



UNIVERSIDAD DE CUENCA

RESUMEN

El trabajo realizado aborda un tema muy interesante para nuestro estudio como son las habilidades socioemocionales en los adolescentes las mismas que constituyen un aspecto fundamental e indispensable, puesto que a través de ellas podemos relacionarnos e interactuar con el resto de personas; las emociones en los adolescentes no son aprendidas, si no que forman parte de las características de cada individuo. En el segundo capítulo trataremos sobre la educación socioemocional, para que esta se inicie se debe establecer un ambiente educativo favorable ya que este es un factor importante en el desempeño académico de los estudiantes; pues a través de ello se crea autonomía personal, confianza, socialización liderazgo, convirtiendo el aula en el ambiente propicio para el aprendizaje. Finalmente concluiremos con una propuesta para el desarrollo socioemocional de los adolescentes, con el fin de que el mismo aporte con técnicas, estrategias y dinámicas para la socialización e interacción dentro y fuera de las aulas de clase

Palabras claves: Habilidades socioemocionales, adolescentes, emociones, educación socioemocional, autonomía personal, confianza, socialización, liderazgo, técnicas, estrategias, dinámicas, interacción.



UNIVERSIDAD DE CUENCA

ABSTRACT

Our investigation is about skill socio-emotional in young people specially teenagers, these ones are an important and fundamental aspect, because with them we can get relations and interact with the rest of the people. The emotions in teenagers are not learned, instead they are individual characteristics. In the second chapter you can see about the socio-emotional education, the first step is to create an adequate environment, this is an important fact for the student development, through of this the student socialization, making the classroom in the best environment to get a good learning. Finally we give a purpose for the adequate socio-emotional development in teenagers with some techniques and strategies for the socialization in classrooms.

Keywords: socio-emotional skills, adolescents, emotions, social and emotional education, personal autonomy, confidence, socialization, leadership, techniques, strategies, dynamic interaction.



UNIVERSIDAD DE CUENCA

INDICE

DEDICATORIA	10
AGRADECIMIENTO	11
RESUMEN	1
ABSTRACT.....	2
INDICE	¡ERROR! MARCADOR NO DEFINIDO.
1 LAS HABILIDADES SOCIALES Y EMOCIONALES	13
1.1 HABILIDADES SOCIALES	13
1.2 LA CONDUCTA PASIVA	14
1.3 LA CONDUCTA AGRESIVA	15
1.4 LA CONDUCTA ASERTIVA.....	15
1.5 HABILIDADES SOCIALES Y CURRÍCULUM EDUCATIVO.....	16
1.6 LAS EMOCIONES	18
1.7 ELEMENTOS DE LA EMOCIÓN:.....	18
1.8 INTELIGENCIA EMOCIONAL	18
1.9 AUTOCONCEPTO Y AUTOESTIMA	19
1.10 APRENDIZAJE POR EXPERIENCIA DIRECTA.....	20
1.11 APRENDIZAJE POR OBSERVACIÓN.....	21
1.12 APRENDIZAJE VERBAL	21
1.13 APRENDIZAJE POR FEEDBACK INTERPERSONAL.....	21
1.14 TIPO DE EMOCIONES	21
1.15 LAS EMOCIONES PRIMARIAS	23
1.16 LAS EMOCIONES SECUNDARIAS	25
1.17 LAS EMOCIONES SOCIALES	27
1.18 EL AFECTO EN EL ADOLESCENTE	29



UNIVERSIDAD DE CUENCA

2 LA EDUCACIÓN SOCIO-EMOCIONAL	32
2.1 CARACTERÍSTICAS DE LA EDUCACIÓN EMOCIONAL.....	36
2.2 FACTORES QUE PROVOCAN EL AUMENTO DE LA EMOTIVIDAD....	38
2.3 LAS EMOCIONES EN LA ADOLESCENCIA	38
2.4 CARACTERÍSTICAS EMOCIONALES DE LOS ADOLESCENTES.....	39
3 SUGERENCIAS PARA DESARROLLAR HABILIDADES SOCIOEMOCIONALES EN LA ADOLESCENCIA.....	40
3.1 PROPÓSITO	40
3.2 PROPUESTA PARA DESARROLLAR LAS HABILIDADES SOCIOEMOCIONALES EN LA EDUCACIÓN DE LOS ADOLESCENTES. ...	41
3.3 AMBIENTACION:	43
3.4 HABILIDADES SOCIALES NO VERBALES	44
3.5 ACEPTACIÓN DE NORMAS	53
3.6 HABILIDADES BÁSICAS DE INTERACCIÓN SOCIAL.....	55
3.7 BUSQUEDA DE SOLUCIONES DE POSIBLES CONFLICTOS	59
3.8 HABILIDADES PARA HACER AMISTADES.....	60
3.9 CONVIVENCIA Y RESPETO A LOS DEMÁS HONESTIDAD	63
3.10 AUTOESTIMA, SENTIMIENTOS Y VALORACIONES POSITIVAS ...	65
CONCLUSIONES	68
RECOMENDACIONES	69
REFERENCIAS CONSULTADAS	70
ANEXOS	71



UNIVERSIDAD DE CUENCA



UNIVERSIDAD DE CUENCA

Fundada en 1867

Yo, Mercedes Maribel Chamba Zhumi, reconozco y acepto el derecho de la Universidad de Cuenca, en base al Art. 5 literal c) de su Reglamento de Propiedad Intelectual, de publicar este trabajo por cualquier medio conocido o por conocer, al ser este requisito para la obtención de mi título de Psicología Educativa en la especialización en Orientación Profesional. El uso que la Universidad de Cuenca hiciere de este trabajo, no implicará afección alguna de mis derechos morales o patrimoniales como autor.

Mercedes Maribel Chamba Zhumi
010470930-8

Cuenca Patrimonio Cultural de la Humanidad. Resolución de la UNESCO del 1 de diciembre de 1999

Av. 12 de Abril, Ciudadela Universitaria, Teléfono: 405 1000, Ext.: 1311, 1312, 1316

e-mail cdjbv@ucuenca.edu.ec casilla No. 1103

Cuenca - Ecuador



UNIVERSIDAD DE CUENCA



UNIVERSIDAD DE CUENCA
Fundada en 1867

Yo, Mercedes Maribel Chamba Zhumi, certifico que todas las ideas, opiniones y contenidos expuestos en la presente investigación son de exclusiva responsabilidad de su autor/a.

Mercedes Maribel Chamba Zhumi
010470930-8

Cuenca Patrimonio Cultural de la Humanidad. Resolución de la UNESCO del 1 de diciembre de 1999

Av. 12 de Abril, Ciudadela Universitaria, Teléfono: 405 1000, Ext.: 1311, 1312, 1316

e-mail cdjby@ucuenca.edu.ec casilla No. 1103

Cuenca - Ecuador

MARIBEL CHAMBA Z.
WASHINTONG MEJÍA A.



UNIVERSIDAD DE CUENCA



UNIVERSIDAD DE CUENCA
Fundada en 1867

Yo, Washington Rodrigo Mejía Alvarado, reconozco y acepto el derecho de la Universidad de Cuenca, en base al Art. 5 literal c) de su Reglamento de Propiedad Intelectual, de publicar este trabajo por cualquier medio conocido o por conocer, al ser este requisito para la obtención de mi título de Psicología Educativa en la especialización en Orientación Profesional. El uso que la Universidad de Cuenca hiciere de este trabajo, no implicará afección alguna de mis derechos morales o patrimoniales como autor.

Washington Rodrigo Mejía Alvarado
010450517-7

Cuenca Patrimonio Cultural de la Humanidad. Resolución de la UNESCO del 1 de diciembre de 1999

Av. 12 de Abril, Ciudadela Universitaria, Teléfono: 405 1000, Ext.: 1311, 1312, 1316

e-mail cdjbv@ucuenca.edu.ec casilla No. 1103

Cuenca - Ecuador

MARIBEL CHAMBA Z.
WASHINTONG MEJÍA A.



UNIVERSIDAD DE CUENCA



UNIVERSIDAD DE CUENCA

Fundada en 1867

Yo, Washington Rodrigo Mejía Alvarado, certifico que todas las ideas, opiniones y contenidos expuestos en la presente investigación son de exclusiva responsabilidad de su autor/a.


Washington Rodrigo Mejía Alvarado
010450517-7

Cuenca Patrimonio Cultural de la Humanidad. Resolución de la UNESCO del 1 de diciembre de 1999

Av. 12 de Abril, Ciudadela Universitaria, Teléfono: 405 1000, Ext.: 1311, 1312, 1316

e-mail cdjbv@ucuenca.edu.ec casilla No. 1103

Cuenca - Ecuador

MARIBEL CHAMBA Z.
WASHINTONG MEJÍA A.



UNIVERSIDAD DE CUENCA

UNIVERSIDAD DE CUENCA



FACULTAD DE PSICOLOGÍA

Monografía previa a la obtención del título de Licenciados en Psicología Educativa en la especialización en Orientación Profesional.

TEMA:

“LA EDUCACIÓN SOCIO-EMOCIONAL EN ADOLESCENTES”

AUTORES:

Mercedes Maribel Chamba Zhumi

Washington Rodrigo Mejía Alvarado

DIRECTOR:

Dr. José Montalvo Bernal

Cuenca - Ecuador

2012



UNIVERSIDAD DE CUENCA

DEDICATORIA

Este trabajo dedico a Dios por otorgarme del don de la sabiduría y perseverancia para poder cumplir con una de mis metas trazadas, a mi familia en especial a mis padres, Vicente Chamba Mejía y María Zhumi Pugo quienes han sido mi fortaleza y apoyo desde que inicié mi vida estudiantil y a todas las personas que forman parte de mi vida que de una u otra manera son parte fundamental de mis triunfos.

Maribel Chamba Zhumi

Dedico a mi querida esposa, quien ha sido mi apoyo en momentos difíciles, mi guía y mi luz para encontrar la solución a los mismos; mi amiga, compañera y madre del mejor regalo que Dios y la vida me obsequió mi hija Samantha y a mis padres quienes con sus acertados consejos me guiaron hacia el camino correcto.

Washington Mejía Alvarado



UNIVERSIDAD DE CUENCA

AGRADECIMIENTO

Un agradecimiento especial al Dr. José Montalvo Bernal tutor de nuestra monografía quien ha sido nuestra guía y compañero impartiendo sus conocimientos y orientándonos en cada uno de los contenidos del trabajo realizado, y a mis padres por fomentar en mí la perseverancia que como frutos se evidencia el cumplimiento de las metas trazadas y éxitos obtenidos.

“Señor, mi alegría y mi fuerza es a Ti a quien las debo, de nada me servirían si yo me las atribuyera ”

Maribel Chamba Zhumi.

En primer lugar quiero dar gracias a Dios por haberme guiado en este largo camino y avanzar hasta el lugar en el que ahora me encuentro. En segundo lugar quiero agradecer a mis padres, quienes fueron mi apoyo, mi guía para llegar a cumplir esta tan anhelada meta. A mi esposa quién con su paciencia y amor supo soportarme y enseñarme que las cosas requieren esfuerzo para alcanzarlas. Finalmente un agradecimiento profundo al Doctor José Montalvo Bernal ya que gracias a su ayuda he logrado culminar una de las más importantes etapas de mi vida.

Washington Mejía Alvarado



UNIVERSIDAD DE CUENCA

INTRODUCCIÓN

Tomando en cuenta que la adolescencia es una etapa que genera cambios significativos en la conducta de las personas, la forma de aprender también cambia; la información se organiza y se procesa de otra manera, nos hemos centrado en las habilidades socioemocionales de los adolescentes.

Las relaciones sociales y emocionales en la adolescencia representan un factor importante, puesto que de ellas depende como se desenvuelve dentro de su contexto.

El desarrollo social y emocional en el adolescente se caracteriza por una serie de nuevos factores en la conducta ya que existen jóvenes que tienen dificultades para entablar o mantener relaciones. Son muy tímidos, les cuesta iniciar conversaciones, integrarse en grupos, enseguida que algo no sale como les gustaría se sienten mal y prefieren retirarse, debido a que sus padres son los que resuelven todos sus problemas, negándoles la posibilidad de que sean ellos quienes puedan experimentar y tomar decisiones por sí solos.

