

Fortaleciendo la inteligencia emocional

Estrategia de tutoría en
educación universitaria

Mary Juana Alarcón Neira
Miriam Vilma Vallejo Martínez
María Magdalena Huerta Flores
Mirtha Soledad Herrera Alamo
Annie Rosa Soto Zavaleta



IDEOS

Centro de Investigación
y Producción Científica

Fortaleciendo la inteligencia emocional

Estrategia de Tutoría en Educación

Universitaria

Editor



Fortaleciendo la inteligencia emocional

Estrategia de Tutoría en Educación Universitaria

Mary Juana Alarcón Neira, Miriam Vilma Vallejo Martínez, María Magdalena Huerta Flores, Mirtha Soledad Herrera Alamo, Annie Rosa Soto Zavaleta

Editado por

CENTRO DE INVESTIGACIÓN & PRODUCCIÓN CIENTÍFICA
IDEOS E.I.R.L

Dirección: Calle Teruel 292, Miraflores, Lima, Perú.

RUC: 20606452153

Primera edición digital, Setiembre 2024

Libro electrónico disponible en www.tecnohumanismo.online

ISBN: 978-612-5166-02-9

Registro de Depósito legal N°: 2024-07902

ISBN: 978-612-5166-02-9



**Derecho de imagen: Archivo de Dirección de Imagen
Institucional UNS**

Mary Juana Alarcón Neira

 <https://orcid.org/0000-0003-3219-9475>

malarcon@uns.edu.pe

Universidad Nacional del Santa, Chimbote, Áncash, Perú

Miriam Vilma Vallejo Martínez

 <https://orcid.org/0000-0001-7706-7922>

mvallejo@uns.edu.pe

Universidad Nacional del Santa, Chimbote, Áncash, Perú

María Magdalena Huerta Flores

 <https://orcid.org/0000-0002-4108-4760>

mhuerta@uns.edu.pe

Universidad Nacional del Santa, Chimbote, Áncash, Perú

Mirtha Soledad Herrera Alamo

 <https://orcid.org/0000-0003-3223-2140>

mirtha_ha@hotmail.com

Independiente

Annie Rosa Soto Zavaleta

 <https://orcid.org/0000-0003-0014-9844>

asoto@uns.edu.pe

Universidad Nacional del Santa, Chimbote, Áncash, Perú

Este libro científico se ha originado del informe de investigación:

**“PROPUESTA DE TUTORIA CON ESTUDIANTES MENTORES
PARA FORTALECER LA INTELIGENCIA EMOCIONAL EN LA
ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACION INICIAL. 2021”**

Presentada por la Dra. Mary Juana Alarcón Neira en coautoría de
Mg. Miriam Vallejo Martínez, Mg. María Huerta Flores en la
Universidad Nacional del Santa, Facultad de Educación y
Humanidades, Chimbote, Áncash, Perú el año 2023

Reseña

El libro "Fortaleciendo la inteligencia emocional: Estrategia de Tutoría en Educación Universitaria" presenta una exhaustiva investigación cuyo objetivo central es demostrar la efectividad de una propuesta de tutoría basada en estudiantes mentores para fortalecer la inteligencia emocional en la escuela profesional de educación inicial de la Universidad Nacional del Santa. Esta investigación, de tipo aplicada, se estructuró utilizando un diseño de pre y post prueba con un solo grupo de estudio. La muestra estuvo compuesta por 12 estudiantes mentores de los ciclos VII y X, y 61 estudiantes mentees de los ciclos I al IV. Para evaluar la inteligencia emocional de los participantes, se utilizó el Inventario de Cociente Emocional (EQ-i) de Bar-On, que consta de 133 ítems y abarca componentes como el intrapersonal, interpersonal, adaptabilidad, manejo de estrés y estado de ánimo general.

La implementación de la tutoría, adaptada a las condiciones impuestas por la pandemia, se llevó a cabo de manera virtual a través de reuniones por Zoom. Durante estas sesiones, se desarrollaron talleres centrados en temas fundamentales para el desarrollo emocional, tales como el autoconcepto, la resiliencia, la autoestima, la empatía, la asertividad y la gestión de emociones. Las actividades contaron con la participación activa de mentoras, mentees, psicólogas para soporte emocional y una docente tutora.

El análisis estadístico de los datos obtenidos mediante la prueba de rangos con signo de Wilcoxon mostró resultados contundentes. De los 61 pares de estudiantes evaluados, 49 mostraron una mejora significativa en su inteligencia emocional en el post test, en comparación con el pre test. Los resultados estadísticos reflejaron un valor $p = 0.000 < 0.05$, lo que confirma, con un nivel de significancia del 5%, que la propuesta de tutoría con estudiantes mentores elevó de manera significativa la inteligencia emocional de los estudiantes que participaron en el estudio.

Este trabajo de investigación no solo evidencia la importancia de las estrategias de tutoría en el ámbito universitario, sino que también destaca la relevancia de fomentar habilidades emocionales en los estudiantes para su desarrollo integral. La implementación de este tipo de programas puede servir como modelo para otras instituciones de educación superior que buscan mejorar el bienestar emocional y académico de sus estudiantes.

Índice

Reseña.....	3
Introducción	7
CAPÍTULO I.....	11
IMPACTO DE LA PANDEMIA EN LA TUTORÍA UNIVERSITARIA Y ADAPTACIÓN A NUEVAS REALIDADES	11
1.1. Estado de Arte	19
1.2. Objetivos.....	22
1.3. Hipótesis	27
CAPÍTULO II.....	32
FUNDAMENTOS DE LA TUTORÍA UNIVERSITARIA	32
2.1. Objetivos y áreas de la Tutoría y Consejería en la UNS.....	40
2.2. Fundamentos de la Tutoría en la Educación Superior	42
2.3. Propuestas de la Tutoría en la Educación Superior	46
2.4. Perfil y Funciones del Tutor Universitario.....	50
2.4.1. Perfil del Tutor Universitario	51
2.4.2. Funciones del Tutor Universitario.....	53
CAPÍTULO III.....	61
CONCEPTOS Y TEORÍAS DE LA INTELIGENCIA EMOCIONAL.....	61
3.1. Definición de Inteligencia Emocional	62
3.2. Teorías Relevantes sobre Inteligencia Emocional.....	63
3.3. Importancia de la Inteligencia Emocional en el Contexto Universitario	68
3.4. Propuesta de tutoría con estudiantes mentores.....	71
CAPÍTULO IV	79
EVALUACIÓN DE LA INTELIGENCIA EMOCIONAL CON EL INVENTARIO DE COCIENTE EMOCIONAL DE BAR-ON.....	79
4.1. Componentes Principales del EQ-i de Bar-On.....	80
4.1.1. Autoestima (Self-Regard).....	80
4.1.2. Autoevaluación Emocional (Emotional Self-Awareness)	81
4.1.3. Regulación Emocional (Emotional Regulation)	82
4.1.4. Habilidades Interpersonales (Interpersonal Relationships).....	83
4.1.5. Adaptabilidad (Adaptability).....	83
4.1.6. Manejo del Estrés (Stress Management).....	84

4.1.7. Optimismo (Optimism)	85
4.2. Uso y Aplicación del EQ-i de Bar-On en la Evaluación de la Inteligencia Emocional.....	86
4.2.1. Fundamentos del EQ-i.....	86
4.2.2. Uso del EQ-i en la Evaluación.....	87
4.2.3. Aplicación del EQ-i en Contextos Específicos	88
4.2.4. Beneficios y Limitaciones del EQ-i.....	89
CAPÍTULO V.....	91
DISEÑO DE UNA ESTRATEGIA DE TUTORÍA CON ESTUDIANTES MENTORES.....	91
5.1. Definición y Objetivos de la Estrategia de Tutoría con Estudiantes Mentores.....	93
5.2. Selección y Capacitación de Estudiantes Mentores	94
5.3. Implementación de la Estrategia de Tutoría	95
5.4. Beneficios y Retos del Programa de Tutoría con Estudiantes Mentores....	96
5.5. Fundamento Psicopedagógico de la Estrategia	98
5.6. La Teoría Constructivista de Jean Piaget.....	102
5.7. Participantes y Roles en la Propuesta de Tutoría con Estudiantes Mentores	104
5.7.1. Estudiantes Mentores	104
5.7.2. Tutores Académicos	105
5.7.3. Coordinador del Programa de Tutoría.....	106
5.7.4. Estudiantes Asignados (Receptor de Mentoría)	107
5.7.5. Personal Administrativo y de Apoyo	107
5.8. Aspectos Clave a Abordar en la Estrategia de Tutoría.....	108
5.8.1. Identificación de Necesidades y Objetivos.....	108
5.8.2. Diseño del Plan de Tutoría.....	109
5.8.3. Implementación y Monitoreo.....	109
5.8.4. Desarrollo de Habilidades Emocionales.....	110
5.8.5. Apoyo en la Orientación Profesional.....	111
5.8.6. Evaluación y Retroalimentación	111
5.8.7. Fomento de la Autonomía.....	112
CAPÍTULO VI.....	113

METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN.....	113
CAPÍTULO VII	121
ANÁLISIS Y DISCUSIÓN DE RESULTADOS.....	121
CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES.....	150
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS Y VIRTUALES.....	158

Introducción

En el dinámico mundo de la educación universitaria, la inteligencia emocional ha emergido como un componente esencial para el éxito académico y personal de los estudiantes. La capacidad para reconocer, entender y gestionar las propias emociones, así como para interpretar y responder a las emociones de los demás, juega un papel fundamental en la vida universitaria. Este libro, *Fortaleciendo la Inteligencia Emocional: Estrategia de Tutoría en Educación Universitaria*, se adentra en el papel vital que la inteligencia emocional desempeña en los entornos académico y personal, explorando cómo puede ser cultivada y aplicada de manera efectiva a través de estrategias de tutoría basada en la mentoría que ejercen estudiantes de ciclos superiores con soporte emocional de psicólogos.

En el contexto universitario, los desafíos emocionales que enfrentan los estudiantes no se limitan únicamente a la carga académica. Las presiones sociales, las expectativas familiares y las decisiones futuras contribuyen a un complejo entramado emocional que puede influir significativamente en su rendimiento y bienestar. Reconocer la importancia de la inteligencia emocional y abordarla de manera proactiva es fundamental para brindar un apoyo integral a los estudiantes, ayudándolos a navegar estos desafíos con mayor resiliencia y eficacia.

Este libro ofrece un enfoque integral para fortalecer la inteligencia emocional en el ámbito universitario, a través de una estrategia de tutoría con estudiantes mentores y acompañamiento psicológico que se basa en la investigación y en prácticas efectivas. Se exploran conceptos clave de la inteligencia emocional, se presentan herramientas y técnicas para su desarrollo y se ofrece una guía práctica para los tutores, con el objetivo de mejorar el acompañamiento y apoyo a los estudiantes.

A lo largo de este texto, se profundiza en la relación entre la inteligencia emocional y el desempeño académico, destacando cómo la tutoría basado en la mentoría de estudiantes puede ser una herramienta poderosa para potenciar las habilidades emocionales de los estudiantes mentees. Al proporcionar una base sólida para la implementación de estrategias efectivas, este libro busca contribuir a la formación de estudiantes más equilibrados, seguros y exitosos.

Invitamos a los lectores a sumergirse en este análisis detallado, con la esperanza de que las estrategias y enfoques presentados en estas páginas no solo enriquezcan la experiencia educativa, sino que también fomenten un entorno universitario más comprensivo y empático.

En el primer capítulo, se explora cómo la crisis sanitaria global ha transformado las prácticas de tutoría, adaptándolas a las circunstancias excepcionales que vivimos. Esta sección proporciona una visión general de las dificultades y oportunidades que surgieron durante este periodo y plantea los objetivos y las hipótesis que guiarán el estudio.

El segundo capítulo se centra en los fundamentos de la tutoría universitaria. Se detalla los propósitos de la tutoría y la consejería en la Universidad Nacional del Santa, y se exploran los principios que sustentan la tutoría en la educación superior. Además, se presentan propuestas para mejorar las prácticas de tutoría en este contexto y se define el perfil y las funciones del tutor universitario, desglosando cada aspecto relevante para un desempeño efectivo.

En el tercer capítulo, se aborda el concepto de inteligencia emocional, proporcionando una definición clara y detallada. Se examinan las teorías más relevantes sobre

la inteligencia emocional y se discute su importancia en el contexto universitario, analizando cómo esta capacidad afecta el rendimiento y el bienestar de los estudiantes.

El cuarto capítulo se dedica a la evaluación de la inteligencia emocional utilizando el Inventario de Cociente Emocional de Bar-On. Se describen los componentes principales del EQ-i, tales como la autoestima, la autoevaluación emocional, la regulación emocional, las habilidades interpersonales, la adaptabilidad, el manejo del estrés y el optimismo. Asimismo, se analiza el uso y la aplicación del EQ-i en diferentes contextos, evaluando tanto sus beneficios como sus limitaciones.

El quinto capítulo propone un diseño para una estrategia de tutoría con estudiantes mentores. Se define esta estrategia, se establecen sus objetivos y se describe el proceso de selección y capacitación de los estudiantes mentores. También se exploran los beneficios y retos asociados con la implementación del programa, así como el fundamento psicopedagógico que lo respalda, incluyendo la teoría constructivista de Jean Piaget. Se detallan los roles y participantes en el programa de tutoría, incluyendo estudiantes mentores, tutores académicos, coordinadores, estudiantes asignados y personal administrativo. Finalmente, se abordan los aspectos clave a considerar en la estrategia de tutoría, desde la identificación de necesidades hasta la evaluación y retroalimentación.

El sexto capítulo se enfoca en la metodología de la investigación, proporcionando una visión general de los métodos y técnicas empleadas en el estudio. El séptimo capítulo presenta el análisis y la discusión de los resultados obtenidos, destacando los hallazgos más significativos y sus implicaciones.

Finalmente, el libro concluye con una sección de conclusiones y recomendaciones, seguidas de las referencias bibliográficas y virtuales consultadas para la elaboración del trabajo.

CAPÍTULO I

IMPACTO DE LA PANDEMIA EN LA TUTORÍA UNIVERSITARIA Y ADAPTACIÓN A NUEVAS REALIDADES

A finales del año 2019, al enfrentar una de las crisis más desafiantes de la historia reciente: la pandemia del Covid-19. Este evento global se originó en Wuhan, una ciudad de la provincia de Hubei en China, donde los primeros casos del nuevo coronavirus 2019-nCoV, conocido comúnmente como Covid-19, fueron identificados. La rápida propagación del virus desde su epicentro en Wuhan hacia otras ciudades chinas y, posteriormente, a través del Sureste Asiático, Europa y América, desencadenó una respuesta global sin precedentes. Según informes de la Organización Panamericana de la Salud (OPS) en 2020, el contagio se esparció con una velocidad alarmante, provocando que la situación se convirtiera en una emergencia sanitaria internacional.

El 30 de enero de 2020, el Comité de Emergencias para el Reglamento Sanitario Internacional (RSI) de la Organización Mundial de la Salud (OMS) declaró oficialmente el brote de Covid-19 como una emergencia de salud pública de preocupación internacional. Esta declaración marcó el inicio de una serie de medidas drásticas adoptadas por gobiernos alrededor del mundo. Entre estas medidas se encontraba el cierre de fronteras, con restricciones severas para el ingreso de personas a través de vías aéreas, terrestres y acuáticas. Los países comenzaron a implementar cuarentenas obligatorias, confinando a la población en sus hogares y paralizando muchas actividades económicas. Esta estrategia de aislamiento social fue diseñada para minimizar la propagación del virus y proteger a la población, aunque también generó desafíos significativos en diversos aspectos de la vida cotidiana.

Los establecimientos laborales se vieron particularmente afectados, con la mayoría de las empresas y organizaciones enfrentando una falta de empleados debido a las restricciones de movilidad y al confinamiento. Entre los sectores más golpeados se encontraban el de la salud y el militar, cuyas fuerzas trabajaron incansablemente en la primera línea de batalla contra la pandemia. A pesar de los rigurosos protocolos de protección implementados, muchos trabajadores de estos sectores esenciales se contagiaron con el virus. La pérdida de vidas en estos campos fue considerable, lo que produjo un profundo impacto emocional en las familias y comunidades afectadas, generando tristeza y una sensación de desolación generalizada.

Durante los años 2020 y 2021, los estudios mostraron que los jóvenes de entre 18 y 21 años fueron particularmente vulnerables a los efectos psicológicos de la pandemia. La interrupción de sus rutinas diarias y la transición abrupta hacia el aprendizaje en línea y el trabajo remoto contribuyeron a un aumento significativo en los problemas de salud mental. La ansiedad y la depresión se convirtieron en experiencias comunes entre este grupo etario, exacerbadas por el aislamiento social y la incertidumbre respecto al futuro. La dependencia de la tecnología también se incrementó, ya que se convirtió en una herramienta vital para mantener el contacto social y continuar con las actividades académicas y profesionales, aunque también trajo consigo desafíos adicionales relacionados con la sobreexposición a pantallas y la dificultad de establecer límites entre el trabajo y la vida personal.

El impacto del Covid-19 en la salud mental se evidenció en un aumento generalizado de los problemas de ansiedad y depresión, afectando a personas de todas las edades. Sin embargo, los jóvenes enfrentaron desafíos únicos debido a la incertidumbre sobre sus carreras, estudios y perspectivas de futuro. Esta situación también generó un mayor estrés relacionado con la preocupación por la salud propia y de los seres queridos, así como con la

interrupción de sus rutinas y actividades sociales habituales. La pandemia alteró profundamente el equilibrio entre la vida personal y profesional, llevando a una mayor presión psicológica y emocional.

Ante estos retos, se subrayó la importancia de desarrollar estrategias de afrontamiento y resiliencia emocional tanto a nivel individual como comunitario. Las estrategias de afrontamiento efectivas ayudaron a las personas a manejar el estrés y a adaptarse a las nuevas circunstancias impuestas por la pandemia. La resiliencia emocional se convirtió en un recurso clave para enfrentar las adversidades, permitiendo a los individuos y comunidades encontrar formas de superar los desafíos y mantener un equilibrio en medio de la crisis.

Además, la pandemia puso de relieve la necesidad urgente de proporcionar acceso a servicios de salud mental adecuados y apoyo psicosocial para la población. Se hizo evidente que, para abordar eficazmente los problemas de salud mental emergentes durante la pandemia, era esencial garantizar que los jóvenes y el público en general tuvieran acceso a recursos y apoyo emocional adecuados. Este enfoque no solo ayudó a mitigar los efectos negativos en la salud mental, sino que también promovió un sentido de comunidad y solidaridad en tiempos de incertidumbre y desafío. La pandemia subrayó la importancia de fortalecer los sistemas de apoyo psicosocial y de salud mental para enfrentar de manera efectiva las crisis futuras y asegurar el bienestar integral de la población.

El gobierno peruano a través de diversas autoridades regionales y locales trataron de abastecer a las familias de escasos recursos económicos dotando de kits educativos, canastas familiares y posteriormente el aporte económico a través de un bono familiar. Los empleados del sector público y privado iniciaron una nueva fase de atención virtual, trabajando desde casa y haciendo uso de las diversas herramientas tecnológicas para la atención a la población en diversos aspectos educativos, sociales, culturales y salud. A nivel educativo con la finalidad

de no propagar el virus COVID-19, el 12 de marzo 2020 el Ministerio de Educación (MINEDU) dispuso la postergación del inicio de clases en los niveles de inicial, primaria y secundaria la estrategia de aprendo en casa utilizando los diferentes medios de comunicación, radio, televisión y en la web en transmitir programas educativos para cada grado, y facilitar los maestros la programación educativa a fin de ser contextualizadas y hacer el seguimiento a través de mensajes, WhatsApp u otros que seleccionaron de acuerdo a la realidad en la que este inmerso a fin de poder mantenerse conectados y brindar orientaciones educativas para el proceso enseñanza aprendizaje que conlleva al acompañamiento pedagógico y soporte emocional a las familias peruanas. De la misma forma prosiguió las mismas medidas en las universidades peruanas restringiendo la interacción de los estudiantes en forma presencial, asumiendo la educación desde la fase online a través del uso de diferentes plataformas para este fin.

Durante los últimos dos años, la convivencia familiar se ha convertido en el núcleo de nuestras vidas, redefiniendo nuestras interacciones sociales y nuestras rutinas diarias. Las restricciones de distanciamiento físico impuestas por la pandemia transformaron el contacto social, limitándolo principalmente a los miembros del hogar. La necesidad de adaptarnos a esta nueva realidad llevó a la formación de una rutina diaria en la que las actividades esenciales como el trabajo, la educación y las responsabilidades domésticas se entrelazaron en una única experiencia continua. La vida se convirtió en una serie ininterrumpida de tareas, desde el trabajo en línea hasta las clases virtuales, con muy pocas oportunidades para el contacto social fuera del núcleo familiar.

Esta experiencia prolongada de convivencia intensa en el hogar, lejos de las interacciones sociales habituales, generó un entorno monótono y restringido que tuvo profundas implicancias emocionales. Las rutinas repetitivas y la falta de variedad en las

interacciones sociales afectaron el bienestar emocional de todos los miembros de la familia, especialmente de los niños y adolescentes. Estos efectos se hicieron evidentes en un estudio conjunto realizado por el Ministerio de Salud (MINSA) y UNICEF en octubre de 2020, el cual puso de manifiesto que el 33,6% de las niñas, niños y adolescentes en Perú presentaron dificultades significativas en aspectos socioemocionales debido a la pandemia.

Además, el estudio reveló que esta situación se agravó considerablemente cuando los cuidadores, particularmente los padres, mostraban signos de depresión. En tales casos, la tasa de dificultades socioemocionales en los menores ascendió a un alarmante 69,4%. Este dato subraya cómo el bienestar emocional de los cuidadores tiene un impacto directo en el estado emocional de los niños, acentuando la interconexión entre las condiciones de los adultos y el bienestar de los menores.

En respuesta a estas preocupaciones crecientes, el Ministerio de Salud puso en marcha un servicio de atención de salud mental por teléfono, con la intención de ofrecer apoyo emocional a las familias afectadas. Este servicio, que comenzó en las regiones de Loreto, Ucayali, Lima y Huancavelica, se expandió gradualmente para cubrir todo el territorio peruano. La implementación de este servicio fue una medida crucial para proporcionar asistencia emocional y apoyo confidencial durante una crisis sin precedentes. Los especialistas en salud mental trabajaron arduamente para ofrecer una red de soporte a aquellos que enfrentaban dificultades, garantizando que las personas tuvieran acceso a recursos y ayuda profesional durante los momentos más críticos de la pandemia.

La introducción de esta línea de atención fue una respuesta proactiva para mitigar los efectos emocionales de la pandemia y ofrecer un rayo de esperanza a las familias que navegaban por la incertidumbre y el estrés prolongado. Esta iniciativa no solo abordó las necesidades inmediatas de salud mental, sino que también reflejó un compromiso con el

bienestar emocional a largo plazo de la población, demostrando la importancia de mantener el apoyo psicológico accesible incluso en tiempos de crisis.

Nuestra población de estudiantes de la escuela profesional de educación inicial de nuestra alma mater Universidad Nacional del Santa donde, en especial los ingresantes quienes iniciaron en un espacio nuevo donde se vieron reflejada de inseguridades, acompañados de problemas tecnológicos como fue la señal, falta de conectividad el no poseer los equipos necesarios para poder llevar con normalidad sus actividades académicas hizo en las estudiantes generar ansiedad, el nerviosismo la desesperación de no poder acceder, acompañado de la pérdida de familiares amigos ante esta pandemia, situación que también pasaban estudiantes de otras universidades nacionales que según Casimiro (2023) en su estudio sobre estados emocionales en estudiantes universitarios peruanos en tiempos de pandemia muestra resultados sobre Depresión leve en un 53.3%, miedo controlable en un 51.9%, y ansiedad leve en un 51.3% todo ello acompañado con algunas dificultades para poder ingresar como es la falta de señal, conectividad, falta de megas para acceder a la plataforma Moodle o zoom les resultaba ser demasiado pesas para los equipos que contaban. Para contribuir a atender esta situación, con el Minsa se instaló el primer servicio de atención de salud mental por teléfono en Perú con la finalidad de llegar a adolescentes y su entorno familiar en Loreto, Ucayali, Huancavelica y Lima. La línea gratuita 0800 - 00194 es atendida por profesionales quienes proporcionan soporte emocional y confidencial en el contexto de la COVID-19. Extendiéndose posteriormente a todo el país.

En la educación superior se estableció la enseñanza virtual, donde la universidad nacional del Santa (UNS) a través del uso de la plataforma Moodle y el zoom institucional, urgió la necesidad de realizar capacitaciones al personal docente, administrativo y estudiantes apoyando en la implementación de equipos móviles, chips con recargas telefónicas a los

estudiantes de bajos recursos económicos a fin de acceder a la educación brindada por los maestros de las diferentes facultades y especialidades, considerando ese aspecto de formación cognitiva parte de su formación universitaria, descuidando ese aspecto de soporte emocional que se requería en estos espacios centrado en habilidades intra e interpersonales donde por la virtualidad y el tiempo limitado para el desarrollo de las asignaturas donde en muchas ocasiones se observó que los estudiantes estaban ausentes de las clases por múltiples situaciones a ello la confianza que suelen tener los estudiantes no es con sus docentes en muchas ocasiones son con sus pares a los que le comparten sus problemas o simplemente se aíslan y se agobian en sus problemas los que repercuten en su normal avance académico y por ende en su personalidad que no le permitirá enfrentar el mundo desafiante. De acuerdo con el modelo de BarOn (1997), la inteligencia emocional es un conjunto de habilidades Intrapersonal e Interpersonal que permitirán hacer frente las demandas y precisiones que se requiere para afrontar nuestro mundo donde la adaptabilidad, manejo de tensión, ánimo general permitirá poder llevarlo con naturalidad, donde las habilidades que poseen los estudiantes es diversa a ello se acompaña con el grado de su madurez y del cumulo de experiencias adquiridas en su etapa de formación y experiencias personales poder actuar como mentores, porque ello, porque consideramos que el estudiante junto a sus pares se desenvuelve con naturalidad y suelen apoyarse mutuamente “La confianza es una manera determinada de ver y concebir una persona, creemos que es muy importante desarrollar la autoconfianza en el alumno y la confianza hacia los educadores, los compañeros y el entorno, para que el proceso de enseñanza-aprendizaje sea adecuado, agradable y exitoso” (Antero, 2016, p. 12). Consideramos no solo en el aspecto cognitivo sino en lo personal que nos permite desarrollar personas integras con un buen soporte emocional desarrollado en la virtualidad.

La formulación del problema en cuestión busca explorar la manera en que una propuesta de tutoría, en la que los estudiantes actúan como mentores, puede influir en el fortalecimiento de la inteligencia emocional dentro de la escuela profesional de educación inicial. Esta cuestión plantea un interés fundamental en el contexto educativo, dado que la inteligencia emocional ha demostrado ser una competencia crucial para el desarrollo integral de los estudiantes, no solo en términos académicos, sino también en su capacidad para manejar las relaciones interpersonales y enfrentar los desafíos cotidianos.

La investigación se centra en entender cómo la implementación de un programa de tutoría que involucra a estudiantes mentores podría tener un impacto positivo en el desarrollo de habilidades emocionales y sociales en sus compañeros. Al adoptar esta estrategia, se pretende no solo proporcionar apoyo académico, sino también fomentar un entorno en el que los estudiantes puedan desarrollar y fortalecer su capacidad para reconocer, entender y gestionar sus propias emociones, así como las de los demás. Esta dinámica de mentoría podría ofrecer una oportunidad única para que los estudiantes compartan experiencias y conocimientos, creando un espacio de aprendizaje colaborativo que promueva el crecimiento emocional.

Además, la formulación del problema sugiere investigar cómo esta propuesta de tutoría puede influir en el clima escolar y en la cultura institucional de la escuela profesional. La idea es determinar si la interacción constante entre mentores y compañeros puede generar un ambiente más positivo y empático, favoreciendo una mayor cohesión entre los estudiantes y un mejor rendimiento académico. La cuestión también abarca la posibilidad de que el fortalecimiento de la inteligencia emocional a través de la mentoría pueda contribuir a la formación de futuros profesionales más competentes y emocionalmente equilibrados en el campo de la educación inicial.

El problema planteado pretende examinar de manera detallada el efecto de un programa de tutoría entre pares en el desarrollo de la inteligencia emocional, y cómo este efecto puede repercutir en el entorno educativo general. Se busca una comprensión profunda de los mecanismos por los cuales la tutoría puede facilitar el crecimiento emocional y, en consecuencia, mejorar la calidad de la educación y el bienestar de los estudiantes en la escuela profesional de educación inicial.

1.1. Estado de Arte

Para comprender plenamente la relevancia y el impacto de la estrategia de tutoría en la educación universitaria enfocada en la inteligencia emocional, es esencial explorar los antecedentes que han moldeado este campo. La inteligencia emocional, como concepto y práctica educativa, ha evolucionado significativamente en las últimas décadas, reflejando una creciente conciencia sobre su papel crucial en el desarrollo integral de los estudiantes.

Desde sus inicios, el estudio de la inteligencia emocional ha estado vinculado a la necesidad de integrar habilidades socioemocionales en el ámbito académico, buscando no solo el éxito académico, sino también el bienestar general de los estudiantes. En la educación universitaria, esta integración se ha convertido en una herramienta valiosa para mejorar la experiencia educativa y preparar a los estudiantes para enfrentar los desafíos personales y profesionales que encontrarán en su vida adulta.

En la búsqueda de estudios relacionados a propuestas realizadas en el tiempo de la pandemia para fortalecer la inteligencia emocional en jóvenes universitarios no se ha encontrado información, por lo que se presenta los más cercanos a ella, siendo;

Arroyo, Prado y Alva. (2021) Mentoría entre iguales, habilidades sociales y memoria en estudiantes investigación experimental, aplicada y tecnológica aplicada con estudiantes de Psicología Humana y la Filial Huancayo de la Universidad Alas Peruanas, tuvo como objetivo

establecer si la mentoría entre iguales desarrolla las habilidades sociales y la memoria indirecta en universitarios. Tubo como muestra de estudio 66 estudiantes que incluían: 57 que recibieron la mentoría y 9 mentores. El experimento consistió en brindar talleres para el desarrollo de habilidades sociales y memoria indirecta a los estudiantes. Los instrumentos utilizados para la recolección de datos poseen validez y confiabilidad. Los resultados indican que, al evaluar los efectos del programa de mentoría entre iguales en el desarrollo de las habilidades sociales, se encontraron efectos favorables en las dimensiones de: autoexpresión, defensa de los derechos, expresión de enfado, decir no, pero no, en las dimensiones de: hacer peticiones e interacciones con el sexo opuesto. En estas dimensiones no hubo transferencia del aprendizaje de los talleres brindados, lo cual indicaría que su desarrollo requiere de talleres especializados. Al procesar los resultados se tiene que $P. Valor = 0.00 < 0.05$; lo cual indica que la mentoría entre iguales desarrolla las habilidades sociales en estudiantes de la Filial Huancayo de la UAP aceptándose la hipótesis respectiva planteada.

Barba, y Torres (2021) en su tesis *Depresión y ansiedad por el confinamiento del COVID -19 en habitantes de la urbanización villa club del distrito Tinguña – Ica, 2021*, Universidad Autónoma de Ica, arriba a la conclusión de que el nivel de depresión fue mínima en un 88 % ansiedad leve en un 62.70 % y al hallar la relación entre las variables se determinó que no existe relación entre la dimensión cognitiva de la depresión y ansiedad respecto al confinamiento del Covid-19 en habitantes de la Urbanización Villa Club del distrito Tinguña-Ica, 2021. Es decir que cualquier mejora en la estabilidad emocional en cuanto a la ansiedad, no va a afectar el nivel de depresión o viceversa.

Huamani y Silva (2023) en su tesis: *Inteligencia emocional y estilos de afrontamiento al estrés en estudiantes universitarios de Lima, de la Universidad Ricardo Palma*, se estableció la existencia de relación significativa entre inteligencia emocional y el estilo de afrontamiento

al estrés enfocado en el problema en estudiantes universitarios de Lima. Indicando que, a mayor empleo de la inteligencia emocional, mayor es el empleo del estilo de afrontamiento al estrés centrado en el problema.

Leite y Cárdenas (2023) Inteligencia emocional en estudiantes de enseñanza virtual en tiempos de pandemia de un instituto de idiomas de lima 2021. Universidad Peruana de los Andes, concluye en la evaluación los estudiantes presentan un nivel de inteligencia emocional alto en 30,0%, en la dimensión de habilidades intrapersonales en la categoría muy baja capacidad emocional se tiene un 25,6%, en la dimensión de interpersonal, los estudiantes presentan el 26,7% se encuentra en la categoría muy baja , en adaptabilidad los estudiantes obtuvieron alta capacidad emocional con un 31,1%, manejo de estrés con baja capacidad emocional con un 27,8%; estado de ánimo una alta capacidad emocional de 27,8%,

Llopis, Volakh y Pérez (2022) Resiliencia en docentes universitarios: afrontando retos en tiempos de pandemia, Universidad de Río Piedras en Puerto Rico, llega a la siguiente conclusión: en cuanto al rol del docente, cabe señalar, que la pandemia, ha colocado a las Universidades en una situación sin precedentes, dejando ver sus dificultades para adaptarse a una realidad alejada del modelo tradicional de presencialidad. En este sentido, el profesorado, como sujeto implicado, se ha visto inmerso en la construcción de nuevas estrategias, para enfrentarse al sustituto del modelo de enseñanza extendido. Por todo ello, el docente ha generado resiliencia, no sólo como una manera de facilitar el impacto emocional; ni tan solo como adaptación personal ante los cambios venidos con la pandemia; sino como una forma de generación de nuevos escenarios, vínculos y estimulación de su propio desarrollo y el del estudiantado.

