

# Psicología y Educación: Presente y Futuro

Coordinador: Juan Luis Castejón Costa  
ACIPE- Asociación Científica de Psicología y Educación

© CIPE2016. Juan Luís Castejón Costa

Ediciones : ACIPE- Asociación Científica de Psicología y Educación

ISBN: 978-84-608-8714-0

Todos los derechos reservados. De conformidad con lo dispuesto en la legislación vigente, podrán ser castigados con penas de multa y privación de libertad quienes reproduzcan o plagien, en todo o en parte, una obra literaria, artística o cien

# Plan de mejora del clima del aula a través de un programa de Inteligencia Emocional

Vila Pérez, S.

*Universidad de Alicante, San Vicente del Raspeig, España*

svp23@alu.ua.es

## Resumen

El trabajo que ocupa este estudio trata de la elaboración e implementación de un programa de Inteligencia Emocional con el fin de mejorar los problemas de conducta que tienen lugar en de 2º de ESO en un centro de Educación Secundaria específico. En dicho trabajo, tras la conceptualización y revisión sobre el problema citado y su posible solución, conductas disruptivas e Inteligencia Emocional, se detalla el programa que se ha llevado a cabo con uno de los dos grupos seleccionados de 2º de ESO, todo ello para comparar los datos obtenidos en ambos grupos. En último lugar, se presenta la discusión de los resultados donde queda comprobada la efectividad del programa, finalizando pues con las conclusiones y propuestas de mejora de dicho programa.

**Palabras clave:** interrupción; educación secundaria; problemas en el aula; inteligencia emocional; educación emocional.

# Plan to improve the classroom atmosphere through a program of Emotional Intelligence

Vila Pérez, S

*University of Alicante, San Vicente del Raspeig, Spain*

svp23@alu.ua.es

## Abstract

The purpose of this research is to implement and elaborate an emotional intelligence program to improve behavioral problems that are taking place in 2nd of ESO course un an specific educational center. In this work, after the conceptualization and review about the cited issue and its possible solutions, disruptive conducts and Emotional Intelligence, it's being detailed the program that has being executed in one of two chosen groups of 2nd of ESO, all of that to compare the information obtained from both groups. In last place, is the discussion of outcomes where it's proven the effectiveness of the program, ending it with the conclusions and proposals for improvement of the program.

**Key words:** disruption, behavioral problems, secondary education, emotional intelligence, emotional education.

## 1. Introducción

En la actualidad, es común ver o leer sobre el aumento de la violencia en la sociedad, no sólo en la española, que parece cobrar una dimensión mundial, lo cual ha derivado en un incremento de dicha violencia dentro de los centros educativos.

El ser humano ha ido evolucionando a lo largo de la historia, adquiriendo y desarrollando en cada era una conciencia acorde con la sociedad del momento hasta llegar a la actual. Al igual que el ser humano ha ido evolucionando desde épocas prehistóricas, el término violencia lo ha hecho de igual modo, entendiéndose en primer lugar como un instinto animal e intrínseco del ser humano hasta llegar a ser en la actualidad un juicio casi más moral, aunque situado siempre bajo los parámetros estipulados y asimilados por cada cultura.

Se podría concluir que el conflicto es un acto natural en la vida cotidiana, sin menospreciar el hecho de que la violencia siempre genera más violencia.

Según el tema que nos ocupa, el autor Casamayor (1998:19) categoriza los problemas más comunes presentes en las aulas y centros educativos, los define como conflictos:

- “De relación entre el alumnado y con el profesorado: actitudes peyorativas, desprecio, agresividad verbal y física, violencia.
- De rendimiento: pasividad, apatía, parasitismo.
- De poder: liderazgos negativos, arbitrariedad.
- De identidad: actitudes cerradas y agresivas que se vuelven contra los demás, los objetos, el mobiliario, el edificio.” (Juste, 2007)

La mayoría de tales conflictos son comunes en cualquier centro de Educación Secundaria, pues a este marco contextual se suma que el alumnado se encuentra inmerso en la etapa de la adolescencia. Esta, a su vez, se caracteriza generalmente por una mayor impulsividad, un bajo nivel de autocontrol y una escasa reflexión sobre consecuencias futuras.