La consecuencia es el no aprendizaje de habilidades sociales para la solución de problemas, algo necesario para las relaciones personales o la socialización entre pares. Este aprendizaje es fundamental en la adolescencia, para la vida de adulto, tanto en el área familiar como laboral. Esto les lleva a estos adolescentes a tener habitualmente malas experiencias en relación con el mantenimiento de amistades.

Es por ello que hemos decidido investigar la importancia que tiene las habilidades socioemocionales en los adolescentes; así también como las características de las mismas, para que los resultados expuestos en esta investigación proporcionen elementos teóricos y técnicos para el desarrollo de las mismas.



UNIVERSIDAD DE CUENCA

CAPÍTULO I

1 LAS HABILIDADES SOCIALES Y EMOCIONALES

1.1 HABILIDADES SOCIALES

Las habilidades Sociales son conductas necesarias para socializar e interactuar con los demás ya sea de forma afectiva y satisfactoria ya que son capacidades y destrezas necesarias para realizar competentemente una tarea interpersonal.

Cuando hablamos de habilidad nos referimos a un conjunto de conductas aprendidas; en nuestra diario vivir por ejemplo: es una habilidad responder a un saludo, decir que no, manejar un problema con una amiga, enfatizar o ponerse en el lugar de otra persona, hacer preguntas, expresar tristeza,, decir cosas agradables y positivas a los demás.

Al referirnos a las habilidades sociales analizamos aspectos concretos de la relación interpersonal ya que a veces aparecen proyectos de investigación, publicaciones, y trabajos donde se incluye desde aseo personal hasta toma de decisiones.

Según Gresham (1986) citado por María Inés Monjas Casares, Balbina de la Paz González Moreno, existen tres tipos de definiciones de las habilidades sociales que son:

De aceptación de los iguales.- En estas definiciones se usan índices de aceptación de los iguales o popularidad. Se consideran adolescentes socialmente hábiles los que son aceptados o populares en el colegio o en la comunidad.



UNIVERSIDAD DE CUENCA

Conductual.- Las habilidades sociales son aquellos comportamientos específicos de la situación que aumenta la probabilidad de mantener el reforzamiento o de crecer la probabilidad de castigo o extinción sobre el comportamiento social propio.

Asertividad- Es la conducta interpersonal que implica la expresión directa de los propios sentimientos y la defensa de los propios derechos personales sin negar los derechos de los otros.

La asertividad es una conducta interpersonal que puede actuar de tres maneras distintas las que enumeraremos a continuación:

1.2 LA CONDUCTA PASIVA

Es un estilo de evasión, implica la violación de los propios derechos al no ser capaz de expresar honestamente sentimientos, pensamientos y opiniones; permitiendo a los demás que violen nuestros sentimientos o expresando los pensamientos y sentimientos propios de una manera auto derrotista con disculpas y falta de confianza, de tal modo que los demás puedan fácilmente no hacer caso.

Las características de las personas pasivas son las que tienen sus derechos violados, son inhibidas, introvertidas, reservadas, no consiguen sus objetivos, se encuentran frustradas, infelices, permitiendo a los otros que piensen y elijan por ellos.

Las personas que no saben defender sus derechos con el fin de no deteriorar el afecto con las otras personas y tienen conductas de sometimiento, esperando que la otra persona capte sus necesidades, deseos y objetivos, estas son personas pasivas.



UNIVERSIDAD DE CUENCA

El objetivo de la conducta pasiva es apaciguar a los demás y evitar conflictos. El producto de la ansiedad es muy reforzante, por eso se mantiene la conducta inhibida.

1.3 LA CONDUCTA AGRESIVA

Cuando nos referimos a la conducta agresiva ésta es una forma de disputa, implicando la defensa de los derechos propios, la expresión de los pensamientos, sentimientos y opiniones de una manera tal que a menudo es indecente, normalmente inadecuada y siempre vulnera los derechos de la otra persona.

Las características de la persona agresiva viola los derechos de los otros, inmiscuyéndose en las elecciones de los demás, es beligerante, humilla, desprecia a los otros, es explosiva, hostil y autoritaria, en otras palabras es todo lo contrario de lo que pudimos ver de la persona pasiva.

La persona que resguarda sus derechos y opiniones de forma agresiva, autoritaria, imponiéndose sobre los otros, utilizando descalificativos, en definitiva haciendo que los demás se sientan mal, se hace desagradable y será rechazada por los demás.

1.4 LA CONDUCTA ASERTIVA

Esta conducta trata de los sentimientos, necesidades, derechos justificados u opiniones sin amenazar o castigar a los demás y sin violar los derechos de esas personas.

La persona asertiva escoge por ella misma, protege sus propios derechos y venera los derechos de los demás, consigue sus objetivos sin herir a los otros, es sensato socialmente y emocionalmente se siente conforme con ella misma y tiene seguridad en sí misma.



UNIVERSIDAD DE CUENCA

La esencia de la conducta asertiva no es conseguir lo que el sujeto quiere, sino participarlo de forma clara y directa.

La persona que defiende haciendo valer sus derechos asertivamente, se valora a sí mismo, hace que los demás le valoren, le tengan en cuenta y le respeten sus deseos, gustos y opiniones.

1.5 HABILIDADES SOCIALES Y CURRÍCULUM EDUCATIVO

Durante la etapa educativa los objetivos generales están formulados en expresiones de capacidades frecuentes y contemplan todos los espacios del proceso, uno de los cuales es la relación interpersonal.

La técnica afectiva demanda tiempo y orden, el adolescente comienza a dominar el arte interpersonal con entereza e integridad; los otros ámbitos son intelectual, afectivo, equilibrio personal, motor y de inserción social.

Respetar y establecer relaciones con los iguales con los adultos que le rodean, descifrando y recibiendo los sentimientos de afecto de los demás, respondiendo a ellos de forma apropiada desarrollando actitudes de asistencia, ayuda, cooperación y solidaridad.

Instaurar relaciones estabilizadas y favorables con las personas de diferente edad, sexo, con las que interactúan utilizando normas y pautas de comportamiento que regulan las relaciones interpersonales en situaciones sociales conocidas como son el trabajo educativo, juego, discusión y debate, cooperación; rechazando todo tipo de discriminaciones personales es lo que conocemos como Educación Secundaria.

En los diferentes espacios curriculares en todas sus etapas encontramos algunos contenidos referidos al área interpersonal, su objetivo general es, el de participar



UNIVERSIDAD DE CUENCA

en actividades grupales con un comportamiento productivo, solidario y responsable; con valoración en aportaciones propias y ajenas en función de los objetivos comunes, respetando los principios básicos democráticos.

También se debe aprender a convivir para instruir a los alumnos la educación moral y cívica donde se examina aspectos como las normas de convivencia que tienen que ver con las relaciones interpersonales.

En la competencia social y las habilidades de interacción social ocurre que en la adolescencia en ciertas ocasiones no se trabaja ni se instruye de forma ágil, reflexionada y constante dentro del contexto educativo, limitando a los estudiantes en su aprendizaje.

Podemos decir también que la competencia social como emisora de los valores en la sociedad, todavía focaliza los aspectos intelectuales relacionadas con el éxito académico, relegando la enseñanza constante de conductas de prosperidad interpersonal y propia.

En la relación interpersonal determinadas conductas han sido relegadas y desconocidas ya que no se educan claramente o se dejan al juicio de cada educador, formando parte del currículum oculto, de los contenidos de instrucción no manifiestos que están establecidos por la filosofía de cada centro y específicamente de cada docente respectivamente.

Por lo que podemos decir que las habilidades de interacción social son un aspecto relegado y una asignatura pendiente en la respuesta psicoeducativa a los alumnos.



UNIVERSIDAD DE CUENCA

1.6 LAS EMOCIONES

Según Bisquerra (2000) dice que *“Las emociones son reacciones a las informaciones que recibimos de nuestras relaciones con el entorno”*.

En las valoraciones subjetivas intervienen nociones anteriores, afirmaciones y objetivos personales.

La emoción depende de lo que es importante para nosotros, ya que si la misma es muy intensa puede producir disfunciones intelectuales, trastornos emocionales como la fobia, estrés y la depresión.

1.7 ELEMENTOS DE LA EMOCIÓN:

Los elementos de la emoción son:

El entorno que reúne características para formar una emoción como son: alegría, tristeza, enfado.

El individuo antes que perciba este entorno, reaccionara ante la misma.

La experiencia emocional que siente la persona.

Reacciones somáticas como es el cambio de ritmo cardiaco, sudoración excesiva, desecación en la boca, entre otras.

Reanimaciones motoras como son las expresiones faciales de alegría, miedo, tono de la voz, sonrisa, llanto.etc.

1.8 INTELIGENCIA EMOCIONAL

La inteligencia emocional está compuesto de un conjunto de habilidades como son: autocontrol emocional, entusiasmo, perseverancia, capacidad de automotivarse, relaciones interpersonales, recibir y comprender los sentimientos de los demás, expresión emocional, autoconocimiento, sociabilidad , empatía ,



UNIVERSIDAD DE CUENCA

arte de escuchar, resolver conflictos, colaborar con los demás, control de los impulsos, diferir las gratificaciones, autorregular nuestros estados de ánimo, manejo de ansiedad y optimismo entre otros.

Todas estas habilidades pueden instruirse y se plantea la necesidad de llevar a cabo una enseñanza, una alfabetización emocional que facilite personas competentes y capaces de controlar sus emociones.

Según Gardner (1995) citado por María Inés Monjas Casares, Balbina de la Paz González Moreno dice que *“la inteligencia es la capacidad de comprender a los demás”* y que subdivide en cuatro habilidades diferentes:

- 1.- Liderazgo
- 2.- Aptitud de establecer relaciones y mantener amistades
- 3.- Capacidad de Solucionar conflictos
- 4.- Habilidad para el análisis social.

En lo que pudimos considerar hay muchos puntos en común entre las habilidades sociales y los componentes contenidos dentro del constructo de la inteligencia emocional.

1.9 AUTOCONCEPTO Y AUTOESTIMA

El autoconcepto es el conjunto de conocimientos que la persona tiene de sí mismo como: características, atributos, cualidades, diferencias, capacidades, límites, valores y relaciones que el sujeto conoce como representativos de sí y que percibe como referencias de su identidad.

Por lo que podemos decir que la autoestima es la valoración que hace el individuo de sí mismo y que tiende a conservarse; expone una forma de aprobación o



UNIVERSIDAD DE CUENCA

repercusión y hasta que punto la persona se considera preparado, significativo, triunfante y meritorio.

Cuando hablamos de desarrollo social se hace referencia a que la persona ha adquirido una serie de destrezas comportamentales, como las relacionadas con autonomía y liberación personal que tiene que ver con la capacidad de relación interpersonal.

Las personas somos seres sociales que resolvemos las necesidades básicas interactuando con los demás. Entre sus necesidades está la de construir lazos afectivos y sociales para sentirse psicológicamente seguro, acompañado en lugar de vacío, solo y abandonado.

La manifestación a situaciones sociales nuevas y variadas, facilita la adquisición de habilidades sociales y desecha los temores sociales formales; al contrario, padres inhibidores y tímidos o poco tratables, evaden exponerse a sí mismos y a sus hijos a situaciones sociales, de esta manera los adolescentes aprenden recopilaciones de habilidades sociales escasas, aprenden respuestas de inhibición y de evitación.

Los compañeros de aula se convierten en representaciones significativas de interacción, al igual que los docentes y educadores en general.

La competencia social se desarrolla y aprende a lo largo del proceso de socialización; la interacción con otras personas es facilitada principalmente por los siguientes mecanismos:

1.10 APRENDIZAJE POR EXPERIENCIA DIRECTA

Una conducta tenderá a frecuentarse e ingresará con el tiempo a formar parte de las conductas de la persona.



