

UNIVERSIDAD SAN CARLOS DE GUATEMALA

CENTRO UNIVERSITARIO DE OCCIDENTE

DIVISIÓN DE HUMANIDADES Y CIENCIAS SOCIALES

PROFESORADO EN ENSEÑANZA MEDIA EN PSICOLOGÍA

LAS EMOCIONES Y SU INFLUENCIA EN LA MEMORIA DE TRABAJO



POR:

MELANY FERNANDA PÉREZ TEZO

PREVIO A CONFERÍRSELE EL TÍTULO DE

PROFESORA DE ENSEÑANZA MEDIA EN PSICOLOGÍA.

QUETZALTENANGO, MAYO 2024.

Universidad San Carlos de Guatemala
Centro Universitario de Occidente
División de Humanidades y Ciencias Sociales
Carrera de Psicología

Autoridades de la Universidad:

RECTOR MAGNÍFICO: M.A Walter Ramiro Mazariegos Biolis

SECRETARIO GENERAL: Lic. Luis Fernando Cordón Lucero

DIRECTOR GENERAL DEL CUNOC: Dr. César Haroldo Milian Requena

SECRETARIO ADMINISTRATIVO: Lic. José Edmundo Maldonado M.

DIRECTORA DE LA DIVISION DE

HUMANIDADES Y CIENCIAS SOCIALES: Msc. Alicia Judith Alvarado Escobar

COODINADOR DE LA

CARRERA DE PSICOLOGÍA: Msc. Marian Betsabé Samayoa Hernández

Universidad San Carlos de Guatemala

Centro Universitario de Occidente

División de Humanidades y Ciencias Sociales

Carrera de Psicología

Autoridades del Centro Universitario de Occidente

Consejo Directivo:

DIRECTOR GENERAL DEL CUNOC: Dr. César Haroldo Milian Requena

SECRETARIO ADMINISTRATIVO: Lic. José Edmundo Maldonado Mazariegos

REPRESENTANTES DE LOS DOCENTES: Msc. Edelman Cándido Monzón López
Msc. Elmer Raúl Bethancourt Mérida

REPRESENTATES DE LOS EGRESADOS: Lic. Víctor Lawrence Díaz Herrera.

REPRESENTATES DE LOS

ESTUDIANTES: Br. Aleyda Trinidad de León Paxtor de Rodas
Br. José Antonio Gramajo Marti

Universidad San Carlos de Guatemala
Centro Universitario de Occidente
División de Humanidades y Ciencias Sociales
Carrera de Psicología

Mesa que preside el acto protocolario:

DIRECTOR DE DIVISIÓN DE

HUMANIDADES Y CIENCIAS SOCIALES:

Msc. Alicia Judith Alvarado Escobar

COORDINADOR DE LA CARRERA:

Msc. Marian Betsabé Samayoa H.

ASESORA:

Ph.D. Sandra Concepción de León

REVISORA:

MSc. Lilian Afre González

AGRADECIMIENTOS A:

Dios: por ser una fuente de apoyo y fortaleza en cualquier momento de mi vida.

Mis padres: por su apoyo incondicional a lo largo de mi formación académica, por su confianza y por ser siempre un ejemplo de perseverancia, enseñándome así a lograr mis metas y objetivos.

Mi hermana: por acompañarme, motivarme y brindarme su apoyo durante todo este proceso.

Mis amigos: por su cariño, por su amistad, y por todos aquellos momentos de pasatiempo y diversión que me posibilitaron a encontrar un equilibrio durante este proceso.

Mis docentes: porque cada uno de ellos compartió no solo sus conocimientos académicos, sino también sus experiencias de vida que en todo caso me inspiran a ser buena profesional.

Universidad San Carlos de Guatemala: por abrir sus puertas para mi formación como profesional, y generar la oportunidad de un desarrollo académico y científico.

ACTO QUE DEDICO A:

Dios: quien me ha dado la capacidad, las aptitudes, la inteligencia y la perseverancia para superarme en la vida.

Mi Madre: María Beatriz Tezo Pastor quién con su ejemplo de vida y de sacrificio me enseñó que todo en la vida se consigue con dedicación.

Mi padre: Dennio Osvaldo Pérez López quien ha estado conmigo apoyándome y cuidándome a lo largo de mi vida, y mediante sus consejos me orienta por el camino justo de la vida.

Mi hermana: Estefany Mishell Pérez Tezo quien siempre me ha brindado consejos, su apoyo, su cariño y ha estado siempre en los momentos más importantes de mi vida.

ÍNDICE

Glosario.....	11
Resumen.....	13
Introducción	14
Capítulo I Marco Conceptual.....	15
1.1 Antecedentes de la Investigación	15
1.2 Planteamiento del Problema.....	18
1.3 Objetivos	19
1.3.1 Objetivo General.....	19
1.3.2 Objetivos Específicos	20
1.4 Justificación.....	20
Capítulo II Marco Teórico	22
2.1 Emociones.....	22
2.2 Memoria de Trabajo.....	30
Capítulo III Marco Metodológico.....	35
3.1 Tipo de Estudio	35
3.2 Objeto de Estudio.....	35
3.3 Universo y Muestra.....	35
3.4 Variables de la Investigación	35
3.5 Conceptualización y Operacionalización de Variables.....	35

3.6 Instrumentos de la Investigación	37
3.7 Procedimiento de la Investigación	42
Capítulo IV Resultados de Estudio	44
4.1 Interpretación de Resultados.....	44
Discusión.....	47
Conclusiones	49
Recomendaciones	50
Referencias Bibliográficas	51
Anexos	54
Anexo I	54
Anexo II.....	56
Anexo III.....	57
Anexo IV	75

Índice De Tablas

Tabla I Variables de Investigación	35
Tabla II Ficha Técnica	37
Tabla III Contenidos de los Instrumentos.....	39
Tabla IV Tiempo de Proceso y Comprensión.....	57
Tabla V Capacidad para Recordar Secuencias Largas	58

Tabla VI Dificultad para Recordar Información.....	59
Tabla VII Influencia del Estrés en la Retención	60
Tabla VIII Realización de Tareas Múltiples.....	61
Tabla IX Beneficios al Utilizar Técnicas de Retroalimentación	62
Tabla X Uso de Técnicas de Memorización.....	63
Tabla XI Comprensión de Instrucciones.....	64
Tabla XII Organización de Tiempo	65
Tabla XIII Repaso de Temas Aprendidos.....	66
Tabla XIV Investigación de Términos Desconocidos	67
Tabla XV Atención a Distractores	68
Tabla XVI Olvidar Información Reciente	69
Tabla XVII Desconcentración al realizar tareas	70
Tabla XVIII Dificultad en Materias Teóricas	71
Tabla XIX Retención de Información Visual	72
Tabla XX Motivación para Mantener la Atención	73
Tabla XXI Tabla de Puntuaciones TMMS-24.....	75
Tabla XXII Resultados del TMMS-24 Mujeres	76
Tabla XXIII Resultados del TMMS-24 Hombres	78

Índice De Gráficas

Gráfica I Memoria de Trabajo y Atención Emocional	44
Gráfica II Memoria de Trabajo y Claridad emocional.....	45
Gráfica III Memoria de Trabajo y Reparación Emocional	46

GLOSARIO

Amígdala: Estructura cerebral relacionada con el proceso emocional y la memoria.

Ansiedad: Estado emocional de preocupación exagerada ante situaciones estresantes o inciertas.

Atención: Capacidad mental que permite enfocarse en información relevante y evadir las distracciones.

Autoconciencia: Capacidad para reconocer y comprender las propias emociones y estados mentales.

Bienestar emocional: Completo estado de equilibrio y satisfacción emocional.

Bloqueo emocional: Dificultades para expresar o procesar algunas emociones.

Cognición: Procesos o actividades mentales de los seres humanos, se incluyen el pensamiento, la percepción y la memoria.

Conflicto emocional: Sensaciones contradictorias que dan lugar a tensiones emocionales.

Empatía: Capacidad para entender y compartir las emociones de otras personas.

Estrés: Respuesta del cuerpo y la mente ante situaciones difíciles o amenazantes.

Hedónico: Poder regresar a un estado estable, después de sufrir importantes cambios, ya sean positivos o negativos.

Inteligencia emocional: Habilidad para reconocer, comprender y lidiar con las propias emociones y las de los demás.

Interferencia emocional: Efecto de las emociones en la capacidad de la memoria de trabajo para procesar información.

Memoria de trabajo: Tipo de memoria que tiene función en el almacenamiento temporal y la manipulación de información.

Motivación: Fuerza que impulsa acciones y decisiones, la cual es influenciada por las emociones.

Plasticidad cerebral: Capacidad del cerebro para adaptarse y cambiar a lo largo del tiempo.

Procesamiento emocional: Proceso mental para reconocer, interpretar y responder a las emociones.

Regulación emocional: Habilidad para controlar y modificar las propias emociones.

Sentimientos: Son estados profundos de larga duración que nacen de las experiencias emocionales.

Sistema límbico: Estructura del cerebro que regula las emociones, la memoria, el hambre y los instintos sexuales.

RESUMEN

OBJETIVO: Describir cómo las emociones de los estudiantes sujetos de estudio influyen en el funcionamiento de la memoria de trabajo. **MÉTODO:** se realizó un estudio descriptivo de corte transversal, con un censo de 29 estudiantes de Quinto bachillerato en computación sección “A” del Instituto Diversificado Adscrito al INEB doctor Werner Ovalle López Quetzaltenango.

RESULTADOS: se evidenció que existe una influencia entre las emociones y la memoria de trabajo, utilizando para ello el análisis estadístico la prueba de chi cuadrado, cuadros de doble entrada y un software para tabular los datos. **CONCLUSIÓN:** Mediante los resultados obtenidos se pudo concluir que las emociones influyen o están relacionadas con la memoria de trabajo.

INTRODUCCIÓN

Las emociones y la memoria de trabajo son dos elementos importantes en el funcionamiento de la mente, ya que forman parte de los procesos cognitivos superiores. Las emociones como respuestas de corta duración; que se experimentan frente a estímulos internos y externos, y la memoria de trabajo; constituyen una de las funciones cognitivas más relevantes para la vida cotidiana, han sido objeto de asombro y estudio dentro del campo de la psicología.

La relación entre las emociones y la memoria de trabajo es un campo de investigación continuo. Se ha demostrado que las emociones pueden tener un efecto considerable desde la forma en que se procesa, se almacena y se recupera la información en la memoria de trabajo. Desde un nivel biológico hasta un nivel más funcional y comportamental, existen diferentes mecanismos que explican cómo las emociones pueden intervenir en la memoria de trabajo.

El propósito principal de esta monografía es abordar la cercana relación entre las emociones y la memoria de trabajo, analizando cómo el estado emocional en el que se encuentra una persona puede afectar la retención y posterior recuperación de información, ya que algunas emociones pueden mejorar o dificultar todo el proceso, desde la capacidad para procesar, mantener y hacer uso de la información almacenada en la memoria.

El conocimiento sobre la interrelación aludida en el párrafo anterior puede tener importantes implicaciones en diversos campos, como la educación, el ambiente laboral, la terapia psicológica, la publicidad, entre otros. Además, lograr avanzar en este campo de estudio puede desplegar nuevas oportunidades para comprender a profundidad y más claramente la mente humana y el complejo funcionamiento de los procesos cognitivos y emocionales.

