

Tabla 1*Autoevaluación por parte del alumnado*

CE-360°-A Evaluación 360° de competencias emocionales (auto-evaluación por parte del alumnado) Valoraciones hechas por un alumno/ a respecto de sí mismo.	
Para cada una de las afirmaciones siguientes debes puntuar en qué medida consideras que dominas la competencia. Las valoraciones pueden oscilar de 0 a 10. El cero significa ausencia total de competencia; el 10 significa dominio total; el 5 representa un dominio mediano.	
Alumno Competencias	Nivel de competencia
1. Sé expresar mis emociones de forma apropiada.	
2. Soy capaz de sintonizar con las emociones de los demás.	
3. Controlo la impulsividad.	
4. Controlo la ira.	
5. Puedo tolerar las frustraciones.	
6. Me comporto de forma apropiada en clase.	
7. Sé cómo afrontar los retos (conflictos, problemas).	
8. Mantengo buenas relaciones con los compañeros.	
9. Mantengo buenas relaciones con los profesores.	
10. Mantengo buenas relaciones con los padres.	
11. Estoy motivado para el estudio.	
12. Soy consciente de que el comportamiento muchas veces es consecuencia de las emociones.	
13. Tengo una actitud positiva.	

14. Puntuación total de las competencias emocionales.	
---	--

Nota. Estructura de autoevaluación que realiza el estudiante sobre sus competencias emocionales. Tomado de (Bisquerra et., al 2009)

Nota. La figura representa el dinamismo de las emociones a través del crecimiento gradual y la interacción entre diversas emociones para llegar a unas consecuencias de la misma interacción. Tomado de "7 cosas increíbles que debes saber acerca de las emociones" J. Freedman. 2018. <https://esp.6seconds.org/2018/03/04/7-cosas-inceptibles-que-debes-saber-acerca-de-las-emociones/>

Tabla 2

Competencias emocionales por parte del profesorado

CE-360°-P: Evaluación 360° de competencias emocionales por parte del profesorado. (Pre-test) Valoraciones hechas por un profesor respecto de un estudiante.		
Para cada una de las afirmaciones siguientes hay que señalar el nivel actual. Es decir, ¿Cómo valoras que la persona en cuestión domina esta competencia? Las valoraciones pueden oscilar de 0 a 10. El cero significa ausencia total de competencias; el 10 significa dominio total; el 5 representa un dominio mediano. En la segunda columna hay que señalar el nivel esperado. Es decir, el nivel que se consideraría satisfactorio o deseable al final del programa. Se pueden hacer comentarios para cada objetivo relativos a la persona valorada.		
Alumnado observado. Competencias	Nivel actual	Nivel esperado
1. Sabe expresar sus emociones de forma apropiada.		
2. Demuestra competencia para sintonizar con las emociones de los demás.		
3. Controla la impulsividad.		
4. Controla la ira.		
5. Demuestra tolerancia a la frustración.		
6. Se comporta de forma apropiada en clase.		
7. Demuestra competencia para afrontar retos (conflictos, problemas).		

8. Mantiene buenas relaciones con los compañeros.		
9. Mantiene buenas relaciones con los profesores.		
10. Mantiene buenas relaciones con los padres.		
11. Está motivado para el estudio.		
12. Comprende que el comportamiento muchas veces es consecuencia de las emociones.		
13. Manifiesta una actitud positiva.		
14. Valoración total de las competencias emocionales.		

Nota. Estructura de valoración que realiza el docente respecto a las competencias emocionales de los estudiantes. Tomado de (Bisquerra et., al 2009)

Tabla 3

Competencias emocionales por parte de los compañeros

CE-360°-C: Evaluación 360° de competencias emocionales por parte de los compañeros (Pre-test) Valoraciones hechas por un alumno/a respecto de otro estudiante.	
Para cada una de las afirmaciones siguientes hay que señalar el nivel actual. Es decir, ¿Cómo valoras que la persona en cuestión domine esta competencia? Las valoraciones pueden oscilar de 0 a 10. El cero significa ausencia total de competencia; el 10 significa dominio total; el 5 representa un dominio mediano.	
Alumnado observado: Competencias:	Nivel de competencia
1. Sabe expresar sus emociones de forma adecuada.	
2. Demuestra competencia para sintonizar con las emociones de los demás.	
3. Controla la impulsividad.	
4. Controla la ira.	