UNIVERSIDAD DE CUENCA

1.11 APRENDIZAJE POR OBSERVACIÓN

La teoría de aprendizaje social defiende que muchos comportamientos se aprenden por observación de otras personas.

Los modelos que los adolescentes se ven expuestos son muy variados a lo largo del desarrollo como lo son hermanos, primos, padres, educadores y los modelos simbólicos como la televisión.

1.12 APRENDIZAJE VERBAL

La persona aprende a través de lo que se dice, es una forma no directa de aprendizaje.

1.13 APRENDIZAJE POR FEEDBACK INTERPERSONAL

Es la explicación por parte de los interactores y los observadores de cómo ha sido nuestro procedimiento, la otra persona nos comunica su reacción ante nuestra conducta.

1.14 TIPO DE EMOCIONES

Partiendo desde el punto de vista de que las emociones de que según Goleman (2001) dice que *“la verdad que en este terreno no hay respuestas claras y el debate científico sobre la clasificación de las emociones aún se hallan sobre el tapete”*, existen ciertas clasificaciones que son las más adoptadas que es la de distinguir entre las emociones básicas denominadas también como primarias, puras o elementales que son reconocidas por una expresión facial característica y emociones complejas o secundarias.

Las emociones en los adolescentes se reconocen mediante las características que están presentes en todas las culturas estas no son aprendidas si no que



UNIVERSIDAD DE CUENCA

forman parte de una persona los cuales se los puede evidenciar en los ciegos congénitos y también se puede utilizar palabras o conceptos diferentes para describir una determinada emoción como son:

- La alegría
- La aflicción o tristeza
- La ira
- El miedo
- La sorpresa y
- El asco

Las emociones primarias parecen poseer una alta carga genética en el sentido que presentan respuestas emocionales pre-organizadas que aunque son modeladas por el aprendizaje y las experiencias, están presentes en todas las culturas.

Las emociones secundarias proceden de las emociones primarias estas emociones se deben en gran medida al desarrollo individual y sus respuestas contrastan ampliamente de unas personas hacia las otras.

Las emociones negativas se ven involucrados los sentimientos desagradables, la valorización de ciertas situaciones como dañina y la movilización de muchos recursos para su afrontamiento como es el miedo, la ira, la tristeza y el asco.

Las emociones positivas se encuentran implicados los sentimientos agradables, valoración de las situaciones en beneficio, tiene una duración temporal muy corta y movilizan escasos recursos para su afrontamiento como es la felicidad.

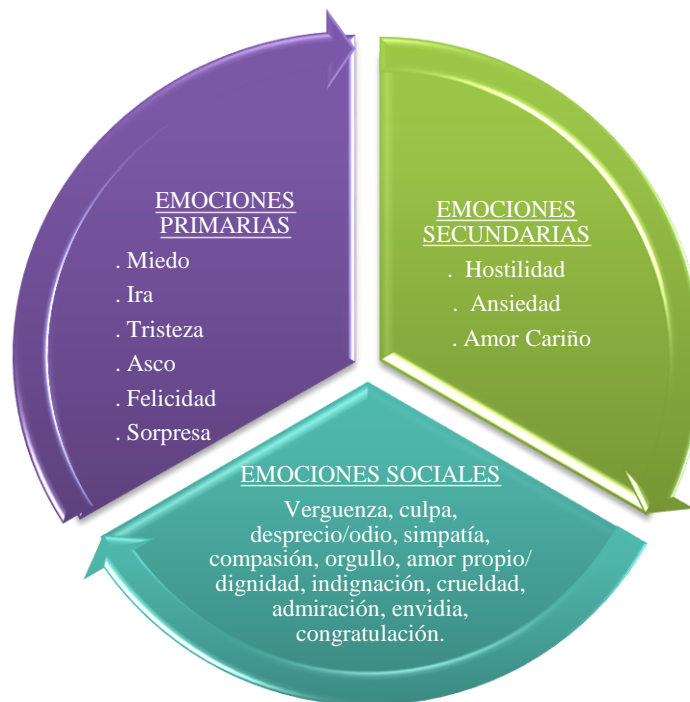
Las emociones neutras son aquellas en las que no se origina reacción alguna ni agradables o desagradables estas emociones no se las pueden considerar como



UNIVERSIDAD DE CUENCA

positivas ni negativas pues su propósito es de proveer la aparición de subsecuentes estados emocionales como es la sorpresa.

Mediante los aportes realizados por Marina y López (1996), Fernández-Abascal, Martín y Domínguez (2001), Greenberg (2000) citado por Mireya Vivas, Domingo Gallegos y Belkis González se puede considerar la descripción de algunas emociones como lo presentaremos en el siguiente gráfico:



1.15 LAS EMOCIONES PRIMARIAS

EL MIEDO

Esta emoción es un indicio emocional la cual advierte un posible deterioro físico o psicológico lo cual induce al ser humano inseguridad respecto a su propio potencial para manejar ciertas situaciones de amenaza que se presente.



UNIVERSIDAD DE CUENCA

IRA

Esta es una emoción primaria negativa la cual se disgrega de diferentes situaciones que son evaluadas como injustas o atentadas en contra de los valores morales y la libertad personal, que como finalidad en algunos casos se abordan conductas agresivas verbales o físicas, produciendo sentimientos de irritación, enojo, furia, rabia y una sensación de energía o impulsividad.

Partiendo desde una perspectiva evolutiva la ira moviliza la energía hacia la autodefensa.

TRISTEZA

Es producida mediante sucesos que no son placenteros presentándose mediante pesadumbre o melancolía la cual es producida por la frustración de un deseo que se quiere alcanzar, siendo éste un deseo imposible de lograr desencadenándose en la separación física o psicológica, la pérdida o el fracaso, y la decepción en ciertas situaciones que el ser humano a puesto esperanzas teniendo como efectos el desánimo, la melancolía, el desaliento y la pérdida de energía asociándose el pesimismo, remordimiento, rechazo, vergüenza, abandono, desánimo, infelicidad, desaliento y condolencia.

ASCO

Esta emoción es una reacción que se da por medio del desagrado que existe por ciertas situaciones de rechazo hacia cierto objeto deteriorado, acontecimiento psicológico o ciertos valores inmorales.



UNIVERSIDAD DE CUENCA

FELICIDAD

La felicidad es una de las emociones que facilita la empatía, contribuye al rendimiento cognitivo y lo más importante a la solución de problemas, la creatividad, el aprendizaje, la memorización teniendo como finalidad los éxitos y logros.

En la felicidad se asocian ciertos términos como: la jovialidad, contento, triunfo, dicha, alegría, júbilo, entusiasmo, alborozo, deleite, regocijo, buen humor y el gozo.

LA SORPRESA

Esta es una de las emociones más inmediatas, es provocado por una situación imprevista o extraña no anunciada.

Los acontecimientos cognitivos también provocan sorpresa, estas son provocadas por ciertas consecuencias o resultados inesperados, siendo un significado funcional que la sorpresa es preparar al individuo, de tal manera que pueda afrontar eficazmente los acontecimientos repentinos e inesperados con sus consecuencias asociándose en esta emoción el asombro, pasmo, estupefacción y extrañeza.

1.16 LAS EMOCIONES SECUNDARIAS

LA ANSIEDAD

Esta emoción está representada mediante un estado de agitación, inquietud y zozobra por lo que, es un conjunto de procesos adaptativos existiendo dos tipos de ansiedad:



UNIVERSIDAD DE CUENCA

1. **La ansiedad inespecífica** es la que no está asociada a estímulos determinados.
2. **La ansiedad específica** que hace referencia a un estímulo concreto que puede ser real o simbólico, se podría decir también que esta emoción es el componente patológico de los “Trastornos por ansiedad”.

La ansiedad también produce efectos subjetivos de tensión, nerviosismo, malestar, preocupación, aprensión e incluso puede llevar a sentimientos de pavor o pánico produciendo ciertas dificultades de concentración y atención.

LA HOSTILIDAD

Es una emoción secundaria negativa el cual conlleva a una actitud de resentimiento dando como resultado ciertas respuestas verbales o motoras implícitas.

Esta emoción es un sentimiento que se mantiene perdurablemente el cual se desencadena el resentimiento, la indignación, la actitud, la animosidad, por lo que se origina la violencia física y el sufrimiento que es producida por que percibimos en otras personas hacia nosotros o hacia personas con la que interactuamos como son: actitudes de irritabilidad, negativismo, resentimiento, recelo, o de sospecha.

EL AMOR/CARIÑO

Esta emoción hace relación al afecto que los seres humanos tenemos hacia otra persona, animal, cosa o idea, este puede implicar dos tipos de reacción que son:

1. El amor apasionado llamado también como “amor obsesivo” o “enamoramiento”.



UNIVERSIDAD DE CUENCA

2. El amor de compañero, llamado también amor verdadero que es el cariño o amor conyugal esta es una emoción menos intensa en el cual se alían sentimientos como el compromiso e intimidad, en esta emoción se relaciona el amor obsesivo o enamoramiento como una emoción intensa que se refiere a un estado de intenso anhelo por la unión con la otra persona.

Este tipo de emoción aporta en gran medida al bienestar general y psicológico de una persona, los efectos subjetivos del amor apasionado son sentimientos que están mezclados con otras expresiones emocionales intensas como: la alegría, celos, soledad, tristeza, miedo e ira, asociándose al amor los siguientes términos: atracción, añoranzas, deseos, ternura, pasión, cariño, compasión, capricho, simpatía, características de las emociones que son presentadas en las personas.

1.17 LAS EMOCIONES SOCIALES

VERGUENZA

Es una emoción negativa desencadenada en relación con el propio carácter.

CULPA

Esta emoción negativa se desencadena por una creencia sobre la acción del otro.

DESPRECIO/ODIO

Es una emoción negativa que se desencadena por creencias sobre el carácter de otros pues, induce el pensamiento que el otro es inferior y es malo.

SIMPATÍA

Esta es una emoción positiva que es provocada por la creencia sobre el carácter de otra persona.



UNIVERSIDAD DE CUENCA

COMPASIÓN

Es una emoción no favorable que es causada por la desgracia no merecida de alguien.

ORGULLO

Esta es una emoción positiva que es provocada por una creencia sobre la propia acción que se realice.

AMOR PROPIO/ DIGNIDAD

Es una emoción positiva que es provocada por una creencia sobre el propio carácter.

INDIGNACIÓN

Es una emoción negativa causada o provocada por el bien merecido de alguien.

ADMIRACIÓN

Es una emoción positiva provocada por una creencia sobre la propia acción ante un objeto, persona, lugar o situaciones vividas.

ENVIDIA

La envidia es una de las emociones negativas del ser humano, es causada por una a varias personas.

CONGRATULACIÓN

Es una emoción positiva que se caracteriza por la valoración que es realizado por otras personas a un sujeto en común.



UNIVERSIDAD DE CUENCA

1.18 EL AFECTO EN EL ADOLESCENTE

Enfatizando que la palabra afecto se deriva del latín *affectus* que se refiere a cualquiera de las pasiones del ánimo entre ellas ira, odio, y amor pero en el lenguaje común se usa para expresar cariño y amor.

Casi la mayor parte de los seres humanos nacen del fruto del amor y sobre todo con el afecto de la pareja quien los engendró.

Según Dulanto (2000) dice que *“El afecto se desarrolla en el ser humano a medida que pasa el tiempo con las diferentes situaciones vivenciadas por medio del ambiente social en el que se encuentra”*, es decir que los seres humanos no nacemos humanos si no que nos humanizamos convirtiéndonos humanos en el seno de nuestra familia, ambiente social e interrelaciones en el cual convivimos.

El afecto se constituye partiendo de la familia y de la primera socialización como persona en el vínculo con la madre, el cual moldeará el afecto en el adolescente, caracterizándose por la forma de entender, recibir, dar, expresar y vivir en afecto.

Uno de los factores de mayor importancia para que exista el afecto es la comunicación, con la finalidad de que se pueda transmitir el afecto para tener los efectos esperados en el desarrollo y la convivencia humana; la comunicación es la única forma que existe para lograr el vínculo voluntario, libre, consciente, porque se tiene el valor o no ante uno mismo y ante diferentes grupos humanos con los que se relacionan.