Ahora bien, es conveniente resaltar que las causas de tales conflictos no son únicas ni concretas, pues suelen provenir de un origen multivariado donde resulta muy complicado aislar las causas y consecuencias de los problemas de conducta propios de cada sujeto. (Sulbarán, 2015)

De todo ello, surge la importancia de llevar a cabo acciones educativas para poner solución a estos conflictos en el ámbito educativo. A tal efecto, existen numerosas investigaciones que ponen de manifiesto la necesidad de entrenar a los niños y adolescentes en el manejo de emociones, pues son herramientas necesarias para una adecuada interacción con el contexto social que les rodea.

El término de Inteligencia Emocional (IE) ha tenido y tiene múltiples enunciados y posturas acerca de su definición. En este sentido, una de las primeras y más destacadas definiciones de IE como tal es la que plantean Mayer y Salovey (1993), quienes la entienden como “un tipo de inteligencia social que incluye la habilidad de supervisar y entender las emociones propias y las de los demás, discriminar entre ellas, y usar la información para guiar el pensamiento y las acciones de uno.” (Mayer y Salovey, 1993:433)

Bien es cierto que en ocasiones, debido a múltiples causas, los jóvenes muestran conductas inapropiadas e inadaptables que conllevan a una misma interacción conflictiva entre ellos, profesores y padres. Es por todo ello que existe la necesidad de desarrollar y aplicar estrategias que cambien radicalmente el ritmo de las relaciones, de modo que no se perjudique ni al alumnado y el profesorado ni a la educación en sí misma.



Llegados a este punto, es necesario reconocer aquellos factores o habilidades que han de ser mejorables con objeto de reducir estos conflictos en las aulas. Según Linda Lantieri (2009) son “cinco grupos básicos de habilidades o aptitudes los que construyen la inteligencia emocional y que pueden cultivarse sistemáticamente en casa y en la escuela:

- Autoconciencia: identificar los pensamientos, los sentimientos y la fortaleza de cada uno, y notar cómo influyen en las decisiones y acciones.
- Autoconciencia social: identificar y comprender los pensamientos de los demás desarrollando la empatía, y ser capaz de adoptar el punto de vista de otros.
- Autogestión: dominar las emociones para que faciliten la tarea que se está realizando y no interfieran en ella; establecer objetivos a corto y largo plazo; y hacer frente a los obstáculos que puedan aparecer.
- Toma de decisiones responsable: generar, ejecutar y evaluar soluciones positivas e informadas a los problemas, y considerar las consecuencias a largo plazo de las acciones para uno mismo y para los demás.
- Habilidades interpersonales: expresar rechazo a las presiones negativas de compañeros y trabajar para resolver conflictos con el objetivo de mantener unas relaciones sanas y gratificantes con los individuos y el grupo.” (Lantieri, 2009)

Una vez comprendida la situación de ambos términos en la realidad educativa, es hora de proceder al diseño y ejecución de un programa en el que se trabajan diversos aspectos de la IE. Por todo ello, cabe resaltar que el objetivo de la investigación es diseñar y evaluar la eficacia de un programa de IE para la mejora del clima del aula.

Se trata de una investigación de carácter cuantitativo y cualitativo, comparativo, de campo cuasi-experimental, pues se considera a la IE una característica de los sujetos que se debe desarrollar. La muestra, como se verá a continuación, consta de grupos naturales que no han resultado al azar. Por último, la hipótesis que se plantea esta investigación es si existen diferencias significativas en la mejora del clima del aula en 2º de ESO mediante la implementación de un programa específico de Inteligencia Emocional.

## **2. Método**

### **2.1. Participantes**

Por lo que se refiere a la muestra de la población que participa en la investigación cabe destacar que no se ha realizado una selección y asignación al azar, luego los participantes conforman grupos intactos o naturales. En concreto, el programa implementado se ha diseñado para el nivel de 2º de ESO de n centro educativo de secundaria, en el que han participado dos grupos (2º B y 2º C) y en el que uno ha ejecutado el papel de grupo control y el otro, de grupo experimental. Todo ello, con el fin de comprobar la efectividad de dicho programa.

