



UNIVERSIDAD DE CUENCA

UNIVERSIDAD DE CUENCA



FACULTAD DE PSICOLOGÍA

TÍTULO:

“Desarrollo de habilidades de la Inteligencia Emocional en niños y niñas.”

Trabajo previo a la obtención del
título de Licenciada en
Psicología Educativa en la
especialización de Orientación Profesional

AUTORA:

Isabel Catalina Flores Sisalima

DIRECTOR:

Máster Claudio Hernan López Calle

CUENCA – ECUADOR

2013

AUTORA:

Isabel Catalina Flores Sisalima



UNIVERSIDAD DE CUENCA

RESUMEN

El presente trabajo, tiene como objetivo desarrollar en los niños y niñas habilidades de la Inteligencia Emocional a partir de la aplicación de actividades.

En un primer momento se recoge la información sobre Inteligencia Emocional basada en el Modelo de Mayer y Salovey, se identifican algunas medidas, formas de evaluación y se destaca el papel de la Inteligencia emocional y sus beneficios en la vida de la personas.

En un segundo capítulo se estudia la Educación Emocional como elemento motor para el desarrollo de Habilidades de la IE, identificando los objetivos, contenidos y la experiencia de la aplicación de éstos programas en algunos países.

En un segundo momento de la investigación se trabajará con un grupo de 44 niños- niñas los cuales se dividirán en dos grupos uno de control y otro experimental y se le aplicará al grupo experimental un programa de actividades de la Inteligencia Emocional durante tres meses, realizando una evaluación antes y después de la aplicación del programa con un instrumento denominado TMMS/24.

Finalmente se compara los impactos, y cambios surgidos dentro de los grupos de estudio para determinar los beneficios y consecuencias de la aplicación del programa.

PALABRAS CLAVES

Inteligencia, Emoción, TTMS-24, Educación Emocional

AUTORA:

Isabel Catalina Flores Sisalima



UNIVERSIDAD DE CUENCA

ABSTRACT

The present study aims to develop in children Emotional Intelligence skills from the implementation of activities.

At first collected information on Emotional Intelligence based on Mayer and Salovey Model, identifies some measures, evaluation forms and highlights the role of emotional intelligence and its benefits in the lives of the people. In a second chapter examines Emotional Education as an engine for development of skills, identifying the objectives, content and experience of the implementation of these programs in some countries.

In a second stage of research work with a group of 44 children-girls which are divided into two groups: a control group and an experimental and will be applied to the experimental group activities program Emotional Intelligence for three months, making evaluated before and after the implementation of the program with an instrument called TMMS/24.

Finally we compare the impacts, and changes arising within groups study to determine the benefits and consequences of implementing the program.

KEY WORDS

Intelligence, Emotional Intelligence, Trait Scale -24, Emotional Education:

AUTORA:

Isabel Catalina Flores Sisalima



UNIVERSIDAD DE CUENCA

INDICE

PORTADA..... - 1 -

AGRADECIMIENTO - 7 -

DEDICATORIA..... - 10 -

RESUMEN..... - 2 -

ABSTRACT - 3 -

Introducción..... - 11 -

INDICE - 2 -

CAPITULO N. 1..... - 13 -

INTELIGENCIA EMOCIONAL - 13 -

 1.1 Emoción..... - 13 -

 1.2 Inteligencia..... - 14 -

 1.3 Inteligencia emocional - 16 -

 1.4 Evaluación de la Inteligencia Emocional..... - 18 -

 1.4.1 Instrumentos clásicos de evaluación de inteligencia emocional:
 cuestionarios, escalas y autoinformes - 18 -

 1.4.2 Medidas de evaluación de inteligencia emocional basada en
 observadores externos - 21 -

 1.4.2 Medidas de habilidad de la inteligencia emocional basadas en tareas
 de ejecución - 22 -

 1.5 Contextos de aplicación de la inteligencia emocional - 24 -

 1.5.1 Inteligencia Emocional en la familia..... - 24 -

 1.5.2 Inteligencia Emocional y las relaciones interpersonales..... - 24 -

 1.5.3 Inteligencia Emocional y las relaciones románticas..... - 25 -

 1.5.4 Inteligencia Emocional en el ámbito profesional - 26 -

 1.5.5 Inteligencia Emocional en el contexto educativo - 26 -

CAPITULO N. 2..... - 28 -

EDUCACIÓN EMOCIONAL - 28 -

AUTORA:

Isabel Catalina Flores Sisalima



UNIVERSIDAD DE CUENCA

2.1 Educación Emocional	- 28 -
2.1.1 Concepto de educación emocional.....	- 29 -
2.1.2 Objetivos de la Educación Emocional.....	- 30 -
2.1.3 Fundamentos de la Educación Emocional.....	- 31 -
2.1.4 Contenidos de la Educación Emocional	- 34 -
2.2 Resultados y experiencias de la aplicación de algunos programas de Educación emocional.....	- 37 -
2.2.1 Proyecto INTEMO.....	- 38 -
2.2.2 Resultados de la aplicación en escuelas y colegios de Reino Unido... -	39 -
CAPITULO N.3.....	- 43 -
APLICACIÓN DE CAMPO.....	- 43 -
3.1 Enfoque de investigación:.....	- 43 -
3.2 Alcance	- 43 -
3.3 Objetivos de la investigación	- 44 -
3.4 Participantes	- 44 -
3.5 Instrumento.....	- 45 -
3.5.1 Dimensiones que evalúa el TMMS – 24	- 46 -
3.5.2 Forma de calificación.....	- 46 -
3.6 Programa de aplicación	- 48 -
3.6.1 Las Emociones Morales	- 48 -
3.6.2 Las Capacidades del Pensamiento del Coeficiente Emocional ..	- 49 -
3.6.3 La Capacidad de Resolver Problemas	- 49 -
3.6.4 Las Capacidades Sociales	- 50 -
3.6.5 El Poder de las Emociones.....	- 51 -
3.7 Procedimiento de la Etapa de Aplicación.....	- 51 -
3.8 Resultados:.....	- 52 -
3.8.1 Resultado 1:	- 53 -
3.8.2 Resultado 2:	- 55 -
3.8.3 Resultado 3:	- 57 -

AUTORA:

Isabel Catalina Flores Sisalima



UNIVERSIDAD DE CUENCA

3.8.4 Resultado 4: - 59 -

CONCLUSIONES..... - 64 -

RECOMENDACIONES..... - 67 -

BIBLIOGRAFÍA - 68 -

ANEXOS - 71 -



UNIVERSIDAD DE CUENCA



UNIVERSIDAD DE CUENCA

Fundada en 1867

Yo, Isabel Catalina Flores Sisalima, autor de la tesis "Desarrollo de habilidades de la Inteligencia Emocional en niños y niñas.", 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 Licenciada en Psicología Educativa especialización Orientación Profesional. El uso que la Universidad de Cuenca hiciera de este trabajo, no implicará afección alguna de mis derechos morales o patrimoniales como autor.

Cuenca, 30 de agosto del 2013

Isabel Catalina Flores Sisalima
0104994330

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

AUTORA:

Isabel Catalina Flores Sisalima



UNIVERSIDAD DE CUENCA



UNIVERSIDAD DE CUENCA

Fundada en 1867

Yo, Isabel Catalina Flores Sisalima, autor de la tesis "Desarrollo de habilidades de la inteligencia emocional", certifico que todas las ideas, opiniones y contenidos expuestos en la presente investigación son de exclusiva responsabilidad de su autor/a.

Cuenca, 30 de agosto del 2013

Isabel Catalina Flores Sisalima.

0104994330

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

AUTORA:

Isabel Catalina Flores Sisalima



UNIVERSIDAD DE CUENCA

AGRADECIMIENTO

A Dios por ser mi fuente eterna de amor, soporte e inspiración; a mis padres por su apoyo incondicional en cada momento difícil; a mis hermanos por sus consejos y porque a más de ser hermanos son mis amigos; a mis sobrinos con quienes he aprendido muchas cosas valiosas.

Isabel Catalina

Agradezco a mi director de tesis Mgt. Claudio López por su acertada y comprometida labor docente.

AUTORA:

Isabel Catalina Flores Sisalima



UNIVERSIDAD DE CUENCA

DEDICATORIA

Este trabajo esta dedicado primero a Dios por ser fuente de inspiración eterna, a mis papis Edú y Loly, por ser el ejemplo de esfuerzo, persistencia y amor; a mis hermanos, cuñadas y sobrinos por la calidad humana, la solidaridad y apoyo; y a quienes a pesar de ya no estar aquí son siempre mi luz y camino, mis fuentes motivadoras Bene y Papito César y mamita Esther.

Chelis



UNIVERSIDAD DE CUENCA

Introducción

La inteligencia emocional, es una habilidad que desarrollándola desde edades tempranas, permitirá que las personas, sean hombres o mujeres con salud emocional y bienestar, puedan disfrutar de sus cualidades, fortalecer sus debilidades e interaccionar con su entorno; a pesar de que no se ha dado la suficiente importancia a este tema, debemos saber que nos ayuda a controlar nuestra reacción emocional, preocuparnos por los demás, perseverar y esforzarnos por lo que deseamos, encontrar varias soluciones a un problema, ser optimistas ante las dificultades y encontrar formas para disfrutar en familia o grupo. Es indudable, el cambio de actitud después de haber trabajado con actividades de la Inteligencia Emocional, es por eso que se deben brindar espacios para desarrollar éstas habilidades los mismos que deben ser climas de empatía, solidaridad, y sobre todo amor; entre los beneficios que hemos logrado conseguir con la aplicación de actividades de la Inteligencia Emocional están: el aumento de las habilidades sociales y relaciones inter e intra personales satisfactorias; disminución de pensamientos negativos; mejor adaptación escolar, social y familiar; disminución de peleas dentro del aula.

El primer espacio de formación emocional es la familia, porque es en donde el niño nace, crece y a medida que va creciendo va interiorizando formas de reacción, comportamiento, habla, y expresión o no de lo que va sintiendo; entonces, al ser la familia ese primer espacio de formación emocional, es fundamental la creación de vínculos afectivos entre padres y sus hijos e hijas.

Pero otro espacio de crecimiento y desarrollo emocional, son sin duda, los centros educativos ya que son lugares en donde los niños y niñas pasan por más de 5 horas al día, interactúan, aprenden y ponen en práctica lo asimilado en casa; por ello, deben ser lugares de apoyo y trabajo conjunto en donde no solamente se desarrolle la parte cognitiva sino se trabaje con la mente, el corazón y la manos, es decir un espacio donde pueda conocer, hacer y sentir.

Se hace necesario en el sistema educativo el compromiso de ver al estudiante como centro del proceso de acción que necesita del entorno para desarrollarse integralmente.