CAPÍTULO I

Marco Conceptual

1.1. Antecedentes

Un estudio realizado por Santander, S. Gaeta, M. y Otero, V. (2020) analiza el impacto de la regulación emocional en el aula, desde el punto de vista de 200 profesores de distintos niveles educativos en España. Para ello primero se evaluó el nivel de regulación emocional del personal docente, mediante el TMMS-24, así como el nivel de regulación emocional de los estudiantes y el impacto de la regulación emocional en el proceso de enseñanza-aprendizaje, utilizando instrumentos diseñados en ad hoc. Los resultados finales demuestran que, a mayor nivel de regulación emocional de los docentes, mayor es la importancia que dan a formaciones relacionadas con temas sobre regulación emocional, por lo tanto mayor es la cantidad de recursos destinados para ello y la motivación ante la falta de regulación emocional de los estudiantes. Estos hallazgos tienen implicaciones importantes en las pautas de acción e intervención para la educación emocional en el aula.

Asimismo Scandar, M. e Irrazabala, N. (2020) realizaron una investigación para medir si los estados emocionales conceptualizados dimensionalmente como valencia, activación y dominancia afectan la comprensión y la recuperación de medios escritos en adolescentes. Se pusieron a prueba 3 experimentos (n = 468) en los cuales se indujeron emociones que diferían

con las dimensiones mencionadas anteriormente, al igual si las mismas se mantenían estables, de forma de poder evaluar el rol individual de cada emoción sobre los procesos de comprensión y recuperación en medios escritos. Los resultados finales de la investigación mostraron que la valencia tiene un efecto sobre la comprensión de textos, con un mejor desempeño en condiciones emocionales positivas que negativas. Por otra parte, la activación ocupa un rol central en los procesos de memoria de forma individual que otras dimensiones emocionales, siendo mayor la recuperación en estados de activación alta.

Por último, la dominancia de por sí no mostró tener efectos significativos. Así pues la valencia del estado emocional se vincula mayormente con procesos de razonamiento e inducción mientras que la activación se enlaza a cambios en los procesos de almacenamiento y recuperación de información.

En cambio Andrés, M. Vernucci, S. y Coni, A. et al (2020) realizaron un estudio sobre la regulación emocional y memoria de trabajo en el desempeño académico, en el cual analizaron la relación de estrategias de regulación y manejo emocional aplicada a tareas escolares para el hogar, sobre el desempeño académico y para controlar dificultades de memoria de trabajo en niños que finalizaban la Educación Primaria. Se pasó un cuestionario de auto informe para evaluar la regulación emocional y manejo emocional a 119 de niños de cuarto, quinto y sexto grado, también se pasó dos cuestionarios a los docentes para evaluar el desempeño académico y dificultades de memoria de trabajo.

Los resultados evidenciaron una vinculación en el manejo emocional en dimensiones de éxito, productividad académica, matemáticas y lectura. No se observaron asociaciones significativas de la regulación emocional con el desempeño académico, ni de ninguna de las

estrategias para autocontrol. Se espera que los resultados profundicen el conocimiento del rol de la regulación emocional en el desempeño académico y contribuyan así al contenido de proyectos sobre la regulación emocional para contextos escolares.

Por otra parte Ríos, J. y López, C. (2019) realizaron una investigación sobre la influencia de las emociones en los procesos de memoria declarativa en personas con enfermedad de Alzheimer. Para esto, se formuló un estudio con diseño comparativo-correlacional y modelo no probabilístico. Participaron 160 adultos mayores, 80 con diagnóstico de enfermedad de Alzheimer y 80 con envejecimiento normal. Se demostró que, de manera general, las emociones negativas favorecen la codificación, almacenamiento y recuerdo de la información en personas con Alzheimer, más que las positivas, y la mayor influencia se haya en contenidos de información relacionados a emociones como miedo y tristeza. En cambio la memoria en el envejecimiento normal y patológico favorece el registro y almacenamiento cuando hay vínculos establecidos entre la información y los momentos vivenciados.

De la misma manera Flórez, J. y Espinosa, L. et al (2021) realizaron un estudio que consistió en establecer influencia entre las emociones y los procesos de la memoria declarativa en personas con discapacidad intelectual, para esto, se usó un método de investigación de tipo transversal con enfoque cuantitativo, su diseño fue comparativo correlacional. La muestra total correspondió a 60 jóvenes, los cuales fueron divididos en dos grupos, el grupo clínico con diagnóstico de discapacidad intelectual leve o moderada y el grupo control no clínico. Para la recolección de los datos aplicaron 6 test los cuales fueron divididos en 2 sesiones de una hora y media, lo que permitió encontrar que los participantes con discapacidad intelectual presentan

mayores dificultades en la atención, que los del grupo no clínico, además, los procesos de atención fueron influenciados por el nivel de actividad cotidiana.

También se demostró que las emociones favorecen la codificación, almacenamiento e intención del recuerdo, ya que cuando no existen estímulos emocionales en el recuerdo, este es más débil que cuando existen diferentes tipos de estímulos durante el reforzamiento de la memoria.

1.2.Planteamiento del problema

Al ser las emociones una parte fundamental en la vida de los seres humanos, se han vuelto objeto de estudio en diversos campos. Una de las áreas donde han sido investigadas es en conjunto con la memoria, ya que se ha demostrado que las emociones pueden tener cierta influencia en la capacidad para recordar información. Sin embargo, aún existen preguntas sobre esta conexión, por lo tanto, se busca averiguar la relación entre un estado emocional que se experimenta y su influencia sobre la memoria de trabajo; la cual permite manipular información relevante para una tarea específica, y en muchos casos las emociones pueden afectar este proceso al intervenir durante la atención, motivación y capacidad para procesar y retener información.

La investigación se realizará con estudiantes de 16 a 19 años de edad, quienes están cursando Quinto Bachillerato en computación en el Instituto Diversificado Adscrito al INEB Doctor Werner Ovalle López en Quetzaltenango, lugar donde se ha observado que cuando los estudiantes realizan actividades de retroalimentación, como preguntas, dinámicas, pruebas diagnósticas, entre otros, con el fin de indagar los conocimientos que poseen de temas ya vistos en clase o temas ya aprendidos; no muestran una participación activa, presentan ideas que no

concuerdan con el tema del que se habla o presentan ideas imprecisas, pobres de contenido y repetitivas.

Se ha observado también que algunos estudiantes se distraen fácilmente durante clase, algunos realizan bromas, hablan y ríen, mientras que otros se recuestan sobre sus escritorios, como si estuvieran cansados, solo escuchan la lección de la maestra y no toman apuntes, además, la maestra permite que los estudiantes utilicen el celular ya que por medio del mismo ven documentos y fotos del libro para leer; pero cuando se realizan dictados y se presentan diapositivas, los estudiantes no se ven interesados y atentos a la clase, toman fotos de la presentación para copiarla después, por lo tanto no prestan atención, y cuando se les hacen preguntas o se realizan ejercicios sobre temas ya vistos, presentan dificultades.

El proceso de aprendizaje involucra diferentes factores, dentro de ellos se encuentran la memoria y las emociones, la relación que estas dos tienen es importante, ya que según el tipo de emoción ya sean positivas o negativas que posea el estudiante lo ayudará o no a mantenerse concentrado, atento y motivado durante la clase, lo que también le beneficiará al recordar de mejor manera cuando realice alguna tarea o ponga a prueba lo que ha estado aprendiendo.

Por lo tanto, se planteó como pregunta de investigación,

¿Cómo influyen las emociones en el funcionamiento de la memoria de trabajo en los estudiantes de Quinto Bachillerato en Computación del Instituto Diversificado Adscrito al INEB Doctor Werner Ovalle López?

1.3.Objetivos

1.3.1. Objetivo general

Describir como las emociones de los estudiantes de Quinto Bachillerato en computación del Instituto Nacional Experimental Doctor Werner Ovalle López influyen en el funcionamiento de la memoria de trabajo.

1.3.2. Objetivos específicos

- Identificar qué tipo de emociones predomina en los estudiantes de Quinto Bachillerato en computación del Instituto Nacional Experimental Doctor Werner Ovalle López.
- Establecer la función de las emociones y la memoria de trabajo de los estudiantes en la realización de actividades de retroalimentación y memorización.
- Indagar que factores influyen en las emociones de los estudiantes de Quinto Bachillerato en computación del Instituto Nacional Experimental Doctor Werner Ovalle López.

1.4. Justificación

Se sabe que las emociones tienen un papel importante en la vida cotidiana y que pueden influir tanto en la cognición como en el comportamiento de las personas. Además, existen numerosos estudios que han demostrado que las emociones pueden tener un impacto relevante en la memoria; mejorando o disminuyendo la capacidad para recordar.

No obstante aún no se ha llegado a una conclusión final sobre cómo funciona esta relación entre las emociones y la memoria, al igual que la forma en como pueden ser utilizadas para mejorar la retención de información. Por lo tanto, se busca profundizar cómo las emociones afectan la memoria de trabajo, ya que siendo esta la que se encarga de mantener provisionalmente la información necesaria para llevar a cabo tareas cognitivas complejas, como

la resolución de problemas, el razonamiento y la toma de decisiones; se puede observar si es influenciada por las emociones al tener que realizar tareas concretas.

Por esa razón dentro del ámbito de la educación, indagar cómo las emociones influyen dentro del proceso de memorización y retención, podría ayudar a buscar o crear métodos de enseñanza más efectivos donde se pueda intervenir el uso de emociones para mejorar la retención de información, y asimismo puede ayudar a mejorar la comprensión de las emociones y los sentimientos en los adolescentes y cómo estas pueden ser útiles para mejorar la calidad de vida de los mismos.

CAPÍTULO II

Marco Teórico.

2.1.Emociones

Las emociones son respuestas psicofisiológicas complejas a estímulos internos o externos, activan procesos fisiológicos, cognitivos y conductuales de un individuo. Se definen también como un conjunto de reacciones naturales que experimenta un individuo cuando responde a ciertos estímulos para acomodarse a diferentes situaciones donde habitualmente se involucran personas, objetos, lugares, entre otros.

La emoción se identifica por ser una alteración del ánimo de corta duración pero de mayor intensidad que un sentimiento, durante su aparición generan sentimientos subjetivos, expresiones faciales, cambios en las reacciones corporales y en los comportamientos. Son una parte fundamental de la vida humana y desempeñan un papel importante en la toma de decisiones, las relaciones sociales y la adaptación a un entorno.

Las emociones presentan las siguientes características:

Son experiencias subjetivas, por lo tanto cada persona lo siente y expresa de diferente manera. Lo que una persona puede considerar una emoción intensa, puede no serlo para otra.

Se reflejan en las expresiones faciales. Como la tristeza se puede manifestar con lágrimas, la alegría se puede expresar con una sonrisa.

Son de duración limitada, pero según la situación en que se experimente la intensidad de la emoción puede variar.

Se adaptan a situaciones determinadas, una situación de peligro provoca el miedo y una situación emocionante provoca la alegría.

Se pueden comunicar a través de diferentes canales, como la expresión verbal, no verbal y escrita.

Existen diferentes estructuras para clasificar las emociones, pero una de las más comunes es la propuesta por el psicólogo Paul Ekman quien identificó seis emociones básicas universales que son reconocidas y expresadas de modo idéntico en todas las culturas humanas. Estas seis emociones son:

- Alegría: Sensación de felicidad, entusiasmo y satisfacción.
- Tristeza: Sensación de dolor, pesar y desánimo.
- Miedo: Sensación de amenaza, peligro e inseguridad.
- Ira: Sensación de enojo, irritación y frustración.
- Sorpresa: Emoción que se experimenta ante algo inesperado o desconocido.
- Asco: Sensación de rechazo, aversión o repulsión hacia algo o alguien.

Estas emociones básicas son consideradas como los cimientos de la vida emocional humana. Sin embargo existen otras clasificaciones como las emociones secundarias o complejas, las cuales son aquellas que se derivan de las emociones básicas, generando casi un los sentimiento ya que implican una evaluación cognitiva más elaborada, como la envidia, la vergüenza, la culpa, el orgullo, la admiración, entre otras.