### **2.2. Medidas**

Para el diseño, puesta en práctica y evaluación del programa de IE se han empleado dos instrumentos. En primer lugar, con el fin de conocer el grado de agresividad y conflicto que existe entre el alumnado, se ha administrado el Cuestionario BULL-S.

El cuestionario supone un instrumento para evaluar la agresividad entre escolares y está basado en la técnica del Sociograma. Es de gran utilidad pues sirve para identificar la dinámica de agresión y victimización en el medio escolar y presenta los resultados mediante niveles sociométricos, agrupaciones por afinidad, valores significativos en las variables de agresión y victimización, y frecuencias en aspectos situacionales y perceptivos.



En segundo lugar, se ha empleado un test para medir el nivel de coeficiente en IE el cual se denomina Test de Inteligencia Emocional. Debido a la falta de recursos se realizó una búsqueda virtual de materiales de evaluación relacionados con la IE y, una vez revisado diversos materiales, se escogió por criterio del investigador y del personal del centro educativo el test procedente de la plataforma de psicología “Psicoactiva”. Esta pone al alcance de los profesionales diversos recursos, en este caso concreto se escogió el denominado Test de Inteligencia Emocional dirigido a adolescentes y adultos. El citado test evalúa y presenta los resultados entorno a cinco categorías básicas de la IE: autoconocimiento emocional, autocontrol emocional, automotivación, empatía y relaciones interpersonales. Así mismo, expresa el Coeficiente de IE, expresado en porcentaje, procedente de la medición de las citadas categorías. Las puntuaciones van de 0% a 100%, donde la mayoría se encuentra en el tramo que oscila entre el 40% y 60%, por lo que estar situado en dicho tramo se considera estar dentro de la media de la población.

Para facilitar su administración, se elaboró de nuevo en test a través de Google Drive para que fuese administrado de forma instantánea e informática a los sujetos y para que las respuestas de estos se ubicases directamente en una tabla de Excel para su posterior corrección.

Con ello, se pretendía conocer el grado de agresividad existente a nivel grupal y el nivel aproximado de IE de cada uno de los sujetos.

En última instancia, una vez implementado el programa específico, se volvió a administrar el mismo Test de Inteligencia Emocional con objeto de comprobar y analizar los posibles cambios producidos en los participantes. Así mismo, se empleó una hoja de registro junto con la observación directa del investigador en cada una de las sesiones de programa con el fin de realizar un seguimiento continuo y reflejar los contratiempos y/o aspectos a mejorar durante el proceso de aplicación.

### **2.3. Procedimiento**

El programa implementado se diseñó específicamente para los grupos participantes, en el que sólo participó uno de ellos como grupo experimental y el otro ejerció de grupo control. El diseño del programa partió de los datos obtenidos inicialmente mediante las pruebas psicopedagógicas citadas en el punto anterior. Su finalidad es comparar la situación educativa, clima del aula, entre el grupo que ha participado en el programa y en el grupo control, sin otro objetivo que el de valorar su efectividad. Cabe añadir que se ha desarrollado en las sesiones de tutoría del grupo.

Se trata de un programa específico de Inteligencia Emocional compuesto por actividades dinámicas que combinan el uso de diversos espacios del centro educativo y escasos recursos materiales, por lo que se puede emplear en cualquier contexto, y que se distribuyen temporalmente durante dos meses. Cada una de las sesiones abarca uno de los aspectos básicos de la IE, no todos ellos, que requería en mayor grado su mejora en dichos sujetos.

Para la elección de las actividades se tuvo muy en cuenta la motivación y predisposición que mostraban los sujetos en la participación de cualquier propuesta educativa. Se observó que era necesario atraer su atención mediante acciones creativas y poco tradicionales, pues de otro modo la participación habría sido negativa. Por tal motivo se decidió realizar actividades que implicasen movimiento e interacción entre los propios sujetos.