5. Demuestra tolerancia a la frustración.	
6. Se comporta de forma apropiada en clase.	
7. Demuestra competencia para afrontar retos (conflictos, problemas)	
8. Mantiene buenas relaciones con los compañeros.	
9. Mantiene buenas relaciones con los profesores.	
10. Mantiene buenas relaciones con los padres.	
11. Está motivado para el estudio.	
12. Comprende que el comportamiento muchas veces es consecuencia de las emociones.	
13. Manifiesta una actitud positiva.	
14. Valoración total de las competencias emocionales.	

Nota. Estructura de valoración respecto a las competencias emocionales de compañeros realizada por estudiantes. Tomado de (Bisquerra et., al 2009)

4.1.4.2.1 Ficha técnica del cuestionario.

Sección 1: Información general

1. Autorización de tratamiento de datos.

https://www.ugc.edu.co/sede/bogota/documentos/ministerio/politica_tratamiento_de_la_informacion.pdf

- a. Si
- b. No

2. ¿Qué edad tienes?

- a. De 18 a 30 años.

- b. De 31 a 35 años.
 - c. Mayor de 36 años
3. Género
- a. Masculino
 - b. Femenino
 - c. Otro.
4. Indica a qué institución educativa perteneces
5. Facultad a la perteneces
6. Carrera a la que perteneces.
7. Semestre en curso.

**Sección 2: Descripción del proceso de enseñanza-aprendizaje e
Inteligencia emocional.**

1. Las emociones pueden ser un apoyo, estímulo, y guía para el desarrollo del aprendizaje
¿Las asignaturas que usted está viendo en este semestre son de su agrado?
- a. Totalmente de acuerdo.
 - b. De acuerdo.
 - c. En desacuerdo.
 - d. Totalmente en desacuerdo.
2. La mente emocional es más rápida que la mente racional; ésta se activa con rapidez sin detenerse a analizar las consecuencias de una acción ¿Cuándo se le presentan dificultades personales y/o familiares usted siente que esa situación afecta su aprendizaje?
- a. Totalmente de acuerdo.
 - b. De acuerdo.

- c. En desacuerdo.
 - d. Totalmente en desacuerdo.
- 3. Las emociones se encuentran en estrecha relación con los problemas del bien y del mal, de la felicidad, de la vida en comunidad. ¿Cuándo usted congenia con compañeros de clase siente que esto le afecta su proceso de aprendizaje?
 - a. Totalmente de acuerdo.
 - b. De acuerdo.
 - c. En desacuerdo.
 - d. Totalmente en desacuerdo.
- 4. En el momento de dirigirse a la universidad se le presenta una situación de intolerancia, ¿considera usted que esto le afecta su proceso de aprendizaje?
 - a. Totalmente de acuerdo.
 - b. De acuerdo.
 - c. En desacuerdo.
 - d. Totalmente en desacuerdo.
- 5. Las emociones son los vínculos que conectan al ser humano con lo que está fuera de él ¿Cuándo un docente llega de mal humor a clase, usted siente que esta actitud afecta su proceso de aprendizaje?
 - 1. Totalmente de acuerdo.
 - 2. De acuerdo.
 - 3. En desacuerdo.
 - 4. Totalmente en desacuerdo.
- 6. Aspectos que son de gran relevancia para la vida en sociedad, como la preocupación por los otros, la educación de los ciudadanos, el derecho y la cultura política, son, entre otros elementos, realidades humanas que terminan siendo afectadas por el repertorio emocional

que nos conforma. ¿Cuándo usted presenta una evaluación y obtiene un desempeño bajo, considera que esto puede ser causa de desmotivación con la asignatura?

- a. Totalmente de acuerdo.
- b. De acuerdo.
- c. En desacuerdo.
- d. Totalmente en desacuerdo.

7. El cultivo y refinamiento de ciertas emociones, como la compasión, se consideran fundamentales para edificar relaciones constructivas con los demás y para instaurar una sociedad justa y decente. ¿Considera que es importante tener feeling con la metodología que usa el docente para lograr un mejor aprendizaje?

- a. Totalmente de acuerdo.
- b. De acuerdo.
- c. En desacuerdo.
- d. Totalmente en desacuerdo.