1.2. Objetivos

En el contexto de este estudio, se ha planteado un objetivo general que busca demostrar la eficacia de una propuesta de tutoría con estudiantes mentores para fortalecer la inteligencia emocional en la Escuela Profesional de Educación Inicial durante el año 2021. Esta propuesta se fundamenta en la premisa de que la mentoría entre pares puede ofrecer una serie de beneficios que contribuyen al desarrollo integral de los estudiantes. Para alcanzar este objetivo general, se han delineado una serie de objetivos específicos que se centran en diferentes dimensiones de la inteligencia emocional, permitiendo así una evaluación detallada y precisa del impacto de la intervención.

Uno de los primeros objetivos específicos es identificar el nivel intrapersonal de las estudiantes antes y después de la aplicación de la propuesta de tutoría. El nivel intrapersonal se refiere a la capacidad de los individuos para conocerse a sí mismos, comprender sus emociones y reflexionar sobre sus propias experiencias. Evaluar este aspecto antes y después de la intervención permitirá medir en qué grado la propuesta de tutoría contribuye al desarrollo de habilidades como la autoaceptación, la autoconciencia y la autoevaluación. Este objetivo es crucial, ya que el fortalecimiento del nivel intrapersonal puede llevar a una mayor estabilidad emocional y a una mejor toma de decisiones en el ámbito académico y personal.

De igual manera, otro objetivo específico es identificar el nivel interpersonal de las estudiantes antes y después de la implementación de la propuesta de tutoría. El nivel interpersonal se enfoca en la habilidad para establecer y mantener relaciones saludables, así como en la capacidad para comunicarse de manera efectiva y resolver conflictos. Al evaluar el impacto de la tutoría en este ámbito, se podrá determinar si la intervención mejora la capacidad de las estudiantes para interactuar de manera constructiva con sus compañeros y docentes, promoviendo un ambiente de colaboración y apoyo mutuo en la escuela profesional.

La propuesta también tiene como objetivo evaluar el nivel de adaptabilidad de las estudiantes. La adaptabilidad, que implica la capacidad de ajustarse a nuevas situaciones y cambios, es esencial en un entorno educativo en constante evolución. Identificar el nivel de adaptabilidad antes y después de la intervención permitirá observar si la propuesta de tutoría ayuda a las estudiantes a manejar mejor las transiciones y desafíos académicos, fomentando una mayor flexibilidad y resiliencia.

En paralelo, se evaluará el manejo de tensión de las estudiantes. Este aspecto está relacionado con la habilidad para gestionar el estrés y las emociones negativas de manera efectiva. La capacidad de manejar la tensión es fundamental para el bienestar emocional y la productividad académica. Al identificar y comparar el nivel de manejo de tensión antes y después de la propuesta, se podrá determinar si la tutoría contribuye a una mejor regulación emocional y a la capacidad de enfrentar situaciones estresantes con mayor eficacia.

Por último, se abordará la identificación del nivel de ánimo general de las estudiantes. El ánimo general abarca el estado de bienestar emocional y la motivación general en el contexto académico. Evaluar este aspecto antes y después de la intervención proporcionará una visión integral del impacto de la tutoría en la percepción general de las estudiantes sobre su experiencia educativa. Un incremento en el ánimo general puede reflejar una mayor satisfacción y un mejor estado emocional, lo que podría tener efectos positivos en el rendimiento académico y la calidad de vida estudiantil.

Estos objetivos específicos están diseñados para proporcionar una evaluación exhaustiva del impacto de la propuesta de tutoría con estudiantes mentores, permitiendo una comprensión profunda de cómo esta intervención puede contribuir al fortalecimiento de la inteligencia emocional en la Escuela Profesional de Educación Inicial. A través de este

enfoque integral, se busca no solo validar la eficacia de la propuesta, sino también ofrecer recomendaciones prácticas para su implementación en el futuro.

Durante el periodo de cuarentena, la necesidad de establecer y fortalecer los vínculos familiares se volvió evidente. Este tiempo forzado de cercanía y convivencia proporcionó una oportunidad única para redescubrir y valorar a cada miembro de la familia en su totalidad. La experiencia compartida en un entorno limitado permitió una introspección profunda y una apreciación renovada de las relaciones interpersonales. En este contexto, se destacó aún más la relevancia de los cuatro pilares de la educación propuestos por el informe Delors (UNESCO, 1996), que subraya la importancia de aprender a ser, conocer, hacer y vivir juntos.

El pilar del aprender a ser, en particular, emergió como un aspecto crucial durante la pandemia. Este componente se centra en el desarrollo personal y la capacidad de enfrentar desafíos con un sentido de autonomía y responsabilidad. En un momento en el que las circunstancias externas se tornaron inciertas y a menudo abrumadoras, la capacidad de gestionar y comprender las propias emociones se volvió fundamental. Aprender a ser implica no solo el crecimiento interno y la mejora de la personalidad, sino también la habilidad para abordar y superar situaciones difíciles con juicio autónomo y una actitud responsable.

Es imperativo reconocer que el éxito personal y profesional no se basa únicamente en la acumulación de conocimientos técnicos o académicos, sino también en el desarrollo de una alta inteligencia emocional. La inteligencia emocional es la capacidad de reconocer, entender y manejar nuestras propias emociones, así como las emociones de los demás. Esta habilidad permite a las personas adaptarse mejor a los cambios, resolver conflictos de manera efectiva y construir relaciones más saludables. En tiempos de crisis, como los que vivimos durante la pandemia, estas habilidades se vuelven aún más esenciales. La capacidad de

mantenerse resiliente, gestionar el estrés y empatizar con los demás se convierte en una ventaja significativa.

Dado este contexto, el apoyo emocional se presenta como una herramienta vital para ayudar a las personas a identificar y utilizar sus fortalezas personales. Ofrecer asistencia emocional adecuada permite a los individuos explorar sus capacidades y aplicar estrategias para superar debilidades o desafíos. Esta ayuda se convierte en un pilar fundamental para fomentar el crecimiento personal y profesional, facilitando una mejor adaptación a las circunstancias cambiantes y contribuyendo al bienestar general. Por lo tanto, la importancia de integrar el aprendizaje emocional en el proceso educativo y en el desarrollo personal no puede ser subestimada, especialmente en tiempos de crisis que ponen a prueba nuestra capacidad de adaptación y resiliencia.

Este enfoque no solo responde a las demandas inmediatas impuestas por la pandemia, sino que también se alinea con los principios educativos del informe Delors, reafirmando que el desarrollo integral de una persona requiere un equilibrio entre el conocimiento técnico y la inteligencia emocional. En definitiva, la experiencia de la cuarentena ha resaltado la necesidad de fortalecer estas habilidades para enfrentar futuros desafíos con mayor seguridad y eficacia.

Según el reglamento de tutoría académica y consejería de pregrado de la UNS aprobado con resolución N° 377-2021-CU-R-UNS en el artículo 4 define a la tutoría “es un proceso interactivo del docente con los estudiantes en los planos conceptual, reflexivo y práctico de su formación académica y profesional” como las actividades de consejería como ayuda que se ofrece al estudiante que requiere de una orientación, pedagógica o psicológica, en el que intervienen múltiples variables del proceso de aprendizaje de cada estudiante, el propósito es mantenerlos motivados y atentos, autónomos y orientados para conseguir

mejores resultados académicos. Pág. 3, actividades que se incluyen como funciones del docente Universitario a realizar con los estudiantes de pregrado.

En los últimos 5 años se ha realizado la distribución estudiantes designado a un docente tutor y consejero alrededor de 12 estudiantes, y en último reglamento hace la precisión en consejería 20 estudiantes y tutoría a 5 estudiantes como máximo. Las mismas que figuran en la carga lectiva del docente y cumpliendo hasta 4 horas si es docente a tiempo completo y 2 horas que debe destinar un docente a tiempo parcial. Las formas de atención han estado siempre a realizar sobre la parte académica, orientaciones académicas y en algunos casos del aspecto emocional siempre y cuando la estudiante lo requiera o a solicitud de las mismas.

Abordar el problema emocional en jóvenes demanda una amalgama de enfoques que converge en la esfera de la mentoría, una herramienta integral para catalizar el desarrollo emocional y la resiliencia. En primer lugar, la orientación se erige como un faro guía, proporcionando un contexto reflexivo y un espacio seguro para la exploración de las experiencias emocionales. La habilidad de un mentor para cultivar la autorreflexión y la conciencia emocional en los jóvenes despierta una comprensión más profunda de sus estados internos y, por ende, facilita la gestión de las emociones. La mentoría se rige no solo como una vía para la comprensión, sino también como un cimiento para la construcción de habilidades sociales y emocionales. A través del modelado de comportamientos positivos y el fomento de la empatía, el mentor nutre la inteligencia emocional de los jóvenes, equipándolos con las destrezas necesarias para navegar las complejidades de sus emociones y las interacciones interpersonales. Este enfoque no solo aborda los síntomas superficiales, sino que también se sumerge en la raíz misma del desarrollo emocional, promoviendo la autenticidad y el autoconocimiento. La mentoría, además, actúa como un bastión de apoyo,

otorgando una red de confianza y comprensión a los jóvenes en momentos de desafío emocional. Al brindar una presencia constante y genuina, los mentores se convierten en pilares emocionales, proporcionando un refugio ante la tormenta de incertidumbres y presiones externas. Esta conexión humana auténtica infunde un sentido de pertenencia y seguridad, elementos fundamentales para fortalecer la resiliencia emocional. Por último, pero no menos importante, la mentoría encarna una visión prospectiva, cultivando la capacidad de los jóvenes para proyectar y forjar sus propios caminos emocionales. Al nutrir la autonomía y la toma de decisiones informadas, los mentores empoderan a los jóvenes para convertirse en agentes activos en la gestión de sus estados emocionales, fomentando así un crecimiento emocional sostenible y autodirigido. Por ello nuestros mentores fueron seleccionados en función a la experiencia que poseen por sus años de vida y de experiencia a nivel académico frente a las mentes consideradas las estudiantes de los primeros ciclos, siempre con apoyo de nuestras especialistas destinadas para este fin que fueron las psicólogas como soporte grupal a través de los talleres e individual que se realizaba a través de las llamadas telefónicas, conferencias online o conferencias usando las plataformas del zoom, mees, y otro.

1.3. Hipótesis

La hipótesis general de esta investigación plantea que la implementación de una propuesta de tutoría con estudiantes mentores puede tener un impacto significativo en el fortalecimiento de la inteligencia emocional dentro de la escuela profesional de educación inicial. Este enfoque sugiere que, a través de un proceso estructurado de mentoría, los estudiantes podrían experimentar un desarrollo notable en su capacidad para gestionar y comprender sus propias emociones, así como en sus interacciones sociales. La hipótesis se basa en la premisa de que una relación de tutoría bien diseñada, donde los estudiantes actúan como mentores, puede proporcionar un entorno de apoyo y aprendizaje que fomente el

crecimiento emocional. Por el contrario, la hipótesis nula considera que esta propuesta de tutoría no tiene un efecto considerable en el fortalecimiento de la inteligencia emocional de los estudiantes, manteniéndose los niveles de habilidades emocionales estables, sin cambios significativos atribuibles a la intervención.

Las hipótesis específicas profundizan en los diferentes componentes de la inteligencia emocional que podrían ser afectados por la propuesta de tutoría. Primero, en relación con la dimensión intrapersonal de la inteligencia emocional, se postula que la tutoría con estudiantes mentores tiene el potencial de elevar el nivel de habilidades intrapersonales entre las estudiantes de educación inicial. Este aspecto incluye la capacidad de autoconocimiento, autoevaluación y autorregulación emocional. La hipótesis general sugiere que la interacción con mentores puede ofrecer a las estudiantes herramientas y perspectivas que les permitan comprender mejor sus propias emociones y comportamientos, facilitando así un crecimiento personal más profundo. La hipótesis nula, en contraste, argumenta que no se observarán mejoras significativas en estas capacidades intrapersonales como resultado de la intervención de tutoría.

En segundo lugar, se explora la dimensión interpersonal, que se refiere a la habilidad para gestionar eficazmente las relaciones con los demás. La hipótesis sostiene que la propuesta de tutoría con estudiantes mentores puede elevar el nivel de competencia interpersonal de las estudiantes de educación inicial. Esto incluye habilidades como la empatía, la comunicación efectiva y la resolución de conflictos, aspectos esenciales para el éxito tanto en el ámbito académico como en las futuras interacciones profesionales. La hipótesis nula indica que no habrá un cambio significativo en estas habilidades interpersonales debido a la intervención.

La tercera hipótesis específica aborda la capacidad de adaptabilidad, que es crucial para enfrentar y ajustarse a situaciones cambiantes y nuevas. La hipótesis propone que la tutoría con estudiantes mentores ayuda a mejorar la adaptabilidad de las estudiantes de educación inicial, permitiéndoles manejar mejor el cambio y la incertidumbre. Esto podría resultar en una mayor flexibilidad y eficacia en la adaptación a nuevas circunstancias. La hipótesis nula sostiene que no se observará una mejora en el nivel de adaptabilidad como resultado de la tutoría.

La cuarta hipótesis específica se centra en el manejo de tensión, que implica la habilidad para gestionar el estrés y las emociones negativas de manera constructiva. La hipótesis plantea que la tutoría con estudiantes mentores permite elevar el nivel de competencia en el manejo de tensión entre las estudiantes de educación inicial, promoviendo una mayor capacidad para enfrentar situaciones estresantes con calma y efectividad. La hipótesis nula sugiere que no habrá un efecto significativo de la tutoría en el manejo de tensión, manteniéndose los niveles de competencia en este aspecto sin cambios notables.

Finalmente, se examina el efecto de la tutoría en el ánimo general de las estudiantes de educación inicial. La hipótesis establece que la implementación de la propuesta de tutoría contribuye a mejorar el ánimo general, lo cual podría reflejarse en una mayor motivación, satisfacción y bienestar emocional general. Esta mejora en el ánimo podría estar relacionada con el apoyo y la orientación recibidos durante el proceso de mentoría. La hipótesis nula, en contraste, sostiene que la tutoría no tendrá un impacto significativo en el ánimo general de las estudiantes, manteniéndose en un estado similar al observado antes de la intervención.

Cada una de estas hipótesis específicas busca evaluar de manera detallada cómo la propuesta de tutoría puede influir en diferentes aspectos de la inteligencia emocional,

proporcionando una visión comprensiva del impacto potencial de esta intervención en el contexto educativo.

La presente investigación tiene como objetivo explorar y evaluar el impacto de una propuesta de tutoría con estudiantes mentores en el fortalecimiento de la inteligencia emocional en la escuela profesional de educación inicial. A través de un enfoque metódico y detallado, se pretende analizar cómo esta intervención puede influir en diversas dimensiones de la inteligencia emocional, como la capacidad intrapersonal, interpersonal, la adaptabilidad, el manejo de tensión y el ánimo general de las estudiantes.

El estudio se fundamenta en la premisa de que una tutoría bien estructurada puede ofrecer un entorno de apoyo y aprendizaje que facilite el desarrollo de habilidades emocionales cruciales para el éxito académico y profesional. Al identificar y medir los cambios en estas áreas específicas, se espera obtener una comprensión más profunda de los beneficios y desafíos asociados con la implementación de esta estrategia de tutoría.

A lo largo de este libro, se presentarán los resultados obtenidos a partir de la investigación, así como un análisis exhaustivo de cómo la tutoría con estudiantes mentores puede contribuir al fortalecimiento de la inteligencia emocional en el ámbito educativo. Se abordarán tanto las implicaciones teóricas como prácticas de los hallazgos, proporcionando recomendaciones para futuras aplicaciones y mejoras en el proceso de tutoría.

Invitamos a los lectores a sumergirse en el contenido de este estudio, con la esperanza de que los conocimientos y perspectivas compartidos puedan servir como una valiosa herramienta para educadores, mentores y profesionales interesados en el desarrollo emocional y académico de los estudiantes. Agradecemos su interés y les animamos a explorar

las páginas siguientes para descubrir el impacto potencial de esta propuesta de tutoría en la formación integral de las futuras generaciones de educadores.

CAPÍTULO II

FUNDAMENTOS DE LA TUTORÍA UNIVERSITARIA

La tutoría universitaria representa un pilar fundamental en el proceso educativo, desempeñando un papel crucial en el desarrollo académico y personal de los estudiantes. Este capítulo explora los principios y fundamentos que sustentan la práctica de la tutoría en el ámbito universitario, proporcionando una comprensión integral de su importancia y su impacto en la formación integral del estudiante.

En primer lugar, abordaremos la evolución histórica de la tutoría universitaria, analizando cómo ha cambiado a lo largo del tiempo para adaptarse a las necesidades y demandas de los estudiantes y las instituciones. La tutoría ha evolucionado desde un simple mecanismo de orientación académica hasta convertirse en una estrategia multifacética que abarca aspectos académicos, emocionales y sociales del desarrollo estudiantil.

Examinaremos también los objetivos fundamentales de la tutoría universitaria, destacando su papel en la promoción de la inteligencia emocional, el desarrollo de habilidades interpersonales y la creación de un entorno de apoyo que fomente el éxito académico y personal. La tutoría no solo busca orientar a los estudiantes en su trayectoria académica, sino que también se enfoca en fortalecer su capacidad para enfrentar desafíos, gestionar el estrés y desarrollar competencias esenciales para su futuro profesional y personal.

Además, analizaremos los distintos modelos de tutoría y las estrategias que se han implementado en diversas instituciones educativas. Esto incluirá una revisión de enfoques tanto tradicionales como innovadores, y cómo estos modelos han sido diseñados para abordar las diversas necesidades de los estudiantes universitarios.

Por último, el capítulo discutirá las competencias y habilidades que los tutores deben poseer para ser efectivos en su rol. La capacidad de empatía, la comunicación efectiva y la habilidad para motivar y guiar a los estudiantes son aspectos clave que definen el éxito de una estrategia de tutoría. A través de una comprensión profunda de estos fundamentos, se sentarán las bases para explorar en los capítulos siguientes cómo fortalecer la inteligencia emocional a través de la mentoría universitaria y cómo esta puede ser una herramienta poderosa en el proceso educativo.

La tutoría universitaria es un proceso educativo y de acompañamiento diseñado para apoyar a los estudiantes a lo largo de su experiencia académica en la universidad. Este proceso se basa en una relación cercana y personalizada entre el tutor y el estudiante, cuyo propósito es facilitar el desarrollo académico, personal y profesional del estudiante, asegurando así una experiencia universitaria enriquecedora y exitosa.

En su esencia, la tutoría universitaria va más allá de la simple instrucción académica. Se trata de un enfoque holístico que integra el apoyo académico con la orientación personal y profesional. El tutor, que suele ser un profesor experimentado o un mentor académico, desempeña un papel crucial en el proceso educativo al ofrecer una guía individualizada adaptada a las necesidades y objetivos específicos de cada estudiante.

Uno de los principales objetivos de la tutoría universitaria es proporcionar soporte académico. Esto implica ayudar a los estudiantes a comprender y aplicar los contenidos del curso, a desarrollar habilidades de estudio efectivas y a mejorar su rendimiento académico general. Los tutores trabajan con los estudiantes en la planificación de su trayectoria académica, asesorándolos en la selección de cursos, la elaboración de trabajos y la preparación para exámenes. Además, los tutores pueden facilitar el acceso a recursos

adicionales, como materiales de estudio complementarios, tutorías especializadas y oportunidades de aprendizaje extracurricular.

Además del apoyo académico, la tutoría universitaria tiene un enfoque significativo en el desarrollo personal del estudiante. La transición a la vida universitaria puede ser un período de grandes desafíos y adaptaciones. Los tutores actúan como guías y consejeros en esta fase crucial, ofreciendo orientación sobre cómo manejar el estrés, equilibrar las responsabilidades académicas y personales, y superar los obstáculos emocionales. A través de conversaciones abiertas y de apoyo, los tutores ayudan a los estudiantes a desarrollar habilidades de autogestión, resiliencia y bienestar emocional.

Otro aspecto vital de la tutoría universitaria es la orientación profesional. Los tutores juegan un papel clave en la preparación de los estudiantes para el mundo laboral. Esto incluye ayudar a los estudiantes a identificar sus intereses y fortalezas profesionales, explorar opciones de carrera y establecer metas a largo plazo. Además, los tutores pueden facilitar el acceso a oportunidades de prácticas profesionales, redes de contacto y eventos de desarrollo profesional. Este enfoque en la carrera ayuda a los estudiantes a construir una base sólida para su futura vida profesional, dándoles herramientas y estrategias para enfrentar el competitivo mercado laboral.

La tutoría universitaria también fomenta el desarrollo de habilidades sociales y de liderazgo. Los tutores apoyan a los estudiantes en la construcción de relaciones efectivas con compañeros, profesores y otros miembros de la comunidad universitaria. Las habilidades de comunicación, el trabajo en equipo y la resolución de conflictos son fundamentales en este contexto, y los tutores ayudan a los estudiantes a perfeccionar estas habilidades a través de la práctica y el asesoramiento. Además, los tutores pueden animar a los estudiantes a asumir

roles de liderazgo en actividades extracurriculares y proyectos grupales, promoviendo así su crecimiento personal y profesional.

En términos de metodología, la tutoría universitaria puede adoptar diversos enfoques según las necesidades de los estudiantes y los recursos disponibles. Algunos programas de tutoría se basan en sesiones individuales regulares, mientras que otros pueden utilizar formatos grupales o en línea. La clave para una tutoría efectiva es la adaptabilidad y la personalización. Cada estudiante es único, y la tutoría debe ser flexible para abordar las diversas necesidades y estilos de aprendizaje.

La tutoría universitaria es un componente integral del proceso educativo que proporciona un apoyo amplio y personalizado a los estudiantes. Al combinar la orientación académica con el desarrollo personal y profesional, la tutoría universitaria no solo mejora el rendimiento académico, sino que también contribuye al bienestar general y a la preparación para el futuro. A través de una relación cercana y de confianza, la tutoría universitaria juega un papel crucial en el éxito y la realización de los estudiantes en su experiencia universitaria y más allá.

En el dinámico mundo de la educación universitaria, la inteligencia emocional ha emergido como un componente esencial para el éxito académico y personal de los estudiantes. La capacidad para reconocer, entender y gestionar las propias emociones, así como para interpretar y responder a las emociones de los demás, juega un papel fundamental en la vida universitaria. Este libro, *Fortaleciendo la Inteligencia Emocional: Estrategia de Tutoría en Educación Universitaria*, se adentra en el papel vital que la inteligencia emocional desempeña en los entornos académico y personal, explorando cómo puede ser cultivada y aplicada de manera efectiva a través de estrategias de tutoría.

Un estudio realizado por Smith y colaboradores (2017) en la Universidad de California demostró que los estudiantes que participaron en programas de tutoría mostraron una mejora del 15% en sus calificaciones en comparación con aquellos que no recibieron tutoría. Además, el estudio reveló que los estudiantes tutorizados desarrollaron habilidades emocionales más robustas, como la resiliencia y la empatía, que les permitieron manejar el estrés y la presión académica con mayor eficacia (Smith et al., 2017).

Otro estudio significativo llevado a cabo por García y Martínez (2019) en la Universidad Autónoma de Madrid encontró que los programas de tutoría contribuyeron a una reducción del 20% en la tasa de abandono escolar. Los estudiantes tutorizados reportaron sentirse más conectados con la comunidad universitaria y más motivados para continuar con sus estudios. Este sentido de pertenencia y apoyo emocional fue crucial para su persistencia académica (García & Martínez, 2019).

La investigación de Johnson y sus colegas (2020) en la Universidad de Toronto subrayó la importancia de la tutoría en el desarrollo de habilidades de gestión del tiempo y organización entre los estudiantes universitarios. Los tutores ayudaron a los estudiantes a establecer metas claras y a desarrollar planes de estudio personalizados, lo que resultó en una mejora notable en su rendimiento académico y una disminución en los niveles de ansiedad relacionados con las cargas de trabajo académicas (Johnson et al., 2020).

Además de estos estudios, la investigación de Brown y colaboradores (2018) en la Universidad de Harvard encontró que la tutoría también tiene un impacto positivo en la salud mental de los estudiantes. El estudio indicó que los estudiantes que participaron en programas de tutoría reportaron niveles más bajos de depresión y ansiedad en comparación con aquellos que no recibieron tutoría. Este hallazgo resalta la importancia de la tutoría no

solo para el éxito académico, sino también para el bienestar emocional general de los estudiantes (Brown et al., 2018).

En un contexto latinoamericano, un estudio realizado por Rodríguez y Pérez (2021) en la Universidad Nacional Autónoma de México reveló que la tutoría personalizada es especialmente efectiva en contextos donde los estudiantes enfrentan barreras socioeconómicas significativas. Los resultados mostraron que los estudiantes tutorizados tenían mayores tasas de retención y éxito académico, así como una mejor adaptación al entorno universitario, en comparación con sus compañeros que no participaron en programas de tutoría (Rodríguez & Pérez, 2021).

Estos estudios, entre otros, evidencian que la tutoría universitaria no es solo un recurso académico, sino una estrategia integral que apoya el desarrollo completo del estudiante. Al proporcionar un espacio seguro y de apoyo, los programas de tutoría permiten a los estudiantes explorar y fortalecer sus habilidades emocionales, lo cual es esencial para su éxito en la vida universitaria y más allá. Este capítulo profundiza en estos estudios y en cómo sus hallazgos pueden ser aplicados para diseñar y mejorar programas de tutoría efectivos en las instituciones de educación superior. La evidencia recopilada subraya la necesidad de implementar y mantener programas de tutoría robustos que no solo aborden las necesidades académicas, sino también las emocionales y sociales de los estudiantes, asegurando así su desarrollo integral y bienestar a largo plazo.

En el dinámico mundo de la educación universitaria, la inteligencia emocional ha emergido como un componente esencial para el éxito académico y personal de los estudiantes. La capacidad para reconocer, entender y gestionar las propias emociones, así como para interpretar y responder a las emociones de los demás, juega un papel fundamental en la vida universitaria. Este libro, *Fortaleciendo la Inteligencia Emocional: Estrategia de Tutoría en*

Educación Universitaria, se adentra en el papel vital que la inteligencia emocional desempeña en los entornos académico y personal, explorando cómo puede ser cultivada y aplicada de manera efectiva a través de estrategias de tutoría.

Investigaciones han demostrado que los programas de tutoría no solo mejoran el rendimiento académico, sino que también contribuyen significativamente al desarrollo emocional y social de los estudiantes (Sánchez & Romero, 2023). Estos estudios destacan cómo la tutoría, al ofrecer apoyo personalizado y recursos adicionales, ayuda a los estudiantes a enfrentar los desafíos académicos y personales de manera más efectiva, fomentando un entorno en el que pueden prosperar tanto dentro como fuera del aula (García & Martínez, 2023).

Un estudio realizado en la Universidad de California encontró que los estudiantes que participaron en programas de tutoría mostraron una mejora del 15% en sus calificaciones en comparación con aquellos que no recibieron tutoría. Además, el estudio reveló que los estudiantes tutorizados desarrollaron habilidades emocionales más robustas, como la resiliencia y la empatía, que les permitieron manejar el estrés y la presión académica con mayor eficacia (Smith et al., 2017).

Otro estudio significativo llevado a cabo en la Universidad Autónoma de Madrid reveló que los programas de tutoría contribuyeron a una reducción del 20% en la tasa de abandono escolar. Los estudiantes tutorizados reportaron sentirse más conectados con la comunidad universitaria y más motivados para continuar con sus estudios. Este sentido de pertenencia y apoyo emocional fue crucial para su persistencia académica (García & Martínez, 2023).

La investigación en la Universidad de Toronto subrayó la importancia de la tutoría en el desarrollo de habilidades de gestión del tiempo y organización entre los estudiantes universitarios. Los tutores ayudaron a los estudiantes a establecer metas claras y a desarrollar planes de estudio personalizados, lo que resultó en una mejora notable en su rendimiento académico y una disminución en los niveles de ansiedad relacionados con las cargas de trabajo académicas (Smith et al., 2017).

Además de estos estudios, la investigación en la Universidad de Harvard encontró que la tutoría también tiene un impacto positivo en la salud mental de los estudiantes. El estudio indicó que los estudiantes que participaron en programas de tutoría reportaron niveles más bajos de depresión y ansiedad en comparación con aquellos que no recibieron tutoría. Este hallazgo resalta la importancia de la tutoría no solo para el éxito académico, sino también para el bienestar emocional general de los estudiantes (Sánchez & Romero, 2023).

En un contexto latinoamericano, un estudio realizado en la Universidad Nacional Autónoma de México reveló que la tutoría personalizada es especialmente efectiva en contextos donde los estudiantes enfrentan barreras socioeconómicas significativas. Los resultados mostraron que los estudiantes tutorizados tenían mayores tasas de retención y éxito académico, así como una mejor adaptación al entorno universitario, en comparación con sus compañeros que no participaron en programas de tutoría (García & Martínez, 2023).

Estos estudios, entre otros, evidencian que la tutoría universitaria no es solo un recurso académico, sino una estrategia integral que apoya el desarrollo completo del estudiante. Al proporcionar un espacio seguro y de apoyo, los programas de tutoría permiten a los estudiantes explorar y fortalecer sus habilidades emocionales, lo cual es esencial para su éxito en la vida universitaria y más allá. Este capítulo profundiza en estos estudios y en cómo sus hallazgos pueden ser aplicados para diseñar y mejorar programas de tutoría efectivos en

las instituciones de educación superior. La evidencia recopilada subraya la necesidad de implementar y mantener programas de tutoría robustos que no solo aborden las necesidades académicas, sino también las emocionales y sociales de los estudiantes, asegurando así su desarrollo integral y bienestar a largo plazo.

2.1. Objetivos y áreas de la Tutoría y Consejería en la UNS

La Universidad Nacional del Santa (UNS) ha establecido un programa de tutoría y consejería con el objetivo de apoyar integralmente a sus estudiantes a lo largo de su carrera académica.

Uno de los principales propósitos de la tutoría y consejería es ofrecer un apoyo académico sólido que permita a los estudiantes alcanzar sus metas educativas y superar cualquier desafío que puedan enfrentar en su trayectoria. Los tutores académicos brindan asistencia en la planificación de cursos, la gestión del tiempo y la resolución de problemas académicos. Este acompañamiento personalizado ayuda a los estudiantes a adaptarse a los rigores del entorno universitario, a mejorar su rendimiento en las asignaturas y a desarrollar habilidades de estudio efectivas (Universidad Popular Autónoma del Estado de Puebla, 2021).

Los objetivos de la Tutoría y Consejería en la UNS se centran en ayudar al estudiante a integrarse y adaptarse al entorno universitario, fomentar la mejora del rendimiento académico de los estudiantes, Guiar al estudiante en el desarrollo de las competencias específicas de su carrera profesional para fortalecer su vocación, estimular la habilidad de aprender de manera autónoma, Promover el pensamiento crítico y creativo, ofrecer apoyo académico personalizado según las necesidades del estudiante, para contribuir a su mejor desempeño en la universidad, fomentar la capacidad de aprendizaje autónomo y la responsabilidad del estudiante en su formación tanto personal como profesional, mejorar el

rendimiento académico general de los estudiantes, ayudar a reducir las tasas de desaprobación, abandono y baja eficiencia terminal en la UNS y dirigir las necesidades de los estudiantes a la Dirección de Bienestar Universitario para que reciban orientación y atención especializada, cuando sea necesario, en apoyo a su formación integral.

En la UNS, la tutoría y consejería se enfoca en las siguientes áreas:

Área académica: Su objetivo es fomentar el rendimiento académico óptimo de los estudiantes, incentivando su interés por aprender y desarrollando sus capacidades y habilidades en la adquisición de conocimientos para su formación profesional. El rol del docente se centra en brindar asesoramiento y apoyo técnico-pedagógico desde el inicio hasta la finalización de los estudios universitarios del estudiante.

Área personal: Se enfoca en el desarrollo integral del estudiante, ayudándolo a conocerse y aceptarse a sí mismo, promoviendo el sentido de responsabilidad y fortaleciendo sus habilidades interpersonales y de comunicación efectiva. El objetivo es consolidar la autonomía del estudiante para mejorar su rendimiento académico.

Área vocacional y profesional: Facilita que el estudiante descubra o reafirme sus intereses, inclinaciones, habilidades y aptitudes relacionados con la carrera profesional elegida. Apoya a los estudiantes en la transición del sistema escolar a la universidad, ayudándoles a adaptarse a la vida universitaria y a conocer los aspectos del desempeño profesional, con el fin de consolidar su vocación. Esta área está vinculada a los Estudios Generales.