Se presentan otros grupos de emociones:

- Emociones positivas: son aquellas que se experimentan como agradables y que se relacionan con experiencias de bienestar y satisfacción, como la felicidad, la alegría, el amor, la gratitud, entre otras.
- Emociones negativas: son aquellas que se experimentan como desagradables y que se relacionan con experiencias de malestar y sufrimiento, como la tristeza, el miedo, la ira, la vergüenza, entre otras.
- Emociones reguladoras: son aquellas que ayudan a regular y controlar otras emociones y conductas, como la tranquilidad, la calma, la serenidad, entre otras.

Según Reeve (1994) las emociones poseen diferentes funciones que les otorga utilidad y permite que el sujeto ejecute con eficacia las reacciones conductuales adecuadas y con ello la autonomía de la cualidad hedónica que generen. Incluso las emociones más desagradables tienen funciones importantes en la adaptación social y el ajuste personal.

- a) Funciones adaptativas: Este grupo de emociones ayudan al individuo en su adaptación al entorno proporcionando información sobre el contexto y cómo debería responder al mismo.
- b) Funciones sociales: Este grupo de emociones influyen en los procesos de las relaciones interpersonales, permiten la comunicación entre los individuos de manera eficaz. Las emociones como la alegría favorecen los vínculos sociales y relaciones interpersonales, mientras que la ira puede provocar reacciones de evitación o de confrontación.

- c) Funciones motivacionales: Este grupo de emociones motivan al individuo a actuar de cierto modo para lograr sus metas y propósitos. La motivación no se limita solo a producir reacciones emocionales, sino que una emoción también puede determinar la aparición de la propia conducta motivada, y dirigirla hacia determinado objetivo y hacer que se ejecute con mayor intensidad o no.

Los sistemas que regulan y producen las emociones son un conjunto de estructuras y procesos que trabajan juntos para generar las mismas. Como el sistema límbico, una estructura del cerebro que está involucrada en la regulación de las emociones y la motivación. Está conformada por el hipotálamo, la amígdala, el hipocampo, el tálamo y la corteza orbito frontal. Este sistema desempeña un papel fundamental en el procesamiento de las emociones, especialmente las emociones básicas como la tristeza, la ira y la alegría.

La amígdala también es una estructura importante del sistema límbico que se ocupa de procesar la información emocional y de generar las respuestas emocionales pertinentes. Este sistema está conectado al sistema nervioso y al sistema endocrino; trabajan juntos para controlar las respuestas del cuerpo ante las emociones.

El sistema nervioso quien es el responsable de recibir y procesar la información sensitiva recibida, y de enviar las respuestas motoras apropiadas a los músculos y glándulas del cuerpo, se divide en dos: el sistema nervioso autónomo, quien a la vez se sub divide en el sistema nervioso simpático; que se activa en situaciones de estrés y pone en marcha respuestas de lucha o huida, y sistema nervioso parasimpático, que se activa en situaciones de tranquilidad y ayuda en la relajación del cuerpo; ambos son los encargados de regular las funciones corporales involuntarias, como la frecuencia cardíaca, la respiración, la digestión y la sudoración.

Por otro lado, el sistema endocrino está compuesto por glándulas que producen hormonas, las hormonas son sustancias químicas que actúan como mensajeros, viajan a través del torrente sanguíneo a diferentes partes del cuerpo para controlar diversas funciones corporales, incluyendo las emociones. La hormona del estrés, el cortisol; es producida por las glándulas suprarrenales y se libera en situaciones de estrés para preparar al cuerpo para la acción.

Cuando una persona experimenta una emoción, el sistema límbico se activa y envía señales al sistema nervioso y al sistema endocrino. El sistema nervioso simpático se activa, lo que provoca una serie de respuestas físicas involuntarias, como aumento de la frecuencia cardíaca, la sudoración, la dilatación de las pupilas, entre otros. Al mismo tiempo, la activación del sistema límbico también puede desatar la liberación de hormonas, como el cortisol y la adrenalina, que son producidas por la glándula suprarrenal y que actúan en diferentes partes del cuerpo para aumentar la respuesta emocional.

La activación de estos sistemas es provocada por diferentes estímulos emocionales, como el miedo, la alegría, el enojo o la tristeza, y sus efectos pueden variar según la persona y las circunstancias.

La manifestación de las emociones varía en el comportamiento de una persona a otra y pueden provocar una amplia variedad de respuestas conductuales; como las expresiones faciales, las emociones pueden reflejarse en el rostro, y se manifiesta en forma de sonrisas, frunción del ceño, ojos llorosos, entre otros. También pueden verse en el lenguaje corporal, desde la forma de pararse, los temblores del cuerpo o brincos.

Las emociones también intervienen en el lenguaje y articulación verbal de una persona, como los gritos, susurros, o tartamudeos, al igual pueden afectar la energía o actividad de una

persona, como trabajar más rápido cuando se siente emocionado o hacer algo con menos precisión cuando se siente triste, pero donde posee mayor participación es en los procesos de interacción o convivencia, como evitar a alguien cuando se siente enojado o abrazar a alguien cuando se siente feliz.

Según un artículo del hospital Sant Joan de Déu en Barcelona, el desarrollo emocional es un proceso que se produce a lo largo de la vida, y que se caracteriza por la aparición y evolución de diferentes emociones y habilidades emocionales. Se pueden abarcar en etapas, donde se indica que un bebé experimenta principalmente las emociones básicas como el placer, la tristeza, el miedo y la ira, aprenden a comunicar sus necesidades emocionales a través del llanto, el contacto físico y la sonrisa.

Posteriormente un niño de entre 2 a 6 años de edad comienza a desarrollar una mayor conciencia emocional y a identificar sus propias emociones, experimenta la comprensión de las emociones de los demás, lo que le ayuda a desarrollar habilidades sociales y de empatía, en cambio el desarrollo de las habilidades más complejas en el ámbito emocional parte desde los 6 a 12 años de edad, aquí se incluye la regulación emocional y el control de impulsos. También da inicio la conciencia sobre la relación de las emociones y la conducta.

Durante la adolescencia se experimentan una cantidad grande de cambios emocionales, pues a menudo los adolescentes se sienten confundidos e inseguros, intentan manejar la presión social y a desarrollar habilidades de comunicación efectiva. En el transcurso de la juventud o adultez temprana, las personas continúan desarrollando habilidades emocionales y de regulación emocional, aprenden a establecer relaciones más profundas y significativas.

Las personas de 40 a 65 años pueden experimentar cambios emocionales relacionados con la pérdida y la nostalgia, sienten una mayor necesidad de reflexionar sobre sus vivencias, mientras que una persona que llega a la vejez posee una mayor estabilidad emocional, ya que puede encontrar satisfacción en relaciones y actividades significativas. Pero también pueden enfrentar desafíos emocionales relacionados con la salud y la pérdida de amigos y familiares.

Antonio Damasio (2005) mostró al mundo su libro: El error de Descartes donde planteó su hipótesis sobre el “Marcador somático”, el cual explica como las condiciones emocionales guían e influyen en el comportamiento y la toma de decisiones. Para Damasio las emociones son innatas, modifican el estado del cuerpo, son automáticas pero también ajustables, y una vez son reveladas no se es consciente de las consecuencias que pueden llegar a provocar.

Damasio especifica que la teoría del marcador somático es una señal emocional que influye en la toma de decisiones, ya permite analizar diferentes opciones para las situaciones que puedan suceder, basándose siempre de las experiencias previas y emociones guardadas en la mente. Esta teoría ha tenido un impacto revelador en el entendimiento de la relación entre la emoción y la toma de decisiones dentro del campo de la psicobiología.

En cuanto a Nazareth Castellanos (2021) neurocientífica quien se dedica a investigar la relación entre la mente y el cuerpo, se ha enfocado también en el estudio de la regulación emocional. Indica que los sentidos toman diferentes roles en el bienestar emocional; menciona la influencia de la respiración nasal, según Castellanos se recuerdan mejor los momentos debido a los olores que se percibieron, ya que al respirar por la nariz se utiliza una área involucrada en el procesamiento de las emociones y la memoria, el cual es el bulbo olfativo.

Se destaca también las reacciones corporales, se sabe que todos los gestos del cuerpo son interpretados por el cerebro generando un significado, físico y emocional, por lo tanto también es importante notar primero las reacciones físicas que empiezan a provocar las emociones, para posteriormente identificar cada una de ellas.

Desde otra perspectiva Lisa Feldman, presentó una teoría, donde afirma que las emociones no son universales, ni son respuestas automáticas del cerebro, sino que son construcciones de la influencia del cuerpo, el cerebro, la cultura y el contexto; resultado de las interpretaciones y reacciones creadas por cada una de las experiencias sensoriales, culturales y corporales antes vividas, básicamente indica que las emociones se crean en el momento dependiendo del aprendizaje previo que se ha analizado y se ha obtenido en situaciones similares.

Otro punto es Daniel Goleman (1995) quien habla sobre la inteligencia emocional, e indica que es la habilidad para reconocer, comprender y manejar las propias emociones, así como la capacidad de reconocer y comprender las emociones de los demás, lo que conlleva la capacidad de regular las emociones de manera efectiva en diferentes situaciones y relaciones.

La inteligencia emocional se constituye de varias habilidades, incluyendo la conciencia emocional, la regulación emocional, la motivación, la empatía y las habilidades sociales. Cada una de estas habilidades es importante para que se pueda tener una inteligencia emocional equilibrada y madura.

- Autoconciencia: capacidad de reconocer y comprender las propias emociones y cómo estas interfieren en el propio comportamiento y pensamiento.

- Autorregulación: capacidad de controlar las emociones y comportamientos, evitando reacciones impulsivas o inadecuadas.
- Motivación: capacidad de tomar acción hacia uno mismo y perseverar en la obtención de metas, incluso ante obstáculos y fracasos.
- Empatía: capacidad de comprender las emociones y perspectivas de los demás, para responder adecuadamente a ellas.
- Habilidades sociales: capacidad de establecer y mantener relaciones interpersonales positivas, efectivas y constructivas.

La inteligencia emocional es importante porque permite indagar en las relaciones personales y profesionales con mayor éxito. También permite responder de manera adecuada a situaciones desafiantes y estresantes, para obtener así un mayor bienestar emocional y mental.

2.2. Memoria de trabajo

La memoria de trabajo también conocida como memoria operativa, es una función cognitiva que permite mantener y manipular temporalmente información relevante en la mente mientras se realiza una tarea en un momento específico. Principalmente, la memoria de trabajo permite retener información a corto plazo y utilizarla para realizar tareas complejas.

La memoria de trabajo es primordial en muchas actividades diarias, como la lectura, la escritura, la resolución de problemas, la toma de decisiones y la comunicación verbal. Las personas con un buen rendimiento en la memoria de trabajo suelen ser más eficientes en estas tareas y tienen un mejor desempeño cognitivo en general. Además, la memoria de trabajo

también está relacionada con la inteligencia y se considera un indicador importante para el éxito académico y laboral.

Tirapu, J. y Muñoz, J. (2005). Señalan diferentes de sus características las cuales son:

- Limitada capacidad: La memoria de trabajo tiene una capacidad limitada para mantener información en la mente. Esto quiere decir que hay un límite en la cantidad de información que se puede procesar y mantener activa en la mente al mismo tiempo.
- Temporalidad: La información en la memoria de trabajo se mantiene temporalmente. Una vez que se deja de reforzar o utilizar la información, esta desaparece de la memoria de trabajo.
- Multicomponente: La memoria de trabajo se constituye de diferentes componentes que trabajan juntos para procesar y mantener la información en la mente.
- Sensible al contexto: La memoria de trabajo está altamente influenciada por el contexto y las exigencias de la tarea en la que se pone a prueba. Esto significa que la capacidad de la memoria de trabajo para procesar y mantener información puede diferir según la tarea y el contexto.
- Relevancia: La memoria de trabajo se enfoca en mantener la información que es necesaria para la tarea en la que se está trabajando, y filtra la información irrelevante.