8. ¿Considera usted que en el momento de no comprender un tema es causa de desánimo frente a su proceso de enseñanza-aprendizaje?

- a. Totalmente de acuerdo.
- b. De acuerdo.
- c. En desacuerdo.
- d. Totalmente en desacuerdo.

9. Las emociones son fenómenos individuales de corto plazo, que incluyen un componente afectivo, cognitivo, fisiológico, motivacional y expresivo, y tienden a dominar nuestra conciencia. ¿Cree usted que su estado emocional puede beneficiar o afectar su proceso de aprendizaje?

- a. Totalmente de acuerdo.

- b. De acuerdo.
- c. En desacuerdo.
- d. Totalmente en desacuerdo.

10. Las emociones positivas son experimentadas como placenteras y pueden variar en su manifestación cognitiva y fisiológica e influyen en la atención, la motivación, ¿Usted se siente acompañado emocionalmente por el docente durante el curso de esta materia?

- a. Totalmente de acuerdo.
- b. De acuerdo.
- c. En desacuerdo.
- d. Totalmente en desacuerdo.

11. El logro en el aprendizaje no solo depende de factores cognitivos, sino de la capacidad de regular las emociones, ¿Cree usted que el estado emocional del docente influye en su aprendizaje?

- a. Totalmente de acuerdo.
- b. De acuerdo.
- c. En desacuerdo.
- d. Totalmente en desacuerdo.

12. Las emociones positivas no inciden en la retención de la información, más sí en la comprensión y transferencia, ¿Cree usted que el docente utiliza algún tipo de herramienta o estrategia para motivar en la clase?

- a. Totalmente de acuerdo.
- b. De acuerdo.
- c. En desacuerdo.
- d. Totalmente en desacuerdo.

13. La ansiedad es una reacción emocional que surge ante una amenaza como lo son las situaciones de alarma, ambiguas o de resultado incierto y nos prepara para actuar ante

ellas ¿Considera usted que el aspecto o actitud por parte del docente puede generar algún grado de ansiedad en el proceso de aprendizaje?

- a. Totalmente de acuerdo.
- b. De acuerdo.
- c. En desacuerdo.
- d. Totalmente en desacuerdo.

14. Es inevitable experimentar emociones negativas en el aula, es parte del proceso de adaptación a conocimientos de diversa abstracción y complejidad ¿Considera que el estado emocional por parte del docente influye en su proceso enseñanza - aprendizaje?

- a. Totalmente de acuerdo.
- b. De acuerdo.
- c. En desacuerdo.
- d. Totalmente en desacuerdo.

15. ¿Cuándo usted no siente agrado por alguna asignatura, considera que la manera de enseñar por parte del docente puede lograr cambiar su perspectiva siendo esta una de sus asignaturas favoritas?

- a. Totalmente de acuerdo.
- b. De acuerdo.
- c. En desacuerdo.
- d. Totalmente en desacuerdo.

1. ¿Qué hace usted para controlar o manejar de una forma adecuada sus estados emocionales dentro del aula?

2. Cuándo usted tiene preocupaciones personales, familiares o escolares ¿siente que podría afectar su proceso de aprendizaje?

3. Cuándo percibes que el docente tiene dominio y pasión por el tema, ¿cómo esto afecta su proceso de aprendizaje?

4. Cuándo un docente demuestra emociones de preocupación, disgusto o mal genio, ¿usted siente que esto afecta en su proceso de aprendizaje? ¿Cómo se evidencia?

5. ¿Cómo cree usted que su estado emocional puede afectar o beneficiar su proceso de aprendizaje?

6. ¿Considera usted que cuenta con el apoyo emocional de los docentes cuando tiene dificultades en el proceso de aprendizaje?

7. ¿Conoces las herramientas que tiene la institución para el desarrollo de la inteligencia emocional de la comunidad educativa? En caso afirmativo, mencione cuales

8. Cuando se enfrenta a un proceso de evaluación, ¿usted experimenta una alteración emocional? En caso afirmativo ¿Cuáles son las emociones que usted siente?

9. ¿Cómo cree usted que un docente puede ayudarlo a lograr un aprendizaje significativo?

10. ¿Considera que el desarrollo de las emociones en un individuo influye en el proceso de aprendizaje significativo? ¿Por qué?