El programa cuenta con siete sesiones, de las cuales cuatro están basadas íntegramente en actividades que trabajan la IE. Cada una de las sesiones se programó con una duración aproximada de 50 minutos, en ellas se trabajan tres o cuatro actividades dinámicas relacionadas con el tema central de cada sesión. Los aspectos trabajados fueron: 1º sesión *las emociones*; 2º sesión *el autocontrol*; 3º sesión *la empatía*; y 4º sesión, *la autoestima*.

### 3. Resultados

Una vez obtenida y analizada la información, como se verá a continuación, se puede decir que los datos recabados dan soporte a la hipótesis e investigación de que un programa específico de mejora de la IE reduciría los efectos de un clima de aula negativo causado por los problemas de conducta del alumnado de 2º de ESO.

Tal y como se puede observar en el gráfico 1, de popularidad y rechazo del grupo experimental respectivamente, el 37.03% son sujetos rechazados.

Los sujetos no rechazados o populares, que suman el 62.96% del total, ejercen una influencia negativa y de dominación sobre el resto, lo que conduce a interacciones basadas en la intimidación y la agresión entre iguales.

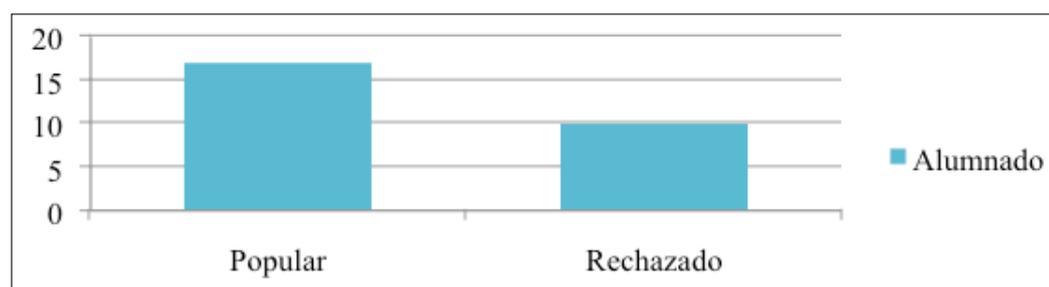


Gráfico 1. Resumen grupo experimental Cuestionario BULL-S.

Por otro lado, como se observa en el gráfico 2, el 55.55% del grupo control son sujetos rechazados y el 44.44%, son sujetos no rechazados o populares, por lo que también ejercen una influencia negativa y de dominación sobre los menos populares o rechazados.

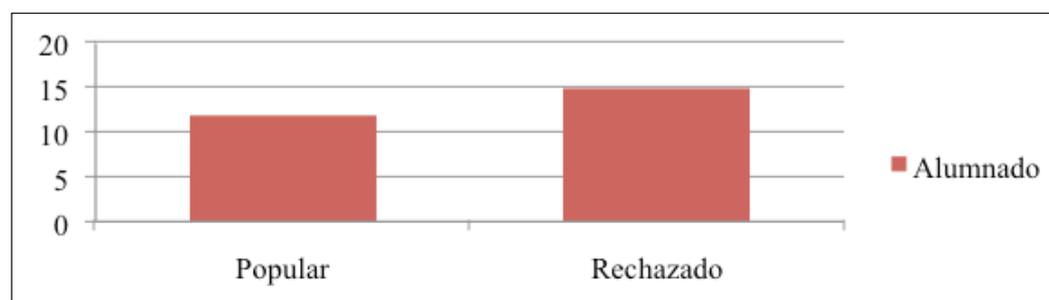
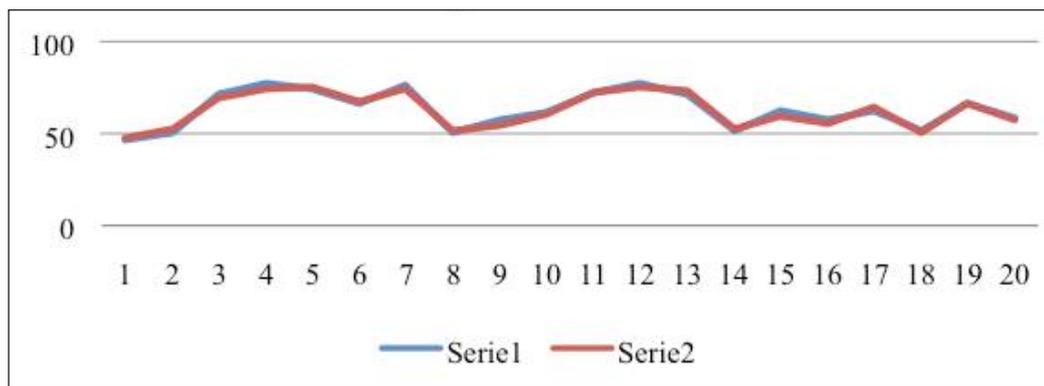


