

Rúbrica de Observación para Evaluar Inteligencia Emocional en Psicología

Rúbrica de Observación | Ciencias Sociales y Humanas | Psicología | 4 niveles

Descripción

Esta rúbrica está diseñada para evaluar en tiempo real las habilidades y comportamientos relacionados con la inteligencia emocional en estudiantes universitarios, poniendo énfasis en la autogestión emocional durante el análisis y presentación de un estudio de caso. Se consideran aspectos clave como la consciencia emocional, autorregulación, resiliencia, comunicación y la integración de principios de diversidad, equidad e inclusión (DEI) en el contexto universitario.

Rúbrica

Rúbrica de Observación para Evaluar Inteligencia Emocional en Psicología

Esta rúbrica está diseñada para evaluar en tiempo real las habilidades y comportamientos relacionados con la inteligencia emocional en estudiantes universitarios, poniendo énfasis en la autogestión emocional durante el análisis y presentación de un estudio de caso. Se consideran aspectos clave como la consciencia emocional, autorregulación, resiliencia, comunicación y la integración de principios de diversidad, equidad e inclusión (DEI) en el contexto universitario.

Criterios de Evaluación	1 Muy Pobre	2 Pobre	3 Aceptable	4 Bueno	5 Excelente
Consciencia Emocional y Autoconocimiento Identifica y expresa adecuadamente sus emociones y reconoce sus fortalezas y áreas de mejora.	No reconoce ni expresa sus emociones, muestra desconocimiento sobre sí mismo.	Reconoce emociones básicas pero con confusión o imprecisión sobre sí mismo.	Reconoce emociones propias y algunas fortalezas y debilidades.	Identifica claramente sus emociones y tiene un buen conocimiento de su autoconcepto y autoestima.	Demuestra un profundo autoconocimiento, expresión emocional clara y coherente con alta autoestima y automotivación.

Criterios de Evaluación	1 Muy Pobre	2 Pobre	3 Aceptable	4 Bueno	5 Excelente
Estrategias de Autorregulación Emocional y Manejo del Estrés Aplica técnicas efectivas para controlar impulsos y manejar situaciones estresantes.	No utiliza estrategias de regulación y se deja dominar por el estrés.	Intentos limitados y poco efectivos para controlar emociones y estrés.	Aplica algunas técnicas básicas para autorregularse en momentos difíciles.	Usa estrategias adecuadas y mantiene la calma en la mayoría de las situaciones estresantes.	Demuestra control emocional excelente y manejo efectivo del estrés con múltiples estrategias adaptadas al contexto.
Resiliencia Capacidad para recuperarse y aprender de situaciones adversas dentro del estudio de caso y su experiencia universitaria.	Se muestra incapaz de superar dificultades o aprender de ellas.	Tiene dificultades para recuperarse y muestra baja adaptación.	Muestra cierta recuperación y aprendizaje tras dificultades.	Se adapta bien y aprende activamente de las adversidades.	Ejemplifica una resiliencia sobresaliente, transformando las dificultades en oportunidades de crecimiento.
Escucha Activa y Empatía Demuestra atención plena y comprensión hacia las emociones y perspectivas de otros.	No presta atención ni muestra interés por las ideas o emociones de otros.	Escucha superficialmente y muestra poca empatía.	Escucha y muestra empatía en situaciones limitadas.	Practica escucha activa y empatía en la mayoría de interacciones.	Escucha atentamente y responde con profunda empatía, validando emociones y perspectivas diversas.
Habilidades de Comunicación Expresa ideas y emociones con claridad, respeto y adecuación al contexto universitario.	Comunicación confusa, irrespetuosa o inapropiada al contexto.	Comunicación limitada o con fallas frecuentes en claridad o respeto.	Comunica ideas y emociones de forma comprensible pero con áreas de mejora.	Se comunica con claridad, respeto y adecuada adaptación a la audiencia.	Comunica eficazmente con gran claridad, respeto e impacto positivo, fomentando un ambiente inclusivo.

Criterios de Evaluación	1 Muy Pobre	2 Pobre	3 Aceptable	4 Bueno	5 Excelente
Toma de Decisiones y Gestión del Cambio Evalúa opciones y adapta conductas ante cambios o incertidumbre en el estudio de caso y vida universitaria.	No evalúa alternativas ni se adapta ante cambios.	Toma decisiones impulsivas y muestra resistencia al cambio.	Toma decisiones con análisis básico y cierta adaptación.	Evalúa opciones y se adapta adecuadamente a cambios.	Toma decisiones reflexivas y estratégicas, gestionando el cambio con flexibilidad y proactividad.
Integración de Diversidad, Equidad e Inclusión (DEI) Incorpora y respeta la diversidad cultural, social y emocional en su análisis y actuación.	No considera ni respeta aspectos de diversidad, equidad e inclusión.	Muestra comprensión limitada y respeto inconsistente hacia DEI.	Reconoce y respeta diversidad y equidad en contextos específicos.	Integra activamente principios de DEI en su conducta y análisis.	Promueve y defiende con convicción un entorno inclusivo, equitativo y respetuoso de la diversidad en todas sus acciones.
Aplicación e Integración en la Vida Universitaria Demuestra cómo la inteligencia emocional guía su autogestión y desempeño académico y social.	No aplica ni integra habilidades emocionales en su vida universitaria.	Aplica habilidades emocionales de forma limitada y poco consistente.	Integra algunas habilidades emocionales en su vida académica y social.	Aplica y adapta inteligencia emocional de manera efectiva en diversos ámbitos universitarios.	Integra con maestría la inteligencia emocional como base para su autogestión, liderazgo y éxito integral en la universidad.