Al decir que la comunicación es uno de los factores más importantes del afecto por la interacción que se da entre las personas, para que se logre una buena comunicación se debe partir de que el adolescente debe haber sido desde su infancia motivado, instruido, formado y desarrollado en las capacidades primero de escucharse a sí mismo, es decir que exista una auto-comunicación con sus



UNIVERSIDAD DE CUENCA

padres y la sociedad con las que interactúa seguido de sus profesores durante su etapa académica.

El ejercicio del auto-conocimiento es obligatorio por que por medio de esto se pueden alcanzar los logros que se esperan como: cimentar su autoestima, escoger una vocación y lo más importante ir estableciendo una identidad propia.

Una de las cualidades del afecto es su dinamismo por lo que tiene manifestaciones múltiples e intenciones diversas que son representadas por medio de actitudes en los adolescentes capaces de exteriorizar y dar afecto.

Las familias que tienen el don de cultivar el afecto se distinguen evidencialmente de las otras familias que no poseen este don, estas familias se caracterizan porque en su hogar existe el diálogo, la confianza, la libertad, sobre todo la responsabilidad con las que todos los miembros asumen y trabajan mancomunadamente para el bienestar de la familia.

Por el contrario las familias que no fomentan en sus hijos o miembros de su hogar el afecto, son seres que presentan ausencia de libertad, confianza y personalidad de cada uno.

Se puede decir que el problema de la mayoría de las familias no es la falta de afecto sino es la carencia de comunicación que se da en los miembros de la familia, esto debe ser rescatado, rehabilitado por los padres de familia, por lo que juegan un papel muy importante para promover y sensibilizar el afecto a sus hijos con la finalidad de cuidar, preservando el afecto como una responsabilidad de todos los miembros del hogar.



UNIVERSIDAD DE CUENCA

Si hablamos de la forma de manifestar afecto en educación familiar se partiría de que existen diferentes maneras de demostrar afecto y en ellas pesa mucho la tradición familiar en la que interactúan.

El afecto es la parte más agradable que existe en la relación entre las familias, la sociedad y en especial con los adolescentes por las situaciones en las que empiezan a vivir por el mismo desarrollo en el que se encuentran como son: los primeros besos, los halagos, las caricias, los diferentes obsequios que son representaciones del afecto que tiene el uno del otro.

No se debe confundir el afecto con el pensamiento de consentir, mimar, sobreproteger, pues los padres de familia manifiestan la sobreprotección mediante argumentos de tipo sentimental para garantizar el apego de sus hijos, considerando a sus hijos como seres inmaduros, faltos de recursos, actuando como protectores a la vez que hacen valer su condición de expertos, estos padres generan en sus hijos dependencia, inseguridad y temor.

La comunicación entre padres e hijos, se constituye en un factor fundamental para que exista afecto entre ellos, porque este es el vehículo a través del cual se transmiten las normas que orientan a los adolescentes para que puedan exteriorizar sus afectos que pueden resolver posibles dificultades de convivencia.

La formación de la autoestima, la formación del autoconcepto, el nacimiento de la amistad en la pubertad, el noviazgo entre otros son factores que inciden en el afecto que se va creando en la etapa de la adolescencia.



UNIVERSIDAD DE CUENCA

CAPÍTULO II

2 LA EDUCACIÓN SOCIO-EMOCIONAL

Partamos desde el punto de vista de que el adolescente es un ser bio-psíquico-social el cual consecutivamente se va desarrollando hasta convertirse en una persona adulta, por lo que la adolescencia es una etapa que atraviesa por grandes cambios tanto biológicos como emocionales, siendo un proceso en el adolescente quien trata de abrir caminos en medio de la sociedad que se enfrenta.

Según el Bisquerra, (2000), *“Educación emocional y bienestar”*, dice que la educación socio-emocional *“Es un proceso educativo, continuo y permanente, que pretende potenciar el desarrollo emocional como complemento indispensable del desarrollo cognitivo, constituyendo los dos elementos esenciales del desarrollo de la personalidad integral”*.

Hoy en día debido al cambio y las condiciones que actualmente existen en la sociedad se requiere de mayor importancia y trabajo en lo que se hace referente a los logros de aprendizaje en la educación socio-emocional.

Se requiere generar un ambiente propicio para que la educación socio-emocional se inicie, para lo cual se debe establecer un buen ambiente educativo pues es un factor muy importante para el desempeño educativo en los estudiantes, este factor incide de tal manera que se ha creado en los mismos autonomía personal, confianza, socialización entre pares y poder de liderazgo haciendo del aula un lugar en donde se ve reflejado un ambiente educativo propicio para la enseñanza y aprendizaje, desencadenándose mayor confianza entre docentes y estudiantes con el objetivo de que se puedan consolidar ideas.



UNIVERSIDAD DE CUENCA

Es necesario desarrollar las competencias académicas y socio-emocionales personales de los estudiantes, con acciones articuladas entre docentes, personal directivo, padres de familia y orientador educativo.

En la práctica la orientación y tutoría educativa es un servicio de apoyo profesional, académicamente como asignatura actualmente integra, formando parte del cúmulo de factores que determinan la adecuada enseñanza de los contenidos.

Como en toda interrelación humana, sobre todo en el contexto educativo, se necesita de un ambiente armónico en el cual los estudiantes se desarrollen integralmente y siendo esta una finalidad del sistema académico, las emociones, las relaciones interpersonales e intrapersonales, la comunicación, la empatía, adquieren mayor relevancia.

En este contexto el interés por los aspectos socio-emocionales en las relaciones de los estudiantes con profesorado, se considera una necesidad el educar este aspecto como parte de enseñar a ser y a convivir (el manejo de situaciones, para la convivencia y la vida en sociedad), en la dinámica educativa.

Los profesores se encuentran día a día en la práctica educativa con problemas que no sólo tienen que ver con el aprendizaje de conocimientos, sino también con la desmotivación, actitudes violentas entre alumnos y hacia los mismos profesores, trastornos familiares, psicológicos, emocionales, lo que repercute en la dinámica del aula y actividades planeadas por el profesor en todo el contexto educativo.

Es en la vida diaria del contexto educativo donde los estudiantes y profesores establecen relaciones con sus acciones verbales y no verbales; es aquí donde se pone en juego la carga emocional de los actores educativos.



UNIVERSIDAD DE CUENCA

Asumir los aspectos socio-emocionales que interactúan, movilizan a los estudiantes y profesorado gracias a las relaciones que establecen en el contexto educativo, generan la dinámica para una mejor convivencia académica.

La educación emocional permite el aprendizaje, mejorando, desarrollar competencias y habilidades adquiridas en el transcurso de la vida.

La educación emocional tiene por objetivo el equilibrio en la práctica educativa de las competencias cognitivas, socio-emocionales y el repertorio de actitudes, que desencadene en el mejor funcionamiento efectivo de la persona en la convivencia consigo mismo y con los demás.

La intervención psicopedagógica de la orientación dentro de las instituciones educativas, específicamente en este nivel educativo, juega un rol trascendental debido a que fomenta los espacios y directrices para una educación socio-emocional.

La educación socio-emocional puede ser un vínculo de acceso de la clase de orientación, de tutoría, propiamente como un proceso integral de la acción educativa, para lograr el desarrollo socio-emocional y cognitivo adecuado de los estudiantes, que manifieste un clima de aprendizaje emocionalmente saludable; estableciendo vínculos, reforzando el auto-concepto propio y la autoestima.

La formación del sujeto desde la Educación Emocional en la clase de orientación, como fuera de ella, implica la atención a la diversidad de necesidades humanas, académicas, que contribuyan al desarrollo del bienestar subjetivo inmerso en la sociedad educativa y familiar.



UNIVERSIDAD DE CUENCA

En el escenario de la Educación Emocional, conformar los conocimientos en una perspectiva actualizada para poder intervenir en el ámbito educativo, con aprendizajes significativos y útiles en la vida diaria de los estudiantes.

Frente a los conflictos, es necesario interrogar y escuchar a las partes implicadas permitiendo que sean los propios estudiantes quienes manifiesten las posibles soluciones.

El rol mediador favorece las competencias emocionales de los estudiantes, el rol del modelado permite visualizar la conducta deseable y más útil en determinados acontecimientos.

Los refuerzos positivos tienen que ser expresiones dirigidas al comportamiento, cualidades físicas o personales, y a lo académico en equilibrio para desarrollar el sentido de autoeficacia.

Los contactos físico/verbales emocionales son importantes debido a que profundizan el vínculo afectivo estudiante-contenido, lo que establece una buena comunicación, permitiendo disminuir el sentimiento de fracaso y desvalorización del aprecio al profesor, cuando éste realiza alguna observación negativa a su trabajo académico.

Las manifestaciones verbales potencian y refuerzan: la autoeficacia, autoconcepto, automotivación, expresión, regulación emocional, control de los impulsos, asertividad, aceptación de las diferencias, estableciendo vínculos e interiorizando normas.

Ahondar en los aspectos emocionales del grupo permite el papel activo de los estudiantes, es decir el estado anímico del grupo, la cual se manifiesta en la dinámica de trabajo académico.



UNIVERSIDAD DE CUENCA

Una observación importante a tener presente al trabajar la Educación Emocional es tomar en cuenta las experiencias y la percepción que el docente tiene de los estudiantes.

La inclusión del ámbito socio-emocional en la práctica educativa, estaría determinada por las variables personales del docente y de los estudiantes, entre otros aspectos como la edad de los adolescentes.

El objetivo de la educación emocional es el desarrollo de competencias emocionales: conciencia emocional, regulación emocional, autogestión, inteligencia interpersonal, habilidades de vida y bienestar.

La práctica de la educación emocional implica diseñar programas fundamentados en un marco teórico, que para llevarlos a la práctica hay que contar con profesorado debidamente preparado.

2.1 CARACTERÍSTICAS DE LA EDUCACIÓN EMOCIONAL

En la educación emocional la principal característica tiene que ver con la formación para la vida.

Tiene dos tipos de beneficios:

El primero es un facultado de calidad para el sistema educativo. En el segundo coloca al adolescente a edificar un bienestar equitativo y sensato conllevándonos a pensar en la educación emocional como una prevención inespecífica, debido a que fortifica características particulares que pueden actuar como factores defensores ante problemas con una cortina de fondo emocional que afectan a nuestros centros educativos como lo es: el consumo de drogas, anorexia, conductas imprudentes, incapacidad para respetar a la autoridad.



UNIVERSIDAD DE CUENCA

El proceso de aprendizaje en el desarrollo emocional es saludable, conlleva una serie de disposiciones, que van a contrastar los objetivos que luego vamos a formar; esto puede servir de referente para obtener acciones y programas de educación emocional:

- Ser conscientes que a veces tenemos etapas emocionales complejas.
- Capacidad de comprender los estados emocionales de los otros.
- Entender que nosotros y los otros no somos obvios al exponer nuestras emociones.
- Capacidad de establecer y prevenir nuestras emociones.
- Consecuentes de la importancia de la comunicación emocional cuando nos relacionamos con los otros.
- Confrontar diferentes situaciones emocionales sin huir de ellas.
- Ser conscientes que somos los garantes de nuestros propios sentimientos y que tomamos nuestra respuesta emocional ante una situación proporcionada.

Cuando la educación afectiva se pasa a la educación del afecto, se entiende que se ha superado la concepción que comprendía que enseñar era poner cariño al proceso educativo, por un concepto del que hacer docente que conlleva educar en competencias emocionales, es decir, no sólo se trata de saber unos conocimientos, sino que también hay que saber aplicarlos a la vida diaria del estudiante, siendo el aula el primer lugar de experimentación, sin olvidar la familia y el grupo de iguales, para estos aprendizajes.

Según Bisquerra (2000), establece que los objetivos generales de la educación emocional articulada en programas de intervención serían:

- Adquirir un mejor conocimiento de las propias emociones.