Eysenck, M. y Keane, M. (2015). Mencionan algunos tipos de memoria de trabajo. Estos tipos de memoria de trabajo que se han propuesto incluyen:

- Memoria verbal: capacidad de retener y manipular información verbal, como palabras y números.

- Memoria visoespacial: capacidad de retener y manipular información visual y espacial, como la posición de objetos en un espacio o la forma de un objeto.
- Memoria de trabajo ejecutiva: capacidad de coordinar, controlar la atención y las acciones para lograr un objetivo, incluye la capacidad de mantener información relevante en la memoria mientras se ejecuta una tarea, la capacidad de cambiar entre tareas y la capacidad de inhibir información irrelevante o distractora.

Es importante destacar que estos tipos de memoria de trabajo no son completamente independientes entre sí, y es probable que se superpongan dependiendo los procesos cognitivos involucrados.

Baddeley y Hitch (1974) presentan a la memoria de trabajo como un sistema de capacidad limitada que tiene una interconexión, entre los procesos cognitivos superiores y la memoria a largo plazo, demostrando así su participación en la mantención temporal y la manipulación de la información, el razonamiento y el aprendizaje.

El modelo de Baddeley y Hitch es considerado como uno multicomponente, pues consta de un ejecutivo central que regula dos sistemas esclavos, el bucle fonológico y la agenda viso espacial, este modelo es uno de los modelos más influyentes en la psicología cognitiva.

- Bucle Fonológico, se encarga del procesamiento temporal y la retención de información verbal a corto plazo. Esta capacidad está estrechamente ligada a la capacidad para recordar información verbal, como los números de teléfono o las palabras de una lista de vocabulario.

- Cuaderno viso-espacial, se encarga del procesamiento temporal y la retención de información visual y espacial a corto plazo. Esta capacidad está estrechamente ligada con la habilidad para recordar imágenes mentales o ubicaciones, como el mapa de una ciudad.
- Ejecutivo central, es el responsable de la atención selectiva, la planificación, la toma de decisiones y la coordinación de la información que se encuentra en la memoria de trabajo y la información que se encuentra en la memoria a largo plazo.

Según Salthouse (1990) el sistema de la memoria de trabajo permite a la mente procesar la información proveniente del exterior o del interior, manteniendo activos la información mental, para elaborarlos a través de otros procesos cognitivos. Por otro lado, según Dempster (1992) la función principal de la memoria de trabajo sería permitir el acceso de la información para un específico momento.

La memoria de trabajo, forma parte de la corteza prefrontal, la que se encarga de controlar las funciones ejecutivas. Por lo tanto la memoria de trabajo permite el razonamiento, la planificación y la toma de decisiones. Esta memoria es parte de las funciones cognitivas que se emplean en la vida diaria, ya que ayuda a comprender dos o más tipos de información que han ocurrido en un tiempo específico.

También permite asociar conocimientos nuevos con los previos y almacenados, como recordar leer la hora de un reloj, primero hay que saber el orden de los números en un reloj. Además, da la posibilidad de retener información mientras se está al pendiente de otra actividad como, recordar las instrucciones de una tarea, la cual se va a realizar en ese momento.

Dentro del proceso de la memoria de trabajo existen funciones cognitivas que intervienen.

- Atención selectiva: capacidad de enfocar la atención en la información necesaria y filtrar la información innecesaria.
- Codificación: capacidad de procesar la información y convertirla en una forma que se pueda retener temporalmente.
- Almacenamiento temporal: capacidad de mantener la información activa en la memoria de trabajo durante un corto periodo de tiempo.
- Actualización: capacidad de modificar o actualizar la información almacenada en la memoria de trabajo en función de cambios en el entorno o de nuevas exigencias cognitivas.
- Manipulación: capacidad para trabajar con la información almacenada en la memoria de trabajo, ya sea realizando operaciones mentales simples como la repetición de números, o tareas más complejas como la resolución de problemas.
- Recuperación: capacidad de recuperar la información almacenada en la memoria de trabajo cuando es necesaria para realizar una tarea específica.

Estos procesos cognitivos trabajan juntos para mantener y manipular temporalmente la información necesaria en la mente, lo que permite la realización de tareas cognitivas complejas de manera efectiva.

CAPÍTULO III

Marco Metodológico

3.1. Tipo de estudio

Estudio cuantitativo descriptivo con corte transversal correlacional.

3.2. Objeto de la investigación

Describir como las emociones de los estudiantes de Quinto Bachillerato en Computación del Instituto Diversificado Adscrito al INEB Doctor Werner Ovalle López influye en el funcionamiento de la memoria de trabajo.

3.3. Universo y muestra

El universo está conformado por los estudiantes del Instituto Diversificado Adscrito al INEB Doctor Werner Ovalle López, y la muestra por los 29 estudiantes de Quinto Bachillerato en computación sección “A”.

3.4. Variables

Las emociones y la memoria de trabajo

3.5. Operacionalización y Conceptualización de las variables

Tabla I

Variables de la investigación

Variable	Sub-variables	Conceptualización	Escala	Operacionalización
Emociones	Inteligencia emocional	Las emociones son respuestas orgánicas del organismo ante diferentes estímulos, que implican cambios fisiológicos, cognitivos y conductuales. La inteligencia emocional se refiere a la capacidad de poder reconocer, comprender y gestionar las propias emociones, así como las de los demás, y utilizarlas de manera efectiva para resolver	TMMS-24 está basada en Trait Meta-Mood Scale (TMMS)	El TMMS-24 es un cuestionario de 24 ítems que se utiliza para medir la inteligencia emocional.

		problemas, tomar decisiones y relacionarse con los demás.	
Memoria	Memoria de trabajo	La memoria de trabajo se refiere es un proceso cognitivo de duración temporal que procesa y mantiene parcialmente información necesaria para llevar a cabo tareas cognitivas complejas, como la resolución de problemas, la comprensión del lenguaje y la toma de decisiones	Cuestionario
			El cuestionario es un instrumento de evaluación que se crea mediante una serie de preguntas o afirmaciones a las cuales se les asigna una puntuación para evaluar las respuestas de la persona evaluada.

Nota. Esta tabla muestra las variables de la investigación “Las emociones y su influencia en la memoria de trabajo” *Fuente:* elaboración propia.

3.6. Instrumentos de investigación

Tabla II

Ficha Técnica

Nombre de la prueba: TMMS-24	Nombre de la prueba: Cuestionario
Objetivo	Objetivo
La escala original es una escala rasgo que evalúa el conocimiento de los estados emocionales. Principalmente, las destrezas con las que podemos ser conscientes de nuestras propias emociones así como de nuestra capacidad para regularlas.	Evaluar la memoria de trabajo durante actividades observables, mediante un cuestionario.
Edad 16 a 85 años	Edad 16 a 19 años
Calificación	Calificación
Para corregir y obtener una puntuación en cada uno de los factores, se suman los ítems del 1 al 8 para el factor Atención, los ítems del 9 al 16 para el factor Claridad y del 17 al 24 para el factor Reparación. Luego se observa la puntuación en cada una de las tablas que se presentan. Se toma en cuenta los rangos para hombres y	Los resultados del cuestionario se obtienen mediante la cantidad de respuestas obtenidas y el análisis de las respuestas obtenidas de los individuos evaluados.

mujeres, pues existen diferencias en las puntuaciones para cada uno de ellos.

Contenido	Contenido
Escalas de calificación	Escalas de calificación
TMMS-24 es un cuestionario de 24 ítems que se utiliza para medir la inteligencia emocional. Los ítems se dividen en tres sub escalas de ocho ítems cada una: percepción emocional, comprensión emocional y regulación emocional	Criterios que evaluarán a los estudiantes la memoria en realización de tareas o actividades.
Interpretación	Interpretación
Lo recomendable sería que un profesional interprete los resultados.	Mediante las interpretaciones que se le darán a las respuestas.

Nota. Esta tabla muestra los instrumentos que se utilizaran en la investigación “Las emociones y su influencia en la memoria de trabajo”.

Tabla III

Contenidos de los Instrumentos

TMMS- 24	Cuestionario
Presto mucha atención a los sentimientos	Me lleva tiempo procesar y comprender nueva información.
Normalmente me preocupo mucho por lo que siento	Puedo recordar secuencias largas de números, palabras o letras, cuando los necesito.
Normalmente dedico tiempo a pensar en mis emociones	He experimentado dificultades durante los trabajos de clase cuando no recuerdo la información necesaria.
Pienso que merece la pena prestar atención a mis emociones y estado de ánimo	Pienso que el estrés afecta mi retención de información.
Dejo que mis sentimientos afecten a mis pensamientos	Puedo realizar múltiples tareas al mismo tiempo sin equivocarme en alguna.
Pienso en mi estado de ánimo constantemente	He observado beneficios en mi retención, cuando uso técnicas de memorización, como la repetición o retroalimentación en clase.
A menudo pienso en mis sentimientos	He utilizado técnicas o estrategias específicas de memorización.
Presto mucha atención a como me siento	Recuerdo seguir instrucciones dadas por mis maestros durante actividades de clase.
Tengo claros mis sentimientos	Distribuyo mi tiempo de estudio entre las distintas actividades que debo realizar.

Frecuentemente puedo definir mis sentimientos	Repaso los temas estudiados en clase constantemente.
Casi siempre sé cómo me siento	Escribo e investigo los datos importantes o difíciles de recordar.
Normalmente conozco mis sentimientos sobre las personas	Me distraigo fácilmente cuando intento prestar atención en clase.
A menudo me doy cuenta de mis sentimientos en diferentes situaciones	Olvido fácilmente información que acabo de recibir.
Siempre puedo decir cómo me siento	Pierdo fácilmente la concentración al leer un libro.
A veces puede decir cuáles son mis emociones	Se me dificultan las materias teóricas.
Puedo llegar a comprender mis sentimientos	Retengo mayor información de las materias prácticas y visuales.
Aunque a veces me siento triste, suelo tener una visión optimista	Necesito motivación constante en mis clases para estar concentrado.
Aunque me sienta mal procuro pensar en cosas agradables	
Cuando estoy triste pienso en todos los placeres de la vida	
Intento tener pensamientos positivos aunque me sienta mal	

Si doy demasiadas vueltas a las cosas,
complicándolas, trato de calmarme

Me preocupo por tener un buen estado de
ánimo

Tengo mucha energía cuando me siento feliz

Cuando estoy enfadado intento cambiar mi
estado de ánimo

Nota. Esta tabla muestra el contenido de los instrumentos que se utilizarán en la investigación “Las emociones y su influencia en la memoria de trabajo”.

3.7.Procedimiento del desarrollo de la investigación:

Primero se identificó una problemática para elegir el tema de investigación, se realizó el planteamiento del problema, seguidamente se eligió el diseño de la investigación, siendo éste un diseño cualitativo, se identificaron antecedentes que tuvieran relación con el tema de investigación y se redactó la introducción para el mismo.

Se buscó y utilizó material bibliográfico, referencias de internet y revistas en relación al tema escogido para elaborar el marco teórico, se elaboró un instrumento para determinar cómo las emociones influyen en la memoria de trabajo, el cual tuvo revisión por parte de la encargada; una vez aprobado, se empezó con el trabajo de campo en el cual se pasó el test y el cuestionario realizado para recolectar la información necesaria.

Ambos instrumentos se entregaron y se realizaron presencialmente en las instalaciones del instituto, posteriormente se utilizaron los protocolos para calificar y medir el test y el

cuestionario, se interpretaron los resultados y mediante la aplicación de prueba de chi cuadrado y una gráfica de la misma, se pudo evidenciar el comportamiento de las variables, donde se notó la influencia de cada una de ellas. Posteriormente se redactaron las conclusiones, se plantearon recomendaciones para considerar seguir fortaleciendo la información acerca de las emociones y su influencia en la memoria de trabajo.