AUTORA:

Isabel Catalina Flores Sisalima



UNIVERSIDAD DE CUENCA

CAPITULO I



INTELIGENCIA EMOCIONAL



UNIVERSIDAD DE CUENCA

CAPITULO N. 1

INTELIGENCIA EMOCIONAL

“Pensador con el corazón” Rafael Bisquerra

Para entender y analizar el concepto de inteligencia emocional es importante analizar las palabras que lo integran, y no simplemente como un análisis literal sino como un acercamiento a la práctica del mismo.

1.1 Emoción

Las emociones son impulsos inconscientes, planes instantáneos para enfrentarnos a la vida, una presión para actuar de maneras diversas; es así como diversos autores la definen o tratan de definirla sin haber un solo concepto de ella; pero, en lo que si se coincide es que está presente en todos los momentos de nuestra vida y manifestada de diferentes formas. (Salguero & Fernández - Berrocal, (2011))

En el diccionario de Neurociencia de Mora y Sanguinetti (2004) definen a la emoción como: “reacción conductual y subjetiva producida por una información proveniente del mundo externo o interno (memoria) del individuo. Se acompaña de fenómenos neurovegetativos. El sistema límbico parte importante del cerebro relacionado con la elaboración de conductas emocionales”.

Entonces, las emociones son los estados anímicos que manifiestan una gran actividad orgánica que se reflejan en los comportamientos externos e internos; en conclusión, una combinación compleja de aspectos fisiológicos, sociales y psicológicos dentro de una misma situación polifacética, como respuesta orgánica a la consecución de un objetivo, de una necesidad o de una motivación; podríamos concluir que: “la naturaleza ha encontrado con la

AUTORA:

Isabel Catalina Flores Sisalima



UNIVERSIDAD DE CUENCA

emoción un mecanismo sabio, y eficiente, capaz de mantener a todos los seres vivos unos frente a otros, y lo más importante la supervivencia biológica” Bisquerra (2012)

Las emociones no simplemente permiten satisfacer necesidades fisiológicas, sino que cuando la corteza cerebral las hace consciente se producen los sentimientos hacia una determinada reacción emocional; la combinación de los mecanismos de supervivencia y los sentimientos es lo que al ser humano le permite ir más allá de la ira, el miedo, dolor y le han llevado a experimentar y buscar sentimientos de bienestar personal.

Con lo expuesto anteriormente, que las emociones son el carruaje para la supervivencia y que con él, simplemente satisfaceríamos un momento y una necesidad deberíamos analizar cuál es el otro elemento que permite que logremos un objetivo.

1.2 Inteligencia

Por los años 1824, inician los estudios sobre inteligencia los mismos que estaban orientados hacia la medición del cráneo y sus características; a inicios del siglo XX Francis Galton fue uno de los que se encargó del estudio sistemático de las diferencias individuales ya que estaba convencido de que si hay diferencias en la adquisición de procesos básicos hay diferencia en la capacidad mental y por lo tanto los seres humanos vamos a ser diferentes en la capacidad mental; sus planteamientos estaban enraizados en conceptos de evolución y en especial de variación. (Molero, 1998)

Por otro lado Wundt estudiaba los procesos mentales con la introspección y a finales del siglo XIX, concretamente en el año 1890, Cattell inventa las pruebas mentales con el objetivo de convertir a la psicología en una ciencia aplicada (Hardy, 1992).

AUTORA:

Isabel Catalina Flores Sisalima



UNIVERSIDAD DE CUENCA

En el año 1905 Alfred Binet bajo el encargo del ministro francés de la Instrucción Pública, quien le pidió que creara un test simple que pudiera utilizarse en las escuelas con el objetivo de separar a los estudiantes entre “regulares” y “deficientes mentales”, pudieran recibir instrucción según sus habilidades es cuando elabora la primera escala de inteligencia para niños. Este instrumento ha tenido varias revisiones y se lo utilizó en diferentes ámbitos lo que contribuyó a su difusión y conocimiento del concepto de Coeficiente Intelectual. (Bisquerra, 2003)

Autores como Spearman y Thurstone aplicaron el análisis factorial al estudio de la inteligencia a partir del *factor g* extrayendo siete habilidades mentales primarias: comprensión verbal, fluidez verbal, capacidad para el cálculo, rapidez perceptiva, representación espacial, memoria y razonamiento inductivo. Otro antecedente es Guilford, que en 1950 presentó sus trabajos sobre estructura de la inteligencia, que abrieron la puerta al estudio de la creatividad y al pensamiento divergente. (Bisquerra, 2003)

En el año 1939 Wechsler diseña la escala Wechsler-Bellevue que evalúa los procesos intelectuales de los adolescentes y adultos y que se presenta como una alternativa a la escala de Stanford-Binet que se había mostrado como poco apropiada para adultos. Diez años más tarde, en 1949, Wechsler adaptó la escala de 1939 modificando algunos elementos del test, obteniendo como resultado la "Escala de Inteligencia Wechsler para Niños". Las posteriores adaptaciones de la escala Wechsler (tanto en su versión para adultos como para niños) Wais y Wisc son incluso hoy en día ampliamente utilizadas por psicólogos y pedagogos. (Molero, 1998)

Para Gardner, desde su punto de vista las definiciones sobre inteligencia han estado influidas por tres matrices de fuerzas importantes: los campos de conocimiento necesarios para la supervivencia de la cultura; los valores propios

AUTORA:

Isabel Catalina Flores Sisalima



UNIVERSIDAD DE CUENCA

de la cultura y finalmente el sistema educativo que instruye y nutre las diversas competencias de los individuos, Gardner realizó entre 1979 y 1983 un estudio sobre la naturaleza del potencial humano en sus obras expone de manera sistemática la teoría de las inteligencias múltiples y concluye que no deberíamos enfocarnos hacia la construcción de un concepto de inteligencia único que enfoque un elemento complejo, sino a la explicación de diversas manifestaciones de la inteligencia dentro de cada cultura a través de ellas y a la pluralidad del intelecto.. (Molero, 2003)

En su obra Gardner (1993) distingue siete inteligencias: musical, cinético-corporal, lógico-matemática, lingüística, espacial, interpersonal e intrapersonal. Posteriormente Gardner (2001) añade dos más: inteligencia existencial e inteligencia naturalista. La inteligencia naturalista se refiere a la conciencia ecológica que permite la conservación del entorno; la existencial es la que utilizamos cuando nos formulamos preguntas sobre el sentido de la vida, el más allá; incluso sugiere la posibilidad de otras inteligencias. (Bisquerra, 2003)

De todas estas inteligencias, son la inteligencia interpersonal y la intrapersonal las que nos interesan particularmente, ya que son las que tienen que ver con la inteligencia emocional y en cierta forma, la inteligencia emocional está formada por estas dos inteligencias.

1.3 Inteligencia emocional

Según Salovey y Mayer (1995) y la revisión posterior de Mayer y Salovey (1997), la inteligencia emocional consiste en la “habilidad para manejar los sentimientos y emociones, discriminar entre ellos y utilizar estos conocimientos para dirigir propios pensamientos y acciones”; ésta habilidad implica comprender las propias emociones y la de los demás (Mayer, Caruso, y Salovey, 1999).

AUTORA:

Isabel Catalina Flores Sisalima



UNIVERSIDAD DE CUENCA

Su modelo se estructura en cuatro bloques que se constituyen como una pirámide iniciando como la base:

- **Percepción, valoración y expresión de la emoción**: hace referencia a la habilidad de las personas para el reconocimiento de las emociones propias como de quienes le rodean, también al grado en el que los individuos pueden identificar convenientemente sus propias emociones, así como los estados y sensaciones fisiológicas y cognitivas que éstas conllevan, lo que implicaría la facultad para discriminar acertadamente la honestidad y sinceridad de las emociones expresadas por los demás. (Fernández y Extremera, 2010)
- **La emoción como facilitadora del pensamiento**: Esta habilidad se centra en cómo las emociones afectan al sistema cognitivo y cómo nuestros estados afectivos ayudan a la toma de decisiones las emociones sentidas se hacen conscientes y dirigen la atención hacia la información importante; por lo tanto las emociones nos permiten atender a la información relevante, facilitan la toma de decisiones, así como el cambio de perspectiva y en ocasiones, determinan la forma en la que nos enfrentamos a los problemas. (Fernández y Extremera, 2005)
- **Comprensión y análisis de las emociones**. La capacidad para etiquetar las distintas emociones, entender las relaciones existentes entre las mismas y las diferentes situaciones a las que obedecen, así como la comprensión de emociones complejas y de la transición de unos estados emocionales a otros. (Fernández y Extremera, 2005)
- **Regulación de las emociones promoviendo el crecimiento emocional e intelectual**. La habilidad para estar abierto tanto a los estados emocionales positivos como a los negativos como única vía para su entendimiento y la destreza para regular las emociones propias y las

AUTORA:

Isabel Catalina Flores Sisalima



UNIVERSIDAD DE CUENCA

de los demás sin minimizarlas o extremarlas. (Fernández y Extremera, 2005)

A pesar de existir varios modelos teóricos de inteligencia emocional lo que en realidad se está de acuerdo es que todas las personas necesitamos competencias de la inteligencia emocional para resolver los conflictos, adaptarse a los cambios.

1.4 Evaluación de la Inteligencia Emocional

Según Natalio Extremera (2003) en el ámbito educativo se han empleado tres enfoques evaluativos de la inteligencia emocional:

- El primer grupo incluye los instrumentos clásicos de medidas basados en cuestionarios y auto-informes cumplimentados por el propio alumno;
- El segundo grupo reúne medidas de evaluación de observadores externos basadas en cuestionarios que son rellenados por compañeros del alumno o el propio profesor; y
- El tercer grupo agrupa las llamadas medidas de habilidad o de ejecución de IE compuesta por diversas tareas emocionales que el alumno debe resolver.

1.4.1 Instrumentos clásicos de evaluación de inteligencia emocional: cuestionarios, escalas y autoinformes

Estas medidas confían en los procesos introspectivos como una de las formas más efectivas de indagar en los aspectos emocionales y afectivos del ser humano; además que esta han sido utilizadas como medias de autoinforme de la llamada inteligencia emocional percibida o metaconocimiento de las habilidades emocionales.

Están estructurados con enunciados verbales cortos en los que los que se evalúa a través de la propia estimación los niveles en determinadas variables en una escala de Likert que varía desde *nunca* (1 punto) a *muy frecuentemente*

AUTORA:

Isabel Catalina Flores Sisalima



UNIVERSIDAD DE CUENCA

(5 puntos). Este indicador se denomina “índice de inteligencia emocional percibida o auto-informada” y revela las creencias y expectativas de los alumnos sobre si pueden percibir, discriminar y regular sus emociones.