UNIVERSIDAD DE CUENCA

- Identificar las emociones en los demás.
- Desarrollar la habilidad de controlar las propias emociones.
- Prevenir los efectos perjudiciales de las emociones negativas.
- Desarrollar la habilidad para generar emociones positivas.
- Desarrollar la habilidad de automotivarse.
- Adoptar una actitud positiva ante la vida.
- Aprender a fluir (experiencias positivas).

2.2 FACTORES QUE PROVOCAN EL AUMENTO DE LA EMOTIVIDAD.

Con frecuencia, el aumento de la emotividad se manifiesta en la tensión nerviosa general o en hábitos nerviosos específicos. Un estudio de los hábitos nerviosos en los jóvenes nos sirve para ilustrar la mayor emotividad registrada

2.3 LAS EMOCIONES EN LA ADOLESCENCIA

Los factores que predisponen al adolescente a una intensa emotividad son:

- Relaciones familiares disfuncionales.
- Sobreprotección paternal.
- Obstáculos que impiden que el adolescente actúe como él quiere.
- Inadaptación del adolescente a diferentes situaciones.
- Adaptarse a nuevos ambientes.
- Adaptación social al sexo opuesto.
- fracasos escolares.
- Conflictos con la familia o los amigos.
- Problemas vocacionales.
- Dudas religiosas.



UNIVERSIDAD DE CUENCA

2.4 CARACTERÍSTICAS EMOCIONALES DE LOS ADOLESCENTES

Entre las características emocionales de los adolescentes que atraviesan por situaciones conflictivas dentro de su núcleo familia, se pueden considerar los siguientes aspectos:

Que los adolescentes experimentan sentimientos de soledad, de poca confianza en sí mismos que intentan suplir con las relaciones íntimas con el otro sexo.

Presentan una escasa o nula comunicación con sus padres o con los hermanos mayores, sobre todo, en lo que concierne al sexo, lo que les lleva a buscar otras opiniones como es el consejo de otros jóvenes como sus amigos, los cuales tienen su misma edad con la inexperiencia y falta de correctos patrones de conducta.

También existe además un exagerado interés por entrar en contacto con lo que se conoce como nuevas experiencias.



UNIVERSIDAD DE CUENCA

CAPÍTULO III

3 SUGERENCIAS PARA DESARROLLAR HABILIDADES SOCIOEMOCIONALES EN LA ADOLESCENCIA

3.1 PROPÓSITO

El desarrollo de las habilidades Socio-emocionales en la adolescencia ha sido nuestro objetivo de estudio con la finalidad de dar a conocer diferentes estrategias a los alumnos en el grupo de clase y fuera de ella, dotándolos de un repertorio conductual con el cual favorezca mejores relaciones de socialización con los demás.

Para desarrollar habilidades sociales en los adolescentes se priorizará diferentes actividades que ayuden a desarrollarse en su contexto, fomentando la capacidad de afrontar y resolver diferentes situaciones o nuevas experiencias que se atraviesa en esta etapa.

Para las actividades a realizarse se abarcarán las siguientes estrategias las cuáles ayudarán en la ejecución de múltiples dinámicas que se planteará a continuación:

- Habilidades sociales no verbales.
- Aceptación de normas.
- Habilidades básicas de interacción social.
- Habilidades para hacer amistades.
- Convivencia y respeto a los demás
- Autoestima, sentimientos y valoraciones positivas.

La educación secundaria aspira a promover el desarrollo integral en los/las adolescentes, potenciando sus capacidades no solo las cognitivas o intelectuales



UNIVERSIDAD DE CUENCA

sino también las que hacen referencia a las relaciones interpersonales, es decir la interacción con los demás.

Partiendo desde el punto de vista de que no todos los adolescentes son iguales en relación a sus habilidades y destrezas para interactuar con los demás, algunos carecen de destrezas privándose de relacionarse con sus pares, los docentes juegan un rol importante en la socialización e interacción del grupo.

3.2 PROPUESTA PARA DESARROLLAR LAS HABILIDADES SOCIOEMOCIONALES EN LA EDUCACIÓN DE LOS/LAS ADOLESCENTES.



UNIVERSIDAD DE CUENCA

PROPUESTA PARA DESARROLLAR LAS HABILIDADES SOCIOEMOCIONALES EN LA EDUCACIÓN DE LOS/LAS ADOLESCENTES.



Nuestro objetivo en esta propuesta planteada es fomentar en los/las adolescentes el desarrollo socioemocional, enseñando estrategias de socialización para evitar la falta de estas habilidades como prevención de problemas posteriores relacionados con el mismo.

MARIBEL CHAMBA Z.
WASHINTONG MEJÍA A.



UNIVERSIDAD DE CUENCA

El proyecto que hemos planificado comprende dos partes:



3.3 AMBIENTACIÓN:

Es importante crear un buen ambiente educativo en el cual se sienta bienestar, confianza, sociabilidad y respeto dentro del grupo, lo cual fomentará en los/las adolescentes la participación dinámica y activa trazándose metas para la realización de las diferentes actividades.

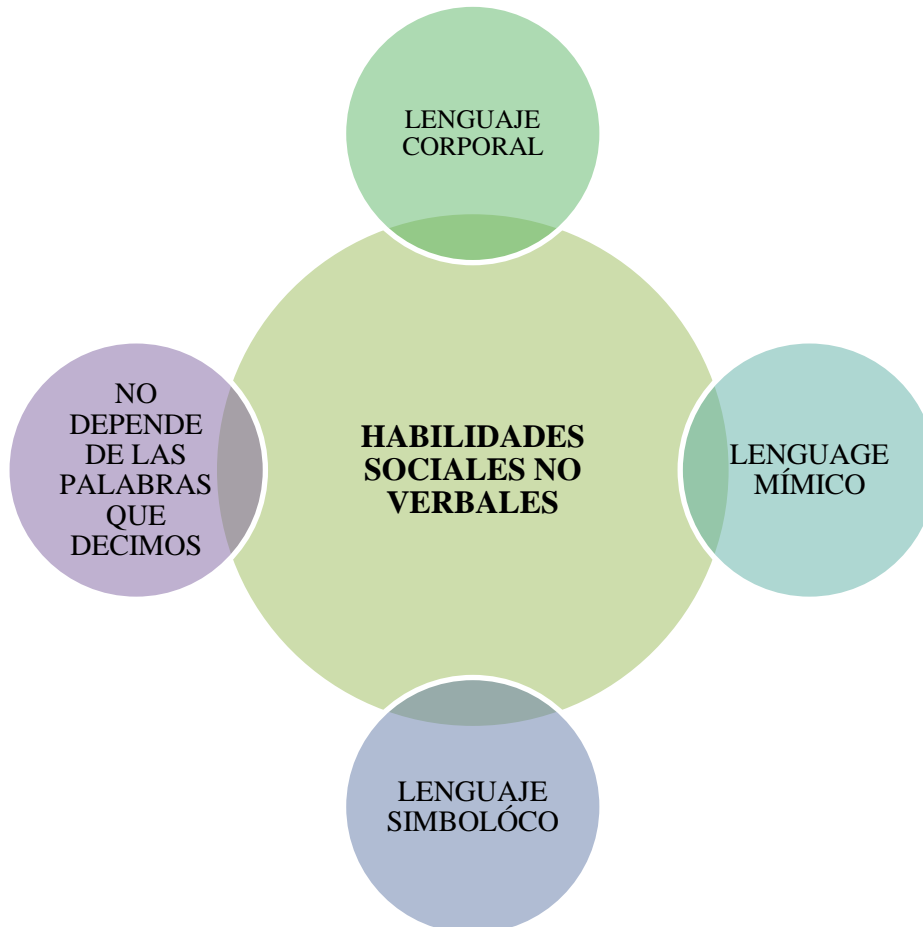


UNIVERSIDAD DE CUENCA

En esta fase de ambientación mediante dinámicas se priorizarán las siguientes características:

- Habilidades sociales no verbales.
- Aceptación de normas.
- Habilidades básicas de interacción social.

3.4 HABILIDADES SOCIALES NO VERBALES





UNIVERSIDAD DE CUENCA

En esta actividad se encuentran dinámicas las cuales pueden crear con los adolescentes un ambiente propicio para las actividades a ejecutarse, de tal manera que propicien mayor seguridad y confianza.

ACTIVIDAD 1

USA TUS OJOS PARA HABLAR



Esta dinámica nos ayudará a expresar todas nuestras emociones por lo que los ojos son las ventanas del alma.

La consigna es la siguiente: formar parejas y observar con atención y mutuamente a los ojos, recordar que las persona que miran limpiamente a los ojos de los otros son personas seguras, amistosas, maduras y sinceras, por lo que sus ojos y su mirada pueden decir tanto porque expresan prácticamente todas las emociones como son: alegría, tristeza, inquietud, tensión, preocupación, estimación o respeto. Por medio de los ojos muchas veces se puede saber lo que la otra persona está pensando, constituyendo una ayuda poderosa en la conversación, después de realizar esta actividad intercambiar ideas mutuas resaltando lo que uno pudo notar la otra persona.



ACTIVIDAD 2

EL USO ADECUADO DE LAS MANOS



Las manos son un complemento que se utiliza con las palabras para comunicarse, dando mayor realce y comprensión a una conversación establecida, es importante no usarlas para hacer cosas que distraigan al resto demostrando violencia, agresividad e inseguridad.

La consigna de esta dinámica es originar una conversación analógica por medio de movimientos corporales en la cual se demuestre agresividad, bondad, alegría confianza y amistad, por medio de esta dinámica podremos darnos cuenta el poder de los movimientos que tienen nuestras manos, como éste influye en la comunicación y

de que manera es aceptado por otras personas.



UNIVERSIDAD DE CUENCA

ACTIVIDAD 3

GESTOS QUE DENOTAN IMPACIENCIA O ABURRIMIENTO



La actitud física demuestra lo que el alma está sintiendo. Si alguien finge interés en una conversación, la otra persona se da cuenta muy fácilmente por sus gestos y forma de interactuar. El moverse continuos, nerviosos, levantarse, caminar de un lado hacia el otro, cruzar las piernas, moverse en el asiento o mirar constantemente el reloj demuestra claramente el aburrimiento y es una gran falta de respeto hacia los demás.

En esta ocasión la dinámica se realiza con un el grupo de adolescentes simulando una reunión, la mitad del grupo actúa en forma normal y el resto denotarán gestos que demuestren impaciencia y aburrimiento, después de esta actuación se expone lo mas relevante que pudieron sentir y notar en este accionar.



UNIVERSIDAD DE CUENCA

ACTIVIDAD 4

CONTROL DE LA MIRADA



Cuando una persona habla con otra es recomendable no estar mirando a todos lados como: la ventana, al techo, al suelo, limpiando sus uñas, demostrar una mirada morbosa o mirando fijamente los zapatos, pantalones, camisa o peinado de la persona con la que se está refiriendo.

El contacto ocular es natural pero sin fijar en exceso la mirada, pues esto evita incomodar a la otra persona.



UNIVERSIDAD DE CUENCA

ACTIVIDAD 5

EL JUEGO DE LAS CEJAS



La expresión facial es el medio más rico e importante para expresar emociones y estados de ánimo junto con la mirada, ésta se utiliza para dos cosas: regular la interacción, y reforzar al receptor. No toda la comunicación que se transmite a través de la expresión facial es susceptible de ser percibida conscientemente por el interlocutor. También tienen tanta importancia para la transmisión emocional y la captación de impresiones y juicios del otro, los movimientos faciales perceptibles (cambio de posición de las cejas, de los músculos faciales, de la boca, etc.) como de los imperceptibles (contracción pupilar, ligera sudoración). Por otra parte se trata de movimientos muy difíciles de controlar.

ENOJO: Las cejas caen sobre los ojos y la boca con forma de medialuna hacia abajo.

ENFADO: Las cejas y parte de los ojos tienen un ligero levantamiento elevándose suavemente, la persona muestra sus dientes



UNIVERSIDAD DE CUENCA

HISTÉRICO: La boca es más grande y las cejas se juntan aun más que en el enfado apareciéndose rayas en las mejillas para acentuar la expresión.