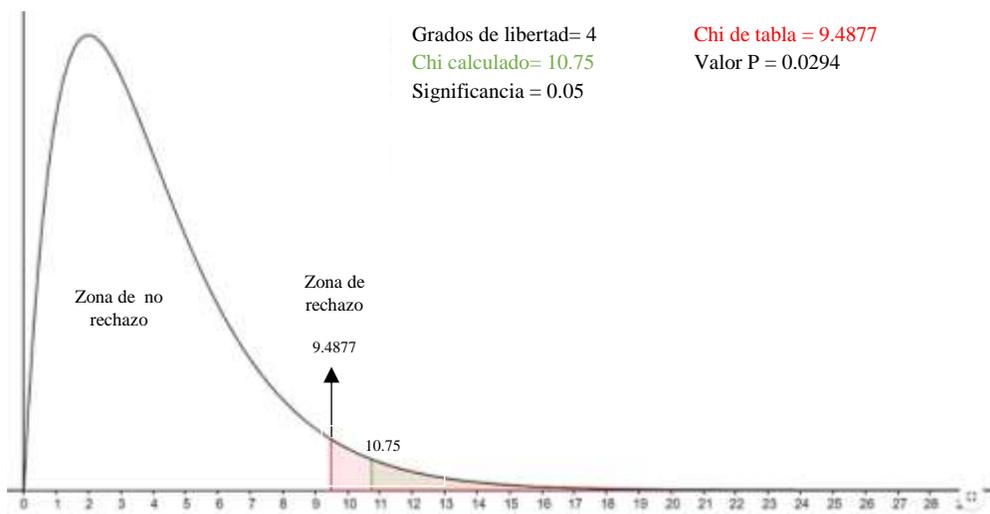
CAPÍTULO IV

Resultados del estudio

La información obtenida por medio de las escalas se procesó manualmente utilizando cuadros de doble entrada, la prueba de chi cuadrado y la estadística descriptiva. Se le otorgó un rango al cuestionario de la variable de memoria de trabajo para poder realizar la tabla de contingencia con cada dimensión que presenta el test de las emociones, para poder abarcar mejor y específicamente las emociones, estas dimensiones son: atención, claridad y reparación o regulación. Luego se realizaron tablas y graficas con los cálculos porcentuales correspondientes utilizando un paquete de software de computadora. Para cada ítem de las escalas, se analizó e interpretó los resultados, se aclaró y organizó la información para poder interpretar cada escala realizada.

Gráfica I

Memoria de trabajo y atención emocional.

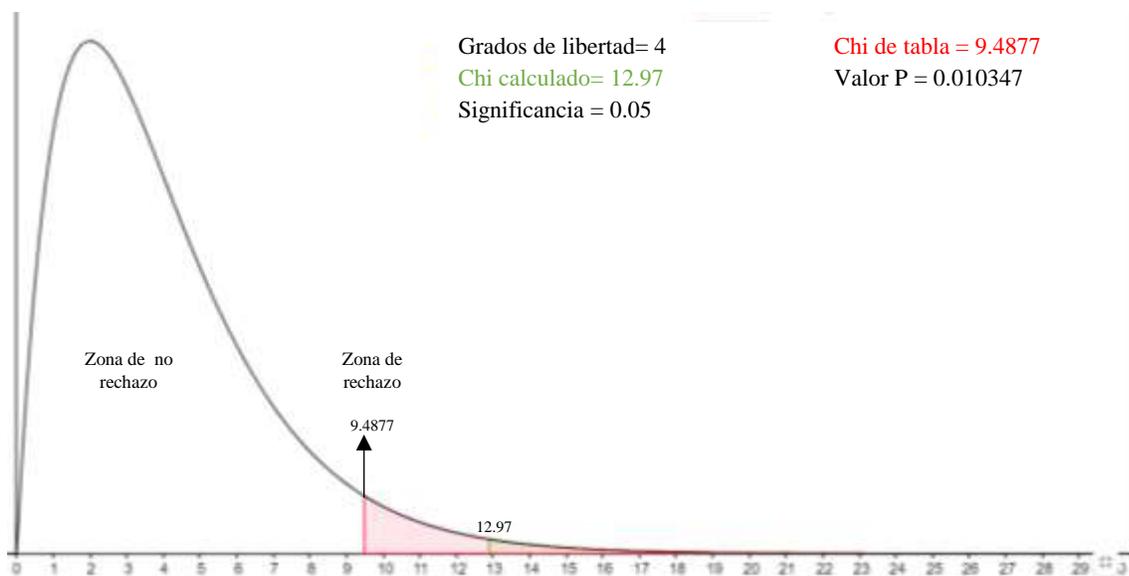


Nota: elaboración propia.

Trabajando con 4 grados de libertad, una significancia de 0.05 y un chi calculado de 10.75, a través del método de chi cuadrado, se arrojó una evidencia empírica que permite rechazar la hipótesis nula; la cual indica que la atención emocional no tiene relación con la memoria de trabajo, determinando que existe un relación entre la atención emocional y la memoria de trabajo de los estudiantes.

Gráfica II

Memoria de trabajo y claridad emocional.



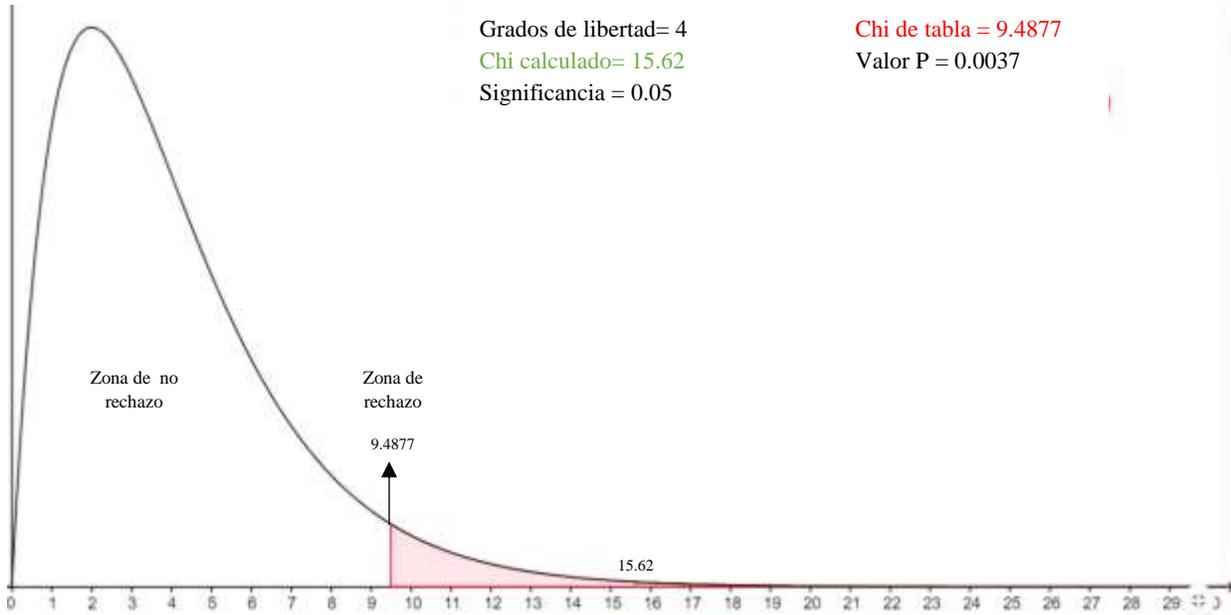
Nota: elaboración propia.

Trabajando con 4 grados de libertad, una significancia de 0.05 y un chi calculado de 12.97, a través del método de chi cuadrado, se arrojó una evidencia empírica que permite rechazar la hipótesis nula; la cual indica que la comprensión emocional no tiene relación con la memoria de

trabajo, determinando que existe un relación entre la comprensión emocional y la memoria de trabajo de los estudiantes.

Gráfica III

Memoria de trabajo y regulación emocional.



Nota: elaboración propia.

Trabajando con 4 grados de libertad, una significancia de 0.05 y un chi calculado de 15.62, a través del método de chi cuadrado, se arrojó una evidencia empírica que permite rechazar la hipótesis nula; la cual indica que la regulación emocional no tiene relación con la memoria de trabajo, determinando que existe un relación entre la regulación emocional y la memoria de trabajo de los estudiantes.

DISCUSIÓN

La relación entre las emociones y la memoria ha sido un tema de investigación atrayente. Se ha demostrado que las emociones pueden tener un impacto considerable en cómo recordamos la información. Esta investigación tuvo como objetivo conocer cuál es la influencia de las emociones sobre la memoria de trabajo.

Para responder a este objetivo se tomó una muestra de 29 estudiantes de bachillerato a quienes se les aplicó dos cuestionarios. Seguidamente se analizaron ambos cuestionarios, y el cuestionario que mide la memoria de trabajo evidenció mediante las diferentes respuestas de los estudiantes hacia las afirmaciones, que poseen dificultades para recordar, retener y comprender diferente tipo de información cuando realizan tareas, actividades o simplemente para su uso en el momento.

Así mismo se analizó el entorno y técnicas de los estudiantes, donde muchos indican que necesitan motivación, menos distractores, más técnicas visuales y de retroalimentación para mejorar su proceso de captación y memorización.

Por otro lado el test que evaluó la inteligencia emocional de los estudiantes, evidenció que existe diferencia en la atención, claridad y regulación de las emociones entre hombres y mujeres, las puntuaciones destacadas son el 86% de mujeres que prestan normalmente mejor atención a sus emociones y los hombres solo el 59%, en mejor claridad o entendimiento hacia las emociones las mujeres poseen el 57%, mientras que el 77% de hombres indican que les es difícil entender las emociones; y en el último factor el 59% de los hombres poseen una buena regulación emocional, mientras que las mujeres solo el 42% .

Estos resultados presentan las diferencias en los diferentes aspectos que el test evalúa sobre inteligencia emocional.

El mismo también mediante sus afirmaciones evaluó como las emociones pueden afectar los pensamientos de los estudiantes, al igual que si existen otros factores que influyen en las mismas emociones y cómo estas pueden ser utilizadas a favor o en contra de la misma persona. Mediante la prueba de chi cuadrada, se buscó evidenciar la relación entre las dimensiones de las emociones como la atención, comprensión y regulación emocional con la memoria de trabajo de los estudiantes, ya que estos factores pueden definir generalmente el funcionamiento de las emociones, además que estos componentes pueden influir en la manifestación de las mismas, por lo tanto se especificó más la relación con cada dimensión y la memoria de trabajo.

Por consiguiente se demuestra que existe una relación entre las emociones y la memoria de trabajo de los estudiantes de Quinto Bachillerato en computación del Instituto Nacional Experimental Doctor Werner Ovalle López, mediante la aplicación de chi cuadrado, tomando los datos de los instrumentos que midieron ambas variables.

CONCLUSIONES

- Se conocieron los diferentes factores que influyen en las emociones y la memoria de los estudiantes, como el ambiente, hábitos, técnicas de estudio, la motivación, la capacidad de concentración y atención; se analizó que un ambiente caracterizado por una ausencia de distractores y la presencia de estímulos que fomentan la atención, puede tener un efecto positivo en la retención de información.
- Los estudiantes requieren un contexto que les brinde la motivación necesaria para involucrarse en las actividades académicas y reducir las distracciones que puedan interferir con su concentración, la organización del tiempo y espacio de estudio, también puede contribuir en gran medida su retención.
- Se ha corroborado que la dificultad por no recordar datos significativos, la dificultad de no retener información fácilmente y la falta de retroalimentación recibida dentro del contexto educativo, no solo impacta negativamente la capacidad para llevar a cabo actividades en el aula, sino que también está ligada a otra serie de respuestas emocionales, dentro de la atención, la claridad y la regulación emocional.
- Se identificó que estar bajo condición de estrés perjudica a los estudiantes en su falta de captación y retención. No obstante, se destacó un contrapunto favorecedor el cual es el optimismo, que actúa como un recurso para afrontar las diversas situaciones que se suelen presentar.