Existen varios cuestionarios sobre inteligencia emocional que, aunque similares en su estructura, cada uno evalúa diferentes componentes de ella. Uno de los primeros cuestionarios es la Trait-Meta Mood Scale (TMMS). Este cuestionario ha sido uno de los más utilizados en el ámbito científico y aplicado, por ello lo hemos considerado para que sea el instrumento de evaluación de nuestras investigación.

La escala proporciona una estimación personal sobre los aspectos reflexivos de nuestra experiencia emocional; contiene tres dimensiones claves de la inteligencia emocional intrapersonal: Atención a los propios sentimientos: *“Pienso en mi estado de ánimo constantemente”*, Claridad emocional: *“Frecuentemente me equivoco con mis sentimientos”* y Reparación de las propias emociones: *“Aunque a veces me siento triste, suelo tener una visión optimista”*. La versión clásica contiene 48 ítems aunque hay versiones reducidas de 30 y de 24 ítems que fueron adaptadas al castellano por Fernández-Berrocal, Alcaide, Domínguez, Fernández-McNally, Ramos y Ravira, en 1998.

Otro instrumento similar al anterior es la escala de IE de Schutte. Esta medida proporciona una única puntuación de inteligencia emocional, su adaptación al castellano fue realizada por Chico, 1999. Las investigaciones posteriores han encontrado que esta escala se puede dividir en cuatro subfactores: 1) Percepción emocional: *“Encuentro difícil entender los mensajes no verbales de otras personas*; 2) Manejo de emociones propias *“Me motivo a mí mismo imaginando un buen resultado en las tareas que voy a hacer”*; 3) Manejo de las emociones de los demás *“Solucionar los problemas de los demás me divierte”* y, por último, 4) Utilización de las emociones *“Cuando siento que mis*

AUTORA:

Isabel Catalina Flores Sisalima



UNIVERSIDAD DE CUENCA

emociones cambian, se me ocurren nuevas ideas". (Extremera y Fernández, 2004)

Otro de los instrumentos empleados en la investigación es el inventario EQ-i de Bar-On, adaptado al castellano por MHS, no obstante, como sus propios autores han afirmado se trata más bien de un inventario sobre una amplia gama de habilidades emocionales y sociales más que un instrumento genuino de inteligencia emocional. (Extremera y Fernández, 2004)

Esta medida contiene 133 ítems y está compuesta por cinco factores generales, que se descomponen en un total de 15 subescalas: 1) inteligencia intrapersonal, evalúa las habilidades de autoconciencia-emocional, autoestima personal, asertividad, auto-actualización e independencia; 2) inteligencia interpersonal, que comprende: empatía, relaciones interpersonales y responsabilidad social; 3) adaptación, que incluye las habilidades de solución de problemas, comprobación de la realidad y flexibilidad; 4) gestión del estrés, compuesta por: tolerancia al estrés y control de impulsos y 5) humor general, integrada por: felicidad y optimismo. Además, el inventario incluye 4 indicadores de validez que miden el grado con que los sujetos responden al azar o distorsionan sus respuestas y cuyo objetivo es reducir el efecto de deseabilidad social e incrementar la seguridad de los resultados obtenidos. (Extremera y Fernández, 2004)

Dentro de los posibles predictores de la adaptación personal del individuo, la regulación de la emoción se ha propuesto recientemente como un factor importante para explicar el ajuste psicológico. Los estados afectivos y las emociones tienen un valor adaptativo e informativo importante para las personas que las experimentan (Salovey y Mayer, 1990), pero si persisten en el tiempo una vez que su papel funcional ha terminado puede llegar a ser perjudicial.

AUTORA:

Isabel Catalina Flores Sisalima



UNIVERSIDAD DE CUENCA

Para otros autores desde la perspectiva de la medida, la utilización de autoinformes para evaluar la inteligencia emocional ha sido muy criticada ya que el uso de expresiones descriptivas de la persona sobre si misma como forma de medir habilidades de inteligencia depende del autoconcepto de la persona que responde. Si éste fuera muy preciso, las medidas serían precisas pero los datos existentes indican que las correlaciones entre la inteligencia y los autoinformes son bajas, con valores de entre 0 y 0 .35. Además, los factores de la inteligencia emocional incorporan un alto grado de deseabilidad social.

Pero, es indiscutible su utilidad en este campo sobre todo en el hecho de proporcionar información sobre las habilidades intrapersonales y comportamientos autoinformados de las personas porque el mundo emocional es interior, uno de los métodos más eficaces para conocer a la propia persona, a pesar de sus sesgos, es preguntándole sobre cómo se siente, qué piensa, o cómo le afectan determinados sucesos.

1.4.2 Medidas de evaluación de inteligencia emocional basada en observadores externos

Esta segunda forma de evaluar los niveles de la inteligencia emocional parte de un presupuesto básico: si la ésta implica la capacidad para manejar y comprender las emociones de las personas que nos rodean, *¿por qué no preguntar a las personas más cercanas a nosotros sobre cómo manejamos nuestras emociones en público y la forma de afrontar los sucesos que nos ocurren en nuestra vida cotidiana?*

Este procedimiento se considera un medio eficaz para evaluar la inteligencia emocional interpersonal, es decir, nos indica el nivel de habilidad emocional percibida por los demás. (Extremera y Fernández, 2004)

Comúnmente son llamados instrumentos basados en la observación externa o evaluación 360°, en ellos se solicita la estimación por parte de los compañeros de clase o el profesor para que nos den su opinión sobre cómo el alumno es

AUTORA:

Isabel Catalina Flores Sisalima



UNIVERSIDAD DE CUENCA

percibido con respecto a su interacción con el resto de compañeros, su manera de resolver los conflictos en el aula o bien su forma de afrontar las situaciones de estrés.

Esta forma de evaluación es complementaria al primer grupo de medidas y sirve de información adicional y como medida para evitar posibles sesgos de deseabilidad social.

1.4.2 Medidas de habilidad de la inteligencia emocional basadas en tareas de ejecución

Este último grupo de medidas surge para suplir los problemas de sesgos que presentan las dos metodologías anteriores. El objetivo de estos instrumentos es, por una parte, evitar la falsación de las respuestas por los propios sujetos en situaciones donde una imagen positiva es deseable y, por otra, disminuir los sesgos perceptivos y situacionales provocados por los observadores externos.

Tienen la siguiente lógica si queremos evaluar si una persona es hábil o no en un ámbito, la mejor forma de hacerlo es comprobar sus habilidades; es decir, no se le solicita a la persona que nos diga cómo cree él que hace o no se le pregunta a un familiar o amigo si lo sabe hacer, la prueba requiere que demuestre sus propias habilidades.

En general, las medidas de habilidad consisten en un conjunto de tareas emocionales, más novedosas en su procedimiento y formato, que evalúan el estilo en que un estudiante resuelve determinados problemas emocionales comparando sus respuestas con criterios de puntuación predeterminados y objetivos. Por ejemplo, si queremos evaluar la percepción emocional se examina si la personas es capaz de reconocer emociones en ciertas expresiones faciales y si nuestro propósito es evaluar la capacidad de manejo

AUTORA:

Isabel Catalina Flores Sisalima



UNIVERSIDAD DE CUENCA

emocional se valorará la idoneidad de las estrategias de solución de problemas seleccionadas por el alumno para resolver un conflicto interpersonal.

Existen dos medidas de habilidad para evaluar la inteligencia emocional desde este acercamiento, el MEIS basada en el modelo de Salovey y Mayer y su versión mejorada el MSCEIT. Estas medidas abarcan cuatro áreas de la inteligencia emocional: 1) percepción emocional; 2) asimilación emocional, 3) comprensión emocional y 4) regulación afectiva.

En la medida que la inteligencia emocional es considerada una forma de inteligencia como la inteligencia verbal, espacial o matemática, los autores consideran que puede evaluarse mediante diferentes tareas emocionales de la misma manera que el cociente intelectual (CI) puede evaluarse a través de las habilidades puestas en práctica, por ejemplo, en el test de inteligencia de Weschler.

A pesar de estas evidencias, las medidas de inteligencia emocional basadas en el modelo mixto, y por extensión esta concepción de la inteligencia emocional, han sido fuertemente criticadas, las que se basan en las relaciones obtenidas entre inteligencia emocional y otros constructos, así como en la forma en que ésta ha sido medida: cuestionarios autoinforme. Para los críticos las correlaciones entre estas medidas de inteligencia emocional y otros constructos evidencian que la inteligencia emocional todavía no presenta un dominio conceptual coherente: los datos muestran la elevada interrelación entre ellos y no queda claro en qué medida un constructo que agrupe a otros ya existentes un macroconstructo, por así decirlo aporta mayor validez que la suma de éstos por separado.

AUTORA:

Isabel Catalina Flores Sisalima



1.5 Contextos de aplicación de la inteligencia emocional

1.5.1 Inteligencia Emocional en la familia

Los seres humanos somos la expresión más evolucionada en la escala biológica, los padres permanentemente enseñan a sus hijos: el valor de la realidad, transmiten habilidades y conocimientos, estructurando la seguridad que les permitirá ser individuos completos, que se valen por sí mismo, especiales y únicos.

La influencia más fuerte en la expresión de estados emocionales del niño viene de los padres. Su influencia, se puede apreciar durante el proceso conocido como de identificación, en el que la niña hace suyos e interioriza rasgos y cualidades de los padres hasta convertirlos en propios; por lo tanto, los padres constituyen los agentes más significativos en el desarrollo emocional del niño; por ello, la vida en familia es el primer aprendizaje emocional, en ella la persona aprende a sentir a su propio yo y cómo reaccionarán las demás personas con respecto a sus sentimientos; a pensar sobre estos sentimientos y qué alternativas tiene; a interpretar y expresar esperanzas y temores. (Zamora, 2005)

El tiempo de los padres es muy valioso; no puede permitirse perder tiempo y energía emocional en el caos del hogar, en relaciones insatisfactorias con los niños, o en niños fuera de control y carentes de responsabilidad por ello es importante esforzarse para llevar una vida de familia armoniosa. (Elias, Tobias, Friedlander, 1999)

1.5.2 Inteligencia Emocional y las relaciones interpersonales

El infierno son los otros como decía Sartre o, al menos, en algunas ocasiones los demás pueden convertir nuestra vida en un infierno. Pero también, y a la vez, es cierto como resalta el profesor Fierro que “Nadie es feliz y nadie es

AUTORA:

Isabel Catalina Flores Sisalima



UNIVERSIDAD DE CUENCA

alguien sin los otros” (2000; p. 202). La IE es importante para entender cómo la persona se adapta de forma positiva a su entorno social y emocional y comprender el origen y la evolución de sus relaciones sociales (Mayer y Salovey, 1997). Una habilidad indispensable para evitar, cuando sea posible, que los demás conviertan nuestra vida en un infierno o que nosotros mismos lo hagamos. Una herramienta crucial para saber compartir nuestra dicha y nuestra suerte, pero del mismo modo nuestros infortunios y nuestras sombras. (Fernández y Extremera, 2010)

1.5.3 Inteligencia Emocional y las relaciones románticas

Marc Brackett conjuntamente con otros investigadores han investigado la influencia de la IE en la calidad de las relaciones románticas (Brackett, Warner y Bosco, 2005). Las relaciones románticas son un caso especial de relación y adaptación social en el que la IE tiene una función esencial para que se produzca una implicación emocional íntima adecuada.