FELICIDAD: La parte inferior de los ojos suben y las cejas se levantan levemente, en la boca se observa una pequeña sonrisa.

MELOSIDAD: Esta expresión indica enamoramiento e ilusión se nota mucha felicidad su boca se comprime como forma de gato y las cejas se elevan.

MIEDO: Las cejas descienden en sentido inverso al del enfado con la boca semi-abierta.

INTRIGA: Se puede notar una ceja desciende y la otra asciende,

SORPRESA: Las cejas se levantan, los ojos se achican, la boca se abre dando como resultado una expresión de sorpresa o de susto.

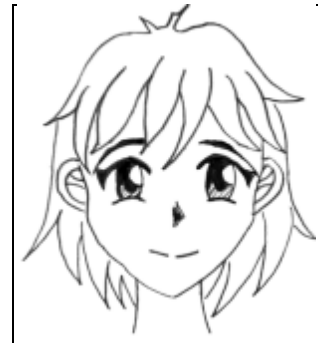


UNIVERSIDAD DE CUENCA

RELACIONA CADA IMAGEN CON UNA EXPRESIÓN

Normal, enojo, enfado, histérico, felicidad, melosidad, miedo, intriga y sorpresa.









UNIVERSIDAD DE CUENCA

SOLUCIONES



ENOJO



NORMAL



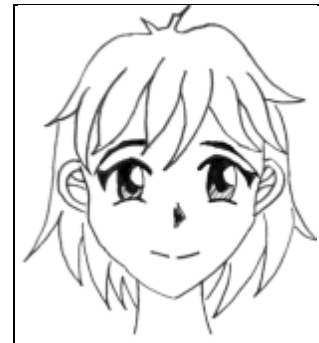
MELOSIDAD



ENFADO



SORPRESA



FELICIDAD



MIEDO



INTRIGA

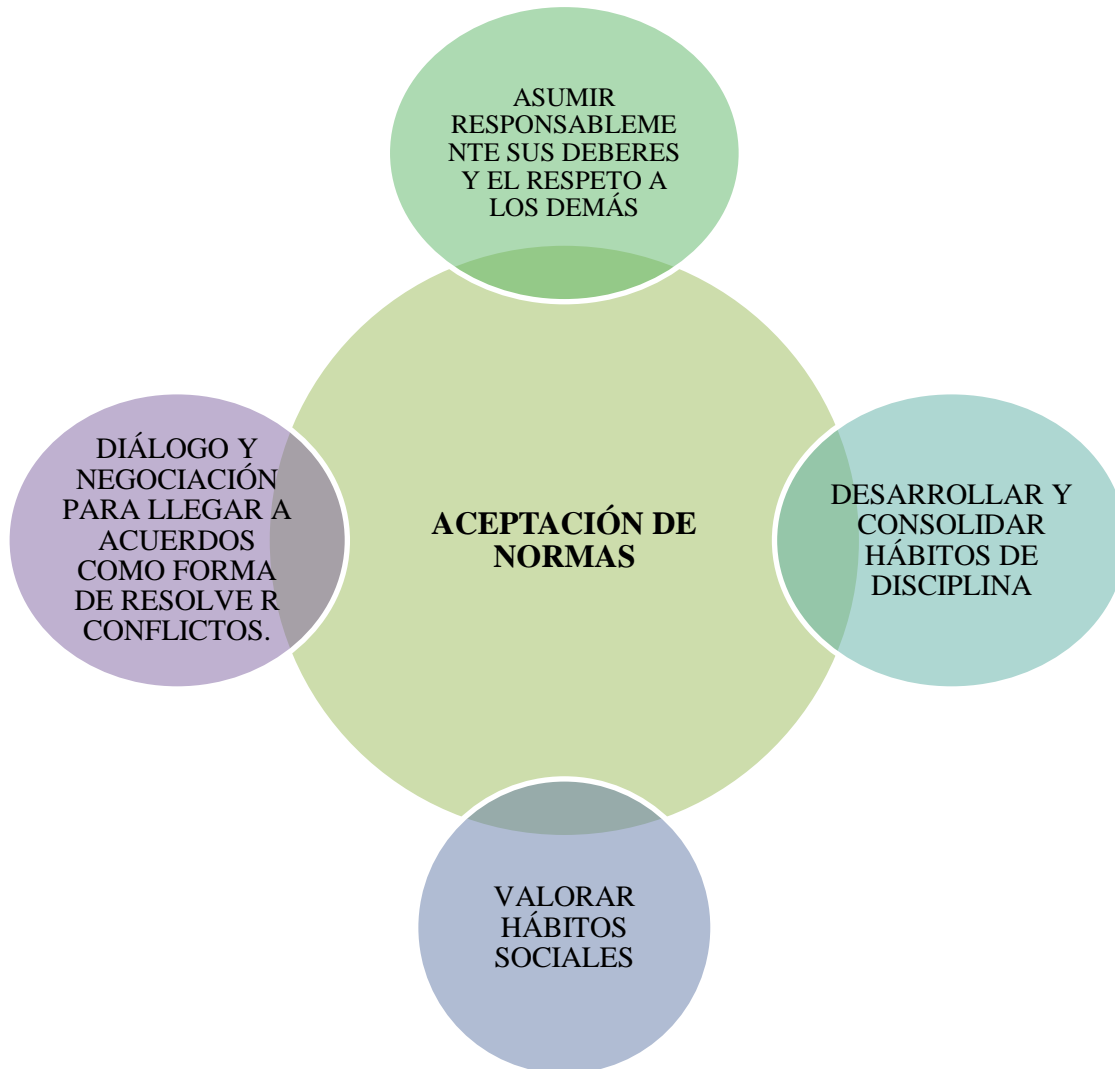


HISTÉRICO



UNIVERSIDAD DE CUENCA

3.5 ACEPTACIÓN DE NORMAS





UNIVERSIDAD DE CUENCA

ACTIVIDAD 1

RETRATANDO AL COMPAÑERO

Los alumnos deben formar un ruedo y el profesor les pide que digan el nombre al compañero que le sigue sentado en la cadena añadiendo un adjetivo que consideren apropiado para calificarlo. Hay que advertir antes de que no sean agresivos o insultantes los adjetivos, esto es, que sean constructivos no destructivos, lo que se propone es crear un buen ambiente y establecer relaciones entre los alumnos de la clase.

ACTIVIDAD 2

HABLEMOS DE NUESTROS PROBLEMAS



El profesor anima a los estudiantes para que ellos puedan exponer ciertos problemas importantes que ven de su clase y afecta a todo el grupo, partiendo de sus propios problemas y los problemas que ve del resto, con todas estas pautas se realiza un análisis de los conflictos planteado en términos de preguntas como: Qué personas están implicados en estos problemas?

Cómo se sentirán estas personas?

Qué otras cosas probablemente podría haber hecho?

Qué hubiera sucedido en cada caso?

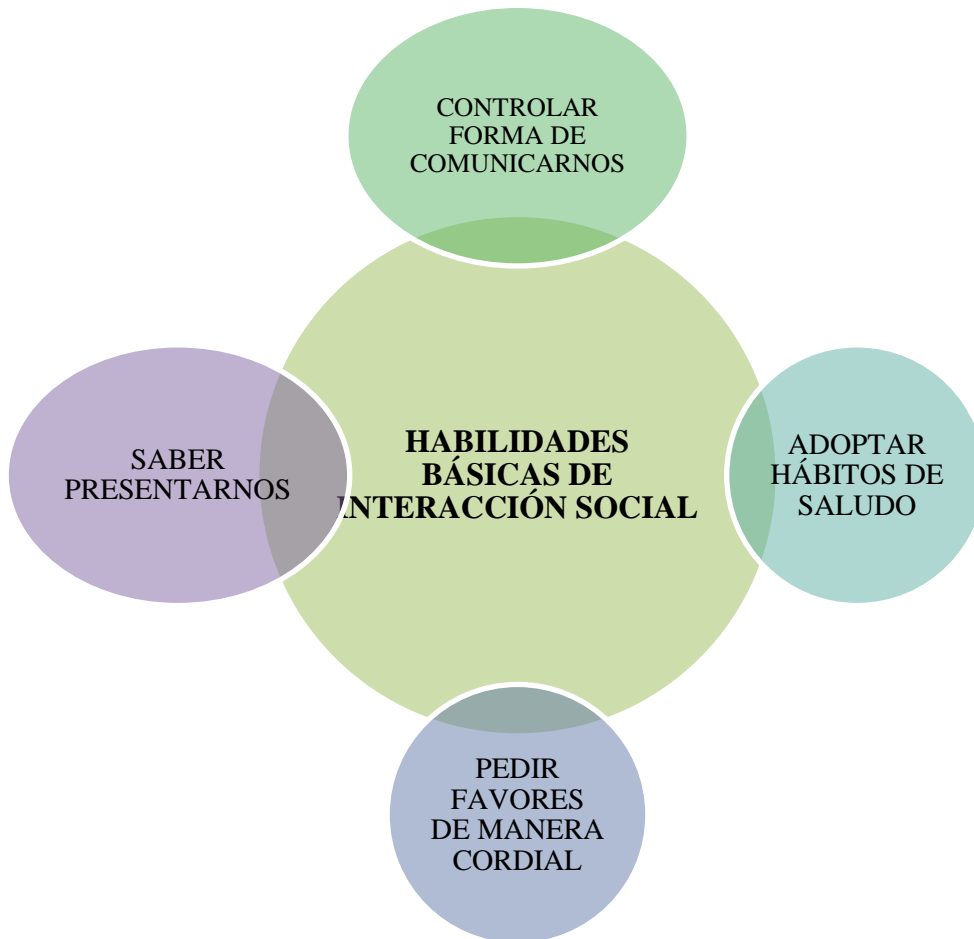


UNIVERSIDAD DE CUENCA

Cómo podría evitarse este problema?

Con todas estas pautas mancomunadamente se buscará soluciones de estos problemas, buscando estrategias alcanzables.

3.6 HABILIDADES BÁSICAS DE INTERACCIÓN SOCIAL





UNIVERSIDAD DE CUENCA

En estas dinámicas observamos diferentes estrategias con las que se puede trabajar desarrollando habilidades socioemocionales en los adolescentes.

ACTIVIDAD 1:

EL SALUDO

El saludo es una de las formas en que los seres humanos podemos presentarnos hacia los demás, para poder conocernos y socializar con el resto de tal forma que es parte importante de la vida del ser humano.

Antes de realizar la dinámica se debe mencionar la importancia que tiene el saludo y

cómo éste favorece a la socialización con las personas de nuestro contexto, luego de realizada la ficha se expone todas las inquietudes y dudas que tienen respecto al saludo basándonos en la preguntas que se mencionan en la ficha.

ACTIVIDADES:

Con sus propias palabras explique que entiende por saludo y porqué lo realizamos.

Diga a qué personas podemos saludar y a quienes no



UNIVERSIDAD DE CUENCA

Cuéntenos qué importancia tiene para usted que lo saluden.

Escriba un ejemplo de saludo verbal y saludo no verbal.

En grupos realizar una obra de teatro basándonos con la técnica de “Mimo” con el tema

“EL SALUDO”.