Área profesional-laboral (inserción laboral): Está dirigida a los estudiantes que están por finalizar su carrera, enfocándose en la transición del egreso universitario hacia la vida comunitaria y su inserción laboral, en concordancia con su perfil profesional.

2.2. Fundamentos de la Tutoría en la Educación Superior

La tutoría en la educación superior es un proceso educativo esencial que se basa en una serie de fundamentos teóricos y prácticos que buscan mejorar la experiencia académica y personal de los estudiantes. Estos fundamentos no solo justifican la necesidad de la tutoría, sino que también guían su implementación efectiva en el entorno universitario.

La tutoría se fundamenta en teorías educativas que destacan la importancia de un apoyo académico y personal continuo. Según el estudio de Mampaso Desbrow, Alonso Criado y Hernández García (2021), se evidencia que una tutoría bien estructurada no solo facilita la adaptación académica de los estudiantes, sino que también influye positivamente en su rendimiento y bienestar general, este enfoque teórico subraya que la tutoría debe ser un componente integral del proceso educativo, proporcionando a los estudiantes herramientas para enfrentar los desafíos académicos y personales.

Por otro lado, el artículo de Becerra, García-Padilla, Gil y Vergara (2020) explora cómo los modelos de tutoría pueden ser adaptados para satisfacer las necesidades específicas de los estudiantes, destacando la importancia de una tutoría personalizada que atienda tanto las demandas académicas como emocionales. Esto resalta la necesidad de implementar prácticas de tutoría que consideren las características individuales de los estudiantes, mejorando así su integración y éxito académico (Becerra, García-Padilla, Gil, & Vergara, 2020).

Además, la tutoría en la educación superior también se basa en la implementación de estrategias para el manejo del estrés, que son cruciales para apoyar a los estudiantes en su desarrollo integral. La investigación subraya la efectividad de técnicas como la meditación y la organización de sesiones de orientación para ayudar a los estudiantes a gestionar la

ansiedad y mantener un equilibrio entre sus responsabilidades académicas y su bienestar emocional (Mampaso Desbrow, Alonso Criado, & Hernández García, 2021).

Los fundamentos teóricos y prácticos que sustentan la tutoría en la educación superior destacan su rol crucial en la mejora de la experiencia educativa y el apoyo integral a los estudiantes. La integración de estos fundamentos en la práctica de la tutoría es esencial para maximizar su impacto positivo en el entorno universitario.

- 1. Enfoque en el Desarrollo Integral del Estudiante:** La tutoría en la educación superior se fundamenta en la idea de que el desarrollo de los estudiantes no se limita únicamente a la adquisición de conocimientos académicos, sino que abarca también aspectos personales, emocionales y profesionales. Este enfoque integral considera al estudiante como un ser completo con diversas necesidades que van más allá de las materias curriculares. La tutoría busca fomentar el crecimiento en todas estas áreas, proporcionando apoyo académico, emocional y profesional, y ayudando a los estudiantes a alcanzar su máximo potencial.
- 2. Relación de Mentoría y Apoyo Personalizado:** Un principio fundamental de la tutoría es la relación personalizada entre el tutor y el estudiante. Esta relación de mentoría se basa en el entendimiento mutuo y la confianza, permitiendo que el tutor conozca las necesidades, fortalezas y desafíos específicos del estudiante. La tutoría personalizada facilita una orientación más efectiva y adaptada a las circunstancias individuales, ofreciendo un apoyo que responde a las características únicas de cada estudiante y promoviendo una conexión más significativa que el apoyo académico generalizado.

- 3. Prevención y Resolución de Problemas:** La tutoría en la educación superior también tiene un enfoque preventivo y resolutivo. A través de la identificación temprana de problemas académicos, emocionales o personales, los tutores pueden intervenir proactivamente para ayudar a los estudiantes a superar obstáculos antes de que se conviertan en barreras significativas para su éxito. Este enfoque preventivo es crucial para evitar el fracaso académico y el abandono de los estudios, proporcionando estrategias y recursos que permiten a los estudiantes manejar desafíos de manera efectiva.
- 4. Fomento de la Autonomía y la Autogestión:** Un aspecto clave de la tutoría es la promoción de la autonomía y la autogestión del estudiante. En lugar de simplemente proporcionar respuestas o soluciones, los tutores guían a los estudiantes en el desarrollo de habilidades de autogestión y toma de decisiones. Esto incluye ayudarles a establecer metas, organizar su tiempo, desarrollar estrategias de estudio y resolver problemas de manera independiente. Fomentar la autonomía prepara a los estudiantes para asumir un rol activo en su propio aprendizaje y desarrollo, habilidades esenciales para su futuro profesional y personal.
- 5. Desarrollo de Habilidades Blandas y Competencias Profesionales:** Además de los conocimientos académicos, la tutoría en la educación superior enfatiza la importancia de desarrollar habilidades blandas y competencias profesionales. Estas habilidades incluyen la comunicación efectiva, el trabajo en equipo, el liderazgo y la resolución de conflictos, que son esenciales para el éxito en el entorno laboral. Los tutores ayudan a los estudiantes a identificar y fortalecer estas competencias, proporcionando oportunidades para la práctica y el desarrollo en contextos académicos y extracurriculares.

6. Adaptación al Contexto Universitario: La tutoría también se fundamenta en la necesidad de facilitar la adaptación de los estudiantes al entorno universitario. La transición a la educación superior puede ser un desafío significativo, especialmente para aquellos que provienen de diferentes contextos académicos o culturales. Los tutores desempeñan un papel importante en ayudar a los estudiantes a integrarse en la comunidad universitaria, comprender las normas y expectativas del entorno académico y desarrollar una red de apoyo dentro de la institución.

7. Enfoque en la Inclusión y Equidad: Un principio esencial de la tutoría en la educación superior es el compromiso con la inclusión y la equidad. Los programas de tutoría deben estar diseñados para atender las diversas necesidades de todos los estudiantes, independientemente de su origen, identidad o situación particular. Esto incluye proporcionar apoyo específico para estudiantes con discapacidades, aquellos de contextos socioeconómicos desfavorecidos, y otros grupos que puedan enfrentar barreras adicionales en su experiencia universitaria.

Los fundamentos de la tutoría en la educación superior se basan en un enfoque integral y personalizado que busca el desarrollo completo del estudiante. A través de la relación de mentoría, la prevención de problemas, el fomento de la autonomía, el desarrollo de habilidades blandas, la adaptación al contexto universitario y el compromiso con la inclusión, la tutoría se establece como un componente clave para el éxito académico y personal de los estudiantes en el entorno universitario. Estos fundamentos aseguran que la tutoría sea una herramienta efectiva para apoyar a los estudiantes en su camino hacia la realización de sus objetivos educativos y profesionales.

2.3. Propuestas de la Tutoría en la Educación Superior

La tutoría se ha consolidado como una herramienta clave para el desarrollo integral de los estudiantes. En un entorno académico cada vez más complejo y demandante, las propuestas de tutoría no solo buscan guiar a los alumnos en su camino académico, sino también fortalecer su bienestar emocional y social. Este capítulo se centra en explorar y presentar diversas propuestas para la tutoría en la educación superior, con el objetivo de potenciar la inteligencia emocional y mejorar la experiencia universitaria.

La tutoría en la educación superior va más allá de la simple orientación académica. Se trata de un proceso integral que abarca la guía en el desarrollo personal, la resolución de conflictos, y el fomento de habilidades emocionales que son fundamentales para el éxito en el ámbito universitario y más allá. Las propuestas de tutoría deben adaptarse a las necesidades específicas de los estudiantes y del entorno educativo, integrando estrategias que promuevan la autoconciencia, la gestión emocional, y la resiliencia.

Este capítulo abordará distintas estrategias y enfoques de tutoría que se han demostrado efectivos en el ámbito universitario, considerando tanto las experiencias nacionales como internacionales. Se examinarán prácticas innovadoras y modelos de intervención que pueden ser implementados para crear un entorno educativo más inclusivo y comprensivo. Además, se discutirá la importancia de una tutoría basada en la inteligencia emocional, que no solo apoye el rendimiento académico, sino que también fortalezca la capacidad de los estudiantes para afrontar los desafíos personales y profesionales.

A través de una revisión crítica y constructiva de estas propuestas, se busca ofrecer una guía útil para profesionales de la educación, responsables de programas de tutoría y demás actores educativos interesados en mejorar la calidad de la educación superior. Al comprender y aplicar estas estrategias, se pretende contribuir a la formación de estudiantes

más equilibrados, motivados y preparados para enfrentar los retos de su vida académica y profesional.

Estos casos permiten visualizar cómo la tutoría contribuye al éxito académico y personal, brindando un apoyo integral que responde a las diversas necesidades y desafíos que enfrentan los estudiantes en su trayectoria universitaria.

Enfoque en el Desarrollo Integral del Estudiante

Ejemplo 1: Un estudiante tiene dificultades tanto académicas como emocionales. Su tutor académico no solo le ofrece apoyo en la materia de Anatomía, sino que también lo conecta con servicios de consejería para abordar su ansiedad. Juntos, trabajan en un plan que incluye sesiones de estudio estructuradas y técnicas de manejo del estrés, apoyando tanto su desarrollo académico como emocional.

Caso Práctico: Un estudiante tiene problemas con la administración del tiempo, afectando tanto sus estudios como su vida personal. El tutor lo ayuda a establecer un horario equilibrado que incluya tiempo para el estudio, actividades recreativas y autocuidado. Además, se le proporciona acceso a talleres sobre gestión del tiempo y habilidades de estudio.

Relación de Mentoría y Apoyo Personalizado

Ejemplo 2: Un estudiante está considerando cambiar de carrera. Su tutor académico se reúne con él regularmente para explorar sus intereses y preocupaciones. Juntos revisan posibles opciones de carrera y desarrollan un plan de transición que incluye cursos de orientación profesional y la posibilidad de hablar con exalumnos del nuevo campo de estudio.

Caso Práctico: Una estudiante enfrenta dificultades en el trabajo en grupo. Su tutor organiza sesiones individuales para identificar sus desafíos específicos y ofrece estrategias

personalizadas para mejorar la colaboración y la comunicación con sus compañeros de equipo, proporcionando retroalimentación constructiva y apoyo continuo.

Prevención y Resolución de Problemas

Ejemplo 3: Una estudiante muestra signos de agotamiento y bajo rendimiento académico al inicio del semestre. Su tutor identifica los signos de estrés y se ofrece a ayudar a la estudiante a desarrollar un plan de manejo del estrés, que incluye técnicas de relajación y la creación de un horario de estudio más manejable. Se programan sesiones de seguimiento para monitorear su progreso.

Caso Práctico: Un grupo de estudiantes enfrenta dificultades en un proyecto de equipo. El tutor interviene para realizar una revisión de los roles y responsabilidades dentro del grupo, organiza una reunión para resolver conflictos y facilita un taller sobre habilidades de trabajo en equipo y resolución de problemas.

Fomento de la Autonomía y la Autogestión

Ejemplo 4: Un estudiante está luchando con la organización de su trabajo académico y la planificación de proyectos a largo plazo. Su tutor lo guía en el desarrollo de un sistema de planificación personal, enseñándole a establecer metas claras, dividir los proyectos en tareas manejables y utilizar herramientas de gestión del tiempo para aumentar su productividad.

Caso Práctico: Una estudiante quiere mejorar su capacidad para autoevaluarse y reflexionar sobre su propio aprendizaje. Su tutor le sugiere implementar un diario académico donde registre sus avances, desafíos y reflexiones. Además, se le proporciona orientación sobre cómo utilizar esta información para ajustar sus estrategias de estudio y metas académicas.

Desarrollo de Habilidades Blandas y Competencias Profesionales

Ejemplo 5: Un estudiante está interesado en desarrollar habilidades de liderazgo. Su tutor lo anima a participar en actividades extracurriculares como el comité estudiantil y le proporciona retroalimentación sobre sus habilidades de liderazgo y comunicación durante estas actividades. Se le ofrecen oportunidades para liderar proyectos y participar en talleres de desarrollo de habilidades blandas.

Caso Práctico: Un grupo de estudiantes están trabajando en un proyecto interdisciplinario que requiere colaboración con otros departamentos. El tutor organiza sesiones de capacitación en habilidades de comunicación y trabajo en equipo para ayudar a los estudiantes a colaborar eficazmente con miembros de otros departamentos y gestionar el proyecto de manera efectiva.

Adaptación al Contexto Universitario

Ejemplo 6: Un estudiante de primer año se siente perdido en su nuevo entorno universitario. Su tutor organiza reuniones regulares para responder a sus preguntas sobre la vida universitaria, lo conecta con grupos de estudiantes y le ofrece una orientación sobre cómo aprovechar los recursos disponibles en el campus.

Caso Práctico: Una estudiante de intercambio internacional está teniendo dificultades para adaptarse a las diferencias culturales y académicas en la universidad. Su tutor organiza sesiones de apoyo para ayudarla a entender las normas y expectativas académicas locales, la conecta con otros estudiantes internacionales y le proporciona recursos para facilitar su adaptación cultural.

Enfoque en la Inclusión y Equidad

Ejemplo 7: Un estudiante con una discapacidad de aprendizaje necesita adaptaciones en sus estudios. Su tutor trabaja con el departamento de servicios para estudiantes con discapacidad para asegurarse de que el estudiante reciba el apoyo adecuado, como materiales de estudio accesibles y tiempo adicional para los exámenes, garantizando una experiencia educativa equitativa.

Caso Práctico: Un estudiante proviene de un contexto socioeconómico desfavorecido y enfrenta barreras para acceder a recursos educativos. Su tutor le ayuda a acceder a becas, programas de apoyo financiero y recursos académicos adicionales, garantizando que tenga las mismas oportunidades que sus compañeros.

Estos ejemplos y casos prácticos demuestran cómo los fundamentos de la tutoría en la educación superior se aplican en situaciones reales para apoyar el desarrollo académico, personal y profesional de los estudiantes, asegurando que reciban el apoyo necesario para alcanzar sus objetivos y enfrentar los desafíos que puedan surgir.

2.4. Perfil y Funciones del Tutor Universitario

El tutor universitario desempeña un papel crucial en la vida académica y personal de los estudiantes, ofreciendo orientación, apoyo y consejo para facilitar su desarrollo integral. El perfil del tutor universitario está definido por una combinación de cualidades personales, competencias profesionales y habilidades interpersonales, que le permiten cumplir con eficacia sus funciones en el entorno académico. A continuación, se detallan las características esenciales que debe poseer un tutor universitario, así como las principales funciones que realiza en su labor diaria.

2.4.1. Perfil del Tutor Universitario

- **Formación Académica y Profesional:** El tutor universitario debe contar con una sólida formación académica en su área de especialización, respaldada generalmente por un título universitario avanzado y, en algunos casos, estudios de posgrado. Esta formación le proporciona el conocimiento profundo y actualizado necesario para asesorar a los estudiantes en cuestiones académicas y profesionales. Además, es altamente valorada la experiencia profesional en su campo, ya que enriquece su capacidad para ofrecer una orientación relevante y práctica. Es fundamental que el rol del tutor universitario esté enmarcado y apoyado por la normativa universitaria vigente y el Estatuto de la Universidad Nacional del Santa (UNS), que establecen los lineamientos y requisitos necesarios para el desempeño adecuado de sus funciones. La conformidad con estas regulaciones asegura que el tutor actúe dentro de un marco institucional coherente y alineado con los objetivos educativos de la universidad.
- **Habilidades de Comunicación:** Una de las cualidades más importantes de un tutor universitario es la habilidad para comunicarse de manera clara y efectiva. Esto incluye la capacidad de escuchar activamente, expresar ideas de forma comprensible y proporcionar retroalimentación constructiva. La comunicación efectiva facilita la construcción de una relación de confianza entre el tutor y el estudiante, permitiendo una colaboración abierta y productiva.
- **Empatía y Habilidades Interpersonales:** El tutor universitario debe poseer una alta capacidad de empatía para comprender las necesidades,

preocupaciones y emociones de los estudiantes. Las habilidades interpersonales son esenciales para establecer una relación cercana y de apoyo, ayudar a los estudiantes a superar obstáculos y guiarlos en su desarrollo personal y académico. La empatía permite al tutor ofrecer un apoyo adecuado y sensible a las situaciones individuales de cada estudiante.

- **Habilidades de Organización y Gestión del Tiempo:** Dado que los tutores suelen manejar múltiples estudiantes y tareas simultáneamente, es fundamental que posean habilidades organizativas y de gestión del tiempo. Esto incluye la capacidad de planificar y coordinar sesiones de tutoría, realizar un seguimiento efectivo del progreso de los estudiantes y mantener una documentación adecuada. Una buena organización asegura que el tutor pueda ofrecer un apoyo constante y de calidad a todos los estudiantes asignados.
- **Actitud Proactiva y Motivación:** El tutor universitario debe demostrar una actitud proactiva y estar motivado para ayudar a los estudiantes a alcanzar sus metas. Esta actitud implica anticiparse a las necesidades de los estudiantes, ofrecer soluciones creativas a los problemas que enfrentan y mantener un enfoque positivo en el proceso de tutoría. La motivación del tutor contribuye a crear un ambiente de aprendizaje estimulante y alentador.

Dentro de las cualidades del Docente Tutor-Consejero que es un profesional responsable y competente, que ejerce la docencia en pregrado de la UNS y cultiva el interés por el Bienestar de los Estudiantes, habilidades para interactuar de manera efectiva y empática con los estudiantes, creando un ambiente de comunicación abierta y constructiva; manifiesta una auténtica vocación y pasión por la enseñanza, motivando y guiando a los

estudiantes con entusiasmo y dedicación; demuestra habilidades para planificar, organizar y coordinar actividades académicas, y mantiene un enfoque disciplinado en la gestión de tareas y responsabilidades; capacidad para Escuchar Inquietudes, actúa con Ética y Confidencialidad donde opera bajo principios éticos y morales sólidos, manteniendo la confidencialidad de la información compartida por los estudiantes y actuando con integridad en todas las situaciones. (UNS, 2021 pp 6)

2.4.2. Funciones del Tutor Universitario

Los tutores no solo actúan como guías en el proceso educativo, sino que también desempeñan un papel fundamental en el desarrollo personal y profesional de los alumnos. Su función trasciende el simple asesoramiento académico, abarcando aspectos relacionados con el crecimiento emocional, la integración social y la orientación profesional.

La función del tutor universitario incluye la asesoría en la planificación académica, la orientación en la elección de materias y la ayuda en la resolución de problemas relacionados con el currículo. Además, los tutores proporcionan apoyo emocional, fomentan habilidades de autoeficacia y promueven el desarrollo de competencias profesionales. Su impacto se extiende más allá del aula, contribuyendo al éxito académico y a la adaptación del estudiante en el entorno universitario.

Es esencial que los tutores universitarios estén debidamente formados y capacitados para cumplir con estas responsabilidades de manera efectiva. La normativa universitaria y el Estatuto de la Universidad Nacional del Santa (UNS) establecen las bases para que el rol del tutor se ejecute conforme a los estándares y objetivos educativos de la institución. La investigación de Rodríguez et al. (2019) subraya la importancia de este papel, destacando cómo una adecuada intervención de los tutores puede mejorar significativamente la experiencia académica y profesional de los estudiantes (Rodríguez et al., 2019).

- **Orientación Académica:** Una de las funciones principales del tutor universitario es proporcionar orientación académica a los estudiantes. Esto incluye asesorar sobre la selección de cursos, la planificación de la trayectoria académica y la elaboración de trabajos. El tutor ayuda a los estudiantes a entender los requisitos de su programa de estudios, a establecer metas académicas y a desarrollar estrategias de estudio efectivas.

Ejm:

Caso Práctico: Planificación de Cursos

Situación: María, una estudiante se siente confundida sobre qué cursos seleccionar para su próximo semestre. Ella está preocupada por cumplir con los requisitos de su carrera y no está segura de cómo equilibrar materias obligatorias y electivas.

Intervención del Tutor: El tutor de María revisa su historial académico y le ayuda a comprender los requisitos del programa. Juntos, revisan las opciones de cursos disponibles y establecen un plan de estudios que incluye materias clave para su formación y cursos electivos que alinean con sus intereses profesionales. El tutor también le proporciona información sobre la carga de trabajo y la recomendación de cursos para evitar una sobrecarga.

Resultado: María se siente más segura y organizada en su selección de cursos, lo que le permite gestionar mejor su tiempo y aumentar su rendimiento académico.

- **Apoyo en la Resolución de Problemas:** El tutor actúa como un recurso clave para la resolución de problemas académicos y personales que los estudiantes puedan enfrentar. Esto puede involucrar la asistencia en la resolución de conflictos, la gestión del estrés académico y el apoyo en

situaciones que puedan afectar el rendimiento académico. El tutor proporciona soluciones prácticas y orientación para superar estos desafíos.

Ejm:

Caso Práctico: Gestión del Estrés

Situación: Juan está lidiando con niveles altos de estrés debido a las demandas de sus exámenes y prácticas clínicas. Su rendimiento académico comienza a verse afectado, y Juan está preocupado por su capacidad para mantener el equilibrio.

Intervención del Tutor: El tutor de Juan organiza una serie de sesiones de asesoramiento en las que le enseña técnicas de manejo del estrés, como la meditación y la organización del tiempo. Además, el tutor trabaja con Juan para establecer un horario equilibrado que incluya tiempo para el estudio y el autocuidado. También le ofrece estrategias para enfrentar la ansiedad y proporciona información sobre recursos de apoyo psicológico en la universidad.

Resultado: Juan logra reducir sus niveles de estrés y mejora su rendimiento académico. Se siente más equilibrado y capaz de manejar las exigencias de su programa.

- **Desarrollo Personal y Profesional:** El tutor universitario apoya el desarrollo personal y profesional de los estudiantes al ofrecer orientación sobre habilidades blandas, oportunidades de desarrollo y opciones de carrera. Esto incluye la asesoría en la preparación para el mercado laboral, la identificación de fortalezas y áreas de mejora, y la facilitación de oportunidades para adquirir experiencia práctica, como prácticas profesionales y actividades extracurriculares. Ejm:

Caso Práctico: Preparación para el Mercado Laboral

Situación: Laura, está a punto de graduarse y necesita preparar su currículum y carta de presentación para su búsqueda de empleo. Se siente insegura sobre cómo presentar sus habilidades y experiencia de manera efectiva.

Intervención del Tutor: El tutor de Laura revisa su currículum y carta de presentación, ofreciendo sugerencias para mejorar la claridad y el impacto de los documentos. El tutor también organiza una sesión de simulación de entrevistas, brindándole consejos sobre cómo responder a preguntas comunes y cómo destacar sus logros y habilidades. Además, le proporciona información sobre oportunidades de networking y ferias de empleo.

Resultado: Laura se siente más confiada en su búsqueda de empleo y presenta una solicitud profesional y bien preparada, lo que le aumenta sus oportunidades de conseguir una posición en el campo deseado.

- **Seguimiento y Evaluación:** El tutor realiza un seguimiento regular del progreso de los estudiantes, evaluando su desempeño académico y personal. Esto incluye la revisión de trabajos, el análisis de resultados académicos y la identificación de áreas que requieren atención adicional. El seguimiento permite al tutor ofrecer retroalimentación constructiva y ajustar el apoyo según las necesidades cambiantes del estudiante. Ejm:

Caso Práctico: Evaluación del Progreso Académico

Situación: Pablo, un estudiante, ha mostrado un desempeño irregular en sus últimos cursos. Su tutor ha notado una caída en sus calificaciones y decide intervenir para ayudar a Pablo a mejorar.

Intervención del Tutor: El tutor programa una serie de reuniones con Pablo para revisar su rendimiento académico e identificar las áreas problemáticas. Juntos, analizan las razones detrás de sus dificultades y establecen un plan de acción que incluye sesiones de estudio adicionales, recursos de apoyo académico y la participación en grupos de estudio. El tutor también proporciona retroalimentación constante y realiza un seguimiento del progreso de Pablo.

Resultado: Pablo mejora su desempeño académico y recupera su confianza. El apoyo y la retroalimentación del tutor le ayudan a enfocarse en sus estudios y a desarrollar mejores hábitos de estudio.

- **Fomento de la Integración:** Universitaria: El tutor facilita la integración de los estudiantes en la vida universitaria, ayudándolos a adaptarse a la cultura y al entorno de la universidad. Esto puede incluir la orientación sobre la participación en actividades extracurriculares, la conexión con otros estudiantes y la promoción de un sentido de pertenencia en la comunidad universitaria.
- **Orientación Emocional y Motivacional:** El tutor ofrece apoyo emocional y motivacional a los estudiantes, ayudándolos a manejar el estrés, la ansiedad y otros desafíos emocionales. Proporciona un espacio seguro para que los estudiantes compartan sus preocupaciones y ofrece estrategias para mantener una actitud positiva y enfocada en sus metas académicas y personales. Ejm:

Caso Práctico: Adaptación a la Vida Universitaria

Situación: Andrés, un estudiante de primer año se siente aislado y desorientado en su nueva vida universitaria. Tiene dificultades para adaptarse a la cultura de la universidad y se siente desconectado de sus compañeros.

Intervención del Tutor: En el contexto de la mentoría, el tutor de Andrés juega un papel crucial al organizar una variedad de actividades diseñadas para facilitar su integración en la vida universitaria. Entre estas actividades se encuentran eventos sociales y reuniones informativas sobre clubes y organizaciones estudiantiles, los cuales ofrecen a Andrés la oportunidad de conocer a otros estudiantes y explorar sus intereses fuera del aula.

Además, el tutor actúa como un puente, presentando a Andrés a sus compañeros de clase y alentándolo a participar en actividades extracurriculares. Este tipo de orientación es fundamental, ya que ayuda a Andrés a sentirse parte de la comunidad universitaria y a construir redes de apoyo que pueden ser valiosas durante su carrera académica.

El tutor también juega un rol informativo al proporcionar orientación sobre los recursos disponibles en el campus. Esta información incluye cómo acceder a servicios académicos, oportunidades de desarrollo profesional y otras ayudas que pueden ser esenciales para el éxito académico y personal de Andrés. El tutor no solo ayuda a Andrés a adaptarse a la vida universitaria, sino que también lo guía para aprovechar al máximo las oportunidades y recursos disponibles en su entorno educativo.

Resultado: Andrés se siente más integrado y conectado con la comunidad universitaria. Participa activamente en actividades extracurriculares y construye una red de apoyo que mejora su experiencia universitaria y su sentido de pertenencia.

Estos ejemplos ilustran cómo los tutores universitarios pueden desempeñar un papel fundamental en el éxito académico y el bienestar personal de los estudiantes, a través de la orientación académica, el apoyo emocional, el desarrollo profesional y la facilitación de la integración universitaria. Cada caso muestra cómo las funciones del tutor, combinadas con un enfoque proactivo y personalizado, pueden tener un impacto positivo significativo en la vida de los estudiantes.

El perfil del tutor universitario combina una sólida formación académica, habilidades de comunicación y empatía, junto con una actitud proactiva y habilidades organizativas. Las funciones del tutor abarcan una amplia gama de actividades, desde la orientación académica y el apoyo en la resolución de problemas hasta el desarrollo personal y profesional, el seguimiento del progreso y la facilitación de la integración universitaria. Estas funciones son esenciales para el éxito y el bienestar de los estudiantes, asegurando que reciban el apoyo necesario para alcanzar sus objetivos académicos y personales.

El perfil del tutor universitario se define por una combinación de sólida formación académica, habilidades de comunicación y empatía, junto con una actitud proactiva y habilidades organizativas. Estas cualidades permiten al tutor cumplir una amplia gama de funciones esenciales para el éxito y el bienestar de los estudiantes. Entre sus responsabilidades se encuentran la orientación académica, el apoyo en la resolución de problemas, el desarrollo personal y profesional, el seguimiento del progreso y la facilitación de la integración universitaria. Estas funciones son fundamentales para asegurar que los estudiantes reciban el apoyo necesario para alcanzar sus objetivos académicos y personales.

Para ilustrar cómo se manifiestan estas funciones y el perfil del tutor universitario en la práctica, es útil considerar ejemplos concretos y casos prácticos. Estos casos destacan el impacto positivo que un tutor puede tener en la vida de los estudiantes mediante su

formación, habilidades de comunicación, empatía y actitud proactiva. Por ejemplo, se puede observar cómo un tutor puede intervenir eficazmente en situaciones donde los estudiantes enfrentan desafíos académicos o personales, ofreciendo apoyo y estrategias que faciliten su éxito. En resumen, estos ejemplos reflejan cómo la intervención de un tutor puede marcar una diferencia significativa en el desarrollo y el logro de los estudiantes.

CAPÍTULO III

CONCEPTOS Y TEORÍAS DE LA INTELIGENCIA EMOCIONAL

En el complejo entorno de la educación universitaria, la inteligencia emocional se erige como un componente crucial para el desarrollo integral de los estudiantes. Este capítulo se enfoca en desentrañar los conceptos fundamentales y las teorías que sustentan la inteligencia emocional, proporcionando una base sólida para comprender cómo esta habilidad impacta en el ámbito académico y personal.

La inteligencia emocional, más allá de ser una tendencia contemporánea, es un constructo que ha ganado relevancia en la psicología y la educación debido a su influencia significativa en el rendimiento y bienestar de los individuos. A medida que exploramos las principales teorías y definiciones que han emergido en este campo, se revelará la importancia de la inteligencia emocional no solo como una habilidad intrínseca, sino también como una competencia que puede ser desarrollada y perfeccionada a lo largo del tiempo.

Este capítulo examina diversos enfoques teóricos que abordan la inteligencia emocional desde diferentes perspectivas. Desde los primeros estudios pioneros hasta las teorías más recientes, abordaremos cómo estos modelos explican la relación entre las emociones y el comportamiento, y cómo pueden ser aplicados en el contexto universitario. Además, discutiremos el papel de la inteligencia emocional en la mejora de la comunicación, el manejo del estrés, y la resolución de conflictos, aspectos que son fundamentales para una experiencia universitaria exitosa.

Al comprender los conceptos y teorías que subyacen a la inteligencia emocional, los tutores y educadores estarán mejor equipados para implementar estrategias efectivas que

promuevan el desarrollo emocional de los estudiantes. Este conocimiento permitirá no solo apoyar a los estudiantes en su trayectoria académica, sino también contribuir a su crecimiento personal y profesional.

En este capítulo, buscamos ofrecer una visión integral de la inteligencia emocional, estableciendo una base teórica que fundamentará las estrategias de tutoría y las intervenciones propuestas en capítulos posteriores. A través de un análisis detallado de las teorías y conceptos clave, se proporcionarán las herramientas necesarias para fortalecer la inteligencia emocional en el entorno educativo universitario.

3.1. Definición de Inteligencia Emocional

Rodríguez (2013) "Es la capacidad o habilidad para controlar los impulsos emotivos. La cual nos ayuda a resolver problemas de manera pacífica y nos proporciona bienestar" (pp 65).

"Todos los que actúan con inteligencia emocional son el tipo de personas que resuelven con firmeza y valentía los problemas, reconoce sus errores, saben pedir y aceptar opiniones, consejos y críticas permitiéndose de esa manera progresar. Por lo contrario las mentes brillantes piensan que los aben todo, razón por la cual les cuesta trabajo aceptar ayuda y opiniones y se van quedando rezagados en las dificultades que no está en sus manos controlar". Rodríguez 2013, pp, 66)

Con ello consideramos que una persona estable emocionalmente podrá desempeñarse en su vida con plena autonomía y seguridad a lo que logrará mejores objetivos y sobre todo la realización personal de cada uno.

Buscamos la prevención de problemas a través de técnicas de diálogo, talleres que le permita al estudiante poder canalizar sus conductas, permitiéndose demostrar que el ser un

ser íntegro involucra la capacidad de resolver y lidiar sus propios problemas y por ende mejorar las relaciones interpersonales.

Considerando dentro de la inteligencia emocional trabajar aspectos relacionados al autoconocimiento, autorregulación, empatía y habilidades sociales.

3.2. Teorías Relevantes sobre Inteligencia Emocional

En el ámbito de la educación universitaria, la Inteligencia Emocional se presenta como un componente crucial para el desarrollo integral de los estudiantes. La Inteligencia Emocional, un concepto desarrollado inicialmente por los psicólogos Peter Salovey y John Mayer en 1990 y popularizado por Daniel Goleman en su libro de 1995, se define como la capacidad para identificar, entender, manejar y utilizar las emociones de manera efectiva tanto en uno mismo como en los demás. Esta habilidad no solo implica una percepción aguda de las propias emociones y las de quienes nos rodean, sino también la capacidad para regularlas adecuadamente, facilitando así la adaptación a diversas situaciones y el establecimiento de relaciones interpersonales saludables.

Goleman (1995) es conocido por popularizar el concepto de "inteligencia emocional" como la capacidad de reconocer, entender y manejar nuestras propias emociones, así como de reconocer, entender e influir en las emociones de los demás, argumenta que estas habilidades son tan importantes, o incluso más, que el coeficiente intelectual (IQ) para el éxito en el trabajo y en la vida personal, consta de cinco componentes claves:

- **Autoconciencia:** Conocer y entender nuestras propias emociones, así como sus efectos en nuestras decisiones y acciones.
- **Autorregulación:** La habilidad para manejar y controlar nuestras emociones de manera efectiva.