Fitness (2006) ha propuesto algunas ideas muy interesantes sobre la conexión entre la IE y las relaciones románticas. La autora sugiere que las personas con alta IE podrían manejar con éxito algunas situaciones emocionalmente delicadas en la pareja como pedir perdón y saber concederlo. También jugaría un papel crucial para afrontar de forma constructiva los conflictos de pareja y las emociones negativas que suelen ir asociadas como el miedo, el enfado o el odio. En definitiva, las parejas con alta IE se distinguen por tener la capacidad, a pesar de los problemas, para generar un clima emocional positivo en su relación. (Fernández y Extremera, 2010)

AUTORA:

Isabel Catalina Flores Sisalima



1.5.4 Inteligencia Emocional en el ámbito profesional

En el ámbito profesional, nuestras habilidades emocionales y sociales desempeñan una función indispensable en un contexto tan competitivo y demandante, así como un cambio continuo y adaptación al medio laboral.

El puro conocimiento sin inteligencia emocional, normalmente, va abocado al fracaso. Las facultades de la inteligencia emocional son sinérgicas con las cognitivas; los trabajadores excelentes poseen las dos. Cuanto más complejo es el trabajo, más importante es la inteligencia emocional, aunque sólo sea porque la deficiencia en estas facultades puede dificultar la aplicación de la pericia técnica y el intelecto que se tenga.

Desde esta perspectiva puede y debe trabajarse en la inteligencia emocional como algo resultante del esfuerzo personal y no como algo que no se puede cambiar. (Martorell, Gómez, Rasal, 2011)

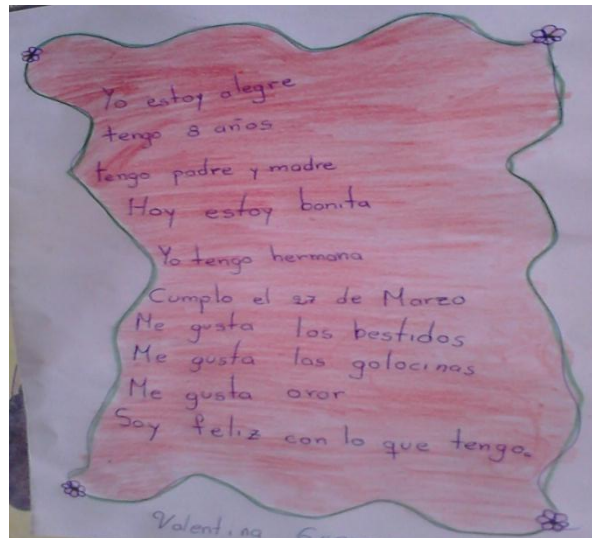
1.5.5 Inteligencia Emocional en el contexto educativo

Para mejorar la convivencia educativa y prevenir la violencia, es preciso enseñar a resolver conflictos de forma constructiva; es decir, pensando, dialogando y negociando pero es primordial que “El profesor, con sus actitudes y comportamientos, puede ofrecer un clima de seguridad, respeto y confianza ante los alumnos.” (López Cassá, 2012)

Entonces, el desarrollo de habilidades dentro del sistema educativo va a depender netamente de los docentes quienes tienen que asumir el reto de crear ambientes cálidos para que el aprendizaje tanto emocional como cognitivo vayan de la mano y permitan el desarrollo integral.



CAPITULO II



EDUCACIÓN EMOCIONAL





UNIVERSIDAD DE CUENCA

CAPITULO N. 2

EDUCACIÓN EMOCIONAL

“Los hombres olvidan siempre que la felicidad humana es una disposición de la mente y no una condición de las circunstancias” J. Locke

Según el INEC de cada 10 mujeres sufren algún tipo de violencia, 6 de cada 10 mujeres sufren violencia de género, en el 2007 en el 2.309 personas murieron homicidio, los índices de violencia en el Ecuador están aumentando, pero cuál es el papel de la Educación Emocional. Para Rafael Bisquerra (2003) La educación emocional pretende dar respuesta a un conjunto de necesidades sociales que no quedan suficientemente atendidas en la educación formal, por ello en este capítulo se analizará la importancia de la educación emocional y los resultados de algunos estudios.

2.1 Educación Emocional

Actualmente se observa índices elevados de fracaso escolar, dificultades de aprendizaje, estrés ante los exámenes, abandonos en los estudios. Estos hechos provocan estados emocionales negativos, como la apatía o la depresión; y, en algunos casos, llegan a intentos y/o suicidio. Todo ello está relacionado con deficiencias en la madurez y el equilibrio emocional que reclaman una atención por parte del sistema educativo.

Concentrarse exclusivamente en el desarrollo de ciertas habilidades y capacidades durante la educación formal puede tener efectos negativos y no llegar a cumplir el objetivo de la educación educar para la vida.

Delors (1996) señala que para hacer frente a los nuevos desafíos del siglo XXI se hace imprescindible asignar nuevos objetivos a la educación, y por lo tanto modificar la idea que se tiene de su utilidad. Con objeto de cumplir su misión, la

AUTORA:

Isabel Catalina Flores Sisalima



UNIVERSIDAD DE CUENCA

educación debe organizarse en torno a cuatro pilares: a) *aprender a conocer*; b) *aprender a hacer*; c) *aprender a vivir juntos*; y d) *aprender a ser*.

Por lo tanto, la educación debería desarrollar programas que aporten al desarrollo de éstos cuatro pilares y no centrarse solamente en alguno, por lo que se hace imprescindible el desarrollo de programas que ayuden a la persona a conocerse a sí mismo y tener herramientas para enfrentar de mejor manera los problemas que se le presenten, lo que nos lleva a proponer a la Educación Emocional como fuente de competencias básicas para la vida.

A pesar de que existe una cultura basada en *patogénesis*, basada solamente en los elementos negativos, en curar enfermedades, en diagnosticar lo que falta o no tienen una persona; hoy es imprescindible pasar a la *salutogénesis*, decir trabajar en formas de prevención y creando espacios de bienestar, siendo parte de la solución, siendo esos elementos que Bisquerra denomina factores protectores que ayudan al equilibrio emocional, a desarrollar habilidades socioemocionales, para resolución de conflictos. (Vera, 2006)

Si uno de los roles de la educación es la prevención es importante que se trabaje en Educación Emocional como forma de prevención primaria porque el desarrollo de competencias básicas para la vida permite maximizar las tendencias constructivas, minimizar las destructivas y trabajar en dos grandes aspectos: el desarrollo cognitivo y el desarrollo emocional lo que permitirá desarrollar conductas altruistas, prevenir los tambaleos emocionales y aumentar el bienestar y la salud emocional.

2.1.1 Concepto de educación emocional

El desarrollo de las competencias emocionales da lugar a la educación emocional, entonces la **educación emocional** es un “*proceso educativo*,

AUTORA:

Isabel Catalina Flores Sisalima



UNIVERSIDAD DE CUENCA

continuo y permanente, que pretende potenciar el desarrollo de las competencias emocionales como elemento esencial del desarrollo integral de la persona, con objeto de capacitarle para la vida. Todo ello tiene como finalidad aumentar el bienestar personal y social". Bisquerra (2003)

Este concepto nos lleva a pensar que no puede dejarse para un momento en la vida de una persona sino que debería desarrollarse de forma continua y permanente en todos los espacios escuela, familia, trabajo lo que aportará tanto en su desarrollo personal y social, no terminando nunca y permitiendo adaptarse, desarrollarse y vivir plenamente.

Asumir a la educación de manera responsable es un reto para la comunidad de docentes, un aprendizaje que apunte al crecimiento integral y saludable de niños y jóvenes, teniendo en cuenta su dimensión física, psíquica y social, para contribuir a su equilibrio y bienestar, a su rendimiento académico positivo y al desarrollo de factores protectores que sirvan de estrategia preventiva frente a los posibles riesgos que surgen en edades cada vez más tempranas. (Berrocal 2008)

2.1.2 Objetivos de la Educación Emocional

Para Rafael Bisquerra (2010) los *objetivos generales* de la educación emocional:

- Adquirir un mejor conocimiento de las propias emociones
- Identificar las emociones de 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 una mayor competencia emocional
- Desarrollar la habilidad de automotivarse.

AUTORA:

Isabel Catalina Flores Sisalima



UNIVERSIDAD DE CUENCA

- Adoptar una actitud positiva ante la vida
- Aprender a fluir

De estos objetivos generales se pueden derivar otros objetivos más específicos, en función del contexto de intervención

- Desarrollar la capacidad para controlar el estrés, la ansiedad y los estados depresivos.
- Tomar conciencia de los factores que inducen al bienestar subjetivo.
- Potenciar la capacidad para ser feliz.
- Desarrollar el sentido del humor.
- Desarrollar la capacidad para diferir recompensas inmediatas en favor de otras de mayor nivel pero a largo plazo.
- Desarrollar la resistencia a la frustración.

2.1.3 Fundamentos de la Educación Emocional

Rafael Bisquera (2003) dice que la educación emocional recoge las aportaciones de otras ciencias, integrándolas en una unidad de acción fundamentada; algunos de los fundamentos más relevantes de la educación emocional son los siguientes:

Los movimientos de renovación pedagógica, con sus diversas ramificaciones se proponían una educación para la vida, donde la afectividad tenía un papel relevante. Ilustres teóricos y representantes de estos movimientos han llamado la atención sobre la dimensión afectiva del alumnado. Entre ellos recordemos Pestalozzi, Froebel, Dewey, Tolstoi, Montessori, Rogers, en la que planteaban al igual el papel esencial de la afectividad en el aprendizaje.