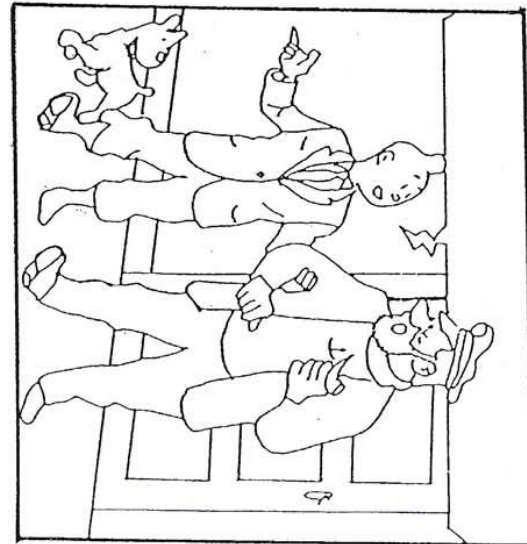
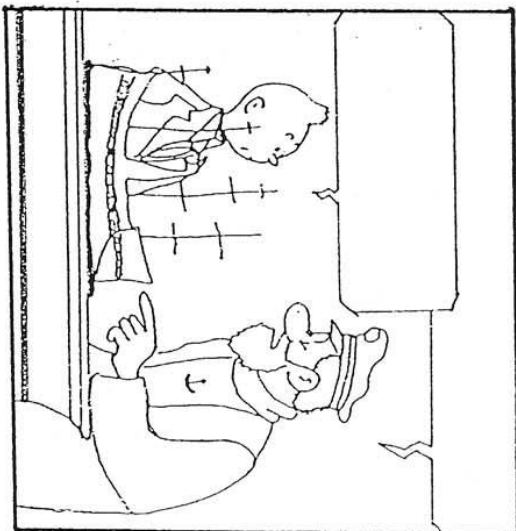
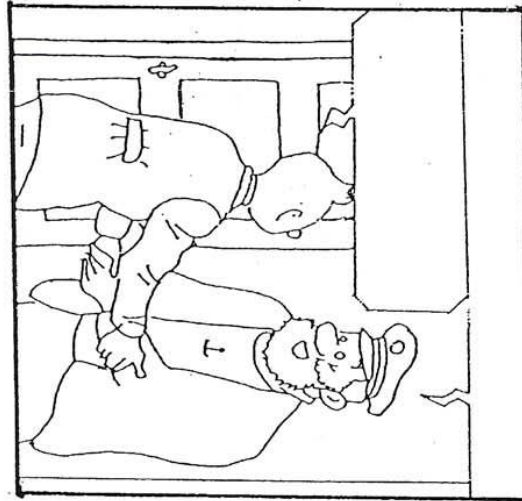
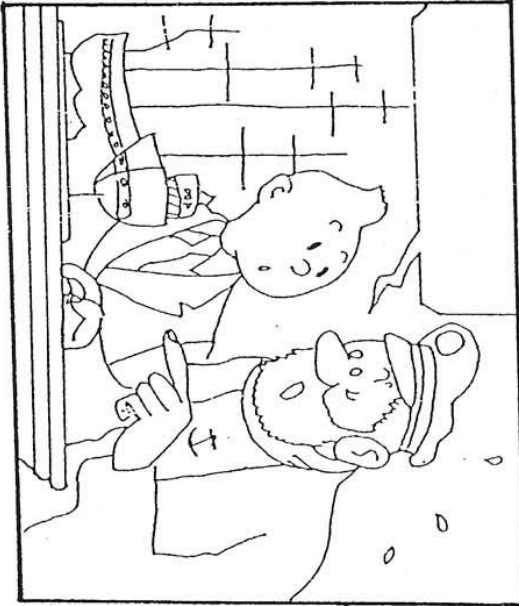
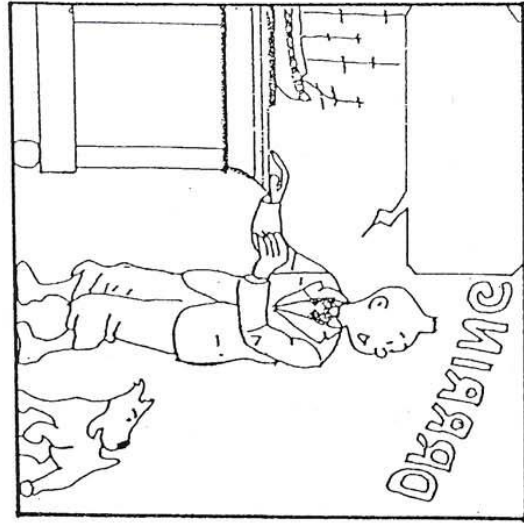
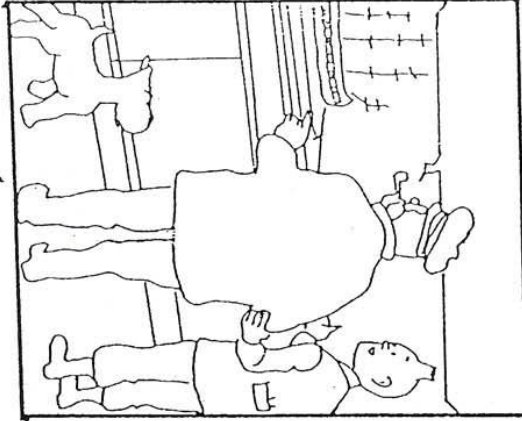
ACTIVIDAD 2:

TINTÍN Y EL CAPITÁN SE SALUDAN

Tras debatir qué es el saludo y porque saludamos los estudiantes llena a su criterio los espacios vacios que aparecen en la caricaturas con la temática el tema “El Saludo”



UNIVERSIDAD DE CUENCA





UNIVERSIDAD DE CUENCA

3.7 BÚSQUEDA DE SOLUCIONES DE POSIBLES CONFLICTOS

Es muy importante en la vida aprender a elegir, tomar iniciativas y decisiones ante diversas situaciones en las que nos encontremos, para que de esta manera se pueda enfrentar a los problemas que se dan en la vida sin que esto suponga un paso atrás y que sea la iniciativa de la búsqueda de nuevas metas, en donde se conseguirá la seguridad y la responsabilidad en el adolescente, recordando que de los errores se aprende.

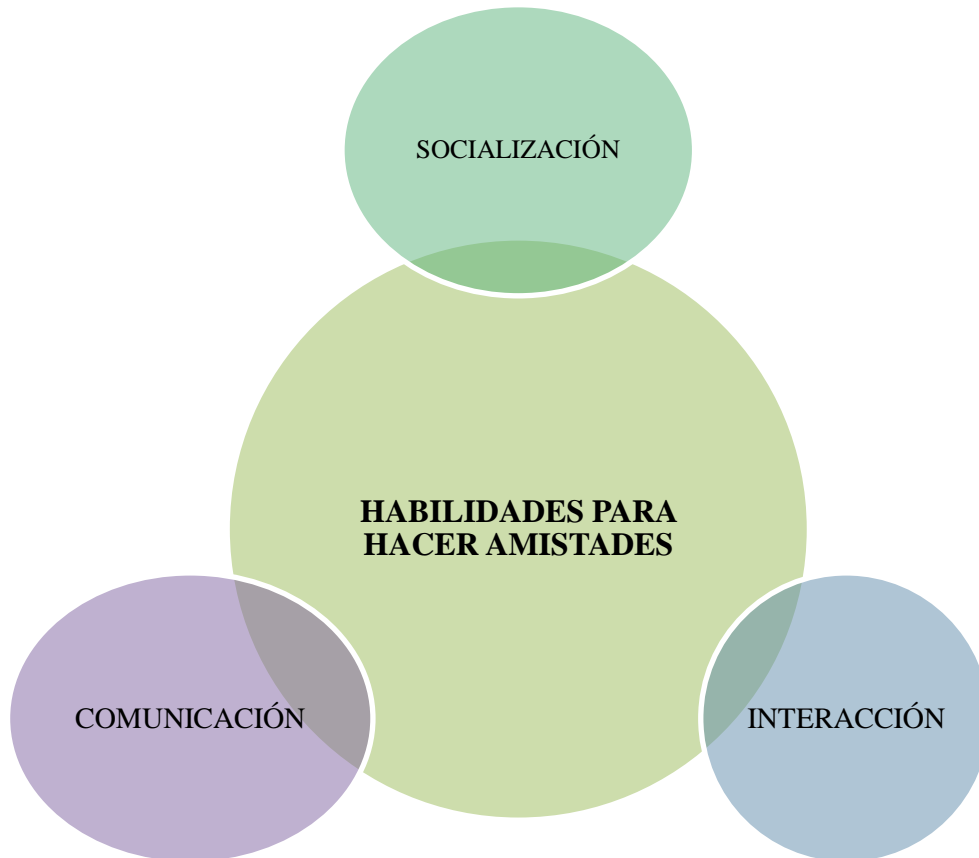
En estas actividades se encuentran estrategias que facilitan la interacción con los demás como son:

- Habilidades para hacer amistades.
- Convivencia y respeto a los demás
- Autoestima, sentimientos y valoraciones positivas.



UNIVERSIDAD DE CUENCA

3.8 HABILIDADES PARA HACER AMISTADES





UNIVERSIDAD DE CUENCA

ACTIVIDAD 1

DINÁMICA PARA HACER AMIGOS

Los adolescentes se reúnen en forma circular en un orden determinado como las manecillas del reloj, luego de esto comentan al resto de compañeros aspectos personales propios de cada uno de ellos, es decir el nombre con el que les gusta que les llamen, sus gustos, su deporte favorito entre otras aficiones, además esta dinámica explora información sobre sus emociones ya que se les pide que nos den dos características de cómo ellos se definen en general.

ACTIVIDAD 2

Esta actividad se realiza individualmente con el propósito de conocer cuál es su forma de pensar y cuales son las consecuencias que acarrearán el no ser honestos y sinceros.

Nombre: _____

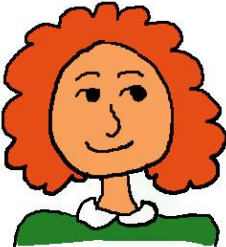

Curso: _____

SEAMOS HONESTOS

CONSECUENCIAS DE:



UNIVERSIDAD DE CUENCA

DECIR LA VERDAD	NO DECIR LA VERDAD
	



UNIVERSIDAD DE CUENCA

3.9 CONVIVENCIA Y RESPETO A LOS DEMÁS HONESTIDAD





UNIVERSIDAD DE CUENCA

ACTIVIDAD 1

DIALOGANDO SOBRE LA DIVERSIDAD

Lo que se intenta con esta dinámica es crear un ambiente de reflexión dentro del grupo de adolescentes sobre las diferencias individuales, el facilitador pide a los adolescentes que mencionen cosas que los diferencien los unos de los otros como por ejemplo: tímido, extrovertido, alto, pequeño entre otras cualidades, es decir todos los adolescentes piensan y escriben diferentes cualidades de los compañeros. Luego se socializa todas estas características elaborando una lista definitiva agrupando las más relevantes, luego se formula una serie de preguntas a los adolescentes con la finalidad de fomentar el respeto a las diferencias individuales de los demás.



UNIVERSIDAD DE CUENCA

3.10 AUTOESTIMA, SENTIMIENTOS Y VALORACIONES POSITIVAS



ACTIVIDAD 1

DESCUBRIR SUS CUALIDADES

Por lo general muchos padres conocen y en ciertos casos desconocen los comportamientos de sus hijos debido a que en ciertas ocasiones no se han



UNIVERSIDAD DE CUENCA

detenido a pensar en ello por diversas situaciones ya sea de trabajo o aspectos personales, por lo que debemos valorar sus cualidades y no sólo de sus defectos, apoyándolos para explotar en ellos sus destrezas y habilidades haciendo de sus defectos un nuevo aprendizaje.

Ya conocido las cualidades en las que se desatacan se motiva a que demuestren con frecuencia estas destrezas y capacidades de ellos mismos para realizar cualquier actividad recordando que la clave es el refuerzo y motivación.

ACTIVIDAD 2

AYUDARLES A PROPONERSE METAS

Los padres siempre deben inculcar a sus hijos que para conseguir algo en la vida uno siempre debe trazarse metas, enseñándoles a ser autónomos, críticos reflexivos, creando en ellos una personalidad con un criterio formado para tomar las decisiones más indicadas ante diferentes situaciones que se presenten en la vida para conseguir sus metas u objetivos.

Concluimos diciendo que las sugerencias para desarrollar habilidades socioemocionales en la adolescencia cumple un rol importante por lo que es de gran ayuda en esta etapa, ya que sus diferentes técnicas estratégicas que dimos a conocer fomentan la socialización en los adolescente, haciendo de ellos participativos, creativos y activos dentro como fuera del aula.