Gráfico 2. Resumen grupo control.

Tras administrar el Test de Inteligencia Emocional, se midió el nivel inicial y final de IE en los grupos experimental y control.

La media de CIE del grupo experimental es de 60.9 y la del grupo control es de 63.75. Como se puede observar los grupos son bastante equivalentes, pues sólo se observa una ligera diferencia que resulta poco significativa.

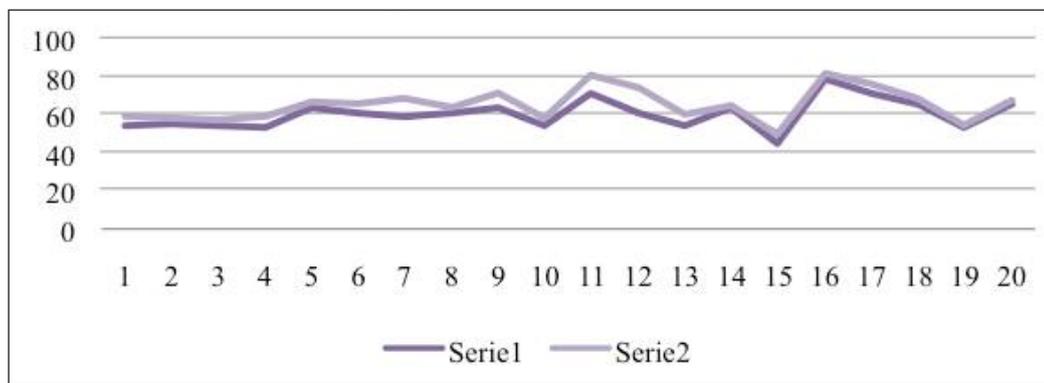
La varianza de las puntuaciones obtenidas por el grupo control antes y después del tratamiento, tal y como muestra el gráfico3, no son significativas. La media actual final de CIE del grupo es de 63.33, no varía prácticamente. Po otro lado, analizando el estadístico *t* de muestras emparejadas, se observa que las medias de las puntuaciones obtenidas por los sujetos del grupo control no son estadísticamente significativas, pues  $t=1.143$  y  $p=.267$  considerando  $\alpha = .05$ .



**Gráfico 3.** Resumen Test IE grupo control.

En cuanto al grupo experimental, como se puede observar a simple vista en el gráfico 4, se puede predecir un aumento de las puntuaciones en el CIE de los sujetos.

La media final de de dicho coeficiente en el grupo experimental es de 65.8, casi 5 puntos más de los que se obtuvieron en el test inicial. Sin embargo, para comprobar si esas posibles diferencias son o significativas se ha empleado la prueba *t* para muestras emparejadas. Dicho análisis concluye en que, siendo  $\alpha = .05$ ,  $t = -6.758$  y  $p = .000$ , existe una diferencia estadísticamente significativa y, con ello, como se ha hecho referencia en el comienzo del apartado de discusión, se considera que los datos dan soporte a la hipótesis de que un programa de mejora de la IE reduciría los efectos de un clima de aula negativo causado por los problemas de conducta del alumnado de 2º de ESO.



**Gráfico 4.** Resumen Test IE grupo experimental

#### 4. Discusión

El fin de la investigación se orienta a mejorar las conductas disruptivas y con ello el clima del aula, pues según diversos estudios y la propia experiencia del profesorado están incrementando entre el alumnado cada vez más joven.