Movimientos recientes de innovación educativa, tales como la educación psicológica, la educación para la carrera, la educación moral, las habilidades sociales, el aprender a pensar, la educación para la salud, la orientación para la prevención y el desarrollo humano tienen una clara influencia en la educación emocional. (Bisquera, 2003)

AUTORA:

Isabel Catalina Flores Sisalima



UNIVERSIDAD DE CUENCA

La psicología humanista, con Carl Rogers, Gordon Allport, Abraham Maslow y otros, puso un énfasis especial en las emociones; la logoterapia de V. Frankl, al buscar el sentido de la vida, llegó a conceptos como la responsabilidad en la actitud ante la vida; la psicología cognitiva, y en especial la psicoterapia racional-emotiva de Ellis, es otro referente significativo; otras aportaciones son las de Carkhuff, Beck, Meichenbaum. (Bisquerra, 2003)

El aprendizaje social de Bandura, que pone el énfasis en el rol de los modelos en el proceso de aprendizaje; esto sugiere la inclusión del modelado como estrategia de intervención y poner un énfasis en analizar como los modelos pueden influir en las actitudes, creencias, valores y comportamientos y el papel como adultos significativos que tenemos dentro de este aprendizaje. (Bisquerra, 2003)

Otras aportaciones metodológicas a tener presente son, entre otras, el modelo de desarrollo social que se ha aplicado a la prevención de la delincuencia; el modelo ecológico y sistémico de Bronfenbrenner; la teoría del comportamiento problemático y desarrollo social, que se ha aplicado en grupos de riesgo; la teoría de la acción razonada. (Bisquerra, 2003)

Las teorías de las emociones, que se remontan a los orígenes de la historia de la filosofía y de la literatura, pero cuyos orígenes claramente científicos probablemente haya que buscarlos a finales del siglo XIX. Hay que señalar que después de unos brillantes inicios con Ch. Darwin, William James, Cannon y otros, el estudio de la emoción sufrió un cierto letargo hasta finales de los años ochenta, con la llegada de la investigación científica de la emoción desde la psicología cognitiva Arnold, Izard, Frijda, Buck, Lazarus. (Bisquerra, 2003)

La teoría de las inteligencias múltiples de Gardner en particular por lo que se refiere a la inteligencia interpersonal y la intrapersonal, son un referente fundamental. (Bisquerra, 2003)

AUTORA:

Isabel Catalina Flores Sisalima



UNIVERSIDAD DE CUENCA

La inteligencia interpersonal se construye a partir de la capacidad para establecer buenas relaciones con otras personas; la inteligencia intrapersonal se refiere al conocimiento de los aspectos internos de sí mismo.

Las recientes aportaciones de la neurociencia han permitido conocer mejor el funcionamiento cerebral de las emociones, por ejemplo, el saber que las emociones activan respuestas fisiológicas (taquicardia, sudoración, tensión muscular, neurotransmisores; que una vez producidas son difíciles de controlar, o que una disminución en el nivel de serotonina puede provocar estados depresivos, aporta datos valiosos para la intervención. Igualmente es interesante conocer el papel de la amígdala en las emociones; las características diferenciales de la comunicación entre el sistema límbico y la corteza cerebral en función de la dirección de la información. (Fernández, 2008)

Las aportaciones de la psiconeuroinmunología indican como las emociones afectan al sistema inmunitario. Las emociones negativas debilitan las defensas del sistema inmunitario, mientras que las emociones positivas lo refuerzan. Estos trabajos evidencian la relación entre las emociones y la salud. (Fernández, 2008)

Las investigaciones sobre el bienestar subjetivo, realizadas por autores como Strack, Argyle, Schwartz, Veenhoven, etc., han introducido un constructo de gran incidencia social. Conviene distinguir entre bienestar objetivo (material) y bienestar subjetivo (emocional). Si bien se analiza se llega a la conclusión de que las personas buscan el bienestar subjetivo. Todo lo que hacemos son pasos para intentar conseguirlo. Entre los factores que favorecen el bienestar subjetivo están las relaciones sociales y la familia, el amor y las relaciones sexuales, la satisfacción profesional, las actividades de tiempo libre, salud, etc. Es curioso observar que las principales fuentes de bienestar subjetivo coinciden con las causas de conflicto y malestar. (Fernández, 2008)

AUTORA:

Isabel Catalina Flores Sisalima



UNIVERSIDAD DE CUENCA

Relacionado con el bienestar está el concepto de fluir (*flow*) o experiencia óptima, introducido por Mihaly Csikszentmihalyi. El fluir se refiere a las ocasiones en que sentimos una especie de regocijo, un profundo sentimiento de alegría o felicidad, que lo habíamos estado buscando y deseando durante mucho tiempo y que se convierte en un referente de cómo nos gustaría que fuese la vida. La felicidad es una condición vital que cada persona debe preparar, cultivar y defender individualmente. No se puede comprar con dinero o con poder. No parece depender de los acontecimientos externos, sino más bien de como los interpretamos. (Bisquerra, 2003)

La fundamentación teórica de la educación emocional desemboca en la selección de contenidos del programa de intervención.

Criterios a tener en cuenta en la selección de contenidos son: 1) los contenidos deben adecuarse al nivel educativo del alumnado al que va dirigido el programa; 2) los contenidos deben ser aplicables a todo el grupo clase; 3) deben favorecer procesos de reflexión sobre las propias emociones y las emociones de los demás.

2.1.4 Contenidos de la Educación Emocional

Los contenidos de la educación emocional pueden variar según los destinatarios, nivel educativo, conocimientos previos, madurez personal, igualmente podemos distinguir entre un programa de formación de profesores y un programa dirigido al alumnado.

En primer lugar se trata de dominar el marco conceptual de las emociones, que incluiría el concepto de emoción, los fenómenos, tipos de emociones, emociones positivas y negativas, conocer las características de las emociones principales: miedo, ira, ansiedad, tristeza, vergüenza, aversión, alegría, amor, humor, felicidad.

AUTORA:

Isabel Catalina Flores Sisalima



UNIVERSIDAD DE CUENCA

La educación emocional sigue una metodología eminentemente práctica con objeto de favorecer el desarrollo de competencias emocionales como las siguientes.

Las aplicaciones de la educación emocional se pueden dejar sentir en múltiples situaciones: comunicación efectiva y afectiva, resolución de conflictos, toma de decisiones, prevención inespecífica.

En último término se trata de desarrollar la autoestima, con expectativas realistas sobre sí mismo, desarrollar la capacidad de fluir y la capacidad para adoptar una actitud positiva ante la vida. Todo ello de cara a posibilitar un mayor bienestar subjetivo, que redundará en un mayor bienestar social.

Para continuar con este análisis sobre la importancia de la educación emocional conviene responder a la siguiente pregunta: ¿Qué capacidades tienen los niños y jóvenes que cuentan con habilidades sociales y emocionales?

Los niños y jóvenes con habilidades sociales y emocionales tienen capacidades en cinco áreas fundamentales: Punset (2008)

- Son conscientes de sí mismos y capaces de reconocer sus propias emociones, de describir sus intereses y valores y de juzgar objetivamente sus puntos fuertes.
- Tienen una sólida confianza en sí mismos y miran al futuro con esperanza.
- Son capaces de controlar sus emociones y pueden controlar su estrés y sus impulsos y perseverar para superar obstáculos.
- Son capaces de medir los progresos conseguidos en la búsqueda de sus metas personales y académicas, así como de expresar sus emociones de manera apropiada en una amplia variedad de situaciones
- Son conscientes de su entorno social.

AUTORA:

Isabel Catalina Flores Sisalima



UNIVERSIDAD DE CUENCA

- Son capaces de comprender las perspectivas de los demás, de sentir empatía y de reconocer y apreciar las semejanzas y diferencias tanto entre individuos como entre distintos grupos sociales.
- Son capaces de salir a buscar y de utilizar apropiadamente los recursos familiares, escolares y de la comunidad.
- Tienen buenas habilidades para relacionarse con los demás.
- Pueden establecer y mantener relaciones saludables y gratificantes basadas en la cooperación.
- Son capaces de resistir presiones sociales inadecuadas; de prevenir, gestionar y resolver de forma constructiva conflictos interpersonales; y pedir y dar ayuda cuando es necesario.
- Son capaces de tomar decisiones de forma responsable en la escuela, en casa y en la comunidad.
- Aplican su capacidad de toma de decisiones en situaciones académicas y cuando toman decisiones, toman en cuenta las normas éticas, las preocupaciones de seguridad, las normas sociales apropiadas, el respeto hacia los demás y las probables consecuencias de las distintas posibilidades de acción.

Además Pérez – Gonzalez y Pena (2008) dan algunas sugerencias a la hora de diseñar, implementar y evaluar programas de Educación Emocional:

- Basarse el programa en un marco conceptual sólido y en la investigación previa, haciendo explícito cuál es el modelo de inteligencia emocional o competencias socioemocionales que se adopta
- Especificar objetivos del programa en términos evaluables.
- Realizar esfuerzos coordinados que implique a toda la comunidad educativa.
- Asegurar el apoyo de las autoridades.

AUTORA:

Isabel Catalina Flores Sisalima



UNIVERSIDAD DE CUENCA

- Impulsar una implantación sistémica
- Emplear técnicas activas y participativas que promuevan el aprendizaje cooperativa.
- Usar diseños experimentales y cuasi experimentales de forma rigurosa.

2.2 Resultados y experiencias de la aplicación de algunos programas de Educación emocional

En los colegios que integran el aprendizaje social y emocional en su vida diaria, los estudiantes se sienten más felices y más motivados para aprender, los adultos se sienten más satisfechos de su trabajo y los logros académicos de los estudiantes aumentan. (Punset, 2008)

2.1.1. Resultados en España

En los Colegios de la Institución Educativa SEK de España se han implantado en Educación Primaria el Programa de Educación Social y Emocional: Resolución Creativa de Conflictos (RCCP) de Linda Lantieri y Daniel Goleman para la enseñanza sistemática de la Inteligencia Emocional en las aulas.

El Programa **Resolución Creativa de Conflictos** ejecuta un plan para aprender a gestionar la vida, aprendiendo formas creativas para ser más conscientes de sí mismos, hacer frente a los conflictos, regular las emociones, pensar críticamente y convertirse en líderes en sus escuelas y comunidades y, cuando lleguen a adultos, poseer recursos para ser miembros activos y responsables de la sociedad en la que viven.

Los resultados obtenidos han sido los siguientes:

- Reducción de conflictos.
- Una amplia difusión de empatía, solidaridad y cooperación.

AUTORA:

Isabel Catalina Flores Sisalima



UNIVERSIDAD DE CUENCA

- Excelente desempeño en lectura, escritura y matemáticas para estudiantes de todas las habilidades.
- Adultos modelando la competencia social y emocional; la administración liderando con inteligencia emocional.
- Un gran número de estudiantes ejercen el liderazgo para mejorar su comunidad escolar.
- Los padres se sienten cómodos en la escuela, ayudando eficazmente a sus hijos, teniendo voz en las decisiones importantes, y trabajando en colaboración con los profesores para que la escuela funcione.

2.2.1 Proyecto INTEMO

“Programa Intemo” está basado en el modelo de Inteligencia Emocional (IE) de Mayer y Salovey en donde la IE implica un conjunto de habilidades que pueden ser aprendidas y mejoradas a través de la educación.