UNIVERSIDAD DE CUENCA

Estas sugerencias planteadas podrán desarrollarse en el primer trimestre del año lectivo, del tal manera que a partir del segundo trimestre se puedan evidenciar los logros obtenidos, caso contrario de no obtener los resultados esperados, se reforzará las actividades en dicho trimestre dedicando mayor tiempo y espacio de interacción entre el grupo, siendo como objetivo en el tercer trimestre evidenciar la socialización con sus pares y docentes.



UNIVERSIDAD DE CUENCA

CONCLUSIONES

Podemos concluir diciendo que el trabajo realizado ha sido de gran ayuda en nuestra vida profesional ya que el tema sobre la educación socioemocional en adolescentes a reforzado los conocimientos aprendidos en la carrera universitaria, ya que además de ser un contenido de interés e investigación se basa en la realidad de los adolescentes los mismos que por su edad atraviesan diferentes cambios emocionales, biológicos, físicos.

Algunos adolescentes tienen la facilidad de relacionarse con los demás siendo un factor muy importante para desarrollar su autonomía, confianza, liderazgo y autoestima, ayudando en su etapa de desarrollo facilitando la socialización con los demás; caso contrario ocurre con otros adolescentes los cuales no han adoptado y desarrollado habilidades socioemocionales que le permitan interactuar con los demás creando en ellos inseguridad, timidez, dificultad de socialización con sus pares, lo cual ha sido nuestro objeto de estudio, conocer, investigar y proponer diferentes estrategias que ayudaran a los adolescentes a desarrollar sus habilidades socioemocionales mediante dinámicas de participación.

Los adolescentes que asisten a los planteles educativos adquieren la mayoría de comportamientos en la interrelación con el grupo de pares, por lo que es necesario integrar en la práctica educativa tareas que permitan desarrollar habilidades socio-emocionales que, favorezcan una mejor adaptación a los centros educativos, en razón de que muchas de estas habilidades emocionales aprendidas en grupo contradicen las reglas de los planteles educativos por lo que, es imprescindible una propuesta para desarrollar las mencionadas habilidades a cargo del departamento de psicología y orientación vocacional y profesional como parte integral.



UNIVERSIDAD DE CUENCA

RECOMENDACIONES

En cuanto a las recomendaciones creemos que el maestro es quien debe incentivar el desarrollo de las habilidades socioemocionales en los adolescentes mediante diferentes técnicas y estrategias que abordamos en el capítulo tres para lograr una mayor socialización e interacción de los adolescentes con su entorno social, educativo y familiar.

Es deber de los padres brindar espacios de diálogo, de juegos que les permita participar junto con ellos, con el fin de que el adolescente tenga una relación de confianza con sus padres aprendiendo en el hogar a sentirse seguro de sí mismo.

Las autoridades de los diferentes establecimientos deben organizar a menudo mayor cantidad de eventos internos que implican una mayor interacción y participación activa de los estudiantes ya que esto despierta su creatividad entusiasmo, solidaridad, desbordando su algarabía; convirtiéndose en un gran poder de sociabilización y amplio sentido de motivación que contagia a padres, compañeros y maestros.

Finalmente, creemos que es fundamental que el maestro conozca, se involucre y se interese por la realidad en la que está inmerso el adolescente, tratando de ser un guía, un orientador, esforzándose por ser una persona más creativa, activa y participativa, con el objetivo de enrumbar adecuadamente a sus estudiantes para acrecentar motivando su amplio sentido de interacción, siendo los más directos participes de las actividades que impliquen un gran desarrollo de sus aptitudes a lo largo de su vida estudiantil que se vuelven necesarias tales como: deportivas, culturales, educativas, sociales; todo lo cual contribuye al reto de formar adolescentes con amplio poder de liderazgo.



UNIVERSIDAD DE CUENCA

REFERENCIAS CONSULTADAS

Bisquerra, R. (2000). *Educación emocional y bienestar*. Barcelona.

Dulanto, E. (2000). *El adolescente*. México: McGraw.

ENRIQUE, C. (1965). *UNA PSICOLOGÍA DE HOY*. BARCELONA-ESPAÑA: HERDER.

Ernest, H. (1969). *Introducción a la Psicología*. Madrid-españa: Morata.

Fuentes, P., Ayala, A., Galán, J., & Matínez, P. (2008). *Técnicas de trabajo en grupo*. Madrid: Pirámide.

Goleman, D. (2001). *La inteligencia emocional*. Barcelona: kairós.

Johnmarshall, R. (1997). *Motivación y Emoción*. México: McGraw,Hill Interamericana.

López, M. E. (1957). *Cuatro Gigantes del Alma*. Buenos Aires-Argentina: EL Ateno.

Mckay Mattehew, R. P. (2010). *Guía para controlar tu ira*. Madrid-España: Artes Gráficas Huetas.

Monjas, M. I., & Gonzáles, B. d. *Las habilidades sociales en el currículo*. Impresa.

Papalia Diane E., W. S. (2004). *Desarrollo Humano*. México: McGraw-Hill Interamericana.

Vivas, M., Gallegos, D., & Gonzáles, B. (2006). *Educar las emociones*. Madrid: Dykinson.



UNIVERSIDAD DE CUENCA

ANEXOS

ANEXO 1

PROTOCOLO DE INVESTIGACIÓN

1. TEMA: " LA EDUCACIÓN SOCIO-EMOCIONAL EN ADOLESCENTES"

2. PROBLEMATIZACIÓN:

Considerando al adolescente como un sujeto comprendido entre los 10 y 19 años según la organización Panamericana de Salud, en el cual atraviesa cambios biológicos, psicológicos y sociales, etapa en la que los adolescentes empieza a tomar decisiones independientes, socializar con otros adolescentes desarrollando en estos afectividad, diferentes habilidades sociales y emocionales que inciden en su etapa de desarrollo; hemos decidido investigar "La Educación Socio-emocional en Adolescentes" con la finalidad de que con los resultados de este trabajo podamos conocer ciertos elementos teóricos que contribuya con información sobre el tema a investigarse.

En las practicas profesionales se observa un hecho que llama mucho la atención en los adolescentes, como es en ciertos casos la falta de socialización dentro del grupo debido a su introversión, baja autoestima, bajo autocontrol inter e intrapersonal y también en otros casos la fácil asociación entre pares, suceso que se ha acentuado en los últimos tiempos en los grupos de adolescentes, se debe manifestar también una posible asociación de éste problema con factores es la falta de interacción y socialización dentro de la familia.

3. OBJETIVOS

GENERAL:

Determinar la educación socio-emocional en adolescentes.



UNIVERSIDAD DE CUENCA

ESPECIFICOS:

- Describir las habilidades emocionales y sociales a desarrollarse en la adolescencia.
- Sistematizar los enfoques como habilidades de educación emocional.

4. MARCO TEÒRICO

La Educación Socio-emocional se presenta en la etapa de la adolescencia de tal forma que son manifestadas de diferentes maneras, es muy importante esta fase en la que los adolescentes experimentan cambios conductuales que en algunos casos son representados de manera positiva y en otros afectan de manera negativa en su conducta.

Como dice Mireya Vivas 2006 La Educación Socio-emocional *“Se asocia con los comportamientos emocionales o conductuales que se manifiestan en las relaciones interpersonales ya que se caracterizan por ser aceptados socialmente en una determinada cultura, estan referidas a determinadas contextos”*, una misma conducta puede ser adecuada en una relación concreta pero totalmente inadecuado en otro contexto.

Es importante también destacar que el sentido de la adecuación está altamente influenciado por el componente cultural.

Las habilidades sociales enfocan en la adolescencia una gran importancia porque permiten vincularnos, reforzar los existentes, disfrutar y compartir el afecto.

Al referirnos de la educación socio-emocional se priorizan las emociones como dice Pere D.V *“Se caracterizan por la valoración de uno mismo de los otros y de la realidad en función de la vinculación afectiva, son a la vez mecanismo de adaptación y regulación”*.

Como dice José Ortega 1999 *“Todos los seres humanos desde que nace hasta que muere se han ido formando como individuo que vive en grupo y en comunidad para desarrollarse como persona y participar en la vida de la*

72

MARIBEL CHAMBA Z.
WASHINTONG MEJÍA A.



UNIVERSIDAD DE CUENCA

comunidad de los que forman parte”, algo muy importante es también la comunicación entre padres e hijos, se constituye en un factor fundamentalmente para el avance evolutivo en sus habilidades sociales, porque ella es el vehículo a través del cual se transmiten las instrucciones que orientan a los adolescentes, se les expresa afecto, y se resuelven los problemas de la convivencia.

5. PREGUNTAS DE INVESTIGACIÓN

¿Cómo influye la educación socio-emocional en la etapa de la adolescencia?

¿La educación socio-emocional presenta cambio en la adolescencia?

6. ALCANCE DE LA INVESTIGACIÓN

La investigación se la realizará durante el tiempo del curso de graduación, las personas a investigar son los adolescentes.

7. METODOLOGÍA INVESTIGACIÓN CUALITATIVA

Según Carlos Sandoval, la investigación cualitativa es una investigación de carácter descriptivo para conocer una realidad que se va a investigar con la utilización de diferentes perspectivas desde un punto epistemológico, perspectiva social o desde la perspectiva del positivismo o el pospositivismo.

Los pasos para realizar la investigación cualitativa son:

- El planteamiento de la investigación; la formulación que hace referencia a qué es lo que se pretende investigar.
- El diseño que consiste en la preparación de un plan flexible del lugar en donde se va a investigar para obtener un conocimiento acerca de ella;
- La gestión que es el comienzo visible de la investigación y además se indica qué estrategias se van a utilizar durante el proceso de investigación;
- El cierre, pues es muy importante porque en este punto se sistematiza la información recolectada, es decir, es el punto final de la investigación.



UNIVERSIDAD DE CUENCA

El trabajo que estamos realizando es monográfico, por lo que estamos utilizando diferentes fuentes como son: la bibliográfica, hemerográfica e internet que aportaran en nuestra investigación.

Variable	Técnica	Instrumento	Participantes e informes
<ul style="list-style-type: none"> Habilidades Socio-emocional. Educación Socio-emocional. Sugerencias para desarrollar habilidades sociales y emocionales en la adolescencia. 	Análisis de documentos	Fichas Organizadores Gráficos	<ul style="list-style-type: none"> Bibliográficas Hemerográficas Internet

8. CRONOGRAMA O PROTOCOLO DE INVESTIGACIÓN

ACTIVIDADES	TIEMPO															
	DICIEMBRE				ENERO				FEBRERO				MARZO			
	S	S	S	S	S	S	S	S	S	S	S	S	S	S	S	S
	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
1.Elaboración del	X															



UNIVERSIDAD DE CUENCA

protocolo de tesis																	
2.Presentación y aprobación del diseño	X	X															
3.Diseño de las herramientas de investigación		X	X														
7.Procesamiento de la información				X	X	X	X	X									
8.Redacción de capítulos						X	X	X	X	X	X	X	X				
9.Presentación al director de la tesina para la revisión final												X	X				
10.Redacción y presentación del informe final													X	X	X	X	

ESQUEMA TENTATIVO DE CAPÍTULOS

INTRODUCCIÓN

CAPÍTULO I Habilidades Sociales y emocionales

- 1.1. Definición
- 1.2. Características



UNIVERSIDAD DE CUENCA

CAPÍTULO II Educación Socio-emocional

- 1.3. Definición
- 1.4. Características

CAPÍTULO III Sugerencias para desarrollar habilidades sociales y emocionales en la adolescencia.

- 1.5. Definición
- 1.6. Características

CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

8.- REFERENCIAS CONSULTADAS

- Ortega José (1999) *“Educación Social”* Barcelona-España: Editorial Ariel, S. A
- Myers D. (2000) *“Psicología Social Sexta edición”*, Barcelona-España: Editorial Paidós.
- Pere Darda Vidal (s-f), *“Las Emociones”*.
- Vivas Mireya, Gallegos Domingo J. Gallegos y Blekis (2006) *“Educar las Emociones”* Madrid-España Editorial Dykinson.