RECOMENDACIONES

- Implementar el uso de técnicas de regulación emocional que proporcione herramientas para identificar, comprender y gestionar las emociones, que se equie con habilidades esenciales para enfrentar el estrés, la ansiedad y otros desafíos emocionales que puedan surgir.; prácticas que puedan tener un impacto positivo en la calidad de las interacciones sociales y actividades de la vida cotidiana.
- Concienciar a los estudiantes la importancia de ejercitar los procesos cognitivos como la memoria mediante técnicas, como la repetición espaciada y la elaboración.
- Incentivar la aplicación de técnicas de retroalimentación y repaso que permita desarrollo de las capacidades cognitivas y que favorezca el proceso de aprendizaje de los estudiantes. Técnicas que promuevan la autoevaluación alentando a los estudiantes a identificar áreas de mejora. Además, la revisión regular de los contenidos previamente aprendidos a lo largo del tiempo fortalece la memoria a largo plazo y consolida los conocimientos.
- Capacitar al personal docente para que se haga un énfasis en el desarrollo de emociones positivas en los estudiantes, usando técnicas de motivación, liderazgo y superación personal, para crear un ambiente de aprendizaje enriquecedor, fomentar un enfoque en los logros y el crecimiento personal y contribuir a la construcción de una autoestima saludable y un sentido de logro.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Santander, S. Gaeta, M. y Otero, V. (2020). Impacto de la Regulación Emocional en el Aula: Un Estudio con Profesores Españoles. *Revista Interuniversitaria De Formación Del Profesorado. Continuación De La Antigua Revista De Escuelas Normales*, 34(2).

<https://doi.org/10.47553/rifop.v34i2.77695>

Scandar, M. e Irrazabal, N. (2020). Emotions, memory and reading comprehension among high school student. *LIBERABIT. Revista Peruana De Psicología*, 26(2) 386.

<https://doi.org/https://doi.org/10.24265/liberabit.2020.v26n2.02>

Andrés, M. Vernucci, S. García, A. et al (2020). Regulación emocional y memoria de trabajo en el desempeño académico. *Ciencias Psicológicas*, 14(2) 2284.

<https://doi.org/10.22235/cp.v14i2.2284>

Ríos, J. y López, C. (2019). Impacto de las emociones sobre la memoria declarativa en la enfermedad de Alzheimer. *Rev. Chil. Neuropsicol.* 14(2). DOI:

10.5839/rcnp.2019.14.02.01

Flórez, J. Espinosa, L. Ochoa, L. et al (2021) *Memoria declarativa asociada al contenido emocional en personas con discapacidad intelectual*. [Trabajo de grado para el título de profesional en psicología] Tecnológico de Antioquia, Institución Universitaria.

<https://dspace.tdea.edu.co/handle/tdea/2221>

Cáceres, V. (s.f.) *La influencia de las emociones sobre los procesos de atención y memoria*. [Trabajo fin de grado para optar al grado de educación infantil] Universidad de Valladolid. <https://uvadoc.uva.es/bitstream/handle/10324/14539/TFG-G1351.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Kamenetzky, G. Ifrán, M. Suarez, A. et al (2014) *Repensando la psicología educativa en la sociedad del conocimiento*. Universidad Nacional de Educación Enrique Guzmán y Valle. Escuela de Posgrado. https://d1wqtxts1xzle7.cloudfront.net/51303726/Libro_Psicologia_Educativa_PYG_1-libre.pdf?1484153392=&response-content-disposition=inline%3B+filename%3DLIBRO_DE_REPENSANDO_LA_PSICOLOGIA_EDUCAT.pdf&Expires=1681410446&Signature=Fzdkxd0TMjbfGr4ZYqGEVNMI9CNI2M7~yxQd9glPOVizjQXsXXcB8ENKqh55aX9vueDW6R6QdQU~UhD6Up-RswO4plum5sFvNFJaUGjGREbPYGgEN7p7dl2qt~imABDZcbiNdJu7ed4Q8tOpRbhlzSPVDRT47cwL9F2t0uUPInX6tCft-MK0Um7j2~o7hG4~jSWsSp~M~4FXgfm1LFxLW34q4wBFV-qVrn1CpCwpBmIdqyV3mNb1Bcd9owNwMOdV0FwPR0XW~C4zVkYtK1xFecpJBD0EGOG9q3sZjKLZxxcZECp-qThBCKhvF-NeOV2NsPMdKFztQMONbkq-zfkpg_&Key-Pair-Id=APKAJLOHF5GGSLRBV4ZA#page=72

Bericat, E. (2012). Emociones. *Sociopedia.isa*, 1-13. <http://hdl.handle.net/11441/47752>

Guzman, F. (2019). *La emoción, respuesta fisiológica y aprendida*. Gaceta UNAM. <https://www.gaceta.unam.mx/la-emocion-respuesta-fisiologica-y-aprendida/>

Chóliz, M. (2005). *Psicología de la emoción: el proceso emocional*. Universidad de Valencia. <https://www.uv.es/~choliz/Proceso%20emocional.pdf>

Mulsow, G. (2008). Desarrollo emocional: impacto en el desarrollo humano. *Educação*, 31(1), 61-65. <https://www.redalyc.org/pdf/848/84806409.pdf>

FAROS Sant Joan de Déu. (2022). El desarrollo socioemocional en la adolescencia. <https://faros.hsjdbcn.org/es/articulo/desarrollo-socioemocional-adolescencia>

Psise, Servicio de Psicología de Madrid. (s.f.). Memoria de trabajo. <https://psisemadrid.org/memoria-de-trabajo/>

Stelzer, F. Andrés, M. et al. (2016). Memoria de trabajo e inteligencia fluida. *El sevier*. 6 (1), 2302 – 2316. [https://doi.org/10.1016/S2007-4719\(16\)30051-5](https://doi.org/10.1016/S2007-4719(16)30051-5)

Escudero, J. y Pineda, W. (s.f.). *Memoria de Trabajo: El modelo multicomponente de Baddeley, otros modelos y su rol en la práctica clínica*. Universidad Simón Bolívar.

https://bonga.unisimon.edu.co/bitstream/handle/20.500.12442/1120/Cap_1_Memoria_Trabajo.pdf?sequence=6&isAllowed=y

ANEXOS

Anexo 1 Cuestionario para Medir la Memoria de Trabajo

Instrucciones: A continuación encontrará algunas afirmaciones. Lea atentamente cada frase y indique por favor el grado de acuerdo o desacuerdo con respecto a las mismas. Señale con una “X” la respuesta que más se aproxime a sus preferencias.

	Muy de acuerdo	De acuerdo	Ni de acuerdo o en desacuerdo	En Desacuerdo	Muy en desacuerdo
Me lleva tiempo retener y comprender nueva información.					
He experimentado dificultades durante actividades en clase cuando no recuerdo la información de un tema específico.					
Puedo recordar secuencias largas de números, palabras o letras, en un momento específico.					
Pienso que estar bajo estrés afecta mi retención de información.					
Puedo realizar múltiples tareas al mismo tiempo sin equivocarme en alguna.					
He observado beneficios en mi retención, cuando uso técnicas de memorización, como la repetición o retroalimentación en clase.					
He utilizado técnicas o estrategias específicas de memorización.					
Recuerdo seguir instrucciones dadas por mis maestros durante actividades de clase.					
Distribuyo mi tiempo de estudio entre las distintas actividades que debo realizar.					
Repaso los temas estudiados en clase constantemente.					
Escribo e investigo los datos importantes o difíciles de recordar.					

Me distraigo fácilmente cuando intento prestar atención en clase.					
Olvido fácilmente información que acabo de recibir.					
Pierdo fácilmente la concentración al realizar alguna actividad.					
Se me dificultan las materias teóricas.					
Retengo mayor información de las materias prácticas y visuales.					
Necesito motivación constante en mis clases para mantener el interés y la concentración.					

Anexo 2 Escala del TMMS- 24

TMMS-24

INSTRUCCIONES:

A continuación encontrará algunas afirmaciones sobre sus emociones y sentimientos. Lea atentamente cada frase y indique por favor el grado de acuerdo o desacuerdo con respecto a las mismas. Señale con una "X" la respuesta que más se aproxime a sus preferencias. No hay respuestas correctas o incorrectas, ni buenas o malas. No emplee mucho tiempo en cada respuesta.

1	2	3	4	5
Nada de Acuerdo	Algo de Acuerdo	Bastante de acuerdo	Muy de Acuerdo	Totalmente de acuerdo

1.	Presto mucha atención a los sentimientos.	1	2	3	4	5
2.	Normalmente me preocupo mucho por lo que siento.	1	2	3	4	5
3.	Normalmente dedico tiempo a pensar en mis emociones.	1	2	3	4	5
4.	Pienso que merece la pena prestar atención a mis emociones y estado de ánimo.	1	2	3	4	5
5.	Dejo que mis sentimientos afecten a mis pensamientos.	1	2	3	4	5
6.	Pienso en mi estado de ánimo constantemente.	1	2	3	4	5
7.	A menudo pienso en mis sentimientos.	1	2	3	4	5
8.	Presto mucha atención a cómo me siento.	1	2	3	4	5
9.	Tengo claros mis sentimientos.	1	2	3	4	5
10.	Frecuentemente puedo definir mis sentimientos.	1	2	3	4	5
11.	Casi siempre sé cómo me siento.	1	2	3	4	5
12.	Normalmente conozco mis sentimientos sobre las personas.	1	2	3	4	5
13.	A menudo me doy cuenta de mis sentimientos en diferentes situaciones.	1	2	3	4	5
14.	Siempre puedo decir cómo me siento.	1	2	3	4	5
15.	A veces puedo decir cuáles son mis emociones.	1	2	3	4	5
16.	Puedo llegar a comprender mis sentimientos.	1	2	3	4	5
17.	Aunque a veces me siento triste, suelo tener una visión optimista.	1	2	3	4	5
18.	Aunque me sienta mal, procuro pensar en cosas agradables.	1	2	3	4	5
19.	Cuando estoy triste, pienso en todos los placeres de la vida.	1	2	3	4	5
20.	Intento tener pensamientos positivos aunque me sienta mal.	1	2	3	4	5
21.	Si doy demasiadas vueltas a las cosas, complicándolas, trato de calmarme.	1	2	3	4	5
22.	Me preocupo por tener un buen estado de ánimo.	1	2	3	4	5
23.	Tengo mucha energía cuando me siento feliz.	1	2	3	4	5
24.	Cuando estoy enfadado intento cambiar mi estado de ánimo.	1	2	3	4	5

Anexo 3 Interpretación de Resultados del Cuestionario

Tabulación y análisis de los datos obtenidos del cuestionario para medir la memoria de trabajo aplicada a los estudiantes de quinto bachillerato en computación.

Tabla IV

Tiempo de proceso y comprensión

Respuestas	Frecuencia	%
Muy de acuerdo	11	38%
De acuerdo	3	10%
Ni de acuerdo ni en desacuerdo	4	14%
En desacuerdo	10	34%
Muy en desacuerdo	1	3%
TOTAL	29	100%

Nota: elaboración propia.

De 29 estudiantes encuestados que corresponde al 100%, 11 estudiantes que corresponden al 38 % de encuestados están muy de acuerdo en que les toma tiempo procesar y comprender nueva información, así mismo 3 estudiantes que corresponden al 10% de encuestados están solamente de acuerdo en que les toma tanto tiempo procesar y comprender nueva información.

Por otro lado 4 estudiantes que corresponden al 14% de encuestados no están ni de acuerdo ni en desacuerdo en que le toma tiempo procesar y comprender nueva información.