Uno de los aspectos más importantes a destacar es que, pese a las bajas expectativas de los sujetos al inicio de la intervención, el planteamiento dinámico del programa y las actividades grupales han logrado desarrollar en ellos actitudes positivas y una mayor disposición a participar en él. Así mismo, los sujetos han mostrado un control progresivamente mayor de sus conductas negativas dentro del aula.

Todo ello conduce al planteamiento de que los programas destinados a la mejora de conductas mediante el desarrollo de la IE son efectivos, sobre todo si se diseñan una vez analizadas las características específicas de la población a la que se desea aplicar.



No obstante, este tipo de proyectos se podría extrapolar a otros contextos educativos con el fin de reforzar y afianzar valores, estrategias y habilidades emocionales que faciliten a los sujetos la interacción, la autorregulación y el adecuado enfrentamiento a la diversidad de circunstancias que la vida en sí lleva implícitas.

## 5. Conclusiones

Bien es cierto que los problemas de disrupción parecen concebir el estado de una pandemia dentro de un centro educativo. Bien es cierto que actualmente se considera importante tanto en el ámbito educativo como psicopedagógico fomentar el desarrollo de la IE en el alumnado. De la combinación de ambos rasgos se ha intentado plasmar y guiar la presente investigación.

Tras la realización de la investigación, queda reflejado que si los adolescentes adquieren cierta habilidad en el manejo y control de sus emociones y las de los demás, se obtendrán mejores condiciones para el proceso de enseñanza-aprendizaje en las aulas y en los propios centros educativos, aunque también se les prepara emocionalmente para manejar cualquier situación fuera del ámbito educativo.

Centrando las conclusiones, por todo lo expuesto a lo largo del trabajo y, en concreto, en el apartado de resultados, se verifica la hipótesis de la cual se ha partido, si “Existen diferencias significativas en la mejora de la conducta disruptiva de alumnado de 2º de ESO mediante el diseño e implementación de programas específicos de Inteligencia emocional”. Los datos analizados dan soporte a la hipótesis, con lo que la hipótesis nula implícita en las pruebas de medición, queda rechazada.

No obstante, el programa planteado es mejorable en diversos aspectos, como puede ser la duración y los destinatarios. De hecho, este tipo de programas tendrían mayor efectividad si se diseñaran para ser implementados a lo largo de un trimestre, concretamente en el primer trimestre del curso académico tras las sesiones de acogida. Así mismo y en relación con lo anterior, la implantación en el primer ciclo de Educación Secundaria no sólo mejoraría los resultados obtenidos, sino que al ejecutarlo en 1º y 2º de ESO serviría para reducir en mayor grado las conductas disruptivas creando un clima de convivencia más positivo tanto en el aula como en el centro educativo.

En último lugar, además de ampliar temporalmente el programa de IE resultaría más que beneficioso introducir y combinar otros aspectos como puedan ser el empleo de la creatividad y el de la música para trabajar la educación emocional e incluso, realizar talleres para padres en los que se les entrene en el desarrollo y la potenciación de las habilidades emocionales de sus hijos/as a través de la adquisición de técnicas, estrategias y de actividades para su puesta en práctica dentro del ambiente familiar.

**Agradecimientos:** a ellas, a vosotras, siempre maestras y compañeras en el camino.

## Referencias

- Albero Alarco, J. et al.(2013). *Inteligencia emocional aplicada a las Dificultades de aprendizaje. Experiencias individuales: Conducta disruptiva*. Generatitat Valenciana, Consellería d'Educació Cultura i Esport., 241-250. [Consulta: 29 de marzo de 2015] [http://www.lavirtu.com/eniusimg/enius4/2013/11/adjuntos\\_fichero\\_695720\\_aecf808afcfb4629.pdf](http://www.lavirtu.com/eniusimg/enius4/2013/11/adjuntos_fichero_695720_aecf808afcfb4629.pdf)
- Bisquerra, R., Punset, E., Mora, F., et al. (2012). *¿Cómo educar las emociones? La inteligencia emocional en la infancia y la adolescencia*. Barcelona. Observatorio Faros. [Consulta: 2 de abril de 2015] [http://faros.hsjdbcn.org/sites/default/files/faros\\_6\\_cast.pdf](http://faros.hsjdbcn.org/sites/default/files/faros_6_cast.pdf)