El “Programa Intemo”, un proyecto de educación emocional financiado por la delegación del Gobierno para el Plan Nacional sobre Drogas, está dirigido a adolescentes de entre 12 y 18 años pertenecientes a diferentes Institutos de Educación Secundaria de la provincia de Málaga. El objetivo principal de la intervención es dotar a los alumnos de habilidades emocionales y analizar su influencia sobre el inicio y consumo progresivo de sustancias adictivas, así como sobre variables psicosociales tales como la autoestima, la adaptación personal, la inadaptación escolar o el desajuste emocional. Desde el modelo teórico de Salovey y Mayer, la IE es concebida como una inteligencia centrada en el uso adecuado de las emociones para que la persona pueda solucionar problemas y adaptarse de forma eficaz al entorno que le rodea. El modelo de habilidad de Mayer y Salovey considera que la IE se conceptualiza a través de cuatro habilidades básicas (Mayer y Salovey, 1997).

AUTORA:

Isabel Catalina Flores Sisalima



UNIVERSIDAD DE CUENCA

Estas habilidades emocionales están a su vez interrelacionadas y permiten a la persona procesar la información emocional de forma completa. Lo más relevante es que estas habilidades pueden desarrollarse a través del El “Programa Intemo” se ha llevado a cabo en 10 sesiones durante una hora a la semana, dirigidas por profesionales externos (psicólogos), en diferentes colegios de enseñanza secundaria de la provincia de Málaga durante tres años, participando cerca de 2000 alumnos en él (Ruiz-Aranda, Cabello, Fernández- Berrocal, Salguero y Extremera, 2007).

- **Entre los efectos que se han obtenido son los efectos de la IE sobre el consumo de drogas**

Los primeros resultados de este estudio han mostrado que los adolescentes con más inteligencia emocional consumen menos drogas tanto legales como ilegales. En concreto, los estudiantes de entre 13 y 16 años con más inteligencia emocional consumen significativamente menos tabaco, alcohol, tranquilizantes.

2.2.2 Resultados de la aplicación en escuelas y colegios de Reino Unido

Pilar Aguilar Fuertes (2008) en el año 2005, el Departamento de Educación difundió the Social and Emotional Aspects of Learning (SEAL) para todas las escuelas de primaria de Inglaterra actualmente el SEAL ha sido implantado en el 50% de las escuelas públicas inglesas, después de haber sido pilotado por la National Primary Strategy a través de un proyecto más amplio llamado The Primary Behaviour and Attendance Pilot.

Este proyecto piloto fue implementado entre los años 2003 y 2005 en 25 comunidades locales con el objetivo de diseminar un enfoque holístico como estrategia para promover el comportamiento positivo, aumentar los índices de asistencia, y mejorar el rendimiento escolar en las escuelas de primaria del país (Hallam et al, 2006).

AUTORA:

Isabel Catalina Flores Sisalima



UNIVERSIDAD DE CUENCA

Está enfocado en cinco elementos que se dividen en dos bloques: el dominio intrapersonal que engloba la autoconciencia, la regulación emocional y la motivación; y el dominio interpersonal que engloba la empatía y las habilidades sociales. Cada uno de los cinco aspectos del aprendizaje social y emocional contempla una serie de competencias para el comportamiento social y emocional que representan el conocimiento, las habilidades y la comprensión que un niño debe demostrar una vez adquiridas las oportunidades de aprendizaje de los materiales curriculares. A modo de ejemplo, si un aspecto del aprendizaje social y emocional es la empatía, una competencia a desarrollar podría ser la habilidad para ponerse en el lugar del otro a través de un cuento.

Entre los beneficios obtenidos están.

- Aumento de la auto-conciencia y la auto-comprensión
- Mayor capacidad de relajar el cuerpo y liberar la tensión física
- Mejora de la concentración y la capacidad de prestar atención, fundamental para el aprendizaje
- Capacidad para hacer frente a situaciones de estrés con mayor eficacia al crear una forma más relajada de responder a los factores que provocan ese estrés
- Mayor control sobre los pensamientos.
- Mayores oportunidades para profundizar la comunicación y el entendimiento entre profesor y alumno, porque los pensamientos y sentimientos son compartidos con regularidad.
- Aumento de valores de empatía, solidaridad y cooperación.

Joe Durlak, de la Universidad de Loyola y Roger Weissberg de la Universidad de Illinois en Chicago, han completado recientemente un análisis de 300 estudios seleccionados entre este tipo de programas. La investigación muestra claramente que los programas de aprendizaje social y emocional mejoran de forma significativa el rendimiento académico de los niños en las pruebas escolares. Más aún, cuando se comparan con grupos de control, los niños que

AUTORA:

Isabel Catalina Flores Sisalima



UNIVERSIDAD DE CUENCA

han participado en programas de aprendizaje social y emocional tienen de manera significativa, mejores reportes de asistencia a las escuelas, menor conducta desordenada en el salón de clase, les gusta más la escuela, y tienen mejores resultados en la escuela. Las investigaciones también indican que aquellos niños que participan en programas de aprendizaje social y emocional tienen menos probabilidades de ser suspendidos o de recibir otro tipo de castigos que los niños en los grupos de control. Estos resultados han sido alcanzados a través del impacto que tiene el aprendizaje social y emocional sobre variables importantes de la salud mental, que mejoran las relaciones sociales de los niños, incrementan su relación con la escuela y su motivación para aprender y reducen los comportamientos antisociales y violentos o el consumo de drogas. Las investigaciones también muestran que los programas de aprendizaje social y emocional que presentan los mejores resultados duran varios años, utilizan métodos de enseñanza interactivos en vez de métodos de enseñanza exclusivamente basados en la transmisión de conocimientos, y están integrados en la vida de la escuela, en vez de darse de forma ocasional y aislada. Punset (2008)

A pesar de todavía estar en pleno periodo de investigación la inteligencia emocional, no se pueden negar sus efectos positivos en la vida de quien vive este proceso.

El reto para lograr la educación integral es desafiante y fascinante y es deber de cada docente esforzarse por crear ambientes más cálidos y afectivos para lograr un aprendizaje significativo.

AUTORA:

Isabel Catalina Flores Sisalima



UNIVERSIDAD DE CUENCA

CAPITULO III



APLICACIÓN



UNIVERSIDAD DE CUENCA

CAPITULO N.3

APLICACIÓN DE CAMPO

“Estamos impidiendo que los niños y jóvenes tengan un desarrollo óptimo cuando les privamos del aprendizaje social y emocional” René Diekstra

3.1 Enfoque de investigación:

Esta investigación tiene una metodología *cuantitativa*, la misma que partió desde la revisión bibliográfica, la identificación de un problema en este caso la *carencia de espacios dentro del sistema educativo para el desarrollo de habilidades de Inteligencia Emocional*, luego se formula la siguiente hipótesis: “La aplicación de actividades de la inteligencia emocional mejora el autoconocimiento, y las relaciones de entre los alumnos”; finalmente a través del estudio de campo en el que se aplican las actividades de inteligencia emocional se busca alcanzar los objetivos y comprobar la hipótesis.

3.2 Alcance

El alcance de la investigación es tipo correlacional, en donde se ha elegido al Cuarto de Básica de la Unidad Educativa Corazón de María de Todos Santos¹ como ²grupo de estudio. De este grupo de 44 niños/niñas se ha dividido un *grupo A (23 niños/niñas) como de Control* y un *grupo B (21 niños/niñas) como grupo Experimental* a quienes se les aplicará las actividades de la guía, ésta división obedece a la estructura de la escuela debido a que existe un solo paralelo y realizada desde inicios del año por la profesora.

¹ La Unidad Educativa Corazón de María de Todos Santos es una institución privada que cuenta con 400 estudiantes varones y mujeres desde primero a séptimo de básica.

AUTORA:

Isabel Catalina Flores Sisalima



UNIVERSIDAD DE CUENCA

Para comparar los resultados se aplicará en instrumento denominado TMMS/24 antes y después de la aplicación de las actividades de inteligencia emocional a los dos grupos, para comprobar la hipótesis planteada y cumplir los objetivos.

3.3 Objetivos de la investigación

- **General:**

Determinar los efectos de la implementación del programa de Inteligencia Emocional en los niños y niñas.

- **Específicos:**

- Recopilar información de investigaciones sobre los beneficios de la aplicación de los programas de Inteligencia Emocional dentro de los contextos educativos
- Realizar una pre evaluación y una postevaluación tanto al grupo de control como al grupo experimental sobre el nivel de desarrollo de la Inteligencia Emocional
- Comparar resultados del impacto de las actividades en los dos grupos.

3.4 Participantes

Estudiantes de la Comunidad Educativa Corazón de María de Todos Santos de Cuarto Año de Educación General Básica, el mismo que está conformado por 12 niños y 32 niñas de 7 a 10 años de edad.

Estos niños fueron divididos en dos grupos Control y Experimental. El grupo de control está conformado por los 23 primeros de la lista en el que participan 7 varones y 16 mujeres y el grupo experimental que está conformado por 21 estudiantes 5 varones y 16 mujeres.

AUTORA:

Isabel Catalina Flores Sisalima



Tabla N.1
Grupo de estudio

Sexo	Edad				Total
	7	8	9	10	
Femenino	1	19	11	1	32
Masculino	0	8	4	0	12
Total	1	27	15	1	44

TABLA N. 2
Tipo de Grupo y género

Género Tipo de grupo	Género		Total
	Femenino	Masculino	
Control	16	7	23
Experimental	16	5	21
Total	32	12	44

3.5 Instrumento

La TMMS-24 está basada en *Trait Meta-Mood Scale* (TMMS) del grupo de investigación de Salovey y Mayer; la escala original es una escala rasgo que evalúa el metaconocimiento de los estados emocionales mediante 48 ítems, es decir aquellas destrezas con las que podemos ser conscientes de nuestras propias emociones así como de nuestra capacidad para regularlas.

Para este estudio se utilizó la TMMS-24 que contiene tres dimensiones claves de la Inteligencia Emocional con 8 ítems cada una de ellas: Atención emocional, Claridad emocional y Reparación emocional.

AUTORA:

Isabel Catalina Flores Sisalima



UNIVERSIDAD DE CUENCA

Los participantes respondían sobre una escala Likert de 5 puntos (1= Nada de acuerdo a 5= Totalmente de acuerdo) el grado de acuerdo con respecto a los ítems presentados (ejm., *No presto mucha atención a los sentimientos*).

Este indicador se denomina “índice de inteligencia emocional percibida o auto-informada” y revela las creencias y expectativas de los alumnos sobre si pueden percibir, discriminar y regular sus emociones. (Ver Anexo 1)

3.5.1 Dimensiones que evalúa el TMMS – 24

La dimensión de la **atención** permite identificar si la persona es capaz de atender a sus sentimientos de forma adecuada.