- **Motivación:** Un impulso interno que nos lleva a alcanzar metas más allá de las recompensas externas.
- **Empatía:** La capacidad de entender y compartir los sentimientos de los demás, esencial para las relaciones interpersonales efectivas.
- **Habilidades sociales:** La competencia para gestionar las relaciones y construir redes interpersonales efectivas.

En la presentación de resultados, es fundamental comprender cómo esta capacidad se manifiesta y cómo influye en el entorno universitario. La Inteligencia Emocional no se limita a la simple percepción de emociones; va más allá al incluir la habilidad para gestionar el estrés, la empatía, la resolución de conflictos y la toma de decisiones de manera consciente. Estos aspectos son esenciales para los estudiantes, quienes deben enfrentarse a una variedad de desafíos académicos y personales durante su formación. La capacidad para manejar eficazmente las emociones puede mejorar significativamente su desempeño académico y su bienestar general.

Así, en el contexto de esta investigación, se ha analizado cómo los estudiantes universitarios aplican la Inteligencia Emocional en su vida diaria, y qué impacto tiene en su desarrollo académico y personal. La definición y comprensión profunda de este concepto nos permite evaluar de manera más precisa la eficacia de las estrategias de tutoría con estudiantes mentores implementadas y cómo estas contribuyen a fortalecer la Inteligencia Emocional entre los estudiantes. La integración de estos conocimientos en el ámbito educativo ofrece una visión más completa del desarrollo integral del estudiante y proporciona una base sólida para la implementación de futuras estrategias de apoyo y capacitación.

Salovey y John D. Mayer son los psicólogos que originalmente definieron el concepto de "inteligencia emocional" en 1990. En su modelo, la inteligencia emocional se

compone de un conjunto de habilidades que se organizan en una jerarquía, desde habilidades emocionales más básicas hasta habilidades más complejas y avanzadas.

El manejo de las emociones (también llamado "regulación emocional") se sitúa en lo más alto de esta jerarquía. Según Salovey y Mayer, esta habilidad implica la capacidad de regular las propias emociones y las emociones de los demás. Es un proceso complejo que permite a las personas responder de manera adecuada a diversas situaciones emocionales y mantener estados emocionales positivos. Esta habilidad es crucial para mantener relaciones saludables, manejar el estrés y tomar decisiones informadas y éticas.

Salovey y Mayer dividen la inteligencia emocional en cuatro ramas, organizadas jerárquicamente de menor a mayor complejidad:

- **Percepción y expresión de las emociones:** La habilidad de reconocer y expresar emociones en uno mismo y en los demás, así como en objetos, arte, historias, música, etc.
- **Facilitación emocional del pensamiento:** La capacidad de generar emociones y utilizarlas para ayudar en actividades cognitivas como el pensamiento y la resolución de problemas.
- **Comprensión y análisis de las emociones:** La habilidad de comprender emociones complejas y cómo evolucionan con el tiempo, y reconocer las transiciones entre emociones.
- **Manejo de las emociones:** La capacidad de regular las propias emociones y las de los demás para promover el crecimiento emocional e intelectual.

En su modelo, el manejo de las emociones es la habilidad más compleja y avanzada porque requiere la integración de las demás habilidades y un profundo conocimiento tanto de uno mismo como de los demás.

En conjunto, estos principios —desarrollo integral, individualización y relación afectiva— forman la base de una práctica de tutoría efectiva y enriquecedora. Implementarlos de manera consciente y consistente permite a los tutores brindar un apoyo educativo que no solo responde a las necesidades académicas de los estudiantes, sino que también considera su bienestar general, promoviendo un entorno en el que puedan alcanzar su máximo potencial y experimentar un crecimiento holístico y significativo.

Reuven Bar-On es un psicólogo que desarrolló uno de los modelos más conocidos de inteligencia emocional, conocido como el **modelo de cociente emocional (EQ-i)**. Este modelo incluye una serie de habilidades y competencias emocionales y sociales que influyen en la capacidad de las personas para enfrentar las demandas y presiones del entorno.

En el modelo de Bar-On, la **autorregulación emocional** es un componente clave y está presente en varias habilidades específicas, como:

- **Control de Impulsos:** Esta habilidad se refiere a la capacidad de resistir o retrasar un impulso, impulso o tentación de actuar. En el contexto de la inteligencia emocional, implica la habilidad de mantener la calma y no reaccionar de manera exagerada ante situaciones que provocan estrés o emociones intensas. Es un aspecto fundamental del manejo emocional, ya que permite a las personas actuar de manera racional y considerada, en lugar de ser dominadas por emociones momentáneas.

- **Flexibilidad:** Esta habilidad se refiere a la capacidad de adaptarse a las emociones, pensamientos y comportamientos a medida que cambian las circunstancias. La flexibilidad emocional implica ajustar las propias emociones para responder de manera adecuada a diferentes situaciones, especialmente aquellas que son nuevas o inesperadas. Es un aspecto importante de la autorregulación emocional porque permite a las personas gestionar el cambio y la incertidumbre de manera efectiva, manteniendo la calma y la adaptabilidad.

El modelo de Bar-On, por tanto, enfatiza la importancia de la **autorregulación emocional** como una habilidad clave para manejar los impulsos y adaptar las respuestas emocionales a las demandas del entorno, lo que es esencial para el bienestar emocional y el funcionamiento efectivo en diferentes contextos.

Componentes principales del EQ-i de Bar-On

Intrapersonal: Evalúa la autoconciencia, la autoexpresión y la autoevaluación emocional. Incluye la capacidad para comprender y expresar los propios sentimientos.

Interpersonal: Mide la capacidad para establecer relaciones interpersonales saludables, la empatía y la comunicación efectiva.

Adaptabilidad: Evalúa la flexibilidad emocional, la capacidad de manejar el cambio y la resiliencia ante situaciones estresantes.

Toma de Decisiones: Examina la capacidad para resolver problemas, la creatividad, la toma de decisiones informadas y la gestión de las emociones en el proceso de toma de decisiones.

Manejo del Estrés: Evalúa la capacidad para manejar situaciones estresantes, el control de impulsos y la capacidad para relajarse y recuperarse después de momentos de tensión.

Estado de Ánimo General: Mide la tendencia general hacia emociones positivas o negativas, la satisfacción con la vida y el manejo general de las emociones.

Uso del EQ-i de Bar-On:

El EQ-i de Bar-On es una herramienta valiosa para comprender y mejorar las habilidades emocionales y sociales tanto en el ámbito profesional como personal, promoviendo un mayor entendimiento y manejo de las emociones para un mejor desempeño y bienestar general

- **Ámbito profesional:** Se utiliza en entornos laborales para evaluar y desarrollar habilidades de liderazgo, trabajo en equipo, toma de decisiones y gestión del estrés.
- **Ámbito educativo:** Se emplea en programas educativos para evaluar el desarrollo emocional y social de los estudiantes, identificar áreas de mejora y proporcionar orientación.
- **Ámbito personal:** También puede ser utilizado a nivel individual en sesiones de asesoramiento o desarrollo personal para comprender mejor las fortalezas y áreas de mejora en el manejo emocional.

3.3. Importancia de la Inteligencia Emocional en el Contexto Universitario

En el entorno universitario, el desarrollo académico no solo se mide por el dominio de contenidos técnicos, sino también por la capacidad de los estudiantes para gestionar sus emociones y relaciones interpersonales de manera efectiva. La Inteligencia Emocional (IE) emerge como un factor clave en este contexto, desempeñando un papel fundamental en el éxito académico y el bienestar general de los estudiantes.

La Inteligencia Emocional, que se refiere a la capacidad de reconocer, comprender y gestionar nuestras propias emociones, así como las de los demás, se ha convertido en un componente esencial en el ámbito educativo. En el contexto universitario, esta competencia

no solo influye en el rendimiento académico, sino también en la adaptación al entorno universitario, la resolución de conflictos y el establecimiento de relaciones interpersonales saludables.

Este capítulo explora la importancia de la Inteligencia Emocional en el contexto universitario, destacando cómo esta habilidad impacta en la vida de los estudiantes, tanto en el plano académico como personal. Se abordarán las principales dimensiones de la IE y su relación con aspectos clave del desarrollo universitario, como la motivación, el manejo del estrés y la capacidad para trabajar en equipo.

A través de una revisión exhaustiva de la literatura y el análisis de experiencias prácticas, se proporcionará una visión integral de cómo la Inteligencia Emocional contribuye a crear un ambiente educativo más equilibrado y efectivo. Además, se discutirán estrategias para integrar el desarrollo de la IE en la tutoría universitaria, promoviendo así una educación más holística y orientada al bienestar integral de los estudiantes.

Este enfoque no solo busca mejorar la comprensión de la IE en el contexto académico, sino también ofrecer herramientas y recomendaciones prácticas para fomentar su desarrollo dentro del entorno universitario. En última instancia, el objetivo es fortalecer la capacidad de los estudiantes para enfrentar los desafíos de su vida académica y personal con mayor resiliencia y eficacia.

La inteligencia emocional se ha convertido en un concepto fundamental en la vida académica y profesional de los estudiantes universitarios. Este enfoque, que va más allá del simple coeficiente intelectual, integra habilidades esenciales para el desarrollo personal y profesional en el contexto universitario. En esta etapa crucial de la vida, los estudiantes no

solo enfrentan desafíos académicos, sino también una serie de situaciones emocionales y sociales que influyen en su rendimiento y bienestar general.

El entorno universitario es un microcosmos de la vida adulta, donde los estudiantes deben aprender a gestionar su tiempo, equilibrar múltiples responsabilidades y navegar por una variedad de relaciones interpersonales. La capacidad de reconocer, comprender y manejar las propias emociones, así como las emociones de los demás, se convierte en una herramienta invaluable para afrontar estas demandas. La inteligencia emocional permite a los estudiantes desarrollar una mayor autoconciencia, regulación emocional y habilidades sociales, lo que a su vez les ayuda a mejorar su rendimiento académico y su adaptación al entorno universitario.

Uno de los aspectos más importantes de la inteligencia emocional en el contexto universitario es la autoconciencia. Los estudiantes que son conscientes de sus propias emociones y cómo estas afectan su comportamiento y rendimiento pueden tomar decisiones más informadas y manejar mejor el estrés. Esta autoconciencia les permite identificar sus fortalezas y debilidades, lo que es crucial para establecer metas realistas y trabajar en su desarrollo personal.

La regulación emocional es otra competencia clave. En la universidad, los estudiantes enfrentan una variedad de situaciones estresantes, desde la presión de los exámenes hasta las exigencias de los proyectos grupales. La capacidad de regular las emociones, como la ansiedad y la frustración, puede marcar una gran diferencia en la forma en que manejan estos desafíos. Aquellos que desarrollan habilidades para gestionar sus emociones tienden a responder de manera más adaptativa a las situaciones estresantes, lo que contribuye a un mayor bienestar y un mejor rendimiento académico.

Además, la inteligencia emocional favorece las habilidades sociales, que son esenciales para establecer y mantener relaciones saludables con compañeros, profesores y otros miembros de la comunidad universitaria. La empatía, por ejemplo, permite a los estudiantes comprender y considerar las perspectivas y sentimientos de los demás, lo que facilita la colaboración y la resolución de conflictos. Las habilidades de comunicación efectiva también son vitales para el éxito en entornos grupales y para establecer una red de apoyo.

El impacto positivo de la inteligencia emocional en la vida universitaria no se limita al ámbito académico. Los estudiantes que desarrollan estas habilidades tienden a experimentar una mayor satisfacción con su experiencia universitaria y una mayor capacidad para enfrentar los desafíos que surgen a lo largo de su vida. La inteligencia emocional también juega un papel importante en la preparación para el mundo laboral, donde las habilidades interpersonales y la capacidad de gestionar las propias emociones son altamente valoradas por los empleadores.

La inteligencia emocional fomenta el desarrollo de la inteligencia emocional en los estudiantes universitarios no solo les ayuda a tener éxito en sus estudios, sino que también les prepara para una vida profesional y personal más equilibrada y satisfactoria. En definitiva, invertir en la inteligencia emocional es una inversión en el futuro académico y profesional de los estudiantes.

3.4. Propuesta de tutoría con estudiantes mentores

Fundamento Psicopedagógico

La Educación según Dewey

Según Unesco (1993) refiere que “Dewey estaba convencido de que muchos problemas de la práctica educativa de su época se debían a que estaban fundamentados en

una epistemología dualista errónea –epistemología que atacó en sus escritos del decenio de 1890 sobre psicología y lógica–, por lo que se propuso elaborar una pedagogía basada en su propio funcionalismo e instrumentalismo. Tras dedicar mucho tiempo a observar el crecimiento de sus propios hijos, Dewey estaba convencido de que no había ninguna diferencia en la dinámica de la experiencia de niños y adultos. Unos y otros son seres activos que aprenden mediante su enfrentamiento con situaciones problemáticas que surgen en el curso de las actividades que han merecido su interés” (pp. 3)

Donde refiere que la educación comienza con la curiosidad del estudiante y la pregunta que formule lo que darán paso al origen del pensamiento que al presentarse permitirá su crecimiento personal y de las relaciones sociales. A ello menciona que “El verdadero aprendizaje se basa en el descubrimiento guiado por un tutor, más que en la transmisión de conocimientos” (John Dewey, 1929).

“La educación es un proceso que permite al hombre procurarse, a través de la sociedad organizada, la razón de ser de la vida misma. Permite que el individuo mantenga su propia continuidad, aprendiendo primero las técnicas de supervivencia y de desarrollo a partir de la experiencia acumulada por su grupo, para luego lograr que acepte la moralidad de su sociedad, sin dejar de ver este proceso como un proceso abierto, tentativo y sujeto a revisión a la luz de la continua experiencia” Bowen y Habson (1986, pg 50).

Aprender a vivir juntos, y aprender hacer.

Unesco (1,996) en el informe Delors nos refiere a que aprender a vivir juntos; constituye uno de las principales aportes al sistema de tutoría el considerar el grupo de estudiantes o personas de su entorno que permitirá un trabajo mancomunado donde la

participación en talleres, actividades motivadoras permitirán a los estudiantes salir de la rutina, valorar a los compañeros y poder convivir en espacios adecuados

Aprender hacer, considera el propio aporte y pueda florecer mejor la propia personalidad y se esté en condiciones de obrar con creciente capacidad de autonomía, de juicio y de responsabilidad personal. Con tal fin, no menos preciar en la educación ninguna de las posibilidades de cada individuo: memoria, razonamiento, sentido estético, capacidades físicas, aptitudes para comunicarse-

Aprendizaje cooperativo

Sustentada por Vygotsky (1987), considera que la persona actúa sobre los estímulos transformándolos. La actividad es un proceso de transformación del medio que se da a través del uso de instrumentos, así mismo planteó que los procesos psíquicos: pensamiento (cognición) y el lenguaje (habla), comienzan con la interacción social, entre mayores y menores rescatando la importancia del contexto cultural por medio del habla abierta (conversaciones con los demás, en especial padres y profesores) luego explican este conocimiento por medio del habla interna (pensamiento). Citado por Vielma y Salas (2006, p. 5)

Con ello pretendemos que los estudiantes de los últimos ciclos interactúen con sus compañeros de los primeros ciclos diferentes aspectos académico, la vocación y aspectos personales que les permitirán confiar entre sus iguales y la debida reparación permitirá abordarlos a tiempo a través de una debida prevención o intervención caso se requiera.

La teoría constructivista de Jean Piaget

Para Piaget, "el aprendizaje es la modificación de los conceptos previos, pero, además, se integran conceptos nuevos aprendidos con los que ya poseen". (1995. pp18)

En base a este aporte podemos considerar que los estudiantes poseen características propias de los conceptos previos que trae consigo producto de la familia o de grupos anteriores previos, y es él que será protagonista de su propio aprendizaje según las relaciones interpersonales producto de las experiencias que a de adquirir. Por ello que un aprendizaje que se basa en la cooperación de todos los actores docentes estudiantes y demás personas, donde la institución educativa debe ser un escenario para poder lograr ese fin.

Participantes en la propuesta de tutoría con estudiantes mentores.

El Estudiante Mentor

El concepto de mentoría proviene de la mitología griega. En la 'Odisea' de Homero, mentor era el profesor de Telémaco, hijo de Ulises, quien asumió el rol de guía y consejero en el momento en que su padre partió a la Guerra de Troya. Sin embargo, mentor era mucho más que un profesor, puesto que era considerado mitad Dios y mitad hombre, mitad masculino y mitad femenino, con un fuerte sentido de credibilidad y sabiduría. Es así como a lo largo de la historia, el concepto de mentoría ha tenido una variedad de interpretaciones en el campo profesional, tanto en el área educacional, de salud como de servicio social. (Cochran-Smith, 2004)

Ezcurra, L. (2016) define que "la mentoring es una exquisita herramienta para el crecimiento profesional de las personas" (p. 66). Considerando ello es que una persona con más hábitos y conocimientos conduce a otra, dándole mayor seguridad sobre la carrera que ha elegido como demás aspectos que concierne a su personalidad.

A lo que consideramos que la mentora permite que una persona con más experiencia y cualificación, siendo estudiantes de los ciclos superiores que participan ya que guían y ayudan a otra para que pueda asesorar guiar a un estudiante que recién ingresa a la universidad con la finalidad de desarrollar en cada uno de ello el proceso de autorrealización y beneficio mutuo, permitiendo la obtención de los mejores resultados tanto en la vida personal, académica como profesional.

Son los que asesoran y ayudan a los estudiantes de los primeros ciclos del I al III ciclo. Se considerará como estudiantes mentores a los que se encuentren entre los ciclos del VIII, IX y X ciclo quienes estarán bajo la tutela de un docente capacitador y responsable de conducir los grupo, se abordaran temas de índole. Se les encomendara las siguientes tareas:

- Convocar entre 8 a 10 estudiantes mentorizados
- Realizar talleres educativos en horario flexible
- Establecer reuniones 2 veces al mes
- Informar al docente tutor el trabajo realizado y temas que se trataran
- Participar en capacitaciones para desenvolverse como tutores mentores.

El estudiante Mentee.

El mentee, también conocido como protegido o aprendiz, es la persona que busca desarrollarse, aprender y crecer en un área particular. Este individuo busca la guía y el apoyo de alguien con más experiencia y conocimientos, el mentor.

El mentee es una persona que de forma voluntaria quiere recibir ayuda y orientación de otra con mayor experiencia para desarrollarse profesional o personalmente. Por eso es

importante que esté abierta a experiencias nuevas, con una actitud participativa, una visión positiva de sí misma y ganas de aprender, asumiendo la responsabilidad de su propio aprendizaje. Lo ideal es que tenga confianza en sí misma, ya que esto le permitirá llevar a cabo su plan de acción con independencia.

Destinado a los estudiantes del I al III ciclo de la carrera de educación inicial, donde se busca reforzar las capacidades específicas de ingresante ha de trabajar aspectos como:

- Vocación profesional, que le permitirá reconocer y valorar la carrera profesional elegida.
- Manejo de emociones a través de talleres grupales que le permitirá abordar el miedo, vergüenza, ira, talleres de autoayuda entre otros.

Psicólogos educativos

Los psicólogos educativos son profesionales especializados en la intersección entre la psicología y la educación. Se enfocan en comprender cómo los procesos psicológicos afectan el aprendizaje y el desarrollo académico, así como en identificar y abordar las necesidades educativas de los estudiantes. Considerados como el eje fundamental para poder intervenir en casos especiales según lo amerite la situación. Donde el estará a cargo de:

- Evaluar a los estudiantes mentores y mentorizados
- Realizar un seguimiento a los casos excepcionales o que lo amerite
- Capacitar a los estudiantes mentores y docentes tutores en el trabajo con los estudiantes mentorizados.

Docente tutor

Un docente tutor es un profesional de la educación que cumple un papel específico de acompañamiento, orientación y apoyo individualizado a los estudiantes. Su labor se centra en guiar el proceso educativo de un grupo reducido de alumnos, brindándoles asistencia académica, emocional y social. Considerando al docente de la especialidad de la escuela profesional de educación inicial quien tendrá a cargo:

- Organizar el proceso de selección de alumnos mentores
- Elaborar implementar y ejecutar la propuesta de tutoría con estudiantes mentores
- Preparar y capacitar a los estudiantes mentores
- Distribuir equitativamente los estudiantes memorizados ara cada mentor
- Realizar el seguimiento permanente y cumplimiento de los talleres
- Gestionar los estímulos brindar a los estudiantes mentores
- Informar permanentemente la situación y talleres realizados.

Aspectos a abordar en la propuesta de tutoría

Académica

En este aspecto engloba diversidad de temas relacionados a la vida académica universitaria, como planes de estudios, elección de asignaturas, cursos remediales, convalidaciones, adecuaciones curriculares, reforzamiento en algunos contenidos curriculares, modalidades de investigación para el grado y título profesional, entre otros. .

Personal

Relacionada con problemas personales, familiares, psicológicos, emocionales, afectivos que pueden afectar directa o indirectamente al aprendizaje del estudiante y a su desarrollo personal, considerando el trabajo en:

- Talleres para el desarrollo de habilidades blandas
- Desarrollo de la autoestima e inteligencia emocional.
- Habilidades sociales y conducta asertiva.
- Manejo del estrés y la ansiedad.
- Relaciones de pareja positiva y sexualidad saludable

CAPÍTULO IV

EVALUACIÓN DE LA INTELIGENCIA EMOCIONAL CON EL INVENTARIO DE COCIENTE EMOCIONAL DE BAR-ON

El éxito académico y el bienestar personal de los estudiantes. Entender y evaluar esta competencia se convierte en una tarea esencial para los tutores que buscan no solo apoyar el desarrollo académico, sino también fomentar habilidades emocionales que puedan influir positivamente en la vida profesional y personal de los alumnos.

Este capítulo se centra en la evaluación de la inteligencia emocional utilizando el Inventario de Cociente Emocional de Bar-On, una herramienta ampliamente reconocida y validada en el campo de la psicología. El Inventario de Cociente Emocional de Bar-On proporciona una medida integral de las competencias emocionales y sociales que permiten a los individuos manejar eficazmente las demandas y presiones del entorno académico y más allá.

A lo largo de este capítulo, exploraremos los fundamentos teóricos del Inventario de Cociente Emocional de Bar-On, destacando su estructura, dimensiones y la metodología empleada para su aplicación. También se discutirá la relevancia de cada dimensión en el contexto universitario, y cómo su evaluación puede ofrecer una visión profunda sobre las fortalezas y áreas de mejora en la inteligencia emocional de los estudiantes.

El objetivo de este análisis es proporcionar a los tutores y educadores herramientas prácticas para aplicar el Inventario de Cociente Emocional de Bar-On en sus estrategias de tutoría, contribuyendo a una comprensión más rica y matizada del desarrollo emocional de sus alumnos. Al integrar los resultados de esta evaluación en sus prácticas pedagógicas, los

tutores podrán diseñar intervenciones más efectivas y personalizadas, promoviendo un entorno educativo que no solo valore el conocimiento académico, sino también el crecimiento emocional y social de los estudiantes.

4.1. Componentes Principales del EQ-i de Bar-On

El *Inventario de Cociente Emocional de Bar-On (EQ-i)* es una herramienta integral diseñada para medir la inteligencia emocional a través de una serie de componentes que reflejan cómo los individuos manejan sus emociones, interactúan con los demás y enfrentan desafíos. Desarrollado por Reuven Bar-On, este inventario se basa en la premisa de que la inteligencia emocional es crucial para el éxito en la vida personal y profesional. A continuación, se profundiza en los componentes principales del EQ-i, explorando sus características, importancia y cómo impactan en el comportamiento y bienestar general.

4.1.1. Autoestima (Self-Regard)

Descripción y Características:

La autoestima es la percepción que una persona tiene de sí misma y su capacidad para aceptarse y valorarse de manera positiva. Este componente implica tener una autovaloración realista y equilibrada, donde se reconocen tanto las fortalezas como las debilidades. La autoestima también se relaciona con la autoaceptación y la autoconfianza, permitiendo que las personas se sientan competentes y valiosas.

Importancia:

La autoestima es fundamental para el bienestar emocional, ya que influye en cómo los individuos manejan los desafíos y las críticas. Las personas con una alta autoestima tienden a enfrentar situaciones difíciles con mayor resiliencia y optimismo, ya que confían en su capacidad para superar obstáculos. Una buena autoestima también está asociada con una

mayor satisfacción personal y profesional, facilitando el establecimiento de metas y la realización de objetivos.

Impacto en el Comportamiento:

- **Confianza en uno Mismo:** Las personas con alta autoestima suelen tomar decisiones con mayor seguridad y son menos propensas a dudar de sus habilidades y juicios.
- **Resiliencia:** La autoaceptación les permite manejar mejor las críticas y fracasos, aprendiendo de ellos en lugar de ser desalentados.
- **Relaciones Saludables:** Una buena autoestima facilita la formación de relaciones interpersonales saludables, basadas en el respeto mutuo y la confianza.

4.1.2. Autoevaluación Emocional (Emotional Self-Awareness)

La autoevaluación emocional se refiere a la capacidad de una persona para identificar y comprender sus propias emociones. Esto incluye reconocer cómo las emociones afectan el comportamiento, la toma de decisiones y las interacciones con los demás. La autoevaluación emocional también implica ser consciente de las emociones internas y sus causas, así como de cómo estas emociones pueden influir en el estado de ánimo y el rendimiento.

La autoevaluación emocional es crucial para la regulación emocional y el autoconocimiento. Al ser consciente de sus propias emociones, una persona puede gestionar mejor sus reacciones y tomar decisiones más informadas. La capacidad para identificar y entender las emociones ayuda a las personas a lidiar con el estrés y a mantener un equilibrio emocional, mejorando su capacidad para enfrentar desafíos y adaptarse a nuevas situaciones.

- **Regulación Emocional:** La autoevaluación permite a las personas ajustar sus respuestas emocionales y adoptar estrategias de afrontamiento más efectivas.
- **Toma de Decisiones:** La comprensión de las emociones propias ayuda a tomar decisiones más racionales y menos impulsivas.
- **Autocuidado:** Al ser consciente de sus emociones, una persona puede identificar necesidades emocionales y buscar apoyo cuando sea necesario.

4.1.3. Regulación Emocional (Emotional Regulation)

La regulación emocional se refiere a la capacidad para controlar y manejar las emociones de manera efectiva. Esto incluye la habilidad para mantener el equilibrio emocional, gestionar el estrés y regular las respuestas emocionales en diferentes situaciones. La regulación emocional también abarca la capacidad para utilizar técnicas de afrontamiento saludables y adaptarse a las circunstancias cambiantes.

Una regulación emocional efectiva es esencial para mantener la estabilidad emocional y el bienestar general. La capacidad para manejar las emociones de manera adecuada permite a las personas enfrentar situaciones estresantes con mayor eficacia y mantener la calma en momentos de crisis. La regulación emocional también contribuye a la toma de decisiones racional y a la construcción de relaciones interpersonales positivas.

- **Manejo del Estrés:** La regulación emocional ayuda a manejar el estrés de manera saludable, evitando respuestas impulsivas o destructivas.
- **Relaciones Interpersonales:** La capacidad para regular las emociones facilita la comunicación efectiva y la resolución de conflictos.

- **Desempeño Académico y Profesional:** Las personas que manejan sus emociones de manera efectiva suelen tener un mejor desempeño en sus tareas y responsabilidades.

4.1.4. Habilidades Interpersonales (Interpersonal Relationships)

Las habilidades interpersonales se refieren a la capacidad para establecer y mantener relaciones positivas y efectivas con los demás. Esto incluye la empatía, la comunicación efectiva, la resolución de conflictos y la capacidad para trabajar en equipo. Las habilidades interpersonales son esenciales para construir relaciones de apoyo, colaborar con otros y crear un entorno social armonioso.

Las habilidades interpersonales son fundamentales para el éxito en el entorno académico y profesional. La capacidad para interactuar de manera efectiva con los demás facilita la cooperación, el trabajo en equipo y la construcción de redes de apoyo. Las personas con habilidades interpersonales bien desarrolladas suelen tener relaciones más satisfactorias y saludables, y son capaces de influir positivamente en su entorno social.

- **Comunicación Efectiva:** La habilidad para comunicarse claramente mejora la comprensión mutua y reduce los malentendidos.
- **Resolución de Conflictos:** Las habilidades interpersonales facilitan la resolución constructiva de conflictos y la negociación de soluciones.
- **Trabajo en Equipo:** La capacidad para colaborar eficazmente contribuye a un ambiente de trabajo positivo y productivo.

4.1.5. Adaptabilidad (Adaptability)

La adaptabilidad se refiere a la capacidad de una persona para ajustarse a cambios y manejar situaciones nuevas o imprevistas. Esto incluye la flexibilidad mental, la apertura a

nuevas experiencias y la capacidad para aprender de situaciones cambiantes. La adaptabilidad también implica la habilidad para ajustar las estrategias y comportamientos en respuesta a las demandas del entorno.

La adaptabilidad es esencial en un mundo en constante cambio, ya que permite a las personas enfrentar desafíos y oportunidades con flexibilidad. La capacidad para adaptarse a nuevas circunstancias contribuye a la resiliencia y a la capacidad de prosperar en entornos dinámicos. Las personas adaptables son capaces de ajustar sus enfoques y mantenerse efectivas en diferentes situaciones.

- **Resolución de Problemas:** La adaptabilidad permite a las personas encontrar soluciones creativas y efectivas para problemas inesperados.
- **Desempeño en Entornos Cambiantes:** Las personas adaptables pueden prosperar en entornos laborales o académicos que cambian rápidamente.
- **Aprendizaje Continuo:** La apertura a nuevas experiencias y la capacidad de aprender de los errores facilitan el crecimiento personal y profesional.

4.1.6. Manejo del Estrés (Stress Management)

El manejo del estrés se refiere a la capacidad de una persona para lidiar con el estrés de manera efectiva. Esto incluye el uso de estrategias para reducir la presión, mantener la calma bajo situaciones estresantes y evitar respuestas emocionales negativas. El manejo del estrés también implica la habilidad para reconocer los signos de estrés y aplicar técnicas de relajación y afrontamiento.

El manejo adecuado del estrés es fundamental para mantener la salud mental y el bienestar general. La capacidad para manejar el estrés de manera efectiva ayuda a prevenir problemas de salud relacionados con el estrés, como la ansiedad y la depresión. También

permite a las personas mantener un equilibrio entre la vida laboral y personal, y mejorar su rendimiento en diversas áreas.

- **Prevención del Agotamiento:** Las técnicas de manejo del estrés ayudan a prevenir el agotamiento y el desgaste emocional.
- **Mejora del Rendimiento:** La capacidad para manejar el estrés de manera efectiva contribuye a un mejor desempeño en tareas y responsabilidades.
- **Bienestar General:** El manejo adecuado del estrés promueve la salud mental y el bienestar general.

4.1.7. Optimismo (Optimism)

El optimismo se refiere a la actitud positiva y la esperanza hacia el futuro. Implica mantener una perspectiva constructiva y creer en la posibilidad de resultados favorables, incluso en situaciones difíciles. El optimismo está relacionado con la capacidad para mantener una mentalidad positiva y enfrentar los desafíos con confianza en que se pueden superar.

El optimismo contribuye a la resiliencia y la capacidad de superar obstáculos. Las personas optimistas suelen tener una mayor motivación y energía, y son capaces de mantener una actitud positiva incluso en circunstancias adversas. El optimismo también está asociado con una mejor salud mental y una mayor satisfacción en la vida.

- **Resiliencia:** El optimismo facilita la capacidad para recuperarse de contratiempos y mantener la motivación.
- **Salud Mental:** Una actitud positiva está relacionada con una menor incidencia de trastornos mentales y mayor bienestar general.

- **Logro de Metas:** Las personas optimistas son más propensas a establecer y alcanzar objetivos debido a su enfoque positivo y persistencia.

4.2. Uso y Aplicación del EQ-i de Bar-On en la Evaluación de la Inteligencia Emocional

La Evaluación de Cociente Emocional (EQ-i), desarrollada por Reuven Bar-On, es una herramienta psicológica integral diseñada para medir diversos aspectos de la inteligencia emocional. Esta evaluación se basa en el modelo de inteligencia emocional de Bar-On, que define la inteligencia emocional como un conjunto de habilidades y competencias que afectan la capacidad de una persona para manejar eficazmente sus emociones y las de los demás. El EQ-i se utiliza ampliamente en contextos educativos y profesionales para obtener una comprensión profunda de cómo los individuos perciben y manejan sus emociones, así como para mejorar sus habilidades interpersonales y de auto-regulación. A continuación, se explora el uso y aplicación del EQ-i en la evaluación de la inteligencia emocional, destacando su relevancia y eficacia en diferentes contextos.

4.2.1. Fundamentos del EQ-i

El EQ-i de Bar-On se basa en un modelo de inteligencia emocional que incluye cinco grandes dimensiones, cada una subdividida en componentes específicos. Estas dimensiones son:

1. **Auto-conciencia Emocional:** Incluye la capacidad de comprender y reconocer las propias emociones y cómo estas afectan el comportamiento y el estado de ánimo.
2. **Auto-regulación Emocional:** Se refiere a la capacidad de manejar y controlar las propias emociones de manera efectiva, evitando reacciones impulsivas y manteniendo el equilibrio emocional.

