1 | a) ¿Qué relaciones existen entre habilidades sociales y gestión de las emociones en estudiantes de la Facultad de Ciencias de la Educación de la Universidad Nacional Daniel Alcides Carrión? | a) Determinar las relaciones que existen entre habilidades sociales y gestión de las emociones en estudiantes de la Facultad de Ciencias de la Educación de la Universidad Nacional Daniel Alcides Carrión. | H1 = Existe una relación estadísticamente significativa entre habilidades sociales y gestión de las emociones en estudiantes de la Facultad de Ciencias de la Educación de la Universidad Nacional Daniel Alcides Carrión. | |
| Especifico 2 | b) ¿Qué relaciones existen entre habilidades sociales y motivación académica en estudiantes de la Facultad de Ciencias de la Educación de la Universidad Nacional Daniel Alcides Carrión? | b) Determinar las relaciones que existen entre habilidades sociales y motivación académica en estudiantes de la Facultad de Ciencias de la Educación de la Universidad Nacional Daniel Alcides Carrión. | H2 = Existe una relación estadísticamente significativa entre habilidades sociales y motivación académica en estudiantes de la Facultad de Ciencias de la Educación de la Universidad Nacional Daniel Alcides Carrión. | |
| Especifico 3 | c) ¿Qué relaciones existen entre gestión de las emociones y motivación académica en estudiantes de la Facultad de Ciencias de la Educación de la Universidad Nacional Daniel Alcides Carrión? | c) Determinar las relaciones que existen entre gestión de las emociones y motivación académica en estudiantes de la Facultad de Ciencias de la Educación de la Universidad Nacional Daniel Alcides Carrión. | H3 = Existe una relación estadísticamente significativa entre gestión de las emociones y motivación académica en estudiantes de la Facultad de Ciencias de la Educación de la Universidad Nacional Daniel Alcides Carrión. | |

OPERACIONALIZACIÓN

| VARIABLES | DIMENSIONES | INDICADORES |
|--------------------------|--|--|
| Habilidades sociales | Habilidades sociales básicas | Escuchar, Iniciar una conversación, Mantener una conversación, Formular una pregunta, Dar las gracias, Presentarse, Presentar a otras personas, Hacer un cumplido. |
| | Habilidades sociales avanzadas | Pedir ayuda, Participar, Dar instrucciones, Seguir instrucciones, Disculparse, Convencer a los demás. |
| | Habilidades sociales relacionadas con los sentimientos | Conocer los propios sentimientos, Expresar los propios sentimientos, Comprender los sentimientos de los demás, Enfrentarse con el enfado del otro, Expresar afecto, Resolver el miedo, Auto recompensarse. |
| | Habilidades sociales alternativas a la agresión | Pedir permiso, Compartir algo, Ayudar a los demás, Negociar, Emplear autocontrol, Defender sus derechos, Responder a las bromas, Evitar problemas con los demás, No entrar en peleas. |
| | Habilidades sociales para hacer frente al estrés | Formular una queja, Responder a una queja, Demostrar deportividad después de un juego, Resolver la vergüenza, Arreglársela cuando lo dejan de lado, Defender a un amigo, Responder a una persuasión, Responder al fracaso, Enfrentarse a los mensajes contradictorios, Responder una acusación, Prepararse para una conversación difícil, Hacer frente a las presiones de grupo. |
| | Habilidades sociales de planificación | Tomar iniciativa, Determinar la causa de un problema, Establecer un objetivo, Determinar las propias habilidades, Recoger información, Resolver los problemas según su importancia, Tomar una decisión, Concentrarse en una tarea. |
| Gestión de las emociones | Intrapersonal | Comprensión emocional de sí mismo, Asertividad, Autoconcepto, Autorrealización, Independencia, |
| | Interpersonal | Empatía, Relaciones interpersonales, Responsabilidad social, |
| | Adaptabilidad | Solución de problemas, Prueba de la realidad, Flexibilidad |
| | Manejo de Estrés | Tolerancia al estrés, Control de los impulsos |
| | Estado de Animo | Felicidad, Optimismo. |
| Motivación académica | Motivación intrínseca | Necesidad de aprender. Necesidad de superación. Autovaloración. Fuerza de voluntad. Proyecciones para el futuro. |
| | Motivación extrínseca | Objetivos profesionales. Posición social futura. Vocación definida. |