La dimensión de **claridad** permite comprender los estados emocionales y **reparación** evalúa la capacidad para regular los estados emocionales de forma adecuada.

3.5.2 Forma de calificación

Para corregir y obtener una puntuación en cada uno de los factores, se tienen que sumar 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 a partir de los resultados se obtiene la puntuación de cada dimensión en las tabla N. 3, N. 4, N. 5 éstas están separadas por género hombres y mujeres, pues existen diferencias en las puntuaciones para cada uno de ellos. (Fernández, 2004)

AUTORA:

Isabel Catalina Flores Sisalima



TABLA N.3

Dimensión: Atención

Puntuaciones	Puntuaciones
<i>Hombres</i>	<i>Mujeres</i>
Debe mejorar su atención: presta poca atención < 21	Debe mejorar su atención: presta poca atención < 24
Adecuada atención 22 a 32	Adecuada atención 25 a 35
Debe mejorar su atención: presta demasiada atención > 33	Debe mejorar su atención: presta demasiada atención > 36

TABLA N. 4

Dimensión: Claridad

Puntuaciones	Puntuaciones
<i>Hombres</i>	<i>Mujeres</i>
Debe mejorar su comprensión < 25	Debe mejorar su comprensión < 23
Adecuada comprensión 26 a 35	Adecuada comprensión 24 a 34
Excelente comprensión > 36	Excelente comprensión > 35



TABLA N. 5
Dimensión: Reparación

<i>Hombres</i>	<i>Mujeres</i>
Debe mejorar su regulación < 23	Debe mejorar su regulación < 23
Adecuada regulación 24 a 35	Adecuada regulación 24 a 34
Excelente regulación > 36	Excelente regulación

3.6 Programa de aplicación

Para la etapa de la aplicación se trabajó con el Programa de Inteligencia Emocional denominado “Padres desarrollando la Inteligencia Emocional de sus hijos” de Ana Chumbay e Isabel Flores (2010), este programa que está constituido por seis componentes tomados del Lawrence Shapiro (2003) en que se describen actividades para desarrollar la Inteligencia Emocional, siendo sus componentes:

3.6.1 Las Emociones Morales

El desarrollo moral satisfactorio significa tener sentimientos y conductas que reflejen preocupación por los demás: compartir, ayudar, estimular, mostrar una conducta altruista, tolerancia hacia los demás, voluntad de respetar las normas sociales.

La conducta moral está compuesta por las siguientes capacidades:

- La Empatía: Ser capaz de colocarse en los zapatos del otro.
- Atención: Preocuparse por los demás

AUTORA:

Isabel Catalina Flores Sisalima



UNIVERSIDAD DE CUENCA

- *Sinceridad e Integridad:* Por regla general los padres tratan de proteger a los hijos de los problemas, pero podemos ayudarlos más si decimos la verdad, por muy dolorosa que pueda ser. Cuando explicamos la situación y detallamos los hechos, los niños aprenden que tenemos la fuerza emocional para examinar y enfrentarnos a las situaciones, aprendiendo así que ellos también lo pueden hacer.
- *Emociones Morales negativas: vergüenza y culpa*
 - La *vergüenza*: Se define como una forma de incomodidad extrema que surge, cuando las niñas sienten que no han actuado de acuerdo con las expectativas de otras personas. La vergüenza produce una impresión imborrable en ellos.
 - La *culpa*: Aparece cuando los niños no logran cumplir con sus pautas internalizadas de comportamiento.

3.6.2 Las Capacidades del Pensamiento del Coeficiente Emocional

Conformada por:

- *El Pensamiento Realista:* La capacidad de los seres humanos para engañarse a sí mismos es casi ilimitada, lo cual hace que enseñarles a los niños el pensamiento orientado hacia la realidad ocupen un primer lugar.
- *El Optimismo:* Disposición o tendencia a mirar el aspecto más favorable de los acontecimientos y esperar el resultado. Puede ser un tipo de inmunización psicológica contra una serie de problemas de la vida.

3.6.3 La Capacidad de Resolver Problemas

El crecimiento intelectual y emocional está impulsado por el proceso de resolución de problemas, sin olvidar que, está relacionada con la edad de cada niño.

- *El lenguaje para resolver problemas:* Se puede enseñar a los niños y niñas a razonar en lugar de actuar sobre sus problemas; es decir a

AUTORA:

Isabel Catalina Flores Sisalima



UNIVERSIDAD DE CUENCA

pensar y expresar lo que les sucede antes que reaccionen de una forma agresiva o que haga daño a la otra persona.

- Formación para encontrar soluciones: Cuando los niños practican cómo descubrir soluciones para sus problemas, establecen vías de comunicación entre la porción emocional y lógica del cerebro; por lo tanto no solamente dan solución a sus problemas, sino aumenta su imaginación y creatividad.

3.6.4 Las Capacidades Sociales

Las de llevarse bien con los demás, contribuirá más al sentido de éxito y de satisfacción en la vida.

- Socialización.- Es la combinación del temperamento heredado y la reacción ante él; pero que puede ser ejercitado a través del ejemplo.
- La capacidad de conversar.- Es una habilidad que nos pone en contacto con los otros
- El humor: Paúl McGhee, sugiere que el humor desempeña un papel importante en la forma en que las niñas desarrollan su competencia social y aquellos que tienen habilidad para el humor, pueden tener más éxito en su interacción social. (Shapiro: 2003; 247)

3.1.1. La Automotivación y Capacidades de Realización

La gente automotivada tiene el deseo de enfrentar y superar los obstáculos y así lo hará; porque la automotivación es sinónimo de trabajo duro y este conduce al éxito y a la satisfacción propia.

- Persistencia y esfuerzo: El aprender a esforzarnos y persistir en lo que deseamos servirá para no decaer, en lo que aparenta ser difícil, pero no imposible.
- Enfrentar y superar el fracaso.- Para experimentar el control es necesario fracasar, sentirse mal e intentarlo nuevamente en forma repetida hasta

AUTORA:

Isabel Catalina Flores Sisalima



UNIVERSIDAD DE CUENCA

alcanzar el éxito. El fracaso y el sentirse mal constituye la base del éxito y del sentirse bien.

3.6.5 El Poder de las Emociones

Se sabe que las emociones cumplen propósitos determinados, para que un niño se desarrolle hasta convertirse en un adulto feliz y con éxito; también, que el desarrollo emocional de una niña puede llegar a desviarse, haciéndole sufrir una amplia variedad de problemas personales y sociales.

- Consciencia y comunicación emocional: Hablar de los sentimientos, es la forma más directa de comprenderlos y controlarlos, las palabras que describen las emociones, también están conectados con los sentimientos mismos.
- La comunicación más allá de las palabras: Los niños, y adultos siempre se están comunicando a través del lenguaje del cuerpo y las expresiones faciales, ya sean o no conscientes de ello; por eso, es importante aprender a analizar que nos quieren transmitir los otros aunque no lo digan.
- El control emocional: El hablar de lo que las personas deberían hacer, cuando surge alguna situación en la que tengan que controlarse, no resulta suficiente, se debe practicar realmente el control del genio, mientras se vive la experiencia.

Para la ejecución se trabajaron con las actividades de los componentes de **atención, lenguaje para resolver problemas, comunicación más allá de las palabras, socialización, control emocional, optimismo, empatía**, eligiendo una actividad o dos actividades por cada componente.

3.7 Procedimiento de la Etapa de Aplicación

En la etapa de aplicación se identificó el grupo de trabajo estudiantes del Cuarto de Básica de la Unidad Educativa Corazón de María de Todos Santos;

AUTORA:

Isabel Catalina Flores Sisalima



UNIVERSIDAD DE CUENCA

se dividió el mismo paralelo en dos grupos uno de *Control* y el *Experimental*, la división de los grupos la institución ya la tenía organizada por orden de lista; los primeros de la lista hasta el número 23 (G. Control) iban a computación y estudiantes restantes se quedaban en clases (G. Experimental).

Luego se realizó una evaluación inicial con el instrumento denominado TMMS 24, a todos los estudiantes para analizar el nivel de inteligencia emocional percibida y tener un referente base para analizar el nivel de impacto que tuvieron la aplicación de las actividades.

Se aplicaron las actividades de la guía “Padres desarrollando la Inteligencia Emocional de sus hijos” durante tres meses, una vez por semana durante una hora pedagógica.

Finalmente se realizó una reevaluación con el mismo instrumento (TMMS24), para poder realizar un análisis.

3.8 Resultados:

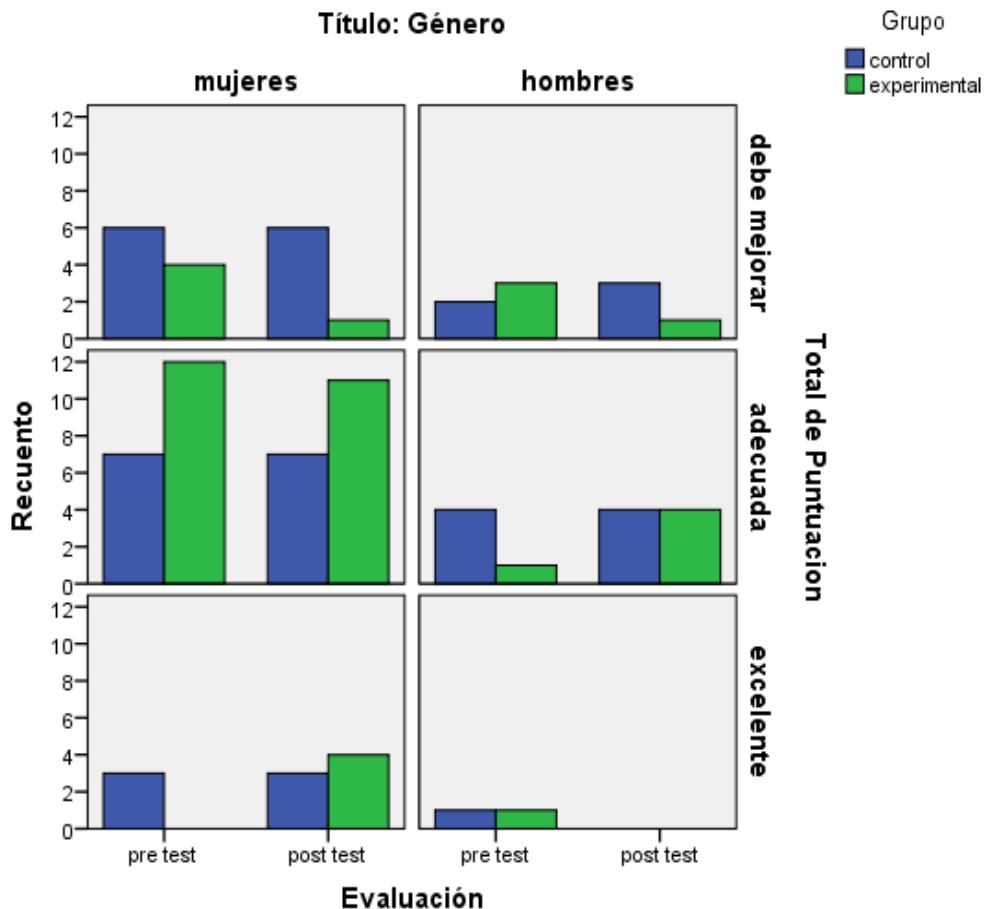
A continuación se realizará una revisión de los resultados obtenidos, con el fin de analizar el impacto de la aplicación de las actividades de la Inteligencia Emocional.