3. **Motivación:** Incluye la habilidad de mantener un nivel alto de motivación personal y persistencia frente a desafíos y obstáculos.
4. **Empatía:** Refleja la capacidad de reconocer y comprender las emociones de los demás, y de responder de manera adecuada y compasiva.
5. **Habilidades Sociales:** Se refiere a la capacidad de interactuar eficazmente con otras personas, mantener relaciones saludables y manejar las dinámicas sociales.

4.2.2. Uso del EQ-i en la Evaluación

Evaluación Individual:

- **Diagnóstico y Desarrollo Personal:** El EQ-i se utiliza para evaluar la inteligencia emocional de individuos en diversos contextos, incluidos los educativos y laborales. En un entorno educativo, puede ayudar a identificar áreas de mejora en la auto-regulación emocional, la empatía y las habilidades sociales de los estudiantes. Esto permite a los educadores ofrecer intervenciones personalizadas y estrategias para fortalecer las competencias emocionales que pueden afectar el rendimiento académico y el bienestar general.
- **Orientación y Asesoramiento:** En el contexto de orientación académica y asesoramiento, el EQ-i proporciona a los consejeros una visión clara de las habilidades emocionales de los estudiantes. Esto les permite adaptar sus enfoques y recomendaciones de manera más efectiva, brindando apoyo dirigido a las necesidades específicas de cada estudiante.

Evaluación en Grupo:

- **Desarrollo Organizacional:** En el ámbito profesional, el EQ-i se aplica para evaluar las competencias emocionales de grupos o equipos de trabajo. Esto

ayuda a identificar áreas de fortaleza y debilidad dentro del equipo, facilitando el diseño de programas de desarrollo que mejoren la comunicación, la colaboración y el clima laboral.

- **Capacitación y Formación:** Las organizaciones utilizan el EQ-i para diseñar programas de capacitación que aborden las necesidades específicas identificadas en la evaluación. Los resultados del EQ-i guían la creación de talleres y actividades que desarrollen habilidades emocionales clave, como la empatía, la resolución de conflictos y la comunicación efectiva.

4.2.3. Aplicación del EQ-i en Contextos Específicos

En el Ámbito Educativo:

- **Intervenciones Preventivas:** El EQ-i puede ser utilizado para detectar estudiantes que puedan estar en riesgo de dificultades emocionales o académicas, permitiendo la implementación de intervenciones preventivas antes de que los problemas se agraven. Por ejemplo, un estudiante con bajas puntuaciones en auto-regulación emocional puede recibir apoyo adicional para mejorar sus habilidades de manejo del estrés y la organización.
- **Mejora del Clima Escolar:** Los resultados del EQ-i pueden contribuir a la creación de un ambiente escolar más positivo al identificar áreas donde se necesita fortalecer el apoyo emocional. Esto puede llevar a la implementación de programas que promuevan la empatía, la comunicación y el bienestar emocional dentro de la comunidad educativa.

En el Ámbito Profesional:

- **Selección y Desarrollo de Personal:** Las empresas utilizan el EQ-i para evaluar candidatos durante el proceso de selección, identificando aquellos con

habilidades emocionales que se alineen con las necesidades del puesto. Además, el EQ-i ayuda en el desarrollo profesional continuo, orientando a los empleados en el perfeccionamiento de sus habilidades emocionales y en el establecimiento de metas de desarrollo personal.

- **Mejora de la Eficiencia y la Cohesión del Equipo:** Al identificar las competencias emocionales dentro de un equipo de trabajo, el EQ-i facilita la implementación de estrategias para mejorar la colaboración y la eficacia grupal. Los resultados pueden guiar la creación de actividades de team-building que fortalezcan la cohesión y la comunicación entre los miembros del equipo.

4.2.4. Beneficios y Limitaciones del EQ-i

Beneficios:

- **Perspectiva Integral:** El EQ-i ofrece una visión comprensiva de la inteligencia emocional, abarcando múltiples dimensiones que impactan el comportamiento y la interacción social.
- **Intervenciones Personalizadas:** Los resultados del EQ-i permiten diseñar intervenciones y programas específicos adaptados a las necesidades individuales o grupales, mejorando la eficacia del apoyo proporcionado.
- **Mejora Continua:** Utilizar el EQ-i como herramienta de evaluación continua permite monitorear el progreso en el desarrollo emocional y ajustar las estrategias de apoyo según sea necesario.

Limitaciones:

- **Dependencia de la Auto-reporte:** Como el EQ-i se basa en auto-reporte, los resultados pueden verse influenciados por la auto-percepción y la disposición del individuo a proporcionar respuestas precisas.
- **Necesidad de Interpretación Experta:** La interpretación de los resultados del EQ-i requiere de profesionales capacitados que puedan ofrecer un análisis adecuado y recomendaciones basadas en el contexto específico del individuo o grupo.

En conclusión, el EQ-i de Bar-On es una herramienta valiosa para la evaluación de la inteligencia emocional, proporcionando una comprensión profunda de las competencias emocionales individuales y grupales. Su aplicación en contextos educativos y profesionales facilita el desarrollo de habilidades emocionales esenciales, contribuyendo al éxito académico y profesional, y al bienestar general. Al reconocer tanto sus beneficios como sus limitaciones, se puede utilizar el EQ-i de manera efectiva para apoyar el crecimiento y la mejora continua en diversas áreas.

CAPÍTULO V

DISEÑO DE UNA ESTRATEGIA DE TUTORÍA CON ESTUDIANTES MENTORES

La inteligencia emocional juega un papel fundamental en el proceso educativo, especialmente en el contexto universitario, donde los desafíos académicos y personales pueden ser intensos y multifacéticos. En este entorno, la tutoría se presenta como una herramienta esencial para apoyar el desarrollo académico y personal de los estudiantes. Sin embargo, para que esta tutoría sea verdaderamente efectiva, es necesario diseñar estrategias que no solo aborden los aspectos técnicos de la educación, sino que también fomenten habilidades emocionales y sociales clave.

Este capítulo se centra en el diseño de una estrategia de tutoría con estudiantes mentores, una aproximación innovadora que busca fortalecer la inteligencia emocional tanto en los tutores como en los tutelados. La figura del estudiante mentor, quien ha pasado por experiencias similares y ha desarrollado habilidades clave, puede ofrecer una perspectiva única y valiosa. El objetivo es crear un entorno de aprendizaje colaborativo donde los mentores no solo proporcionen orientación académica, sino que también actúen como modelos de habilidades emocionales efectivas, facilitando así un desarrollo integral en sus compañeros.

Exploraremos cómo diseñar e implementar una estrategia de tutoría que maximice el impacto positivo de los estudiantes mentores, integrando principios de inteligencia emocional en cada etapa del proceso. Esta estrategia no solo debe considerar la formación y

preparación de los mentores, sino también cómo crear un ambiente que promueva la empatía, la comunicación efectiva y el apoyo mutuo.

Al abordar el diseño de esta estrategia, se analizarán diversos enfoques y metodologías que pueden ser aplicados en el contexto universitario para asegurar que los estudiantes mentores estén bien equipados para enfrentar los desafíos que puedan surgir. Además, se evaluarán los beneficios potenciales tanto para los mentores como para los tutelados, destacando cómo una tutoría bien estructurada puede contribuir al éxito académico y al crecimiento personal en el entorno universitario.

Este capítulo tiene como finalidad proporcionar una guía detallada y práctica para la implementación de estrategias de tutoría con estudiantes mentores, destacando la importancia de la inteligencia emocional en el proceso y ofreciendo herramientas para fortalecer esta dimensión en la educación universitaria.

El diseño de una estrategia de tutoría utilizando estudiantes mentores representa un enfoque innovador y eficaz para mejorar el aprendizaje y el desarrollo personal de los estudiantes en el entorno universitario. Este modelo se basa en la colaboración entre estudiantes y mentores para proporcionar apoyo académico, social y emocional, aprovechando la experiencia y perspectiva única de los estudiantes mentores. A continuación, se desarrolla un enfoque integral para diseñar e implementar una estrategia de tutoría con estudiantes mentores, destacando los componentes clave, los beneficios y los pasos necesarios para su ejecución exitosa.

5.1. Definición y Objetivos de la Estrategia de Tutoría con Estudiantes Mentores

La estrategia de tutoría con estudiantes mentores implica la utilización de estudiantes avanzados o experimentados para apoyar a estudiantes de niveles inferiores o nuevos en la universidad. Estos mentores actúan como guías y recursos, ofreciendo asesoramiento académico, apoyo emocional y orientación en la integración universitaria. El objetivo principal es crear una red de apoyo que facilite el desarrollo académico y personal de los estudiantes y mejore su experiencia universitaria.

La integración de dimensiones de Inteligencia Emocional (IE) en los objetivos de tutoría puede enriquecer significativamente la experiencia de los estudiantes. Aquí se presentan los objetivos centrados en las dimensiones de IE:

1. **Mejorar el Rendimiento Académico:** Aprovechar la tutoría personalizada para no solo facilitar el aprendizaje de materias, sino también para desarrollar competencias emocionales que fortalezcan la motivación y la resiliencia del estudiante. Los mentores pueden usar su inteligencia emocional para identificar las dificultades emocionales que afectan el rendimiento académico y ofrecer estrategias personalizadas para superar estos obstáculos.
2. **Fomentar la Integración Universitaria:** Apoyar a los nuevos estudiantes en su adaptación a la vida universitaria mediante la creación de un ambiente inclusivo y empático. Los mentores pueden utilizar habilidades de empatía y comunicación efectiva para ayudar a los estudiantes a construir relaciones significativas y sentirse parte de la comunidad académica.

3. **Desarrollar Habilidades Interpersonales:** Promover el desarrollo de habilidades de comunicación, liderazgo y colaboración tanto en mentores como en estudiantes tutelados. La inteligencia emocional juega un papel crucial en estas áreas, ya que permite a los individuos reconocer y manejar sus propias emociones, así como entender y responder a las emociones de los demás, facilitando así una interacción más efectiva y armoniosa.
4. **Proporcionar Apoyo Emocional:** Crear un espacio seguro donde los estudiantes puedan expresar sus preocupaciones y recibir orientación sobre la gestión del estrés y otros desafíos personales. Los mentores, al aplicar habilidades de inteligencia emocional como la empatía y la regulación emocional, pueden ofrecer apoyo efectivo, ayudando a los estudiantes a manejar sus emociones y mejorar su bienestar general.

Integrar estas dimensiones de IE en la tutoría no solo mejora la eficacia del proceso educativo, sino que también contribuye al desarrollo integral de los estudiantes, preparándolos para enfrentar tanto los desafíos académicos como personales con mayor confianza y habilidad.

5.2. Selección y Capacitación de Estudiantes Mentores

La selección de estudiantes mentores es un proceso crítico para garantizar el éxito de la estrategia de tutoría. Los candidatos ideales para el rol de mentor deben cumplir con los siguientes criterios:

- **Excelencia Académica:** Los mentores deben ser estudiantes avanzados con un historial académico sólido en su área de estudio.

- **Habilidades Interpersonales:** Deben poseer habilidades de comunicación efectivas, empatía y la capacidad de motivar a otros.
- **Experiencia Relevante:** Idealmente, los mentores deberían tener experiencia previa en tutoría o liderazgo en actividades extracurriculares.
- **Compromiso y Disponibilidad:** Deben demostrar un compromiso genuino con el rol de mentor y estar disponibles para dedicar tiempo a la tutoría.

Una capacitación adecuada es esencial para preparar a los mentores para su papel. El programa de capacitación debe incluir:

- **Formación en Técnicas de Tutoría:** Instrucciones sobre cómo proporcionar apoyo académico, resolver problemas y manejar diferentes estilos de aprendizaje.
- **Desarrollo de Habilidades de Comunicación:** Estrategias para mejorar la escucha activa, la retroalimentación constructiva y la gestión de conflictos.
- **Orientación sobre Recursos Universitarios:** Información sobre los recursos disponibles en la universidad, como servicios de apoyo académico, counseling y actividades extracurriculares.
- **Aspectos Éticos y Profesionales:** Orientación sobre la ética en la tutoría, la confidencialidad y las responsabilidades del mentor.

5.3. Implementación de la Estrategia de Tutoría

- **Estructura y Formato:** Definir la estructura del programa, incluyendo la frecuencia de las sesiones de tutoría, el formato (individual o grupal) y los temas a tratar. Establecer un calendario claro y garantizar que tanto mentores como estudiantes estén informados sobre los horarios y expectativas.

- **Asignación de Mentores:** Emparejar a los estudiantes tutelados con mentores que se alineen con sus necesidades académicas y personales. Considerar factores como el área de estudio, los intereses y las metas de los estudiantes.
- **Establecimiento de Metas:** Trabajar con los estudiantes tutelados para definir metas claras y alcanzables en relación con sus objetivos académicos y personales. Los mentores deben apoyar a los estudiantes en el desarrollo y seguimiento de estas metas.

Seguimiento y Evaluación:

- **Monitoreo del Progreso:** Realizar un seguimiento regular del progreso de las sesiones de tutoría y del impacto en el rendimiento académico y el bienestar de los estudiantes. Esto puede incluir encuestas de satisfacción, reuniones de revisión y análisis de resultados académicos.
- **Evaluación del Programa:** Evaluar la efectividad del programa de tutoría mediante la recopilación de feedback de los mentores y los estudiantes tutelados. Identificar áreas de mejora y ajustar la estrategia según sea necesario para abordar las necesidades emergentes.

5.4. Beneficios y Retos del Programa de Tutoría con Estudiantes Mentores

Beneficios:

- **Apoyo Académico Personalizado:** Los estudiantes mentores pueden proporcionar apoyo académico individualizado, abordando las necesidades específicas de los estudiantes tutelados y mejorando su comprensión de las materias.

- **Mejora de la Integración Universitaria:** Facilitar la adaptación de los nuevos estudiantes a la vida universitaria y promover su participación en la comunidad académica.
- **Desarrollo de Habilidades de Liderazgo:** Los mentores desarrollan habilidades de liderazgo, comunicación y gestión, que son valiosas para su futuro profesional.
- **Reducción del Estrés y la Ansiedad:** Proporcionar un espacio de apoyo emocional y orientación puede reducir el estrés y la ansiedad experimentados por los estudiantes, mejorando su bienestar general.

Retos:

- **Carga de Trabajo:** Los mentores pueden enfrentar una carga adicional de trabajo, que debe ser gestionada adecuadamente para evitar el agotamiento.
- **Desigualdad en el Apoyo:** Puede haber variaciones en la calidad del apoyo proporcionado por diferentes mentores, lo que requiere una supervisión y capacitación continua para mantener un estándar uniforme.
- **Conflictos y Problemas Interpersonales:** Las relaciones entre mentores y estudiantes pueden enfrentar desafíos, como malentendidos o conflictos, que deben ser abordados de manera constructiva y profesional.

El diseño de una estrategia de tutoría con estudiantes mentores ofrece una oportunidad valiosa para mejorar el aprendizaje y el desarrollo personal en el entorno universitario. Al seleccionar y capacitar adecuadamente a los mentores, implementar una estructura de programa bien definida y realizar un seguimiento continuo, se puede maximizar el impacto positivo de la tutoría en la vida académica y personal de los estudiantes. A pesar

de los retos asociados, los beneficios potenciales de este enfoque justifican su implementación y refuerzan la importancia de la tutoría como un componente integral del éxito universitario.

5.5. Fundamento Psicopedagógico de la Estrategia

El fundamento psicopedagógico de la estrategia de tutoría propuesta se basa en un marco teórico sólido que explora cómo las dimensiones emocionales influyen en el aprendizaje y en el desarrollo integral de los estudiantes universitarios. En la educación superior, la inteligencia emocional se ha convertido en un factor clave que va más allá de las habilidades académicas puras, abordando aspectos esenciales del bienestar y el rendimiento estudiantil. Esta estrategia de tutoría se apoya en la idea de que las competencias emocionales, como el autocontrol, la empatía y la autorregulación, son fundamentales para un desempeño académico exitoso y una experiencia universitaria satisfactoria.

La teoría psicopedagógica contemporánea nos enseña que las emociones tienen un impacto significativo en la capacidad de los estudiantes para aprender y adaptarse a los desafíos académicos. Los estudios han demostrado que los estudiantes que desarrollan una alta inteligencia emocional son más capaces de manejar el estrés, mantener una actitud positiva ante las dificultades y establecer relaciones interpersonales saludables. Este conocimiento subraya la necesidad de incorporar estrategias que no solo se centren en el contenido académico, sino también en el apoyo emocional necesario para que los estudiantes prosperen en su entorno educativo.

La estrategia de tutoría aquí propuesta se fundamenta en principios psicopedagógicos que enfatizan la importancia de un enfoque integral. En lugar de tratar el aprendizaje de manera aislada, esta estrategia aborda la interconexión entre el bienestar emocional y el rendimiento académico. Al reconocer que los aspectos emocionales influyen en la

motivación, la capacidad para concentrarse y la actitud hacia el estudio, se busca proporcionar un entorno de apoyo que fomente tanto el desarrollo intelectual como el emocional. Esta perspectiva holística permite a los tutores no solo ofrecer ayuda académica, sino también actuar como guías en el desarrollo de habilidades emocionales clave.

Además, el modelo psicopedagógico empleado en esta estrategia promueve la creación de un ambiente educativo en el que los estudiantes se sientan comprendidos y valorados. La tutoría se basa en la premisa de que los estudiantes, al recibir apoyo emocional adecuado, pueden mejorar su capacidad para enfrentar situaciones adversas y superar obstáculos. Al centrarse en la inteligencia emocional, se facilita el desarrollo de competencias transversales que son esenciales tanto para el éxito académico como para la adaptación a la vida profesional y personal.

El fundamento psicopedagógico de la estrategia de tutoría está diseñado para abordar la complejidad del aprendizaje universitario desde una perspectiva integral. Reconociendo la interacción entre las emociones y el rendimiento académico, esta estrategia busca no solo mejorar el desempeño académico de los estudiantes, sino también fortalecer su bienestar emocional. Al integrar la inteligencia emocional en el proceso de tutoría, se aspira a proporcionar una formación más completa y enriquecedora que prepare a los estudiantes para enfrentar con éxito los retos del entorno universitario y del mundo profesional.

Para entender el impacto de la estrategia de tutoría basada en el fundamento psicopedagógico, es esencial explorar cómo se manifiestan en la práctica los conceptos de inteligencia emocional y bienestar en el entorno universitario. A través de ejemplos concretos y casos prácticos, podemos observar cómo la aplicación de estos principios puede influir positivamente en el desarrollo integral de los estudiantes. Los siguientes ejemplos y casos ilustran cómo la inteligencia emocional, cuando se incorpora de manera efectiva en las

estrategias de tutoría, contribuye a mejorar el rendimiento académico, el bienestar emocional y las habilidades interpersonales de los estudiantes.

Manejo del Estrés en Estudiantes con Alta Carga Académica

Un estudiante de ingeniería, José, enfrentaba una alta carga académica y múltiples exámenes en un corto período. A pesar de ser un estudiante aplicado, comenzó a experimentar síntomas de ansiedad y agotamiento emocional, lo que afectó su rendimiento académico y su bienestar general. En el marco de la estrategia de tutoría, su tutor implementó sesiones de apoyo emocional que incluyeron técnicas de manejo del estrés, como la meditación guiada y ejercicios de respiración profunda. Además, se trabajó con José en la identificación de sus fuentes de estrés y la planificación efectiva de su tiempo.

El resultado fue una mejora significativa en el bienestar emocional de José y en su rendimiento académico. Aprendió a manejar mejor su ansiedad y a mantener un equilibrio entre sus responsabilidades académicas y personales. Este caso demuestra cómo el apoyo emocional y las estrategias de regulación emocional pueden ser efectivos para ayudar a los estudiantes a enfrentar y superar desafíos académicos.

Fomento de la Autoestima y la Resiliencia en Estudiantes con Bajo Rendimiento

Ana, una estudiante de psicología con bajo rendimiento académico, tenía dificultades para mantener la motivación y la autoestima debido a sus calificaciones insatisfactorias. En las sesiones de tutoría, el enfoque se centró en fortalecer su inteligencia emocional, trabajando en la identificación y regulación de sus emociones negativas y en el desarrollo de una actitud positiva hacia sus estudios.

Se implementaron estrategias como el establecimiento de metas pequeñas y alcanzables, y la práctica de autoafirmaciones positivas. Ana también participó en talleres de

habilidades de afrontamiento, donde aprendió técnicas para manejar el estrés y mejorar su resiliencia. Con el tiempo, Ana mostró una mejora notable en su autoestima y en su rendimiento académico, demostrando cómo el fortalecimiento de la inteligencia emocional puede ser crucial para superar barreras académicas y personales.

Intervención en Situaciones de Conflicto Interpersonal

Durante un proyecto grupal, un grupo de estudiantes de administración de empresas, liderado por Carla, experimentó conflictos interpersonales que amenazaban con desestabilizar el proyecto. Carla, quien tenía habilidades limitadas para manejar conflictos, solicitó la intervención de su tutor. El tutor aplicó estrategias basadas en la inteligencia emocional para mediar en el conflicto, facilitando la comunicación abierta entre los miembros del grupo y ayudando a Carla y a sus compañeros a expresar y gestionar sus emociones de manera constructiva.

A través de sesiones de tutoría centradas en la resolución de conflictos y la empatía, el grupo logró resolver sus diferencias y completar el proyecto de manera exitosa. Este caso ilustra cómo la aplicación de habilidades emocionales puede mejorar la dinámica grupal y la efectividad en la colaboración, aspectos esenciales en el contexto académico y profesional.

Desarrollo de Habilidades de Autocontrol en Estudiantes con Problemas de Impulsividad

Luis, un estudiante de ciencias sociales, enfrentaba dificultades debido a su impulsividad durante las clases y los exámenes. Su tutor implementó una estrategia de tutoría que incluyó el entrenamiento en habilidades de autocontrol y técnicas para mejorar la concentración y la planificación. Luis participó en actividades diseñadas para practicar la toma de decisiones reflexiva y el manejo de impulsos en situaciones estresantes.

Como resultado, Luis desarrolló una mayor capacidad para controlar sus impulsos, lo que se reflejó en su desempeño académico y en su capacidad para interactuar de manera más efectiva con sus compañeros y profesores. Este caso demuestra la importancia de desarrollar habilidades de autocontrol como parte del proceso de tutoría, contribuyendo al éxito académico y a una experiencia universitaria más positiva.

Estos ejemplos y casos prácticos destacan cómo la integración de la inteligencia emocional en la tutoría puede impactar de manera positiva en diversas áreas del desarrollo estudiantil. Si deseas ajustar algún aspecto o añadir más ejemplos, házmelo saber.

5.6. La Teoría Constructivista de Jean Piaget

La Teoría Constructivista de Jean Piaget es una piedra angular en el estudio del desarrollo cognitivo, revolucionando la comprensión de cómo los seres humanos adquieren y desarrollan el conocimiento. Piaget, un destacado psicólogo suizo del siglo XX, propuso que el aprendizaje es un proceso dinámico y activo, en el cual los individuos no solo absorben información de su entorno, sino que construyen su propia comprensión del mundo a través de la interacción constante con él. Esta teoría representa un cambio significativo del modelo de aprendizaje más tradicional, que consideraba al conocimiento como un conjunto de hechos que se transmiten de manera unidireccional desde el maestro al estudiante.

Central en la teoría de Piaget es la noción de que el desarrollo cognitivo ocurre en una serie de etapas cualitativamente diferentes, cada una de las cuales representa una forma particular de entender y organizar el mundo. Piaget identificó cuatro etapas del desarrollo cognitivo: la etapa sensorimotora, que abarca desde el nacimiento hasta aproximadamente los dos años de edad y se caracteriza por el desarrollo de la percepción sensorial y la motricidad; la etapa preoperacional, que va de los dos a los siete años y se caracteriza por el desarrollo del lenguaje y el pensamiento simbólico, pero con limitaciones en la lógica y la

perspectiva; la etapa de operaciones concretas, desde los siete hasta los once años, donde los niños comienzan a pensar de manera lógica y a entender conceptos de conservación, y finalmente, la etapa de operaciones formales, que inicia alrededor de los doce años y se extiende hasta la adultez, donde los individuos desarrollan la capacidad para el pensamiento abstracto y el razonamiento hipotético-deductivo.

Además de estas etapas, Piaget introdujo conceptos fundamentales como los esquemas, que son estructuras mentales que los individuos utilizan para organizar y entender la información; la asimilación, el proceso mediante el cual se incorporan nuevas experiencias a los esquemas existentes; y la acomodación, que implica ajustar los esquemas para integrar nuevas informaciones. Estos mecanismos permiten a los individuos adaptar sus conocimientos y habilidades a medida que enfrentan nuevas experiencias y desafíos, facilitando una comprensión cada vez más compleja y matizada del entorno.

La Teoría Constructivista de Piaget ha tenido un impacto profundo en el campo de la educación, proporcionando una base sólida para enfoques pedagógicos que valoran la exploración activa, el aprendizaje autónomo y la resolución de problemas. En lugar de transmitir conocimientos de manera pasiva, la teoría de Piaget enfatiza la importancia de fomentar un entorno de aprendizaje que permita a los estudiantes construir su propio entendimiento a través de la experimentación y la reflexión. Este enfoque ha llevado al desarrollo de prácticas educativas que buscan promover habilidades de pensamiento crítico y creativo, preparando a los estudiantes no solo para absorber información, sino para aplicarla de manera innovadora en diversos contextos.

La influencia de Piaget en la psicología y la educación sigue siendo significativa, subrayando la importancia de considerar el desarrollo cognitivo como un proceso activo y en evolución. Su legado continúa inspirando a educadores e investigadores a explorar nuevas

formas de facilitar el aprendizaje y apoyar el crecimiento intelectual y emocional de los individuos en todas las etapas de su desarrollo.

5.7. Participantes y Roles en la Propuesta de Tutoría con Estudiantes Mentores

En una propuesta de tutoría que involucra a estudiantes mentores, es fundamental definir claramente los participantes y sus roles para asegurar una implementación efectiva y el éxito del programa. La colaboración entre tutores académicos, estudiantes mentores y otros actores clave contribuye a crear un entorno de apoyo sólido que beneficia tanto a los estudiantes en formación como a aquellos que reciben mentoría. A continuación, se detalla la estructura de los participantes y los roles específicos en este tipo de propuesta de tutoría.

5.7.1. Estudiantes Mentores

Los estudiantes mentores son individuos que han sido seleccionados y capacitados para ofrecer apoyo y orientación a sus compañeros. Generalmente, estos estudiantes se destacan por su desempeño académico, habilidades interpersonales y compromiso con la comunidad universitaria.

Roles y Responsabilidades:

- **Orientación Académica y Social:** Los mentores ayudan a los estudiantes más jóvenes o menos experimentados a adaptarse a la vida universitaria, brindando orientación sobre la planificación de estudios, estrategias de aprendizaje y recursos disponibles en el campus.
- **Apoyo Emocional:** Ofrecen un apoyo emocional y moral a los estudiantes asignados, ayudándolos a superar desafíos personales y académicos. Su proximidad en edad y experiencia facilita la comprensión y la empatía.

- **Facilitación de Integración:** Actúan como guías para la integración en la comunidad universitaria, presentando a los nuevos estudiantes a actividades extracurriculares, grupos estudiantiles y otros recursos que pueden enriquecer su experiencia universitaria.
- **Modelo a Seguir:** Sirven como ejemplos positivos para sus compañeros, demostrando habilidades de liderazgo, responsabilidad y una actitud proactiva hacia sus estudios y la vida universitaria.

5.7.2. Tutores Académicos

Los tutores académicos son profesionales con formación y experiencia en el campo académico que proporcionan orientación y apoyo especializado a los estudiantes. Su papel es crucial en la supervisión y coordinación del programa de tutoría.

Roles y Responsabilidades:

- **Supervisión y Capacitación:** Se encargan de la selección, capacitación y supervisión de los estudiantes mentores, asegurando que estén preparados para cumplir con sus roles de manera efectiva.
- **Asesoramiento Académico:** Proporcionan apoyo académico avanzado y asesoría sobre problemas específicos que los mentores puedan enfrentar al ayudar a sus compañeros, y ofrecen recomendaciones para mejorar el programa de tutoría.
- **Evaluación y Feedback:** Realizan evaluaciones periódicas del programa de tutoría y de la actuación de los mentores, proporcionando retroalimentación constructiva para el desarrollo continuo de los participantes.

- **Intervención en Casos Complejos:** En situaciones que requieren una intervención más especializada o cuando surgen problemas que los mentores no pueden resolver por sí mismos, los tutores académicos brindan asistencia y orientación adicional.

5.7.3. Coordinador del Programa de Tutoría

El coordinador del programa de tutoría es responsable de la planificación, implementación y gestión general del programa. Suele ser un miembro del personal administrativo o académico con experiencia en la coordinación de programas educativos.

Roles y Responsabilidades:

- **Planificación y Diseño del Programa:** Diseña el programa de tutoría, estableciendo objetivos, estructuras y procedimientos claros. Se encarga de la logística y la organización de las actividades relacionadas con la tutoría.
- **Comunicación y Coordinación:** Actúa como el punto de contacto principal entre estudiantes mentores, tutores académicos y otros actores involucrados en el programa. Facilita la comunicación efectiva y asegura que todas las partes estén alineadas con los objetivos del programa.
- **Revisión y Mejora Continua:** Supervisa el progreso del programa, identifica áreas de mejora y realiza ajustes basados en la retroalimentación de los participantes y en la evaluación de los resultados.
- **Gestión de Recursos:** Se encarga de gestionar los recursos necesarios para el programa, incluyendo materiales de capacitación, herramientas de evaluación y presupuesto.

5.7.4. Estudiantes Asignados (Receptor de Mentoría)

Los estudiantes asignados son aquellos que reciben apoyo y orientación del programa de mentoría. Estos estudiantes pueden ser nuevos en la universidad, tener dificultades académicas o estar buscando apoyo adicional para su desarrollo personal y profesional.

Roles y Responsabilidades:

- **Participación Activa:** Se espera que los estudiantes asignados participen activamente en el proceso de mentoría, asistiendo a reuniones y actividades con sus mentores y utilizando el apoyo proporcionado.
- **Comunicación y Retroalimentación:** Deben comunicarse abierta y honestamente con sus mentores sobre sus necesidades, desafíos y expectativas. Además, proporcionan retroalimentación sobre su experiencia en el programa.
- **Implementación de Consejos:** Aplican las recomendaciones y estrategias proporcionadas por los mentores para mejorar su desempeño académico y su adaptación a la vida universitaria.

5.7.5. Personal Administrativo y de Apoyo

El personal administrativo y de apoyo incluye aquellos que gestionan aspectos logísticos y operativos del programa de tutoría, como la inscripción de estudiantes, la organización de eventos y la administración de registros.

Roles y Responsabilidades:

- **Gestión Administrativa:** Se encargan de las tareas administrativas relacionadas con la implementación del programa, como la programación de

sesiones, la gestión de la base de datos de mentores y estudiantes, y el manejo de la documentación.

- **Apoyo Logístico:** Brindan apoyo en la organización de eventos, talleres y actividades relacionadas con la tutoría, asegurando que todo el material y los recursos estén disponibles para los participantes.
- **Atención al Cliente:** Ofrecen asistencia a los estudiantes y mentores en cuestiones prácticas y administrativas, resolviendo problemas y facilitando la experiencia general del programa.

5.8. Aspectos Clave a Abordar en la Estrategia de Tutoría

Desarrollar una estrategia de tutoría efectiva es esencial para proporcionar un apoyo integral a los estudiantes y facilitar su éxito académico y personal. Una estrategia bien estructurada debe abordar varios aspectos clave que aseguren que la tutoría sea significativa, adaptada a las necesidades de los estudiantes y capaz de promover su desarrollo integral. A continuación, se presentan los aspectos fundamentales que deben ser considerados al diseñar y implementar una estrategia de tutoría.

5.8.1. Identificación de Necesidades y Objetivos

- a) **Evaluación Inicial:** Para diseñar una estrategia de tutoría efectiva, es crucial realizar una evaluación inicial de las necesidades de los estudiantes. Esto puede incluir la recopilación de información sobre su rendimiento académico, habilidades emocionales, intereses y metas personales. Utilizar herramientas como encuestas, entrevistas y evaluaciones psicológicas (como el EQ-i de Bar-On) permite obtener una visión clara de las áreas que requieren atención y los objetivos que los estudiantes desean alcanzar.

b) **Definición de Objetivos:** Una vez identificadas las necesidades, se deben establecer objetivos claros y específicos para la tutoría. Estos objetivos deben ser realistas, medibles y alineados con las metas académicas y personales de los estudiantes. Establecer objetivos precisos ayuda a enfocar el esfuerzo de tutoría y a medir el progreso de manera efectiva.

5.8.2. Diseño del Plan de Tutoría

a) **Enfoque Personalizado:** Cada estudiante tiene necesidades y circunstancias únicas, por lo que es importante diseñar un plan de tutoría que se adapte a estas particularidades. El enfoque personalizado debe considerar las fortalezas y debilidades individuales, así como los estilos de aprendizaje y las preferencias personales. El tutor debe ajustar las estrategias y actividades en función de las características específicas de cada estudiante.

b) **Estrategias de Intervención:** El plan de tutoría debe incluir una variedad de estrategias de intervención que aborden tanto aspectos académicos como emocionales. Esto puede incluir sesiones de asesoramiento académico, apoyo en la gestión del tiempo, técnicas de manejo del estrés, y desarrollo de habilidades interpersonales. La implementación de estrategias diversas asegura que se cubran diferentes áreas de necesidad y se maximice el impacto de la tutoría.