- Jimenez Bautista, F. (2012). "Conocer para comprender la violencia: origen, causas y realidad." En *Convergencia, Revista de Ciencias Sociales*, 19(58), 13-52.
- Juste, M. P., & Regal, M. T. G. (2007). *Concepto, tipos y etiología de las conductas disruptivas en un centro de Educación Secundaria y Bachillerato desde la perspectiva del profesorado*. *Revista de Pedagogía*, 28(81), 111-134.
- Lantieri, L., & Goleman, D. (2009). *Inteligencia emocional infantil y juvenil: Ejercicios para cultivar la fortaleza interior en niños y jóvenes*. Madrid. Aguilar.
- Mayer, J.D., Salovey, P. (1993). *The intelligence of emotional intelligence*. *Intelligence, Elsevier*, 17, 433- 442. [Consulta: 29 de marzo de 2015] <http://www.sciencedirect.com/science/article/pii/0160289693900103>
- Organización Mundial de la Salud. (2002). *Informe mundial sobre la violencia y la salud: resumen*. Ginebra: Organización Mundial de la Salud. [Consulta: 15 de mayo de 2015] [http://apps.who.int/iris/bitstream/10665/67411/1/a77102\\_spa.pdf](http://apps.who.int/iris/bitstream/10665/67411/1/a77102_spa.pdf)
- Perls, F. S. (1974). *Sueños y existencia. Terapia gestáltica*. Santiago de Chile. Cuatro Vientos, 2ª edición.
- Real Academia Española. (2012). *Diccionario de la lengua española*. 22ª edición. [Consulta: 14 de mayo de 2015]. <http://www.rae.es/>
- Sulbarán, A., & Salazar, A. L. (2015). *Estudio de las conductas disruptivas en la escuela según la percepción docente*. [Versión electrónica] Portal de revistas *ULA*. Administración Educacional, (2), 35-50. <http://erevistas.saber.ula.ve/index.php/administracioneducacional/article/view/5302>
- Vértices Psicólogos. (2014). *Glosario alfabético*. [Consulta: 18 de mayo de 2015] <http://www.verticespsicologos.es/resources/Diccionario+de++psicologia.pdf>

## Webgrafía

- La Botica del Orientador. (2011). 126 dinámicas de educación emocional [On-line]. Recuperado de: <http://orientafer.blogspot.com.es/2011/09/126-dinamicas-de-educacion-emocional.html>
- Gazte Forum. (2006). 24 dinámicas grupales para trabajar con adolescentes [On-line]. Recuperado de: <http://www.gazteforum.net/pictures/dokumentazioa/dinamicas.pdf>
- Zarzar, C.(2000). La didáctica grupal, p. 68-91, [On-line]. Recuperado de: [https://books.google.es/books?id=V3T4etphMm4C&pg=PA71&lpg=PA71&dq=tecnica+grupal+el+fin+del+mundo&source=bl&ots=aSjguHnuJY&sig=t4Jto4vKoMG56P753SPvA2zd\\_vY&hl=es&sa=X&ei=yq1VVerKEsz9Upr0gMAI&ved=0CC0Q6AEwAg#v=onepage&q=tecnica%20grupal%20el%20fin%20del%20mundo&f=false](https://books.google.es/books?id=V3T4etphMm4C&pg=PA71&lpg=PA71&dq=tecnica+grupal+el+fin+del+mundo&source=bl&ots=aSjguHnuJY&sig=t4Jto4vKoMG56P753SPvA2zd_vY&hl=es&sa=X&ei=yq1VVerKEsz9Upr0gMAI&ved=0CC0Q6AEwAg#v=onepage&q=tecnica%20grupal%20el%20fin%20del%20mundo&f=false)
- I.E.S. Parque de Monfragüer. (2012). Web de Inteligencia emocional [On-line]. Recuperado de: <https://mentorias-con-corazonpdm.wikispaces.com/>