Y desde otro punto de vista, 10 estudiantes que corresponden al 34 % están en desacuerdo sobre que les toma tiempo procesar y comprender nueva información al igual que 3 estudiantes que corresponden al 3% están muy desacuerdo sobre que les toma tiempo procesar y comprender nueva información. Con estos datos se puede demostrar que la mayoría de los estudiantes tienen dificultad para comprender nueva información.

Tabla V

Capacidad para recordar secuencias largas.

Respuestas	Frecuencia	%
Muy de acuerdo	11	38%
De acuerdo	4	14%
Ni de acuerdo ni en desacuerdo	7	10%
En desacuerdo	3	24%
Muy en desacuerdo	4	14%
TOTAL	29	100%

Nota: elaboración propia.

De 29 estudiantes encuestados que corresponde al 100%, 11 estudiantes que corresponden al 38 % de encuestados están muy de acuerdo en que les es fácil recordar secuencias largas, así mismo 4 estudiantes que corresponden al 14% de encuestados están solamente de acuerdo en que si pueden recordar secuencias largas.

Por otro lado 7 estudiantes que corresponden al 10% de encuestados no están ni de acuerdo ni en desacuerdo, quiere decir que no les es fácil ni difícil recordar secuencias largas.

Y desde otro punto de vista, 3 estudiantes que corresponden al 24 % están en desacuerdo sobre que les es fácil recordar secuencias largas, al igual que 4 estudiantes que corresponden al 14% están en muy desacuerdo sobre que les es fácil recordar secuencias largas. Con estos datos se puede demostrar que la mayoría de los estudiantes no poseen dificultad para recordar secuencias largas.

Tabla VI

Dificultad para recordar información.

Respuestas	Frecuencia	%
Muy de acuerdo	13	45%
De acuerdo	4	14%
Ni de acuerdo ni en desacuerdo	4	14%
En desacuerdo	7	24%
Muy en desacuerdo	1	3%
TOTAL	29	100%

Nota: elaboración propia.

De 29 estudiantes encuestados que corresponde al 100%, 13 estudiantes que corresponden al 45 % de encuestados están muy de acuerdo en que les es difícil recordar información durante las clases, así mismo 4 estudiantes que corresponden al 14% de encuestados están de acuerdo en que si les es difícil recordar información durante las clases.

Por otro lado 4 estudiantes que corresponden al 14% de encuestados no están ni de acuerdo ni en desacuerdo en que es difícil recordar información durante clases.

Y desde otro punto de vista, 7 estudiantes que corresponden al 24 % están en desacuerdo sobre que les es difícil recordar información durante clases, al igual que 1 estudiante que corresponde al 3% está en muy desacuerdo sobre que le es difícil recordar información durante clases. Con estos datos se puede demostrar que la mayoría de los estudiantes tienen dificultad para recordar información durante clases.

Tabla VII

Influencia del estrés en la retención.

Respuestas	Frecuencia	%
Muy de acuerdo	12	41%
De acuerdo	7	24%
Ni de acuerdo ni en desacuerdo	6	21%
En desacuerdo	3	10%
Muy en desacuerdo	1	3%
TOTAL	29	100%

Nota: elaboración propia.

De 29 estudiantes encuestados que corresponde al 100%, 12 estudiantes que corresponden al 41 % de encuestados están muy de acuerdo sobre que el estrés afecta su retención de información, así mismo 7 estudiantes que corresponden al 24% de encuestados están de acuerdo sobre que el estrés afecta su retención de información.

Por otro lado 6 estudiantes que corresponden al 21% de encuestados no están ni de acuerdo ni en desacuerdo en que el estrés afecta la retención de información.

Y desde otro punto de vista, 3 estudiantes que corresponden al 10 % están en desacuerdo sobre que el estrés afecta su retención de información, al igual que 1 estudiante que corresponden al 3% está en muy desacuerdo sobre que el estrés afecta su retención de información. Con estos datos se puede demostrar que la mayoría de los estudiantes están muy de acuerdo sobre que el estrés si afecta su retención de información.

Tabla VIII

Realización de tareas múltiples.

Respuestas	Frecuencia	%
Muy de acuerdo	5	17%
De acuerdo	6	21%
Ni de acuerdo ni en desacuerdo	3	10%
En desacuerdo	10	34%
Muy en desacuerdo	5	17%
TOTAL	29	100%

Nota: elaboración propia.

De 29 estudiantes encuestados que corresponde al 100%, 5 estudiantes que corresponden al 17 % de encuestados están muy de acuerdo sobre que si pueden realizar varias al mismo tiempo, así mismo 6 estudiantes que corresponden al 21% de encuestados están de acuerdo sobre que pueden realizar varias tareas al mismo tiempo.

Por otro lado 3 estudiantes que corresponden al 10% de encuestados no están ni de acuerdo ni en desacuerdo en que puedan realizar varias tareas al mismo tiempo.

Y desde otro punto de vista, 10 estudiantes que corresponden al 34 % están en desacuerdo sobre que pueden realizar varias tareas al mismo tiempo, al igual que 5 estudiantes que corresponden al 17% están en muy desacuerdo sobre que pueden realizar varias tareas al mismo tiempo. Con estos datos se puede demostrar que la mayoría de los estudiantes tienen dificultad para realizar varias tareas al mismo tiempo.

Tabla IX

Beneficios al utilizar técnicas de retroalimentación.

Respuestas	Frecuencia	%
Muy de acuerdo	14	48%
De acuerdo	4	14%
Ni de acuerdo ni en desacuerdo	3	10%
En desacuerdo	6	21%
Muy en desacuerdo	2	7%
TOTAL	29	100%

Nota: elaboración propia.

De 29 estudiantes encuestados que corresponde al 100%, 14 estudiantes que corresponden al 48% de encuestados están muy de acuerdo en que observan beneficios al utilizar técnicas de repaso y retroalimentación, así mismo 4 estudiantes que corresponden al 14% de encuestados están de acuerdo en que observan beneficios al utilizar técnicas de repaso y retroalimentación.

Por otro lado 3 estudiantes que corresponden al 10% de encuestados no están ni de acuerdo ni en desacuerdo en que observan beneficios al utilizar técnicas de repaso y retroalimentación.

Y desde otro punto de vista, 6 estudiantes que corresponden al 21 % están en desacuerdo sobre que observan beneficios al utilizar técnicas de repaso y retroalimentación, al igual que 2 estudiantes que corresponden al 7% están en muy desacuerdo sobre que observan beneficios al utilizar técnicas de repaso y retroalimentación. Con estos datos se puede demostrar que la mayoría de los estudiantes observan beneficios en su memoria al utilizar técnicas de repaso y retroalimentación.

Tabla X

Usos de técnicas de memorización.

Respuestas	Frecuencia	%
Muy de acuerdo	13	45%
De acuerdo	3	10%
Ni de acuerdo ni en desacuerdo	0	0%
En desacuerdo	9	31%
Muy en desacuerdo	4	14%
TOTAL	29	100%

Nota: elaboración propia.

De 29 estudiantes encuestados que corresponde al 100%, 13 estudiantes que corresponden al 45 % de encuestados están muy de acuerdo sobre que utilizan técnicas de

memorización, así mismo 3 estudiantes que corresponden al 10% de encuestados están de acuerdo sobre que utilizan técnicas de memorización.

Por otro lado ningún estudiante que de los encuestados colocó la opción de “Ni de acuerdo ni en desacuerdo”.

Y desde otro punto de vista, 9 estudiantes que corresponden al 31% están en desacuerdo sobre utilizar técnicas de memorización al igual que 4 estudiantes que corresponden al 14% están en muy desacuerdo sobre utilizar técnicas de memorización. Con estos datos se puede demostrar que la mayoría de los estudiantes utilizan técnicas de memorización.

Tabla XI

Atención hacia instrucciones.

Respuestas	Frecuencia	%
Muy de acuerdo	14	48%
De acuerdo	6	21%
Ni de acuerdo ni en desacuerdo	3	10%
En desacuerdo	4	14%
Muy en desacuerdo	2	7%
TOTAL	29	100%

Nota: elaboración propia.

De 29 estudiantes encuestados que corresponde al 100%, 14 estudiantes que corresponden al 48% de encuestados están muy de acuerdo en que recuerdan y siguen

instrucciones de sus profesores, así mismo 6 estudiantes que corresponden al 21% de encuestados están de acuerdo en que recuerdan y siguen instrucciones de sus profesores.

Por otro lado 3 estudiantes que corresponden al 10% de encuestados no están ni de acuerdo ni en desacuerdo sobre que recuerdan y siguen instrucciones de sus profesores.

Y desde otro punto de vista, 4 estudiantes que corresponden al 14 % están en desacuerdo sobre recordar y seguir instrucciones de sus profesores, al igual que 2 estudiantes que corresponden al 7% están en muy desacuerdo sobre recordar y seguir instrucciones de sus profesores. Con estos datos se puede demostrar que la mayoría de los estudiantes recuerdan y siguen instrucciones de sus profesores.

Tabla XII

Organización de tiempo.

Respuestas	Frecuencia	%
Muy de acuerdo	8	28%
De acuerdo	5	17%
Ni de acuerdo ni en desacuerdo	3	10%
En desacuerdo	9	31%
Muy en desacuerdo	4	14%
TOTAL	29	100%

Nota: elaboración propia.

De 29 estudiantes encuestados que corresponde al 100%, 8 estudiantes que corresponden al 28% de encuestados están muy de acuerdo sobre distribuir su tiempo para

estudiar, así mismo 5 estudiantes que corresponden al 17% de encuestados están de acuerdo sobre distribuir su tiempo de estudio.

Por otro lado 3 estudiantes que corresponden al 10% de encuestados no están ni de acuerdo ni en desacuerdo sobre distribuir su tiempo de estudio.

Y desde otro punto de vista, 9 estudiantes que corresponden al 31 % están en desacuerdo distribuir su tiempo de estudio, al igual que 4 estudiantes que corresponden al 14% están en muy desacuerdo sobre distribuir su tiempo de estudio. Con estos datos se puede demostrar que la mayoría de los estudiantes no organizan sus actividades cotidianas con su tiempo para estudiar.

Tabla XIII

Repaso de temas aprendidos.

Respuestas	Frecuencia	%
Muy de acuerdo	8	28%
De acuerdo	3	10%
Ni de acuerdo ni en desacuerdo	0	0%
En desacuerdo	13	45%
Muy en desacuerdo	5	17%
TOTAL	29	100%

Nota: elaboración propia.

De 29 estudiantes encuestados que corresponde al 100%, 8 estudiantes que corresponden al 28 % de encuestados están muy de acuerdo sobre repasar continuamente los

temas que ven en clase, así mismo 3 estudiantes que corresponden al 10% de encuestados están de acuerdo sobre repasar constantemente los temas que ven en clase.

Por otro lado ningún estudiante que de los encuestados colocó la opción de “Ni de acuerdo ni en desacuerdo”.

Y desde otro punto de vista, 13 estudiantes que corresponden al 45 % están en desacuerdo sobre repasar continuamente los temas que ven en clase, al igual que 5 estudiantes que corresponden al 17% están muy en desacuerdo sobre repasar continuamente los temas que ven en clase. Con estos datos se puede demostrar que la mayoría de los estudiantes no repasan continuamente los temas que ven en clase.

Tabla XIV

Investigación de términos desconocidos.

Respuestas	Frecuencia	%
Muy de acuerdo	13	45%
De acuerdo	4	14%
Ni de acuerdo ni en desacuerdo	2	7%
En desacuerdo	7	24%
Muy en desacuerdo	3	10%
TOTAL	29	100%

Nota: elaboración propia.

De 29 estudiantes encuestados que corresponde al 100%, 13 estudiantes que corresponden al 45 % de encuestados están muy de acuerdo sobre investigar datos que no

comprenden, así mismo 4 estudiantes que corresponden al 14% de encuestados están de acuerdo sobre investigar datos que no comprenden.