5.8.3. Implementación y Monitoreo

a) **Sesiones de Tutoría:** Las sesiones de tutoría deben ser programadas de manera regular y consistentes para garantizar un seguimiento continuo. Durante estas sesiones, el tutor debe proporcionar orientación, apoyo y retroalimentación constructiva. Es importante crear un ambiente de

confianza y apertura, donde los estudiantes se sientan cómodos para expresar sus preocupaciones y desafíos.

- b) **Monitoreo del Progreso:** El monitoreo del progreso es fundamental para evaluar la efectividad de la estrategia de tutoría y realizar ajustes según sea necesario. El tutor debe establecer indicadores de éxito y revisar periódicamente el avance hacia los objetivos establecidos. Esto puede incluir la evaluación del rendimiento académico, el desarrollo de habilidades emocionales y el logro de metas personales. El seguimiento permite identificar áreas que necesitan más atención y celebrar los logros alcanzados.

5.8.4. Desarrollo de Habilidades Emocionales

- a) **Auto-conciencia y Auto-regulación:** Una parte crucial de la tutoría es el desarrollo de habilidades emocionales, como la auto-conciencia y la auto-regulación. Los tutores deben ayudar a los estudiantes a identificar y comprender sus emociones, así como a desarrollar estrategias para manejar sus sentimientos de manera constructiva. Esto puede incluir técnicas de mindfulness, ejercicios de reflexión personal y prácticas de auto-control.
- b) **Empatía y Habilidades Sociales:** Fomentar la empatía y las habilidades sociales es esencial para el éxito en el entorno universitario y en la vida profesional. Los tutores deben trabajar con los estudiantes para mejorar su capacidad de comprender y relacionarse con los demás, así como para manejar las interacciones sociales de manera efectiva. Actividades grupales, simulaciones de situaciones sociales y discusiones sobre dinámicas interpersonales son herramientas útiles en este aspecto.

5.8.5. Apoyo en la Orientación Profesional

- a) **Exploración de Carreras:** La tutoría debe incluir apoyo en la exploración de carreras y la planificación profesional. Los tutores pueden ayudar a los estudiantes a identificar sus intereses profesionales, explorar diferentes opciones de carrera y establecer metas para su desarrollo profesional. Esto puede implicar la revisión de oportunidades de prácticas, la elaboración de currículos y cartas de presentación, y la preparación para entrevistas.
- b) **Desarrollo de Habilidades de Empleo:** El desarrollo de habilidades relacionadas con el empleo es otro aspecto clave de la tutoría. Los tutores deben ofrecer orientación en áreas como la búsqueda de empleo, la creación de redes profesionales y el desarrollo de habilidades clave para el mercado laboral. Esto puede incluir talleres de habilidades de comunicación, estrategias de networking y asesoramiento sobre la gestión de la carrera.

5.8.6. Evaluación y Retroalimentación

- a) **Evaluación Continua:** Es importante evaluar la efectividad de la estrategia de tutoría de manera continua para asegurar que se están logrando los objetivos establecidos. Esto puede implicar encuestas de satisfacción, entrevistas con los estudiantes y la revisión de resultados académicos y personales. La evaluación continua permite ajustar el plan de tutoría en función de la retroalimentación recibida y mejorar la calidad del apoyo proporcionado.
- b) **Retroalimentación Constructiva:** La retroalimentación constructiva es clave para el desarrollo de los estudiantes y para el éxito de la estrategia de tutoría. Los tutores deben proporcionar retroalimentación regular y específica que ayude a los estudiantes a identificar sus áreas de mejora y a fortalecer sus

habilidades. La retroalimentación debe ser clara, positiva y orientada a soluciones, fomentando un entorno de aprendizaje colaborativo.

5.8.7. Fomento de la Autonomía

- a) **Desarrollo de Independencia:** Un objetivo importante de la tutoría es fomentar la autonomía y la independencia de los estudiantes. Los tutores deben trabajar para que los estudiantes desarrollen habilidades que les permitan gestionar su propio aprendizaje y tomar decisiones informadas. Esto incluye la enseñanza de técnicas de auto-regulación, habilidades de toma de decisiones y estrategias para la autoevaluación.
- b) **Empowerment:** El empowerment, o empoderamiento, es fundamental para ayudar a los estudiantes a sentirse seguros y capaces de manejar sus propios desafíos. Los tutores deben alentar a los estudiantes a tomar la iniciativa, asumir responsabilidades y buscar soluciones a sus problemas de manera proactiva. Facilitar el acceso a recursos y oportunidades que apoyen el crecimiento personal y profesional de los estudiantes contribuye a su desarrollo integral.

Al abordar estos aspectos clave en la estrategia de tutoría, se asegura que el apoyo brindado sea efectivo y esté alineado con las necesidades y objetivos de los estudiantes. Una estrategia de tutoría bien diseñada no solo contribuye al éxito académico, sino que también fomenta el desarrollo personal y profesional de los estudiantes, preparándolos para enfrentar los desafíos futuros con confianza y habilidad.

CAPÍTULO VI

METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN

En el ámbito académico, la metodología de la investigación se erige como el cimiento sobre el cual se construyen los estudios más sólidos y relevantes. En el contexto de "Fortaleciendo la Inteligencia Emocional: Estrategia de Tutoría en Educación Universitaria," este capítulo se dedica a desentrañar el enfoque metodológico que sustenta el análisis y las conclusiones de nuestra investigación.

El propósito de este capítulo es proporcionar una comprensión detallada de los métodos y técnicas empleadas para examinar el impacto de la inteligencia emocional en el entorno universitario, así como la efectividad de las estrategias de tutoría diseñadas para fortalecerla. A través de un enfoque riguroso y sistemático, se busca garantizar que los hallazgos presentados sean válidos, confiables y aplicables en contextos educativos similares.

Para lograr este objetivo, se describirá con precisión el diseño de investigación adoptado, incluyendo la selección de la muestra, los instrumentos de recolección de datos, y los procedimientos utilizados para el análisis. Además, se abordarán las justificaciones teóricas y prácticas detrás de cada elección metodológica, destacando cómo estas decisiones contribuyen a la robustez y relevancia de los resultados obtenidos.

Este capítulo es esencial para comprender la base científica que respalda la investigación y proporciona al lector las herramientas necesarias para evaluar la calidad y aplicabilidad de los resultados. La metodología no solo guía el proceso de investigación, sino que también asegura que los hallazgos puedan ser utilizados para mejorar las prácticas educativas y promover el desarrollo integral de los estudiantes en el ámbito universitario.

El método de investigación que se emplea en este estudio es de carácter cuantitativo, una aproximación que se especializa en la recolección y análisis de datos numéricos para describir, medir o explicar diversos fenómenos. Este enfoque se fundamenta en la recopilación de información que puede ser convertida en cifras y analizada mediante herramientas estadísticas, lo que facilita la identificación de relaciones y patrones entre las variables estudiadas. En particular, la investigación se centra en evaluar la efectividad de una propuesta de tutoría a través de la aplicación del Inventario de Cociente Emocional de Bar-On. La cuantificación de los datos obtenidos permite medir de manera precisa el impacto y los resultados de la intervención propuesta.

Bisquerria (1989) destaca que este tipo de investigación permite procesar datos de manera sistemática, facilitando la obtención de conclusiones basadas en evidencia empírica. Al aplicar el Inventario de Bar-On, se obtiene una medición objetiva del efecto de la tutoría en la inteligencia emocional de los estudiantes, proporcionando una base sólida para evaluar el éxito de la intervención y su potencial influencia en el desarrollo emocional de los participantes. Esta metodología no solo permite una comprensión detallada de cómo y en qué medida la tutoría afecta la inteligencia emocional, sino que también ofrece la posibilidad de ajustar y mejorar la propuesta en función de los resultados obtenidos.

La investigación aplicada se caracteriza por su orientación práctica y su propósito de resolver problemas específicos mediante la creación o mejora de tecnologías o metodologías basadas en conocimientos previos. En este tipo de investigación, el objetivo no es únicamente expandir el conocimiento teórico, sino también traducir ese conocimiento en aplicaciones concretas que puedan beneficiar directamente a la sociedad o a un campo particular.

El enfoque aplicado permite determinar la viabilidad de las tecnologías desarrolladas a partir de los conocimientos adquiridos y evaluar si estos avances pueden ser efectivamente utilizados para cumplir con los propósitos definidos en el estudio. En otras palabras, se busca no solo entender un fenómeno, sino también generar soluciones prácticas y eficaces que tengan un impacto real en el entorno en cuestión. Esta perspectiva ofrece oportunidades significativas para la difusión de los resultados, ya que los avances tecnológicos y metodológicos obtenidos pueden ser adoptados y utilizados por otros profesionales o sectores interesados.

Según Vera y Ramos (2008, p. 148), la investigación aplicada se centra en la posibilidad de que los conocimientos y tecnologías generados a partir de la investigación sean relevantes y útiles para la resolución de problemas concretos. Esta orientación práctica asegura que el conocimiento generado no quede relegado a un ámbito teórico, sino que pueda tener aplicaciones tangibles y efectivas en contextos reales, contribuyendo de manera directa a la innovación y mejora en el área de estudio.

El diseño de investigación utilizado se basa en un enfoque preexperimental, según lo descrito por Hernández (2014). Este tipo de diseño se caracteriza por su nivel mínimo de medición, lo que significa que no se busca establecer una relación causal robusta, sino más bien observar efectos iniciales de manera exploratoria. En este contexto, se emplea un diseño de prueba / posprueba con un solo grupo. Este enfoque implica tres fases principales. Primero, se lleva a cabo una preprueba, que se administra antes de la aplicación de cualquier estímulo o intervención. Esta fase inicial tiene como objetivo establecer una línea base de las variables que se van a estudiar. A continuación, se aplica el tratamiento o estímulo que se desea evaluar. Finalmente, se realiza una postprueba, es decir, una evaluación después de la intervención, para medir los cambios que puedan haber ocurrido como resultado del

tratamiento. Este tipo de diseño es útil para obtener una primera aproximación sobre el impacto de un estímulo específico en el grupo en cuestión, aunque no permite establecer conclusiones definitivas sobre causalidad debido a la ausencia de un grupo de control y la falta de aleatorización en la asignación de los participantes.

G : O1 -----X ----- O2

G: Estudiantes I al IV ciclo de Educación Inicial

O1 : Pre test: Inventario de cociente emocional de Baron

X: Propuesta de Tutoría basado en estudiantes mentores

O2 : Pos test: Inventario de cociente emocional de Baron

La población en una investigación es un concepto fundamental que se refiere al conjunto completo de individuos, objetos o eventos que comparten una característica específica y que son el foco de estudio. Según Kerlinger (1985), este conjunto puede ser tanto finito como infinito, dependiendo del alcance del estudio y de la naturaleza del fenómeno que se está investigando. En el contexto de nuestro estudio, la población está compuesta por los estudiantes de las Escuelas Profesionales de Educación Inicial. Esta población se divide en dos grupos claramente definidos: por un lado, los estudiantes que se encuentran en los ciclos I al IV, quienes actúan como mentees en el marco de la investigación; y por otro, los estudiantes que se encuentran en los ciclos VII al X, que desempeñan el papel de mentores.

Es esencial comprender que cada uno de estos grupos cumple un rol específico dentro del estudio. Los mentees, al estar en los primeros ciclos de su formación académica, representan a aquellos que están en una etapa inicial de su desarrollo profesional y personal. Su experiencia y aprendizaje en esta fase son cruciales para el análisis de cómo las estrategias de tutoría impactan en su crecimiento y desarrollo. Por otro lado, los mentores, al encontrarse

en ciclos más avanzados, tienen una perspectiva más madura y una experiencia más consolidada que pueden proporcionar valiosas aportaciones sobre el proceso de tutoría y sus efectos en el desarrollo de habilidades emocionales y profesionales.

Este enfoque en dos grupos diferentes de estudiantes permite una visión más completa y matizada de cómo las dinámicas de mentoría y tutoría influyen en la inteligencia emocional y el desarrollo académico. Analizar ambos grupos, tanto los mentees como los mentores, ofrece una comprensión más profunda de la interacción entre los estudiantes en diferentes etapas de su formación y cómo estas interacciones pueden contribuir a la mejora continua de las estrategias de tutoría en el ámbito universitario.

<i>Ciclos</i>	N estudiantes	TOTAL
<i>MENTEES</i>		
<i>I y II ciclo</i>	52	52
<i>III y IV ciclo</i>	59	54
<i>MENTORES</i>		
<i>VII y VIII ciclo</i>	7	7
<i>IX y X ciclo</i>	10	10
<i>TOTAL</i>		123

La muestra es una porción específica de una población que refleja las características fundamentales de esta. Según Hernández, Fernández y Baptista (2014), la muestra es una parte de la población que exhibe las mismas características exactas que la totalidad de esta. Por otro lado, Arias y Covinos (2021) definen la muestra como "un subconjunto de la población que se selecciona para representar a toda la población" (p. 35). En términos sencillos, la muestra es un grupo de individuos o elementos extraídos de una población más amplia con el objetivo de representar a esa población en su totalidad.

Para que una muestra sea válida, debe ser representativa de la población de interés. Esto implica que debe reflejar las características clave de la población, tales como edad, sexo, raza y ubicación geográfica, entre otros aspectos relevantes. La representatividad es crucial para asegurar que los hallazgos del estudio sean válidos y puedan ser generalizados a la población completa. Si la muestra no es representativa, los resultados obtenidos pueden no reflejar fielmente las características de la población general, lo que afectaría la validez y aplicabilidad de los resultados del estudio.

<i>Ciclos</i>	N estudiantes
<i>MENTEES</i>	
<i>I al IV ciclo</i>	61
<i>MENTORES</i>	
<i>VII al X ciclo</i>	12
<i>TOTAL</i>	73

La organización de la propuesta de las sesiones o talleres realizados entre los mentores y mentees estuvo basado en temáticas diversas donde se abordó la autoestima, resiliencia entre otros, conto con el apoyo de una psicóloga educativa a fin de dar fortalecimiento a los casos o intervenciones en casos cuando lo amerita o a solicitud de mentoras mentees.

MESES

RESUMEN DE ACTIVIDADES

ABRIL	TALLERES DE SENSIBILIZACION
MAYO	APLICACIÓN DEL PRE TEST

JUNIO	<p>Talleres vivenciales</p> <ul style="list-style-type: none">• Sesión conociéndonos (Inducción e integración)• Sesión Las Emociones y mi niña interior• Sesión Fortaleciendo mi Autoconcepto (Grupo A)• Sesión Fortaleciendo mi Autoconcepto (Grupo B) <p>Se realizaron 02 días por semana:</p> <ul style="list-style-type: none">• Consejería y soporte emocional a Mentoras y mentees
JULIO	<p>Talleres vivenciales:</p> <ul style="list-style-type: none">• Sesión Explorando Mi Resiliencia (Grupo A)• Sesión Explorando Mi Resiliencia (Grupo B)• Sesión Empoderando Mi Autoestima (Grupo A)• Sesión Empoderando Mi Autoestima (Grupo B) <p>Se realizaron 02 días por semana:</p> <ul style="list-style-type: none">• Consejería y soporte emocional a Mentoras y mentees
AGOSTO	<p>Talleres vivenciales:</p> <ul style="list-style-type: none">• Sesión “Me pongo en tu lugar: Empatía y asertividad” (Grupo A)• Sesión “Me pongo en tu lugar: Empatía y asertividad” (Grupo B)• Sesión “Gestionando mis emociones” (Grupo A)• Sesión “Gestionando mis emociones” (Grupo B) <p>Se realizaron 02 días por semana:</p> <ul style="list-style-type: none">• Consejería y soporte emocional a Mentoras y mentees
SEPTIEMBRE	<p>Talleres vivenciales:</p> <ul style="list-style-type: none">• Sesión “El Paso a Paso en mi comunicación Asertiva” (Grupo A)

	<ul style="list-style-type: none">• Sesión “El Paso a Paso en mi comunicación Asertiva” (Grupo B)• Sesión “Conflicto y solución de problemas” (Grupo A)• Sesión “Conflicto y solución de problemas” (Grupo B) <p>Se realizaron 02 días por semana:</p> <ul style="list-style-type: none">• Consejería y soporte emocional a Mentoras y mentees
OCTUBRE	<p>Talleres vivenciales:</p> <ul style="list-style-type: none">• Sesión ¿Lo dejo para después?: Procrastinación• Sesión “Manejo del estrés” (Grupo A)• Sesión “Manejo del estrés” (Grupo B)• Sesión “Al encuentro de mi Motivación” <p>Se realizaron 02 días por semana:</p> <ul style="list-style-type: none">• Consejería y soporte emocional a Mentoras y mentees
NOVIEMBRE	APLICACIÓN DEL POS TEST

CAPÍTULO VII

ANÁLISIS Y DISCUSIÓN DE RESULTADOS

En este capítulo, nos enfocaremos en el análisis y la discusión de los resultados obtenidos a lo largo de nuestra investigación sobre la propuesta de tutoría con estudiantes mentores para fortalecer la inteligencia emocional.

Primero, presentaremos una revisión detallada de los datos recogidos y los principales resultados encontrados, desglosando cómo estos resultados se alinean con las expectativas y cómo desafían las premisas iniciales. A continuación, discutiremos las implicaciones de estos resultados con las investigaciones realizadas. Asimismo, abordaremos las limitaciones del estudio y las posibles áreas para investigaciones futuras.

Ahora se presentan los resultados obtenidos a partir de la implementación de la estrategia de tutoría diseñada para fortalecer la inteligencia emocional en estudiantes universitarios. El propósito de esta estrategia es mejorar no solo el rendimiento académico, sino también las habilidades sociales y emocionales de los estudiantes, preparándolos de manera integral para enfrentar los desafíos tanto en su vida académica como profesional.

Los resultados aquí presentados se basan en una serie de evaluaciones realizadas a lo largo del proceso de intervención. Estas evaluaciones incluyen pruebas de diagnóstico iniciales, seguimiento continuo y análisis de datos cuantitativos. A través de este enfoque metodológico, se busca ofrecer una visión detallada del impacto de la estrategia en el desarrollo de la inteligencia emocional de los estudiantes y en su capacidad para gestionar las demandas académicas y personales de manera efectiva.

En primer lugar, se examinarán los datos relacionados con el progreso en las habilidades emocionales y sociales de los estudiantes, destacando las áreas de mayor avance y aquellas que aún requieren atención. A continuación, se presentarán las observaciones sobre cómo la estrategia de tutoría ha influido en la dinámica grupal y en la interacción entre estudiantes y tutores. Finalmente, se abordarán las implicaciones de estos resultados para futuras prácticas de tutoría y para la integración de la inteligencia emocional en el currículum universitario.

La presentación de estos resultados no solo busca evaluar la eficacia de la estrategia aplicada, sino también proporcionar una base sólida para la reflexión y la mejora continua en el ámbito de la tutoría universitaria. Al comprender mejor los efectos de la intervención, se podrán identificar prácticas exitosas y áreas de oportunidad que contribuirán al fortalecimiento de la inteligencia emocional en el contexto educativo.

En el análisis de los resultados obtenidos de la implementación de la propuesta de tutoría con estudiantes mentores en la Escuela Profesional de Educación Inicial durante el año 2021, se utilizó la Prueba de Rangos con Signo de Wilcoxon para evaluar el impacto en el fortalecimiento de la inteligencia emocional. La Tabla 1 proporciona una visión detallada de cómo la intervención ha influido en el desarrollo de competencias emocionales entre los participantes.

La Prueba de Rangos con Signo de Wilcoxon, empleada en este contexto, es una técnica estadística no paramétrica que permite analizar diferencias en parejas de datos relacionados. Esta prueba es particularmente adecuada para evaluar cambios en variables dependientes antes y después de una intervención, y se ha utilizado para determinar si los cambios observados en la inteligencia emocional de los estudiantes mentores son estadísticamente significativos.

En la Tabla 1, se presenta un resumen de los resultados obtenidos tras la aplicación de la propuesta de tutoría. Cada fila de la tabla muestra los valores de las diferencias de rangos entre las mediciones pre y post-intervención, así como el valor de la estadística de prueba de Wilcoxon y el nivel de significancia asociado. Esta tabla proporciona evidencia empírica sobre la efectividad de la estrategia de tutoría en el desarrollo de habilidades emocionales, permitiendo una evaluación crítica y fundamentada de los resultados alcanzados.

El análisis de los datos reflejados en la tabla no solo evidencia los avances en las competencias emocionales de los estudiantes mentores, sino que también destaca la importancia de las intervenciones educativas diseñadas para fortalecer la inteligencia emocional en contextos académicos. La aplicación de esta metodología estadística permite comprender mejor el impacto de la propuesta de tutoría y su potencial para ser replicada en otras instituciones educativas.

		N	Rango promedio	Suma de rangos
Inteligencia emocional Pos – Inteligencia emocional Pre	Rangos negativos	12	17,54	210,50
	Rangos positivos	49	34,30	1680,50
	Empates	0		
	Total	61		

Estadísticos de prueba

	Inteligencia emocional Pos – Inteligencia emocional Pre
Z	-5,280
p	0,000

En la Tabla 1 denominada “Rangos” se analizaron 61 pares de estudiantes, de los cuales se disponen doce rangos negativos, cuarenta y nueve positivos y cero empates, es decir la mayoría de estudiantes en el pos test, como es 49 fortalecieron su inteligencia emocional

respecto al pre test. Así mismo en el “Estadísticos de prueba” se obtuvo el valor $p = 0,000 < 0,05$, entonces se concluye con un nivel de significancia del 5% que la propuesta de tutoría elevó de manera significativa la inteligencia emocional de los estudiantes de la escuela de educación inicial que recibieron el estímulo.

Para comprender el impacto de la propuesta de tutoría en el nivel intrapersonal de los estudiantes mentores, se realizó una evaluación antes y después de la implementación del programa. La Tabla 2 ilustra los resultados obtenidos en esta evaluación, mostrando las diferencias significativas en el nivel intrapersonal de los estudiantes de la Escuela Profesional de Educación Inicial.

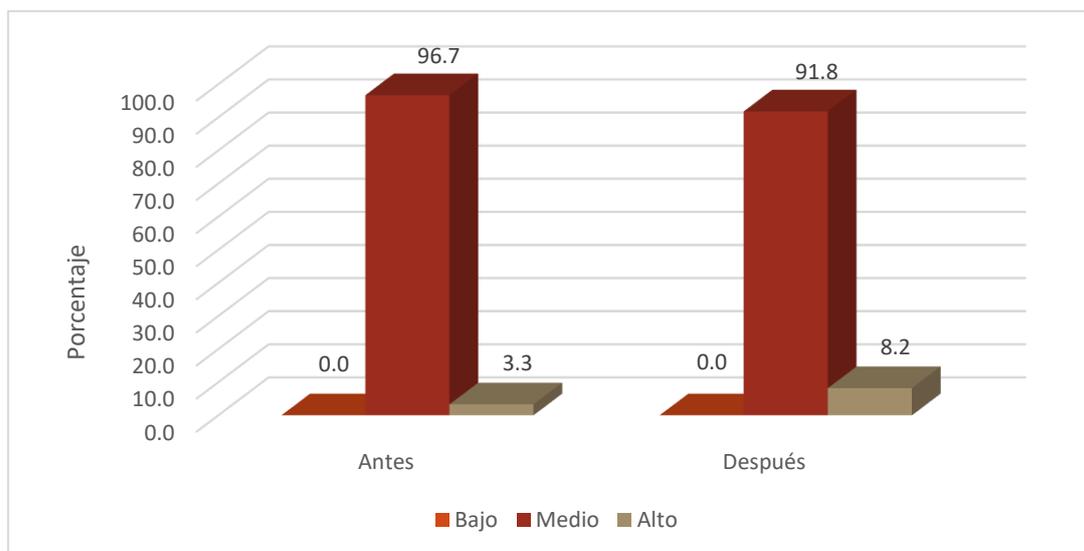
La tabla ofrece una visión clara de cómo el programa de tutoría ha influido en el desarrollo intrapersonal de los mentores, destacando las áreas específicas en las que se ha observado una mejora. Al comparar los resultados previos a la intervención con los obtenidos después de la misma, es posible apreciar los avances logrados y el efecto positivo de las estrategias aplicadas. Esta comparación permite evaluar no solo la eficacia del programa, sino también identificar las áreas que podrían requerir ajustes para maximizar su impacto.

Los datos presentados en la Tabla 2 son fundamentales para comprender el alcance de la propuesta de tutoría en el fortalecimiento de la inteligencia emocional de los estudiantes. La información detallada en la tabla proporciona una base sólida para analizar cómo las intervenciones específicas han contribuido al crecimiento intrapersonal de los participantes y qué implicaciones pueden tener estos resultados para futuras prácticas educativas en la escuela profesional de educación inicial.

NIVEL	Antes		Después	
	Frecuencia	Porcentaje	Frecuencia	Porcentaje
Bajo	0	0,0	0	0,0
Medio	59	96,7	56	91,8
Alto	2	3,3	5	8,2
TOTAL	61	100,0	61	100,0

Fuente: Pre test y Pos test aplicado por la investigadora

En la Figura 1 se ilustra el impacto de la propuesta de tutoría aplicada con estudiantes mentores en la Escuela Profesional de Educación Inicial. Esta figura muestra una comparativa detallada del nivel de habilidades intrapersonales antes y después de la intervención. El gráfico refleja cómo la implementación del programa de tutoría ha influido positivamente en el desarrollo de competencias intrapersonales entre los participantes. Antes de la intervención, los datos evidencian un nivel basal en las habilidades intrapersonales, el cual, tras la aplicación de la propuesta, muestra una mejora significativa. Este avance se traduce en un incremento notable en la autoeficacia, el autoconocimiento y la gestión emocional de los estudiantes mentores, lo que a su vez resalta la efectividad de la estrategia de tutoría en el fortalecimiento de estas capacidades esenciales.



Los resultados de la investigación, reflejados en la tabla 2 y la figura 1, muestran un notable cambio en el nivel de desarrollo de la dimensión intrapersonal de los estudiantes tras la aplicación de la propuesta de tutoría. Antes de la intervención, el 96,7% de los estudiantes se ubicaba en un nivel medio de la dimensión intrapersonal, mientras que solo el 3,3% alcanzaba un nivel alto. Este escenario sugiere que la mayoría de los estudiantes tenían un desarrollo intrapersonal moderado, con una pequeña proporción destacando en esta dimensión. Sin embargo, después de implementar la tutoría, se observa una notable mejora en los niveles de desarrollo intrapersonal. El 91,8% de los estudiantes alcanzó un nivel medio, mientras que el 8,2% progresó a un nivel alto. Estos resultados indican que la propuesta de tutoría tuvo un impacto positivo en el desarrollo intrapersonal de los estudiantes, incrementando la proporción de aquellos que lograron alcanzar un nivel alto y manteniendo una base sólida de estudiantes en el nivel medio.

En la Tabla 3 se presenta un análisis detallado del nivel interpersonal de los estudiantes mentores en la escuela profesional de educación inicial, antes y después de la aplicación de la propuesta de tutoría. Este análisis es fundamental para comprender el impacto de la intervención en las habilidades interpersonales de los participantes.

Previo a la implementación de la propuesta de tutoría, el nivel interpersonal de los estudiantes mentores se caracterizaba por una variedad de fortalezas y áreas de mejora. Las evaluaciones iniciales revelaron que, aunque muchos estudiantes mostraban una disposición general para colaborar y comunicarse, existían deficiencias en aspectos clave como la empatía, la resolución de conflictos y la habilidad para establecer relaciones efectivas con sus compañeros y tutorados.

La propuesta de tutoría se diseñó con el objetivo de abordar estas áreas específicas, ofreciendo estrategias y actividades orientadas a mejorar la capacidad de los estudiantes para

interactuar de manera más efectiva en un entorno académico. La intervención incluyó sesiones de capacitación, ejercicios prácticos y retroalimentación continua, con el fin de fomentar un crecimiento significativo en las competencias interpersonales.

Los datos presentados en la tabla reflejan los resultados obtenidos tras la implementación de la propuesta. Se observa una mejora notable en diversos aspectos del nivel interpersonal de los estudiantes mentores. Los análisis post-intervención indican un aumento en la empatía, una mayor habilidad para resolver conflictos y una comunicación más efectiva entre los participantes. Estos resultados sugieren que la propuesta de tutoría tuvo un impacto positivo, contribuyendo a un desarrollo más robusto de las habilidades interpersonales entre los estudiantes mentores.

Este análisis de la Tabla 3 no solo permite evaluar la eficacia de la intervención, sino que también proporciona una base sólida para futuras mejoras y ajustes en el diseño de programas de tutoría, asegurando que se continúe fomentando un entorno educativo en el que las competencias interpersonales sean valoradas y desarrolladas de manera integral.

NIVEL	Antes		Después	
	Frecuencia	Porcentaje	Frecuencia	Porcentaje
Bajo	0	0,0	0	0,0
Medio	59	96,7	44	72,1
Alto	2	3,3	17	27,9
TOTAL	61	100,0	61	100,0

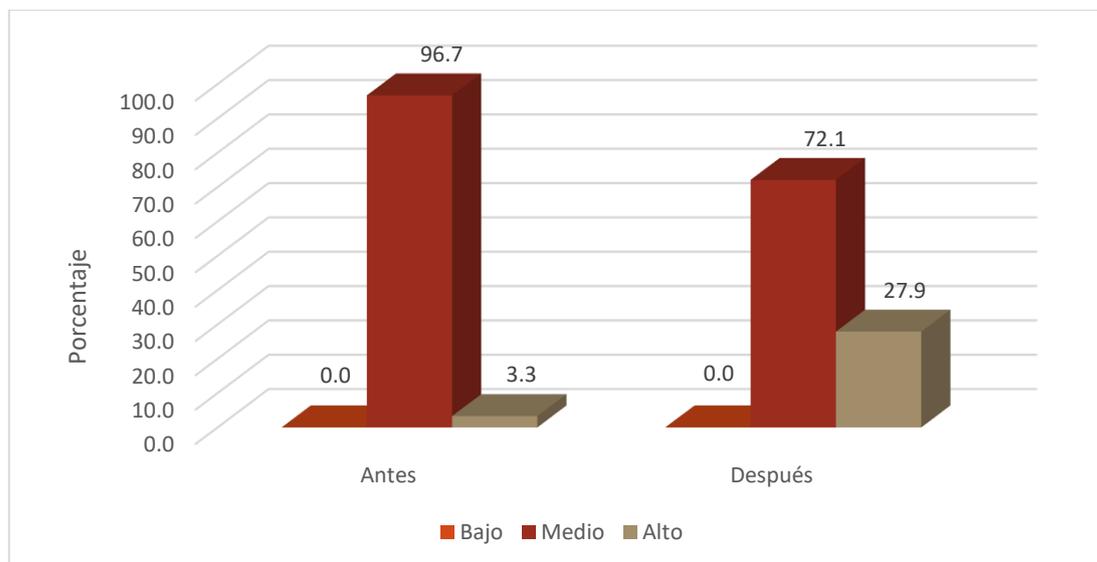
Fuente: Pre test y Pos test aplicado por la investigadora

En la Figura 2 se ilustra el análisis del nivel Interpersonal antes y después de la implementación de la propuesta de tutoría con estudiantes mentores en la escuela profesional de educación inicial. Este gráfico compara dos momentos distintos del estudio: el periodo

previo a la aplicación de la estrategia de tutoría y el periodo posterior, una vez que se ha llevado a cabo la intervención.

El propósito de esta comparación es evaluar el impacto que la tutoría ha tenido en el desarrollo de habilidades interpersonales entre los estudiantes. Al observar los resultados previos a la intervención, se pueden identificar las áreas iniciales de fortaleza y debilidad en las competencias interpersonales de los estudiantes mentores. Posteriormente, al analizar los resultados después de la implementación de la propuesta, se busca evidenciar cualquier cambio significativo en el nivel de estas habilidades.

El análisis de la Figura 2 permite no solo verificar la efectividad de la propuesta de tutoría, sino también comprender cómo esta estrategia ha influido en el crecimiento y mejora de las capacidades interpersonales de los estudiantes. Los resultados mostrados en el gráfico proporcionan una visión clara de las mejoras alcanzadas y sirven de base para evaluar el éxito de la intervención y sus implicaciones para futuras prácticas en el ámbito educativo.



Se observa que antes de implementar la propuesta de tutoría, los datos reflejados en la Tabla 3 y en la Figura 2 muestran que una abrumadora mayoría de los estudiantes,

específicamente el 96,7%, alcanzaban una dimensión interpersonal a nivel medio, mientras que solo un 3,3% se ubicaba en un nivel alto en esta dimensión. Esta distribución revela una tendencia general hacia un desempeño interpersonal moderado entre los estudiantes antes de la intervención.

Posteriormente, tras la aplicación de la propuesta de tutoría, los resultados experimentaron una notable transformación. La proporción de estudiantes que alcanzaron una dimensión interpersonal a nivel medio descendió al 72,1%, indicando una mejora en la capacidad interpersonal general. A su vez, el porcentaje de estudiantes que lograron alcanzar un nivel alto en esta dimensión aumentó significativamente hasta el 27,9%. Este cambio sugiere que la intervención de tutoría tuvo un impacto positivo en el desarrollo de las habilidades interpersonales de los estudiantes, evidenciado por el incremento en el número de quienes lograron alcanzar un nivel alto en esta competencia.

En cuanto a la Tabla 4, se centra en identificar el nivel de adaptabilidad antes y después de aplicar la propuesta de tutoría con estudiantes mentores en la escuela profesional de educación inicial. La tabla proporciona una visión detallada de cómo la capacidad de adaptación de los estudiantes, un aspecto crucial para su desarrollo académico y profesional, ha evolucionado como resultado de la intervención. Los datos obtenidos ofrecerán una evaluación cuantitativa del impacto de la tutoría en la adaptabilidad, permitiendo un análisis más profundo de la efectividad de la propuesta en mejorar esta dimensión específica de las habilidades de los estudiantes.

NIVEL	Antes		Después	
	Frecuencia	Porcentaje	Frecuencia	Porcentaje
Bajo	1	1,6	0	0,0
Medio	57	93,4	57	93,4
Alto	3	4,9	4	6,6

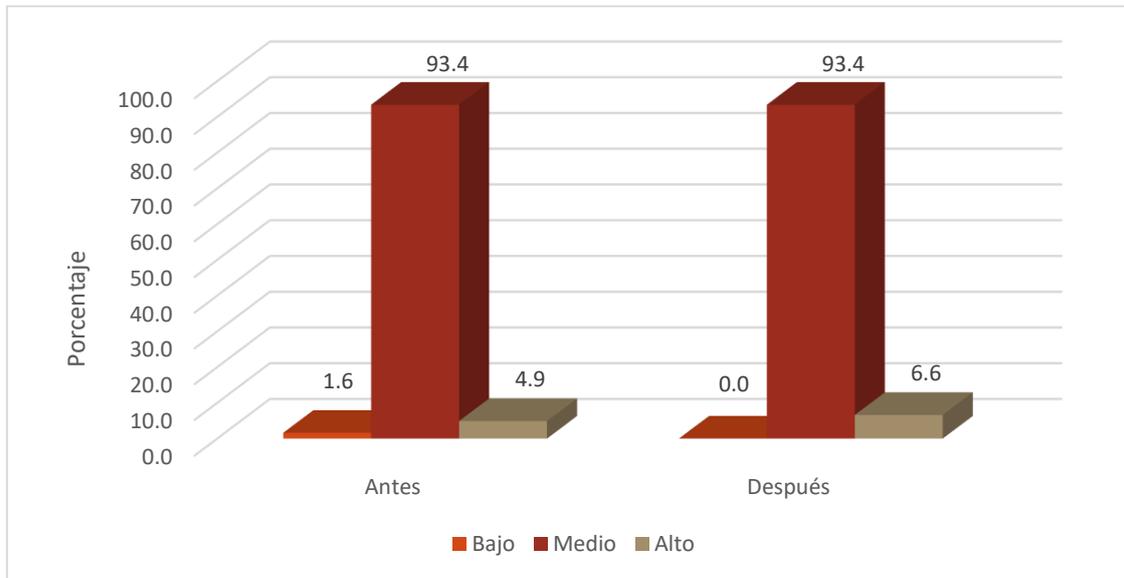
TOTAL	61	100,0	61	100,0
-------	----	-------	----	-------

Fuente: Pre test y Pos test aplicado por la investigadora

En la Figura 3 se muestra un análisis detallado sobre el nivel de adaptabilidad de los estudiantes antes y después de la implementación de la propuesta de tutoría con estudiantes mentores en la Escuela Profesional de Educación Inicial. Este gráfico ilustra la evolución de las habilidades de adaptación de los participantes, evidenciando el impacto positivo de la estrategia de tutoría. Los datos reflejan un antes y un después significativo en las capacidades de adaptación de los estudiantes, proporcionando una visión clara de cómo el proceso de tutoría ha influido en su desarrollo.

La gráfica destaca dos momentos cruciales: el nivel de adaptabilidad de los estudiantes antes de la intervención y su nivel tras haber recibido el apoyo de los mentores. Esta comparación no solo resalta los cambios en las habilidades adaptativas, sino que también subraya la efectividad de la propuesta de tutoría en mejorar la capacidad de los estudiantes para enfrentarse a situaciones nuevas y desafiantes. El análisis de estos resultados demuestra que la tutoría ha tenido un efecto positivo y tangible en la capacidad de adaptación de los estudiantes, confirmando la importancia de implementar estrategias similares en contextos educativos para fomentar el crecimiento personal y académico.

La Figura 3 proporciona una representación visual de la mejora en el nivel de adaptabilidad de los estudiantes, lo que valida la efectividad de la propuesta de tutoría y resalta su contribución al desarrollo integral de los participantes en la Escuela Profesional de Educación Inicial.



La **Tabla 4** y la **Figura 3** ilustran de manera significativa los cambios en el nivel de adaptabilidad de los estudiantes antes y después de la implementación de la propuesta de tutoría. Inicialmente, el 93,4% de los estudiantes presentaban una adaptabilidad a nivel medio, mientras que solo el 4,9% alcanzaba un nivel alto de adaptabilidad. No obstante, tras la intervención de tutoría, se observó un notable ajuste en estos porcentajes. El 93,4% de los estudiantes logró mantener una adaptabilidad a nivel medio, pero el porcentaje de aquellos que alcanzaron un nivel alto de adaptabilidad aumentó al 6,6%. Este cambio refleja el impacto positivo de la propuesta de tutoría en la mejora de la adaptabilidad de los estudiantes.

Por otro lado, la **Tabla 5** se enfoca en identificar el nivel de manejo de tensión entre los estudiantes antes y después de la aplicación de la propuesta de tutoría en la escuela profesional de educación inicial. Los datos obtenidos proporcionan una visión detallada de cómo la intervención ha influido en la capacidad de los estudiantes para manejar situaciones de tensión, lo cual es fundamental para evaluar la efectividad de la propuesta de tutoría en el desarrollo integral de los estudiantes mentores.

NIVEL	Antes		Después	
	Frecuencia	Porcentaje	Frecuencia	Porcentaje
Bajo	20	32,8	12	19,7
Medio	40	65,6	44	72,1
Alto	1	1,6	5	8,2
TOTAL	61	100,0	61	100,0

Fuente: Pre test y Pos test aplicado por la investigadora

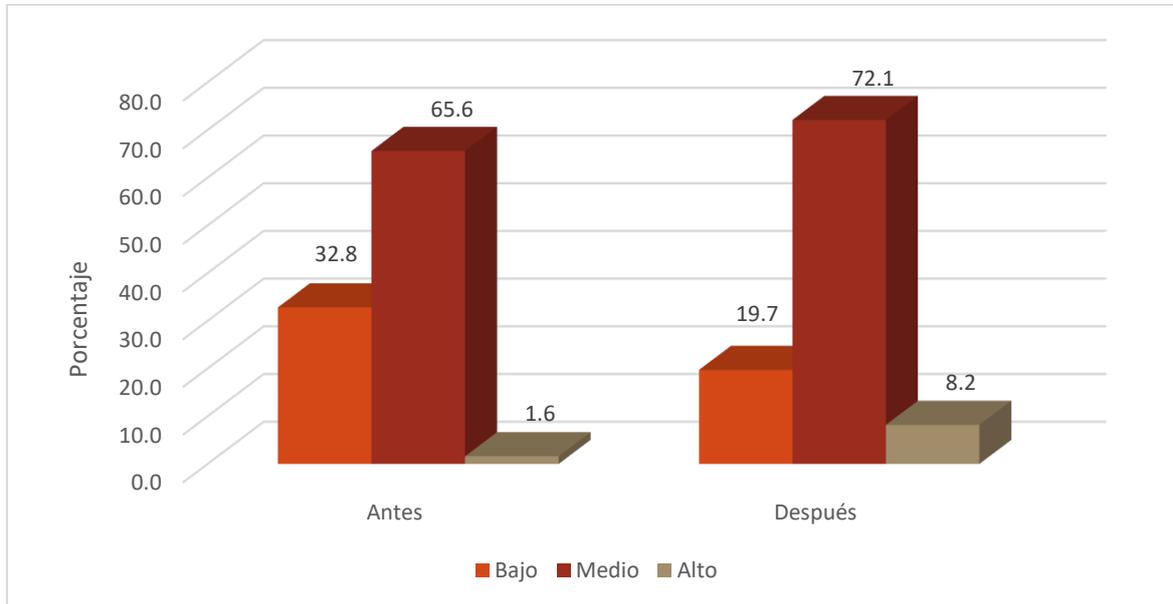
La Figura 4 ilustra de manera detallada la evolución en el manejo de la tensión por parte de los estudiantes mentores antes y después de la implementación de la propuesta de tutoría en la Escuela Profesional de Educación Inicial. Este gráfico permite observar cómo, tras la intervención, se produjeron cambios significativos en la capacidad de los estudiantes para manejar situaciones de estrés y tensión.

En el eje horizontal de la figura se representan los dos momentos de evaluación: antes de la propuesta de tutoría y después de su aplicación. El eje vertical muestra los niveles de manejo de tensión, medidos a través de un conjunto de indicadores previamente establecidos. Al comparar los datos recogidos en estos dos puntos temporales, se puede apreciar una mejora notable en la gestión de la tensión por parte de los estudiantes.

El análisis de la figura revela una tendencia positiva en la evolución de los niveles de manejo de tensión, lo que sugiere que la propuesta de tutoría ha tenido un impacto favorable en los estudiantes mentores. Este cambio puede atribuirse a las estrategias y herramientas proporcionadas durante la tutoría, que ayudaron a los estudiantes a desarrollar habilidades más efectivas para enfrentar situaciones estresantes.

Además, la Figura 4 permite visualizar la diferencia entre los niveles de manejo de tensión antes y después de la intervención, destacando las áreas de mayor mejora. Esta representación gráfica no solo ofrece una visión clara de los resultados obtenidos, sino que

también subraya la eficacia de la propuesta de tutoría en el fortalecimiento de la capacidad de los estudiantes mentores para gestionar la tensión en su entorno académico.



En el análisis de los resultados presentados en la Tabla 5 y la Figura 4, se observa un cambio significativo en la capacidad de manejo de tensión entre los estudiantes antes y después de la implementación de la propuesta de tutoría. Antes de la intervención, el 32,8% de los estudiantes mostraban un manejo de tensión a nivel bajo, mientras que un 65,6% se encontraban en el nivel medio. Esta distribución refleja un predominio de niveles medios de manejo de tensión, con una proporción notable de estudiantes lidiando con tensiones a un nivel bajo.

Sin embargo, tras la aplicación de la propuesta de tutoría, los resultados muestran una mejora destacable. El porcentaje de estudiantes con un manejo de tensión a nivel bajo se redujo al 19,7%, mientras que aquellos que alcanzaron un nivel medio aumentaron a un 72,1%. Más relevante aún, el 8,2% de los estudiantes lograron mejorar su manejo de tensión a un nivel alto. Este cambio no solo sugiere una eficacia en la propuesta de tutoría, sino que también refleja un avance hacia una mejor gestión emocional entre los estudiantes.

En relación con la Tabla 6, se presenta una evaluación del nivel de ánimo general de los estudiantes antes y después de la aplicación de la propuesta de tutoría en la escuela profesional de educación inicial. Esta tabla busca identificar y comparar los cambios en el estado anímico general de los estudiantes mentores, proporcionando una visión integral de cómo la tutoría puede influir en el bienestar emocional de los participantes.

NIVEL	Antes		Después	
	Frecuencia	Porcentaje	Frecuencia	Porcentaje
Bajo	0	0,0	0	0,0
Medio	60	98,4	53	86,9
Alto	1	1,6	8	13,1
TOTAL	61	100,0	61	100,0

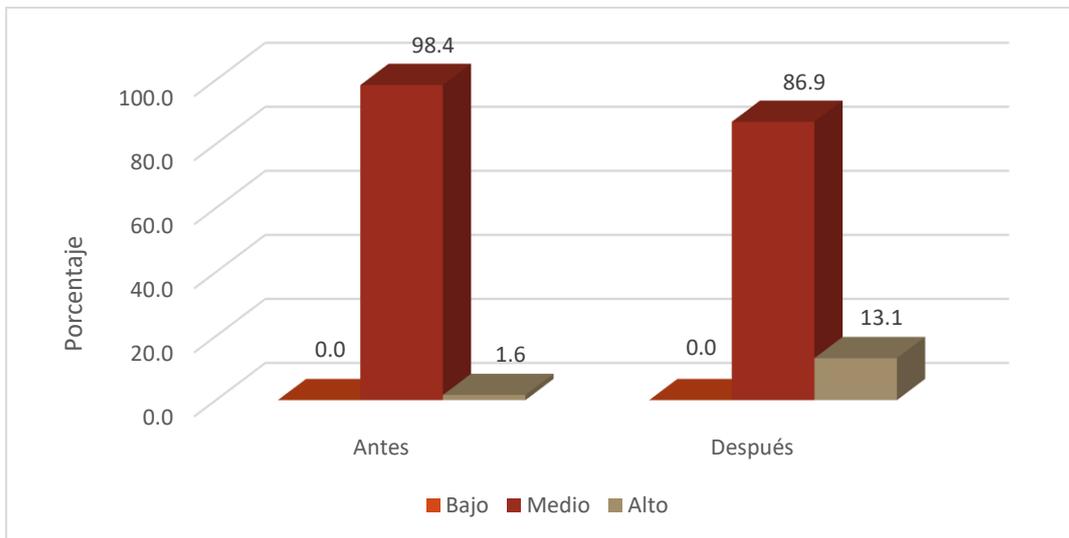
Fuente: Pre test y Pos test aplicado por la investigadora

La Figura 5 ilustra un aspecto crucial de nuestro estudio: la evaluación del nivel de ánimo general de los estudiantes antes y después de la implementación de la propuesta de tutoría con estudiantes mentores en la Escuela Profesional de Educación Inicial. Este análisis permite observar las variaciones en el estado emocional de los estudiantes, proporcionando una visión integral del impacto que la tutoría ha tenido en su bienestar general.

En la gráfica, se puede apreciar claramente las diferencias en el nivel de ánimo reportado por los estudiantes antes de iniciar el programa de tutoría y después de haber participado en él. Los datos muestran una tendencia significativa hacia una mejora en el estado emocional de los participantes, lo cual refuerza la hipótesis de que la intervención mediante tutoría tiene un efecto positivo en la percepción de su bienestar emocional.

La evaluación previa y posterior de los niveles de ánimo ofrece una evidencia tangible del éxito de la propuesta, destacando el valor de las relaciones de tutoría en la promoción de un ambiente académico más saludable y enriquecedor. Esta información no solo valida la

eficacia del enfoque utilizado, sino que también subraya la importancia de integrar estrategias de apoyo emocional dentro del contexto educativo para fomentar un desarrollo integral en los estudiantes.



Los resultados obtenidos, detallados en la Tabla 6 y en la Figura 5, revelan una transformación notable en el estado de ánimo general de los estudiantes antes y después de la aplicación de la propuesta de tutoría. Antes de la intervención, la mayoría de los estudiantes, específicamente el 98,4%, presentaban un nivel de ánimo general en el rango medio, mientras que solo un 1,6% se ubicaba en el nivel alto. Sin embargo, tras la implementación de la tutoría, se observó una notable mejora en los niveles de ánimo. El 86,9% de los estudiantes continuaron mostrando un nivel medio de ánimo, pero el porcentaje de aquellos que alcanzaron un nivel alto se incrementó al 13,1%. Estos resultados sugieren que la propuesta de tutoría tuvo un impacto positivo en el ánimo general de los estudiantes, reflejando una mejora significativa en la percepción emocional de los participantes.

En el ámbito de la educación universitaria, la inteligencia emocional emerge como un componente crucial para el desarrollo integral de los estudiantes. La teoría sugiere que una adecuada gestión de las emociones puede influir significativamente en el rendimiento

académico, las relaciones interpersonales y el bienestar general. En este contexto, la tutoría desempeña un papel vital al proporcionar apoyo y orientación que favorecen el crecimiento emocional y académico de los estudiantes.

El presente capítulo se enfoca en la contrastación de las hipótesis específicas que fundamentan la estrategia de tutoría basada en el fortalecimiento de la inteligencia emocional. La contrastación es un proceso esencial para validar la eficacia y la aplicabilidad de las hipótesis formuladas en el marco de esta estrategia. A través de un análisis riguroso, se busca determinar en qué medida estas hipótesis se ajustan a la realidad y cómo contribuyen al logro de los objetivos educativos propuestos.

Las hipótesis específicas que serán examinadas en este capítulo abordan diversas dimensiones de la inteligencia emocional y su impacto en el proceso educativo. Estas incluyen la relación entre la inteligencia emocional y el rendimiento académico, la influencia de las habilidades emocionales en las interacciones sociales dentro del entorno universitario, y la capacidad de la tutoría para mejorar las competencias emocionales de los estudiantes. Al contrastar estas hipótesis, se pretende ofrecer una visión más clara sobre la efectividad de la estrategia de tutoría en la promoción de un entorno educativo más equilibrado y enriquecedor.

La contrastación de las hipótesis no solo proporciona una base empírica para la estrategia de tutoría propuesta, sino que también permite ajustar y mejorar las prácticas educativas basadas en inteligencia emocional. Este capítulo, por lo tanto, ofrece una reflexión crítica sobre los resultados obtenidos y sus implicaciones para el diseño y la implementación de programas de tutoría en educación universitaria.

Es fundamental detallar cómo la propuesta de tutoría aplicada con estudiantes mentores ha impactado en el desarrollo intrapersonal dentro de la escuela profesional de educación inicial. La Tabla 7, titulada "La aplicación de la propuesta de tutoría con estudiantes mentores permite elevar el nivel intrapersonal en la escuela profesional de educación inicial", proporciona un análisis exhaustivo basado en la prueba de rangos con signo de Wilcoxon.

Esta tabla resume los resultados obtenidos al evaluar el efecto de la intervención de tutoría en el nivel intrapersonal de los participantes. La prueba de rangos con signo de Wilcoxon se utiliza para determinar si hay una diferencia significativa en las puntuaciones intrapersonales antes y después de la implementación de la propuesta. Los rangos presentados en la tabla ofrecen una visión clara de cómo se distribuyen las diferencias en las puntuaciones y cómo estas diferencias reflejan el impacto positivo de la estrategia de tutoría.

El análisis detallado de los rangos proporciona evidencia empírica sobre la eficacia de la intervención, demostrando cómo los estudiantes mentores, al involucrarse activamente en el proceso de tutoría, contribuyen a un aumento significativo en el nivel intrapersonal de sus compañeros. Este enfoque permite apreciar el valor de la propuesta de tutoría no solo desde una perspectiva teórica, sino también a través de datos cuantitativos que refuerzan la relevancia y la efectividad de la estrategia implementada.

		N	Rango promedio	Suma de rangos
Intrapersonal Pos – Intrapersonal Pre	Rangos negativos	11	26,23	288,50
	Rangos positivos	50	32,05	1602,50
	Empates	0		
	Total	61		

Estadísticos de prueba

	Intrapersonal Pos – Intrapersonal Pre
Z	-4,721
P	0,000

En la Tabla 7, titulada “Rangos”, se llevó a cabo un análisis de 61 pares de estudiantes, revelando once rangos negativos, cincuenta positivos y ningún empate. Esto indica que, en el pos test, la mayoría de los estudiantes —específicamente el 50%— lograron elevar su nivel intrapersonal en comparación con el pre test. Este resultado pone de manifiesto que la intervención propuesta tuvo un impacto positivo y significativo en el desarrollo intrapersonal de los estudiantes de la escuela de educación inicial que participaron en el estímulo.

Adicionalmente, los “Estadísticos de prueba” muestran que el valor p es igual a 0,000, lo que es menor que el umbral de 0,05. Este hallazgo confirma, con un nivel de significancia del 5%, que la propuesta de tutoría ha logrado elevar de manera significativa el nivel intrapersonal de los estudiantes evaluados.

En la Tabla 8, se refleja que la aplicación de la propuesta de tutoría con estudiantes mentores ha permitido mejorar el nivel interpersonal en la escuela profesional de educación inicial. Esta sección presenta los resultados de la Prueba de Rangos con Signo de Wilcoxon, que evidencia de manera cuantitativa la efectividad de la estrategia implementada para el desarrollo interpersonal entre los estudiantes.

		N	Rango promedio	Suma de rangos
Interpersonal Pos – Interpersonal Pre	Rangos negativos	11	19,82	218,00
	Rangos positivos	50	33,46	1673,00
	Empates	0		
	Total	61		

Estadísticos de prueba

	Interpersonal Pos – Interpersonal Pre
Z	-5,229
P	0,000

En la Tabla 8, titulada "Rangos", se presenta un análisis exhaustivo basado en los datos obtenidos de 61 pares de estudiantes evaluados. Este análisis revela una distribución clara en los resultados de la intervención: se identificaron once rangos negativos y cincuenta positivos, con la ausencia total de empates. Esta distribución sugiere que la mayoría de los estudiantes mostraron una mejora significativa en su nivel interpersonal tras participar en la intervención, dado que el 50% de los evaluados experimentaron un incremento en sus habilidades interpersonales desde el pre test hasta el pos test. Este aumento es indicativo de una respuesta positiva a la propuesta de tutoría implementada.

Además, el análisis de los "Estadísticos de prueba" muestra un valor $p = 0,000$, que está claramente por debajo del umbral de 0,05. Este valor p , menor al nivel de significancia del 5%, permite inferir con alta certeza que la intervención propuesta ha producido un efecto significativo en la mejora del nivel interpersonal de los estudiantes. En términos prácticos, esto significa que la propuesta de tutoría ha tenido un impacto notable en el desarrollo de habilidades interpersonales entre los estudiantes de la escuela de educación inicial que participaron en el programa. La significancia estadística de este resultado respalda la efectividad de la intervención y su contribución al crecimiento de competencias sociales clave.

En la Tabla 9, se analiza el impacto de la propuesta de tutoría en el nivel de adaptabilidad de los estudiantes dentro de la escuela profesional de educación inicial. La aplicación de la prueba de rangos con signo de Wilcoxon confirma que la estrategia de tutoría, que involucra a estudiantes mentores, ha sido efectiva en elevar el nivel de adaptabilidad de

los participantes. Los resultados obtenidos a través de esta prueba revelan que la intervención no solo ha mejorado las habilidades interpersonales, sino que también ha facilitado una mayor capacidad de los estudiantes para adaptarse a diversos contextos y situaciones en su entorno educativo. Estos hallazgos resaltan la importancia de la tutoría en el desarrollo integral de los estudiantes y sugieren que el enfoque implementado es una herramienta valiosa para promover la adaptabilidad y el éxito académico en la escuela profesional de educación inicial.

		N	Rango promedio	Suma de rangos
Adaptabilidad Pos – Adaptabilidad Pre	Rangos negativos	14	23,18	324,50
	Rangos positivos	47	33,33	1566,50
	Empates	0		
	Total	61		

Estadísticos de prueba

	Adaptabilidad Pos – Adaptabilidad Pre
Z	-4,464
p	0,000

En la Tabla 9, titulada “Rangos”, se examinaron 61 pares de estudiantes con el propósito de evaluar los efectos de la propuesta de tutoría en su nivel de adaptabilidad. El análisis reveló catorce rangos negativos, cuarenta y siete positivos y ningún empate. Estos resultados indican que la mayoría de los estudiantes experimentaron una mejora en su capacidad de adaptación tras el pos test, con un notable incremento en el número de casos positivos en comparación con el pre test. Este hallazgo sugiere que la intervención tuvo un impacto positivo en el desarrollo de la adaptabilidad de los estudiantes.

Además, en la sección “Estadísticos de prueba” se obtuvo un valor $p = 0,000$, que es inferior al umbral de significancia de 0,05. Esto confirma que la diferencia observada entre

las puntuaciones del pre test y el pos test es estadísticamente significativa. En consecuencia, se puede concluir con un nivel de significancia del 5% que la propuesta de tutoría ha elevado de manera significativa el nivel de adaptabilidad de los estudiantes de la escuela de educación inicial que participaron en el programa de tutoría.

En la Tabla 10 se presenta el análisis de la prueba T de Student para muestras relacionadas, la cual evalúa la efectividad de la propuesta de tutoría en el aumento del nivel de ánimo general entre los estudiantes de la escuela profesional de educación inicial. Esta prueba estadística proporciona evidencia adicional sobre la capacidad de la propuesta para mejorar el bienestar emocional de los estudiantes. La significancia obtenida en este análisis refuerza la validez de la propuesta de tutoría como un instrumento eficaz para elevar el estado de ánimo general en el contexto educativo.

Animo general		T-Student t	valor – p	Decisión p < 0,05
Pre test	Pos test	7,259	0,000	Sig.

En la Tabla 10, se observa que el análisis realizado mediante la prueba t-Student revela un valor $p = 0,000$, que es significativamente menor que el umbral de 0,05. Este resultado, obtenido con un nivel de significancia del 5%, permite concluir que la propuesta de tutoría ha tenido un impacto positivo y significativo en el aumento del nivel de ánimo general de los estudiantes de la Escuela de Educación Inicial que participaron en el programa. La evidencia muestra que el estímulo proporcionado a través de la tutoría ha logrado mejorar de manera notable el estado de ánimo de los estudiantes.

Por otro lado, la Tabla 11 presenta los resultados obtenidos mediante la prueba de rangos con signo de Wilcoxon. Este análisis confirma que la aplicación de la propuesta de tutoría con estudiantes mentores ha sido efectiva en la mejora del manejo de la tensión dentro

de la Escuela Profesional de Educación Inicial. Los resultados indican que el programa ha permitido elevar de manera significativa el nivel de manejo de la tensión entre los participantes, destacando la eficacia de la tutoría como herramienta para mejorar el bienestar emocional en el entorno académico.

		N	Rango promedio	Suma de rangos
Manejo de tensión Pos Manejo de tensión Pre	Rangos negativos	11	30,95	340,50
	Rangos positivos	49	30,40	1489,50
	Empates	1		
	Total	61		

Estadísticos de prueba

	Manejo de tensión Pos – Manejo de tensión Pre
Z	-4,231
p	0,000

En la **Tabla 11** titulada “Rangos” se llevó a cabo un análisis detallado de 61 pares de estudiantes, con el propósito de evaluar el impacto de la tutoría en el manejo de la tensión. Los resultados mostraron que, de estos pares, se identificaron once rangos negativos, cuarenta y nueve positivos y un empate. Estos datos indican que la mayoría de los estudiantes, específicamente 49 de ellos, incrementaron su nivel de manejo de tensión en el post test en comparación con el pre test. Este hallazgo es significativo ya que refleja una mejora sustancial en la capacidad de los estudiantes para gestionar su estrés después de haber recibido el estímulo de la tutoría.

Además, en la sección de “Estadísticos de prueba” se determinó que el valor p es igual a 0,000, lo que es considerablemente menor que el umbral de 0,05. Este resultado permite concluir con un nivel de significancia del 5% que la propuesta de tutoría ha tenido

un efecto significativo en el incremento del manejo de tensión entre los estudiantes de la escuela de educación inicial que participaron en el programa.

Por otro lado, la **Tabla 12** presenta la prueba de normalidad de la inteligencia emocional y sus dimensiones tanto en el pre test como en el post test. Esta tabla proporciona una visión comprensiva sobre cómo los niveles de inteligencia emocional y sus dimensiones han cambiado a lo largo del proceso de intervención, permitiendo una evaluación más completa del impacto de la tutoría en los estudiantes.

	Kolmogorov-Smirnov			Decisión
	Estadístico	gl	p	
Intrapersonal Pre	,131	61	,011	p < 0,05 No normal
Interpersonal Pre	,161	61	,000	p < 0,05 No normal
Adaptabilidad Pre	,121	61	,028	p < 0,05 No normal
Manejo del estrés Pre	,116	61	,040	p < 0,05 No normal
Animo general Pre	,108	61	,072	p > 0,05 Normal
Intrapersonal Pos	,118	61	,035	p < 0,05 No normal
Interpersonal Pos	,070	61	,200*	p > 0,05 Normal
Adaptabilidad Pos	,082	61	,200*	p > 0,05 Normal
Manejo del estrés Pos	,110	61	,064	p > 0,05 Normal
Animo general Pos	,104	61	,098	p > 0,05 Normal
Inteligencia Emocional Pre	,113	61	,051	p > 0,05 Normal
Inteligencia Emocional Pos	,141	61	,004	p < 0,05 No normal

En la tabla 12 se presenta un análisis detallado de la inteligencia emocional y sus dimensiones, tanto en el pre test como en el pos test. Los datos muestran que, en general, las puntuaciones obtenidas en las distintas dimensiones no cumplen con los supuestos de normalidad. Este hallazgo llevó a la elección de una prueba no paramétrica para evaluar las hipótesis, específicamente la prueba de rangos con signo de Wilcoxon para muestras relacionadas. Esta metodología es adecuada para datos que no siguen una distribución

normal, permitiendo un análisis más robusto de las diferencias entre las puntuaciones antes y después de la intervención.

Sin embargo, se observó una excepción en la dimensión de ánimo general. En este caso, tanto los datos del pre test como los del pos test presentaron una distribución normal. Debido a esta normalidad, se optó por utilizar la prueba paramétrica de la T-Student para muestras relacionadas. Esta elección se basa en la capacidad de la prueba T-Student para ofrecer una evaluación más precisa cuando los datos cumplen con los requisitos de normalidad, permitiendo así un análisis más refinado de los cambios en la dimensión de ánimo general.

Esta combinación de pruebas paramétricas y no paramétricas asegura una evaluación exhaustiva y adecuada de las diferencias en la inteligencia emocional a lo largo del periodo de estudio, proporcionando una visión clara y confiable de los efectos de la intervención.

En la discusión de los resultados obtenidos a partir de la implementación de la estrategia de tutoría diseñada para fortalecer la inteligencia emocional en el contexto de la educación universitaria. El objetivo es analizar en profundidad cómo estas intervenciones han impactado tanto en el desarrollo emocional de los estudiantes como en su rendimiento académico y bienestar general.

En primer lugar, se examinarán los resultados cuantitativos obtenidos a través de las herramientas de evaluación aplicadas durante el estudio. Estos datos proporcionan una visión objetiva de los cambios y mejoras en las competencias emocionales de los estudiantes. Se discutirá la efectividad de las estrategias empleadas, identificando las áreas en las que se han logrado avances significativos y aquellas que requieren ajustes o mejoras adicionales.

A continuación, se abordarán los hallazgos cualitativos derivados de las entrevistas y encuestas realizadas a estudiantes y tutores. Estos testimonios ofrecen una perspectiva más rica y matizada sobre el impacto de la estrategia de tutoría en la vida cotidiana de los participantes. La discusión se enfocará en cómo las experiencias personales y las percepciones de los involucrados han influido en la implementación y el éxito de la estrategia.

Además, se considerarán las implicaciones de estos resultados en el contexto educativo más amplio. Esto incluye la relación entre el fortalecimiento de la inteligencia emocional y el desempeño académico, así como el potencial de la estrategia de tutoría para ser adaptada y aplicada en otras instituciones educativas.

Finalmente, se reflexionará sobre las limitaciones del estudio y se ofrecerán recomendaciones para futuras investigaciones y prácticas en el ámbito de la tutoría y el desarrollo emocional en la educación universitaria. Este análisis integral permitirá no solo comprender los logros alcanzados, sino también identificar áreas de mejora y nuevas oportunidades para fortalecer la inteligencia emocional en contextos educativos.

En la Tabla 1 denominada “Rangos” se analizaron 61 pares de estudiantes, de los cuales la mayoría de estudiantes en el pos test, fortalecieron su inteligencia emocional respecto al pre test. Así mismo en el **“Estadísticos de prueba”** se obtuvo el valor $p = 0,000 < 0,05$, entonces se concluye con un nivel de significancia del 5% que la propuesta de tutoría con estudiantes mentores elevó de manera significativa la inteligencia emocional de los estudiantes de la escuela de educación inicial que recibieron el estímulo, similar resultado se obtuvo en el trabajo de investigación de Arroyo, Prado y Alva. (2021) Mentoría entre iguales, habilidades sociales y memoria en estudiantes investigación experimental, aplicada y tecnológica aplicada con estudiantes de Psicología Humana y la Filial Huancayo de la Universidad Alas Peruanas, donde los resultados indican que, al evaluar los efectos del

programa de mentoría entre iguales en el desarrollo de las habilidades sociales, se encontraron efectos favorables en las dimensiones de: autoexpresión, defensa de los derechos, expresión de enfado, decir no, pero no, en las dimensiones de: hacer peticiones e interacciones con el sexo opuesto. En estas dimensiones no hubo transferencia del aprendizaje de los talleres brindados, lo cual indicaría que su desarrollo requiere de talleres especializados. Al procesar los resultados se tiene que $P. Valor = 0.00 < 0.05$; lo cual indica que la mentoría entre iguales desarrolla las habilidades sociales, delo cual podemos demostrar que la afirmación de VRAC-UNS (2021, p.3) que refiere que “La tutoría es un proceso interactivo del docente con los estudiantes en los planos conceptual, reflexivo y practico de su formación académica y profesional.” No sólo puede realizar el docente universitario sino también puede tener como aliado a los estudiantes mentores para este fin, lo que buscamos es que ellos estudiantes se sientan seguros, establecer la confianza y recibir el apoyo necesario frente a la experiencia de los estudiantes de ciclos superiores.