Por otro lado 2 estudiantes que corresponden al 7% de encuestados no están ni de acuerdo ni en desacuerdo sobre que investigan datos que no comprenden.

Y desde otro punto de vista, 7 estudiantes que corresponden al 24 % están en desacuerdo sobre investigar datos que no comprenden, al igual 3 estudiantes que corresponden al 10% están en muy desacuerdo sobre que investigan datos que no comprenden. Con estos datos se puede demostrar que la mayoría de los estudiantes investigan datos o términos que no conocen y no comprenden.

Tabla XV

Atención a distractores.

Respuestas	Frecuencia	%
Muy de acuerdo	16	55%
De acuerdo	1	3%
Ni de acuerdo ni en desacuerdo	3	10%
En desacuerdo	7	24%
Muy en desacuerdo	2	7%
TOTAL	29	100%

Nota: elaboración propia.

De 29 estudiantes encuestados que corresponde al 100%, 16 estudiantes que corresponden al 55 % de encuestados están muy de acuerdo en que se distraen fácilmente en

clase, así mismo 1 estudiante que corresponde al 3% de encuestados está de acuerdo en que se distraen fácilmente en clase.

Por otro lado 3 estudiantes que corresponden al 10% de encuestados no están ni de acuerdo ni en desacuerdo sobre distraerse fácilmente en clase.

Y desde otro punto de vista, 7 estudiantes que corresponden al 24 % están en desacuerdo sobre que se distraen fácilmente en clase, al igual que 2 estudiantes que corresponden al 7% están en muy desacuerdo sobre que se distraen fácilmente en clase. Con estos datos se puede demostrar que la mayoría de los estudiantes se distraen fácilmente durante clases.

Tabla XVI

Olvidar información reciente.

Respuestas	Frecuencia	%
Muy de acuerdo	6	21%
De acuerdo	10	34%
Ni de acuerdo ni en desacuerdo	2	7%
En desacuerdo	4	14%
Muy en desacuerdo	7	24%
TOTAL	29	100%

Nota: elaboración propia.

De 29 estudiantes encuestados que corresponde al 100%, 6 estudiantes que corresponden al 21% de encuestados están muy de acuerdo sobre que olvidan fácilmente

información que acaban de recibir, así mismo 10 estudiantes que corresponden al 34% de encuestados están de acuerdo sobre que olvidan fácilmente información que acaban de recibir

Por otro lado 2 estudiantes que corresponden al 7% de encuestados no están ni de acuerdo ni en desacuerdo sobre olvidar fácilmente información que acaban de recibir.

Y desde otro punto de vista, 4% estudiantes que corresponden al 14 % están en desacuerdo sobre que olvidan fácilmente información que acaban de recibir, al igual que 7 estudiantes que corresponden al 24% están en muy desacuerdo sobre que olvidan fácilmente información que acaban de recibir. Con estos datos se puede demostrar que la mayoría de los estudiantes olvidan fácilmente información que acaban de recibir.

Tabla XVII

Desconcentración al realizar tareas.

Respuestas	Frecuencia	%
Muy de acuerdo	15	52%
De acuerdo	1	3%
Ni de acuerdo ni en desacuerdo	2	7%
En desacuerdo	8	28%
Muy en desacuerdo	3	10%
TOTAL	29	100%

Nota: elaboración propia.

De 29 estudiantes encuestados que corresponde al 100%, 15 estudiantes que corresponden al 52% de encuestados están muy de acuerdo de que pierden fácilmente la

concentración al realizar tareas, así mismo 1 estudiante que corresponde al 3% de encuestados está de acuerdo de que pierde fácilmente la concentración al realizar tareas.

Por otro lado 2 estudiantes que corresponden al 7% de encuestados no están ni de acuerdo ni en desacuerdo sobre perder fácilmente la concentración al realizar tareas.

Y desde otro punto de vista, 8 estudiantes que corresponden al 28 % están en desacuerdo de que pierden fácilmente la concentración al realizar tareas, al igual que 3 estudiantes que corresponden al 10% están en muy desacuerdo de que pierden fácilmente la concentración al realizar tareas. Con estos datos se puede demostrar que la mayoría de los estudiantes pierden fácilmente la concentración al realizar tareas

Tabla XVIII

Dificultad en materias teóricas

Respuestas	Frecuencia	%
Muy de acuerdo	7	24%
De acuerdo	3	10%
Ni de acuerdo ni en desacuerdo	6	21%
En desacuerdo	13	45%
Muy en desacuerdo	0	0%
TOTAL	29	100%

Nota: elaboración propia

De 29 estudiantes encuestados que corresponde al 100%, 7 estudiantes que corresponden al 24 % de encuestados están muy de acuerdo sobre que se les dificulta las

materias teóricas, así mismo 3 estudiantes que corresponden al 10% de encuestados están de acuerdo sobre que se les dificulta las materias teóricas.

Por otro lado 6 estudiantes que corresponden al 21% de encuestados no están ni de acuerdo ni en desacuerdo sobre que se les dificulta las materias teóricas.

Y desde otro punto de vista, 13 estudiantes que corresponden al 45 % están en desacuerdo sobre que se les dificulta las materias teóricas. Con estos datos se puede demostrar que la mayoría de los estudiantes se les dificulta las materias teóricas.

Tabla XIX

Retención de información visual.

Respuestas	Frecuencia	%
Muy de acuerdo	14	48%
De acuerdo	8	28%
Ni de acuerdo ni en desacuerdo	0	0%
En desacuerdo	5	17%
Muy en desacuerdo	2	7%
TOTAL	29	100%

Nota: elaboración propia

De 29 estudiantes encuestados que corresponde al 100%, 14 estudiantes que corresponden al 48% de encuestados están muy de acuerdo en que retienen mayor información por medios visuales. Así mismo 8 estudiantes que corresponden al 28% de encuestados están de acuerdo en que retienen mayor información por medios visuales.

Por otro lado ningún estudiante que de los encuestados colocó la opción de “Ni de acuerdo ni en desacuerdo”.

Y desde otro punto de vista, 5 estudiantes que corresponden al 17 % están en desacuerdo sobre que retienen mayor información por medios visuales, al igual que 2 estudiantes que corresponden al 17% están en muy desacuerdo sobre que retienen mayor información por medios visuales. Con estos datos se puede demostrar que la mayoría de los estudiantes retienen mayor información por medios visuales.

Tabla XX

Motivación para mantener la atención.

Respuestas	Frecuencia	%
Muy de acuerdo	14	48%
De acuerdo	4	14%
Ni de acuerdo ni en desacuerdo	3	10%
En desacuerdo	8	28%
Muy en desacuerdo	0	0%
TOTAL	29	100%

Nota: elaboración propia

De 29 estudiantes encuestados que corresponde al 100%, 14 estudiantes que corresponden al 48% de encuestados están muy de acuerdo sobre que necesitan motivación para mantener la atención en clases, así mismo 4 estudiantes que corresponden al 14% de encuestados están de acuerdo sobre que necesitan motivación para mantener la atención en clases.

Por otro lado 3 estudiantes que corresponden al 10% de encuestados no están ni de acuerdo ni en desacuerdo sobre necesitar motivación para mantener la atención en clases.

Y desde otro punto de vista, 8 estudiantes que corresponden al 28 % están en desacuerdo sobre que necesitan motivación para mantener la atención en clases. Con estos datos se puede demostrar que la mayoría de los estudiantes necesitan motivación para mantener la atención en clases.

Anexo 4 Interpretación de Resultados TMMS-24

Tabulación y análisis de los datos obtenidos del cuestionario TMMS-24 para medir la inteligencia emocional aplicada a los estudiantes de quinto bachillerato en computación.

El TMMS – 24 aporta puntuaciones sobre tres factores, denominados:

Atención a las emociones: La atención emocional se refiere a la conciencia sobre las propias emociones y la capacidad para reconocer los sentimientos propios.

Claridad emocional: Se refiere a la facultad para conocer y comprender las emociones, sabiendo distinguir entre ellas, entendiendo cómo evolucionan e integrándolas al pensamiento.

Reparación emocional: Se refiere a la capacidad de regular y controlar las emociones positivas y negativas.

Tabla XXI

Tabla de puntuaciones TMMS-24

Factor	Puntuaciones	Puntuaciones
	Hombres	Mujeres
Atención	Debe mejorar la atención: Presta poca atención < 21	Debe mejorar la atención: Presta poca atención < 24
	Adecuada atención 22 a 32	Adecuada atención 25 a 35
	Debe mejorar la atención: presta demasiada atención >33	Debe mejorar la atención: presta demasiada atención >36

Claridad	Debe mejorar la comprensión < 25	Debe mejorar la comprensión < 23
	Adecuada comprensión 26 a 35	Adecuada comprensión 24 a 34
	Excelente comprensión >36	Excelente comprensión >35
Reparación	Debe mejorar la regulación < 23	Debe mejorar la regulación < 23
	Adecuada regulación 24 a 35	Adecuada regulación 24 a 34
	Excelente regulación >36	Excelente regulación >35

Nota: elaboración propia.

Tabla XXII

Resultados del TMMS-24 mujeres

Atención		
Puntuaciones	Frecuencia	Porcentaje
< 24	1	14%
25 a 35	6	86%
>36	0	0%
Total	7	100%
Claridad		
Puntuaciones	Frecuencia	Porcentaje
< 23	3	43%

24 a 34	4	57%
>35	0	0%
Total	7	100%
Reparación		
Puntuaciones	Frecuencia	Porcentaje
< 23	2	29%
24 a 34	3	42%
>35	2	29%
Total	7	100%

Nota: elaboración propia

Una vez analizadas las escalas del TMMS-24 dirigidas a las 7 estudiantes que corresponden al 100%, se puede notar que en el factor de atención emocional 6 estudiantes que representan el 86 % poseen una adecuada o equilibrada atención hacia sus propias emociones, sin embargo una estudiante que equivale al 14% debe mejorar su atención y concentración.

En el factor de claridad emocional 4 estudiantes que representan el 57% poseen una adecuada o equilibrada comprensión emocional, mientras que 3 estudiantes que representan el 43% deben mejorar la comprensión hacia sus emociones.

En el factor de reparación emocional 3 estudiantes que representan el 42% poseen una adecuada o equilibrada regulación emocional, otras 2 estudiantes que representan el 29% deben mejorar su regulación emocional; y las últimas 2 estudiantes que también representan un 29% poseen una excelente regulación emocional.

Tabla XXIII

Resultados del TMMS-24 hombres

Atención		
Puntuaciones	Frecuencia	Porcentaje
< 21	9	41%
22 a 32	13	59%
>33	0	0%
Total	22	100%

Claridad		
Puntuaciones	Frecuencia	Porcentaje
< 25	17	77%
26 a 35	5	23%
>36	0	0%
Total	22	100%

Reparación		
Puntuaciones	Frecuencia	Porcentaje
< 23	7	32%
24 a 35	13	59%
>36	2	9%
Total	22	100%

Nota: elaboración propia

Una vez analizadas las escalas del TMMS-24 dirigidas a 22 estudiantes que corresponden al 100%, se puede notar que en el factor de atención emocional 13 estudiantes que

representan el 59% tienen una adecuada o equilibrada atención hacia sus propias emociones, sin embargo 9 estudiantes que representan el 41% deben mejorar su atención y concentración.

En el factor de claridad emocional 17 estudiantes que representan el 77 % poseen una adecuada o equilibrada comprensión emocional, mientras que 5 estudiantes que representan el 23% deben mejorar la comprensión hacia sus emociones.

En el factor de reparación emocional 13 estudiantes que representan el 59% poseen una adecuada o equilibrada regulación emocional, mientras que 7 estudiantes que representan el 32% deben mejorar su regulación emocional; y los solo 2 estudiantes que representan un 9% poseen una excelente regulación emocional.