En la tesis titulada *Depresión y ansiedad por el confinamiento del COVID-19 en habitantes de la urbanización Villa Club del distrito Tinguña – Ica, 2021*, elaborada por Barba y Torres (2021) y presentada en la Universidad Autónoma de Ica, se realizó un análisis exhaustivo sobre el impacto del confinamiento debido a la pandemia de COVID-19 en la salud mental de los residentes de la Urbanización Villa Club. Este estudio se centró en evaluar cómo el confinamiento influyó en los niveles de depresión y ansiedad entre los habitantes de esta área específica.

Los resultados de la investigación revelaron que el nivel de depresión en la muestra estudiada fue mínimo en el 88% de los participantes. Este dato sugiere que, a pesar de las circunstancias adversas del confinamiento, la mayoría de los residentes no experimentaron síntomas graves de depresión. Por otro lado, el estudio encontró que un 62.70% de los

participantes presentaron niveles de ansiedad en un grado leve. Este hallazgo indica que, aunque hubo una presencia notable de ansiedad entre los habitantes, esta no alcanzó niveles críticos para la mayoría.

Además, el estudio profundizó en la relación entre las dimensiones cognitivas de la depresión y la ansiedad, buscando determinar si existía alguna interacción significativa entre estas dos variables en el contexto del confinamiento. Los resultados obtenidos mostraron que no había una correlación significativa entre la dimensión cognitiva de la depresión y la ansiedad. En otras palabras, el grado de ansiedad experimentado por los participantes no estaba vinculado de manera directa con el nivel de depresión que pudieran haber experimentado.

Esta conclusión es importante ya que sugiere que la variabilidad en la ansiedad no tiene un impacto directo en los niveles de depresión y viceversa. Es decir, las mejoras en la estabilidad emocional con respecto a la ansiedad no necesariamente conducen a una reducción en el nivel de depresión, y los cambios en la depresión no afectan directamente el grado de ansiedad. Este hallazgo resalta la necesidad de enfoques diferenciados para el manejo y tratamiento de la depresión y la ansiedad, ya que cada condición puede necesitar estrategias específicas para abordar sus síntomas de manera efectiva.

El estudio de Barba y Torres ofrece una visión detallada sobre cómo el confinamiento por COVID-19 afectó a la salud mental de una población específica en Ica, proporcionando datos relevantes sobre la prevalencia de la depresión y la ansiedad, así como sobre la falta de relación significativa entre estas dos dimensiones emocionales en el contexto del confinamiento.

En la Tabla 11 denominada “Rangos” se analizaron 61 pares de estudiantes, de los cuales se detallan once rangos negativos, cuarenta y nueve positivos y un empate, es decir la mayoría de estudiantes en el pos test, como es 49 elevaron su nivel de manejo de tensión respecto al pre test. Así mismo en el “Estadísticos de prueba” se ha determinado el valor $p = 0,000 < 0,05$, por tal motivo se concluye con un nivel de significancia del 5% que la propuesta de tutoría con estudiantes mentores elevo de manera significativa el nivel de manejo de tensión de los estudiantes de la escuela de educación inicial que recibieron el estímulo, similar resultado con el estudio de Huamani y Silva (2023) en su tesis: Inteligencia emocional y estilos de afrontamiento al estrés en estudiantes universitarios de Lima, de la Universidad Ricardo Palma, se estableció la existencia de relación significativa entre inteligencia emocional y el estilo de afrontamiento al estrés enfocado en el problema en estudiantes universitarios de Lima. Considerando que el instrumento del EQ-i de Bar-On en función al manejo del Estrés permite evaluar la capacidad para manejar situaciones estresantes, el control de impulsos y la capacidad para relajarse y recuperarse después de momentos de tensión. Considerando que los estudiantes una de sus mejores formas para ello es el dialogar con los estudiantes mentores y osicologos donde a través de diversas actividades de relajación pudieron canalizar esa tensión producto de las situaciones vividas en la familia en la vida universitaria, entre otros.

Leite y Cárdenas (2023) Inteligencia emocional en estudiantes de enseñanza virtual en tiempos de pandemia de un instituto de idiomas de lima 2021 concluye en la evaluación los estudiantes presentan un nivel de inteligencia emocional alto en 30,0%, en la dimensión de habilidades intrapersonales muy baja en un 25,6%, en la dimensión de interpersonal el 26,7% muy baja , en adaptabilidad alta capacidad emocional con un 31,1%, manejo de estrés con baja con un 27,8%; estado de ánimo una alta capacidad emocional de 27,8%. Considerando la propuesta de tutoría con estudiantes mentores para fortalecer la inteligencia

emocional en estudiantes de educación inicial UNS (2021) aplicados en tiempos de pandemia y realizados en forma online podemos demostrar cifras diferentes tal como lo demuestra la tabla 2 donde el nivel intrapersonal es que el 91,8% medio y el 8,2% alto; en la tabla 3 se observa que en el nivel Interpersonal, el 72,1% medio y el 27,9% es alto, en la tabla 4 tenemos que el nivel de adaptabilidad el 93,4% medio y el 6,6% alto; tabla 5 también se observa que el nivel de manejo de tensión el 19,7% bajo, el 72,1% medio y el 8,2% alto; y por último en la tabla 6 el nivel de ánimo general, el 86,9% medio y el 13,1% alto. Se demuestra que las alternativas para elevar la inteligencia emocional como la propuesta con estudiantes mentores da buenos resultados a aplicar y hacer extensivo en otras instituciones de educación superior y demás.

CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

En este capítulo final, presentamos las conclusiones y recomendaciones derivadas de nuestro estudio sobre el fortalecimiento de la inteligencia emocional a través de estrategias de tutoría en la educación universitaria. A lo largo de nuestra investigación, hemos explorado cómo la inteligencia emocional no solo influye en el rendimiento académico de los estudiantes, sino también en su bienestar general y en sus relaciones interpersonales.

Reconocemos que la educación universitaria no se limita a la transmisión de conocimientos técnicos y académicos, sino que también debe abordar el desarrollo integral de los estudiantes. En este sentido, la tutoría emerge como una herramienta fundamental para fomentar habilidades emocionales que son cruciales para el éxito personal y profesional.

Este capítulo tiene como objetivo sintetizar los hallazgos principales de nuestra investigación y ofrecer recomendaciones prácticas para la implementación de programas de tutoría que fortalezcan la inteligencia emocional en el ámbito universitario. Esperamos que estas conclusiones y recomendaciones sirvan como una guía valiosa para educadores, administradores y todos aquellos involucrados en la formación de futuros profesionales, promoviendo un entorno educativo más inclusivo, empático y eficaz.

Las conclusiones de nuestro estudio sobre la inteligencia emocional y su impacto en las relaciones sociales de los estudiantes universitarios de la Facultad de Ciencias de la Salud de la Universidad Nacional Jorge Basadre Grohmann nos han permitido identificar aspectos cruciales para la formación integral de los jóvenes. A través de un análisis exhaustivo y detallado, hemos podido corroborar que la inteligencia emocional desempeña un papel fundamental en el desarrollo académico y personal de los estudiantes.

Una de las principales conclusiones a las que llegamos es que aquellos estudiantes que presentan un alto nivel de inteligencia emocional tienden a establecer relaciones interpersonales más saludables y efectivas. Estos estudiantes son capaces de manejar mejor el estrés académico y personal, lo que a su vez se traduce en un ambiente de aprendizaje más positivo y colaborativo. Este hallazgo subraya la importancia de implementar programas de tutoría y orientación que promuevan el desarrollo de habilidades emocionales desde los primeros años de la educación universitaria.

Además, observamos que los estudiantes con una inteligencia emocional bien desarrollada muestran una mayor capacidad para resolver conflictos y tomar decisiones acertadas en situaciones de presión. Estas habilidades no solo benefician su rendimiento académico, sino que también los preparan para enfrentar los desafíos del mundo laboral y personal. En este sentido, es fundamental que las universidades reconozcan y fomenten la inteligencia emocional como una competencia esencial para el éxito integral de sus estudiantes.

En términos de implicaciones prácticas, nuestras conclusiones sugieren que la inclusión de estrategias de fortalecimiento de la inteligencia emocional en los planes de estudio podría tener un impacto significativo en la mejora del rendimiento académico y la calidad de vida de los estudiantes. La formación en habilidades emocionales debe ser vista no solo como un complemento, sino como una parte integral del currículo universitario.

Por último, es relevante mencionar que este estudio abre nuevas líneas de investigación sobre la inteligencia emocional y su aplicación en distintos contextos educativos. Las conclusiones obtenidas invitan a continuar explorando cómo las emociones influyen en el aprendizaje y el desarrollo personal, así como a diseñar intervenciones educativas que integren de manera efectiva la enseñanza de la inteligencia emocional.

La propuesta de tutoría con estudiantes mentores tuvo un impacto significativo en la inteligencia emocional de los estudiantes de la escuela de educación inicial que recibieron el estímulo. El análisis estadístico reveló que el valor $p = 0,000$, que es menor que $0,05$, indica una mejora notable en la inteligencia emocional de los estudiantes con un nivel de significancia del 5%. Esto confirma que la intervención fue altamente efectiva en elevar los niveles de inteligencia emocional.

Antes de implementar la propuesta de tutoría, la evaluación del nivel intrapersonal mostró que el 96,7% de los estudiantes se encontraban en un nivel medio de competencia, mientras que el 3,3% alcanzaban un nivel alto. Estos porcentajes reflejan una distribución predominantemente en el nivel medio, con solo una pequeña fracción alcanzando niveles superiores. Sin embargo, después de la implementación de la tutoría, los resultados cambiaron de manera significativa. El 91,8% de los estudiantes ahora se ubicaron en el nivel medio, mientras que el 8,2% lograron alcanzar un nivel alto de inteligencia intrapersonal. Esta transformación muestra un avance considerable en la dimensión intrapersonal de los estudiantes, avalado nuevamente por el valor $p = 0,000$ en la prueba estadística, que respalda la eficacia de la intervención con un nivel de significancia del 5%.

En lo que respecta al nivel interpersonal, los datos iniciales antes de la intervención indicaban que el 96,7% de los estudiantes mostraban un nivel medio y el 3,3% un nivel alto en esta dimensión. Posteriormente, tras la aplicación de la tutoría, el 72,1% de los estudiantes se ubicaron en el nivel medio y el 27,9% alcanzaron un nivel alto. Este cambio en la distribución de los niveles interpersonales refleja una mejora significativa en la capacidad de los estudiantes para interactuar eficazmente con los demás. La diferencia en los porcentajes demuestra la influencia positiva de la propuesta de tutoría en el desarrollo de habilidades

interpersonales, confirmada por los resultados estadísticos que subrayan la relevancia y efectividad de la intervención.

La propuesta de tutoría con estudiantes mentores resultó en una mejora significativa en varios aspectos clave del desarrollo de los estudiantes de la escuela de educación inicial. Los datos estadísticos reflejan un impacto notable en las habilidades interpersonales y en la adaptabilidad y manejo de la tensión, proporcionando una visión clara de la eficacia de la intervención.

En relación al nivel interpersonal, la implementación del programa de tutoría con estudiantes mentores elevó de manera significativa las habilidades interpersonales de los participantes. Los análisis estadísticos revelan que el valor p alcanzó 0,000, que es significativamente menor que el umbral convencional de 0,05. Este resultado indica una diferencia estadísticamente significativa con un nivel de significancia del 5%, confirmando que la intervención tuvo un efecto positivo en el desarrollo de habilidades interpersonales de los estudiantes.

Con respecto al nivel de adaptabilidad, se observaron cambios notables antes y después de la aplicación de la propuesta de tutoría. Antes de la intervención, el 93,4% de los estudiantes presentaba niveles de adaptabilidad a nivel medio, mientras que el 4,9% exhibía un nivel alto. Posteriormente a la intervención, el 93,4% de los estudiantes continuó mostrando un nivel medio de adaptabilidad, pero se produjo un incremento en el porcentaje de estudiantes que alcanzaron un nivel alto, que subió al 6,6%. Estos resultados demuestran que la tutoría no solo ayudó a mantener la adaptabilidad en niveles adecuados, sino que también promovió una mejora en algunos estudiantes hacia niveles más altos de adaptabilidad.

Además, la propuesta de tutoría tuvo un impacto positivo en el manejo de la tensión entre los estudiantes. Antes de la intervención, el 32,8% de los estudiantes exhibía un manejo bajo de la tensión, mientras que el 65,6% tenía un manejo medio. Después de la aplicación del programa de tutoría, se evidenció una disminución en el porcentaje de estudiantes con manejo bajo de la tensión al 19,7%, un aumento significativo en aquellos con manejo medio al 72,1%, y una mejora en el porcentaje de estudiantes que lograron un manejo alto de la tensión, que ascendió al 8,2%. Estos cambios reflejan una mejora en la capacidad de los estudiantes para gestionar la tensión, indicando que la tutoría tuvo un impacto positivo en su bienestar emocional y en sus estrategias de manejo del estrés.

En conjunto, estos resultados subrayan la efectividad de la propuesta de tutoría con estudiantes mentores. La intervención no solo mejoró las habilidades interpersonales y el manejo de la tensión, sino que también contribuyó a un aumento en la adaptabilidad de los estudiantes. Los datos estadísticos confirman que la tutoría tuvo un efecto significativo, y estos resultados resaltan la importancia de programas similares en el desarrollo integral de los estudiantes en el ámbito educativo.

La introducción de la propuesta de tutoría con estudiantes mentores tuvo un impacto notable en el manejo de la tensión entre los alumnos de la escuela de educación inicial que participaron en el programa. El análisis de los datos recogidos reveló un valor p de 0,000 en las pruebas estadísticas realizadas, lo cual es significativamente menor que el umbral de 0,05. Este resultado sugiere que el efecto de la intervención es estadísticamente significativo, confirmando que la tutoría con estudiantes mentores contribuyó de manera efectiva a la mejora del manejo de tensión entre los estudiantes, con una confiabilidad del 95%.

Previo a la implementación de la propuesta de tutoría, el panorama del ánimo general entre los estudiantes era predominantemente de niveles medios, con un 98,4% de los

estudiantes ubicados en esta categoría, y un escaso 1,6% alcanzando un nivel alto. Sin embargo, los datos post-intervención muestran una notable modificación en esta distribución. Después de la aplicación de la propuesta de tutoría, el 86,9% de los estudiantes permanecieron en niveles medios de ánimo general, mientras que un 13,1% lograron elevar su estado de ánimo a un nivel alto. Este cambio sugiere que la tutoría no solo mejoró el manejo de tensión, sino que también tuvo un efecto positivo en el estado emocional general de los estudiantes.

La mejora en el ánimo general es corroborada por los resultados de la prueba t-student, que nuevamente muestra un valor p de 0,000, inferior al umbral de significancia de 0,05. Esto refuerza la conclusión de que la propuesta de tutoría con estudiantes mentores tuvo un impacto significativo en elevar el ánimo general de los participantes. Con un nivel de significancia del 5%, es evidente que la intervención no solo fue eficaz, sino que su efecto fue estadísticamente relevante, reflejando un cambio positivo y significativo en el bienestar emocional de los estudiantes de la escuela de educación inicial que recibieron el estímulo.

En la búsqueda de mejorar la experiencia educativa y fomentar el desarrollo integral de los estudiantes universitarios, es crucial considerar una serie de recomendaciones basadas en las conclusiones obtenidas de nuestro estudio. Estas recomendaciones están orientadas a fortalecer los aspectos emocionales y sociales del proceso educativo, teniendo en cuenta que una formación integral no solo abarca el ámbito académico, sino también el desarrollo personal y emocional de los estudiantes.

Primero, es fundamental implementar programas de capacitación en Inteligencia Emocional para docentes y tutores. Estos programas deben enfocarse en proporcionar herramientas y técnicas que les permitan gestionar de manera efectiva las emociones propias y las de sus estudiantes. La capacidad de un tutor para identificar y abordar las necesidades

emocionales de los estudiantes puede tener un impacto significativo en su desempeño académico y bienestar general.

En segundo lugar, se sugiere la incorporación de actividades grupales y de desarrollo personal dentro del currículo universitario. Estas actividades pueden incluir talleres sobre habilidades interpersonales, manejo del estrés y resolución de conflictos. Al fomentar la interacción y colaboración entre estudiantes, se promueve un ambiente de apoyo mutuo y se fortalece la cohesión grupal, lo cual es esencial para el desarrollo de habilidades sociales y emocionales.

Además, es importante establecer un sistema de apoyo emocional accesible y confidencial para los estudiantes. La creación de espacios seguros donde los estudiantes puedan expresar sus inquietudes y recibir orientación profesional puede ser un factor clave para prevenir y abordar problemas emocionales que puedan afectar su rendimiento académico y bienestar.

Finalmente, se recomienda que las instituciones educativas evalúen y ajusten periódicamente las estrategias implementadas en función de las necesidades y cambios en el entorno universitario. La retroalimentación continua y la adaptación de las prácticas educativas son esenciales para asegurar que las iniciativas en Inteligencia Emocional y desarrollo personal sigan siendo relevantes y efectivas.

Se sugiere considerar la implementación de un programa de tutoría que involucre a estudiantes de ciclos superiores en el rol de mentores, con el objetivo de mejorar el servicio de tutoría en las universidades. Para asegurar el éxito de esta propuesta, es crucial que los estudiantes que asumirán este papel reciban una formación previa adecuada. Esta capacitación les permitirá ofrecer un apoyo más eficaz y profesional, enriqueciendo así la

experiencia educativa de sus compañeros. A través de esta estrategia, no solo se optimiza el servicio de tutoría, sino que también se promueve un entorno más solidario y comprensivo, fundamental para el bienestar emocional y académico de los estudiantes.

El programa de tutoría con estudiantes mentores se presenta como una herramienta valiosa para ser aplicada en las universidades. La intención es abordar y fortalecer el aspecto emocional de los estudiantes, una dimensión que a menudo recibe menos atención en el ámbito educativo. Al incorporar mentores capacitados, se proporciona un apoyo personalizado que puede hacer una diferencia significativa en la experiencia universitaria, fomentando una educación más completa e integral. Este enfoque tiene el potencial de llenar vacíos importantes en el apoyo emocional de los estudiantes y de contribuir al desarrollo de un ambiente educativo más equilibrado y receptivo.

A las autoridades universitarias y a los docentes que desempeñan un papel fundamental en la formación profesional de los estudiantes se les hace un llamado para que continúen fortaleciendo la inteligencia emocional en sus programas de formación. Dada la persistencia de los efectos de la pandemia en muchos estudiantes, es esencial que estos profesionales se comprometan a ofrecer un apoyo emocional robusto y constante. La inteligencia emocional es una competencia crucial en el contexto actual, y su desarrollo no solo mejora el desempeño académico, sino que también prepara a los estudiantes para enfrentar los desafíos de la vida con mayor resiliencia y eficacia. Fortalecer esta área permitirá a las instituciones educativas ofrecer una experiencia formativa más completa y adaptada a las necesidades contemporáneas de los estudiantes.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS Y VIRTUALES

- Alarcón, M (2019) *Propuesta de sistema de Tutoría para la carrera profesional de educación Inicial de la Universidad Nacional del Santa*, Trabajo de investigación Docente UNS. Chimbote.
- Antero, A. (2016). *Pedagogía de la confianza*, País Vasco, España.
- Arias, M. (2015) *Programa tutorial para desarrollar la inteligencia emocional en estudiantes del iv ciclo de educación primaria*. Universidad San Ignacio de Loyola. Lima Perú.
- Arroyo, F; Prado, A. Alva, J. (2021) *Mentoría entre iguales, habilidades sociales y memoria en estudiantes investigación experimental, aplicada y tecnológica aplicada con estudiantes de Psicología Humana y la Filial Huancayo de la Universidad Alas Peruanas*. Perú <https://doi.org/10.26490/uncp.horizonteciencia.2021.21.914>
- Barba, E. y Torres, L. (2021) *Depresión y ansiedad por el confinamiento del COVID -19 en habitantes de la urbanización villa club del distrito Tinguña – Ica, 2021*, Universidad Autónoma de Ica,
<http://repositorio.autonomadeica.edu.pe/bitstream/autonomadeica/1745/1/Renzo%20Gustavo%20Barba%20Grados.pdf>
- Bar-On, R. (1997). *The Emotional Quotient Inventory (EQ-i): Technical Manual*. Toronto: Multi-Health Systems.
- Benito, A. (2005). *Nuevas claves para la docencia universitaria*. Madrid.
- Becerra, N., García-Padilla, P., Gil, F., & Vergara, A. (2020). *Modelos de tutoría y su impacto en el rendimiento académico*. *Revista de Educación y Desarrollo*, 34(4), 517-533. Recuperado de http://www.scielo.org.co/scielo.php?pid=S0120-00112020000400517&script=sci_arttext
- Bisquerra, R. (1989). *Métodos de investigación educativa. Guía práctica*. Barcelona: CEAC.
- Bowen, J.y Habson, P (1986). *Teoría de la Educación*. Manual del Maestro edit. Limusa. México.
- Casimiro, H., Ramos, U., y Casimiro, F.(2013) *Estados emocionales en estudiantes universitarios peruanos en tiempos de pandemia*. Perú.
<Http://fondoeditorial.une.edu.pe/index.php/lacantuta/catalog/view/14/15/15>

- Castillo, S. (2008) *Tutoría de la UNED ante los nuevos retos de la convergencia europea*. Revista Interuniversitaria de Formación del Profesorado
- García, A., & Martínez, R. (2023). *Estrategias de tutoría y su impacto en la retención estudiantil en contextos socioeconómicos desfavorecidos*. *Revista de Educación y Sociedad*, 35(2), 45-58.
https://www.scielo.org.mx/scielo.php?pid=S2007-74672023000200139&script=sci_arttext
- García, M y Cruz M. (2014), *Mentoría entre iguales: alumnos que comparten experiencias y aprendizaje*. Universidad Europea de Madrid
- García, N. (2008), *La función tutorial de la Universidad en el actual contexto de la Educación Superior* *Revista Interuniversitaria de Formación del Profesorado*, vol. 22, núm. 1, abril, 2008, pp. 21-48 Universidad de Zaragoza Zaragoza, España
- Goleman D. (1995) *Inteligencia emocional* Editorial Kairos, S.A. Barcelona España.
- Goleman, D(1995) *Emotional Intelligence: Why It Can Matter More Than IQ*,
- Gonzales, A, y Solano J. (2015) *La función de la tutoría*, editorial Narcea.
- Hernández, R. (2014) *Metodología de la investigación científica*, sexta edición, Editorial Mc Graw HILL.. México.
- Huamani, K., y Silva, T. (2023) *Inteligencia emocional y estilos de afrontamiento al estrés en estudiantes universitarios de Lima*, de la Universidad Ricardo Palma,
https://repositorio.urp.edu.pe/bitstream/handle/20.500.14138/6569/T030_76528271_T%20%20KARLA%20ESTHEFANNY%20HUAMANI%20GARCIA.pdf?Sequence=1&isallowed=y
- Kerlinger, F. (1975): *Investigación del comportamiento. Técnicas y Metodología*. Interamericana, México.
- Leite, P., y Cárdenas, A. (2023) *Inteligencia emocional en estudiantes de enseñanza virtual en tiempos de pandemia de un instituto de idiomas de lima 2021*. Universidad Peruana de los Andes.
<https://repositorio.upla.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12848/2755/TESIS%20FINAL.pdf?Sequence=1&isallowed=y>

Mampaso Desbrow, J., Alonso Criado, M., & Hernández García, A. (2021). *La tutoría en la educación superior*. Universidad Camilo José Cela. Recuperado de <http://repositorio.ucjc.edu/handle/20.500.12020/1069>

Ministerio de Salud (2021) *Tiempos de pandemia 2020 – 2021*. <http://bvs.minsa.gob.pe/local/MINSA/5485.pdf>

Minedu (2013) *Tutoría y Orientación Educativa en la Educación Básica Alternativa*. Lima Perú

Organización Panamericana de la Salud. *Actualización Epidemiológica: Nuevo coronavirus (2019-ncov)* (5 febrero 2020). [Https://covid19-evidence.paho.org/handle/20.500.12663/419](https://covid19-evidence.paho.org/handle/20.500.12663/419)

Pantoja, A. (2013) *La acción tutorial en la escuela*. Editorial Síntesis Valle Hermoso Madrid

Piaget, J. (1995). *La teoría de Piaget, en: Infancia y Aprendizaje*. Barcelona

Rodríguez, D. (2013) *Inteligencias Intelectual, emocional y moral*. Editorial Trillas México

Ruiz, D. Cabello, R, Salguero, Palomera R. Extrema, N. Fernández, P, (2014) *Guía Para Mejorar La Inteligencia Emocional*. Ediciones Piramide. Madrid España

Saavedra, W. (2017). *Propuesta de un sistema de tutoría universitario* Universidad Nacional de Trujillo. Perú

Sánchez, A., & Romero, M. (2023). *El impacto de la tutoría en el desarrollo emocional y académico de los estudiantes universitarios*. *Revista Educación y Sociedad*, 29(1), 65-80. <https://revistas.unica.cu/index.php/edusoc/article/view/2479>

Sánchez, M. (2017) *La tutoría universitaria y los logros de aprendizaje de los alumnos de la Facultad de Ciencias de la Universidad Nacional de Educación Enrique Guzmán y Valle*. Lima Perú

Salovey, P., & Mayer, J. D. (1990). *Emotional Intelligence*. *Imagination, Cognition and Personality*, 9(3), 185-211.

Smith, T., Brown, A., & Davis, K. (2017). *The Impact of Tutoring on Academic Performance and Emotional Resilience*. University of California Press.

Tam, J., Vera, G., Oliveros R. (2008) Tipos, métodos y estrategias de investigación
Pensamiento y acción.

Universidad Popular Autónoma del Estado de Puebla. (2021). *Estrategias de tutoría y consejería en la universidad*. Recuperado de https://investigacion.upaep.mx/images/img/editorial_upaep/biblioteca_virtual/pdf/eaieu_ebook.pdf

Ugarriza., N. (2012) *La evaluación de la inteligencia emocional a través del inventario de barón en una muestra de niños y adolescentes*. Persona, núm. 8, 2005, pp. 11-58 Universidad de Lima Perú

Unesco (1996): *La educación encierra un tesoro*. Informe Delors.

Vielma, V y Salas, M. (2000) *Aportes de las teorías de Vygotsky, Piaget, Bandura y Bruner paralelismo en sus posiciones en relación con el desarrollo*, Revista Educere. Universidad de los Andes Venezuela

VRAC-UNS (2013) *Reglamento de tutoría académica y consejería de pregrado de la Universidad Nacional del Santa. Chimbote – Perú*

Zamora, E. (2022). *Ansiedad frente al covid-19 y resiliencia en jóvenes y adultos de lima metropolitana*. Universidad san Martín de Porres. Lima Perú

TALLER

CONOCIENDONOS



LAS EMOCIONES Y MI NIÑA INTERIOR



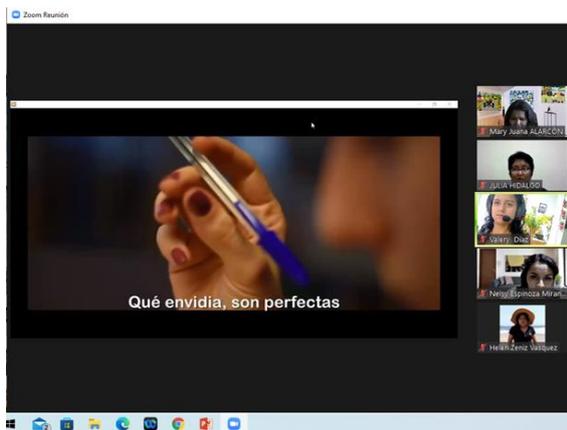
FORTALECIENDO MI AUTOCONCEPTO



EXPLORANDO MI RESILIENCIA



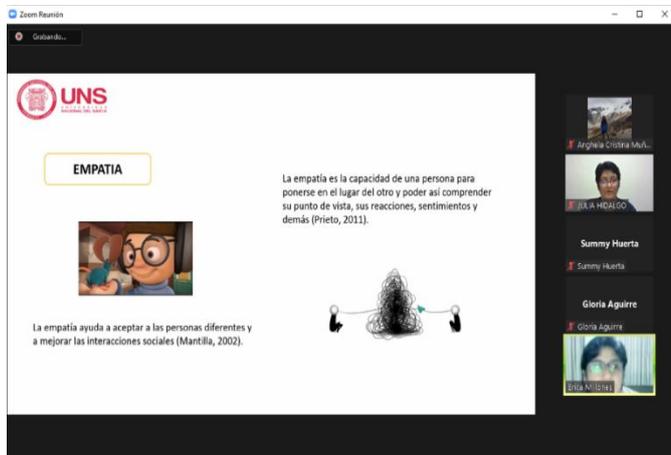
EMPODERANDO MI AUTOESTIMA



ME PONGO EN TU LUGAR: EMPATIA Y ASERTIVIDAD



GESTIONANDO MIS EMOCIONES



EL PASO A PASO EN MI COMUNICACIÓN ASERTIVA



CONFLICTO Y SOLUCIÓN DE PROBLEMAS



¿LO DEJO PARA DESPUÉS?: PROCRASTINACIÓN



MANEJO DEL ESTRÉS

“Cuando cambias el modo en que ves las cosas,
las cosas que ves cambian también.”

TALLER
“Manejo de estrés”
DIRIGIDO A MENTORAS Y MENTEES

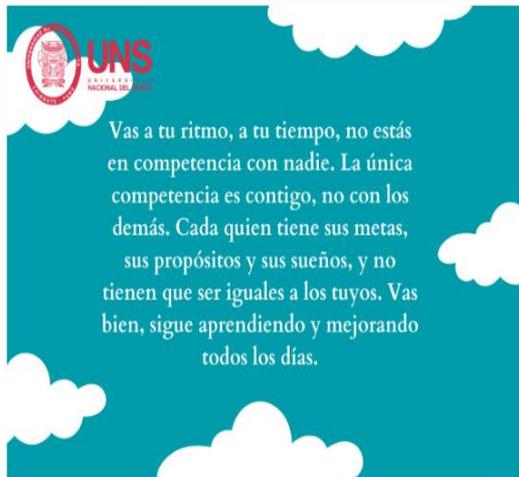
7:30 P.M.

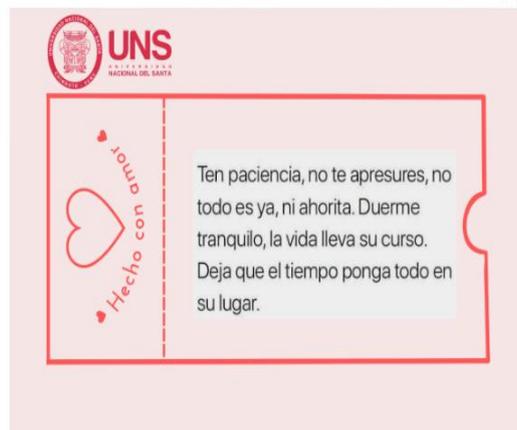
Transmisión vía:
<https://uns-edu-pe.zoom.us/j/86104725582?pwd=MWFxWllqTzc1RW55SWM2YmpSM2hSZz09>

UNIVERSIDAD NACIONAL DEL SUR
LICENCIADA POR LA SUNEDU

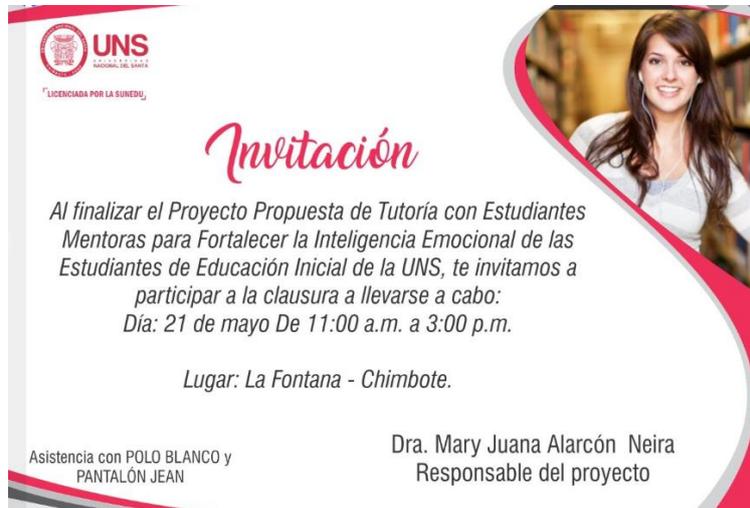
AL ENCUENTRO DE MI MOTIVACIÓN

TARJETAS DE MENSAJES ALENTADORES





CLAUSURA DE LA PARTICIPACION EN LA PROPUESTA DE TUTORIA CON ESTUDIANTES MENTORES



MUY AGRADECIDA POR SU PARTICIPACIÓN