3.8.1 Resultado 1:

Título: Género

Gráfico N.3. 1



Fuente: Escala aplicada a 44 niños de la Comunidad Educativa Corazón de María de Todos Santos de la ciudad de Cuenca en el mes de marzo y mayo del año 2013

Elaborado por: Isabel Flores

Descripción: Se muestra en el Gráfico N.3.1 de puntuaciones totales por género, en el nivel *debe mejorar*, grupo de control en el caso de las mujeres esta cantidad se mantiene, contrario al grupo experimental en el que disminuye en un 50%, y en el caso de los varones aumenta el número en el grupo de control y en el grupo experimental disminuye.

En el nivel *debe mejorar* en el grupo de control tanto en varones como mujeres se mantiene la cantidad, contrario al grupo experimental que en el caso de las mujeres disminuye y el de los varones aumenta.

AUTORA:

Isabel Catalina Flores Sisalima



UNIVERSIDAD DE CUENCA

En el nivel de excelente para el grupo de control en el caso las mujeres se mantiene y el de los varones disminuye, pero en el grupo experimental en el caso de las mujeres aumenta y de los varones disminuye.

No se puede comparar entre hombres y mujeres debido al número reducido de participantes varones en el grupo de experimental y en la muestra seleccionada.

Discusión:

Luego de analizar los cambios en cada nivel y se puede afirmar que la aplicación de actividades de la IE realmente influyen en la forma como cada sujeto se percibe y cambia su actitud por lo tanto las habilidades de la IE no se adquirirán con el paso del tiempo sino a partir de un proceso sistemático, secuencia y continuo.

La relación entre las habilidades de meta-conocimiento emocional relacionadas con la IEP está asociado con la presencia de resultados positivos de espacios en donde se permita el autoconocimiento, la identificación de emociones y la expresión emocional. (Palomera, R. 2011).

Al igual que en este estudio durante la aplicación se visualizó que este espacio sirvió para aumentar el autoconocimiento en los niños y niñas, como mejorar las relaciones entre ellos.

AUTORA:

Isabel Catalina Flores Sisalima

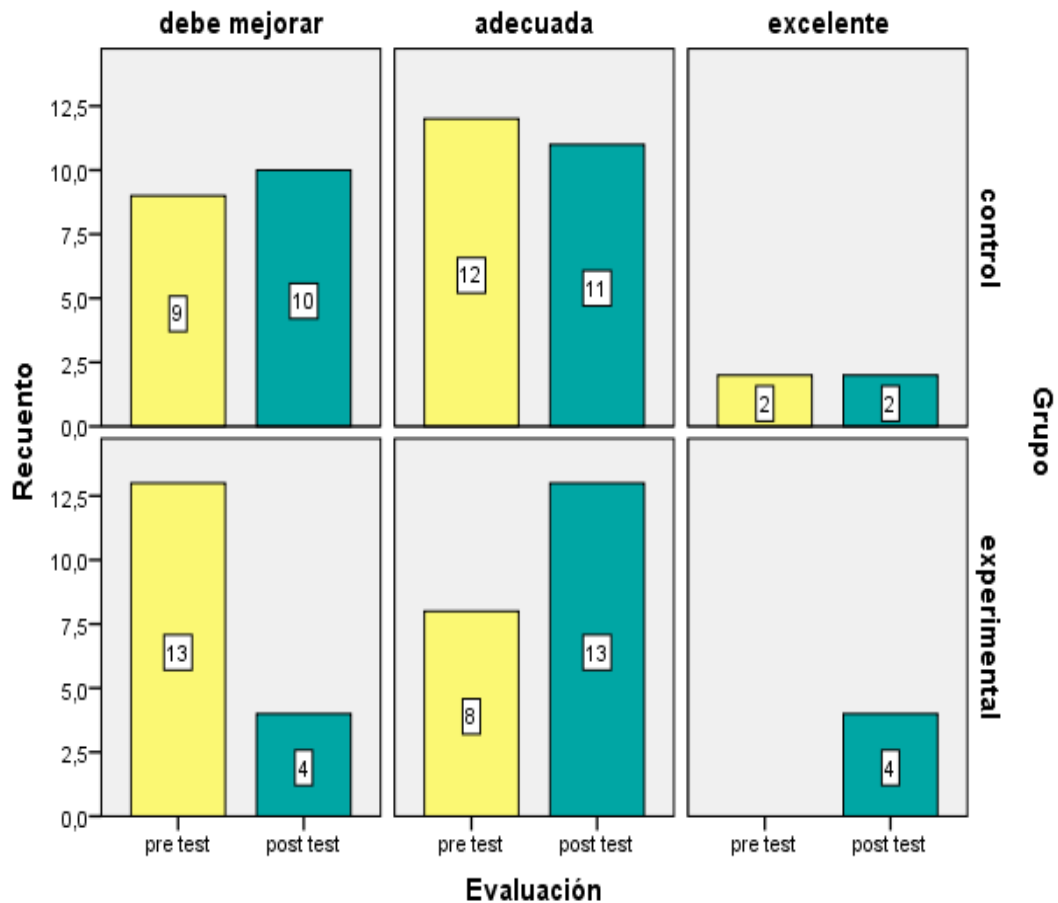


3.8.2 Resultado 2:

Título: Dimensión Atención

Gráfico N.3.2

Título: Atención



Fuente: Escala aplicada a 44 niños de la Comunidad Educativa Corazón de María de Todos Santos de la ciudad de Cuenca en el mes de marzo y mayo del año 2013

Elaborado por: Isabel Flores

Descripción:

En la dimensión de Atención el grupo de control en todos los niveles se mantiene, pero en el grupo experimental se evidencian varios cambios.

En el nivel debe mejorar hay un decremento del 75%, en el nivel adecuado hay un incremento de un 40% y en el nivel de excelente hay un incremento de un 100%.

AUTORA:

Isabel Catalina Flores Sisalima



Discusión:

La atención a las emociones según Palomera (2007) es el primer paso para el autoconocimiento en el grupo de experimental se ha comprobado la hipótesis que los niños que ponen más atención a sus emociones tienen un mejor autoconocimiento.

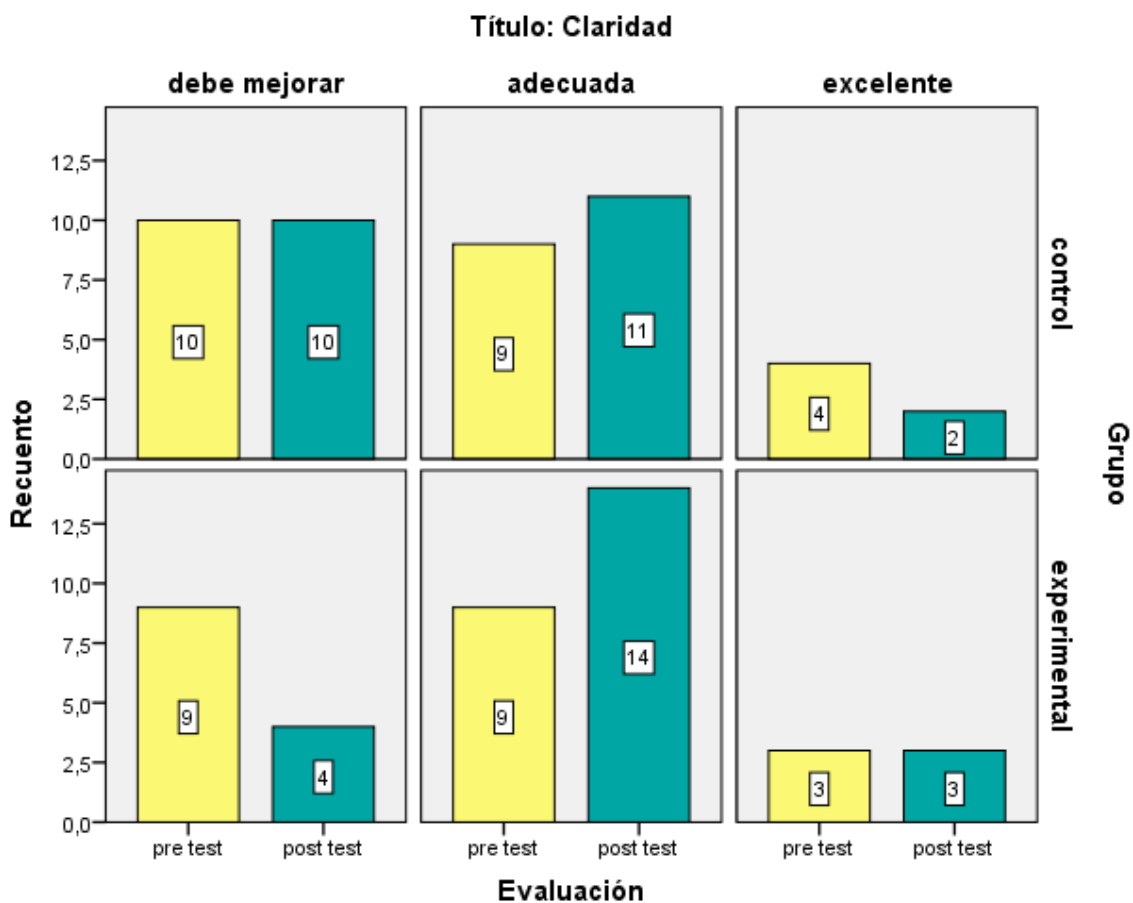
Que las personas se crean y se perciban como muy hábiles en cuanto a su capacidad de comprensión emocional y en cuanto a su destreza para regular sus estados emocionales, es un buen indicador de su equilibrio emocional y de su capacidad de adaptación. (Fernández, P. 2010)

La aplicación de actividades de Inteligencia emocional permite un autoconocimiento, y están relacionadas con las actividades aplicadas como etiquetar emociones, responderse cada día cómo se sienten y por qué se siente así, hablar sobre sus emociones que se trabajaron durante la etapa de la aplicación.



3.8.3 Resultado 3:

Título: Dimensión Claridad



Fuente: Escala aplicada a 44 niños de la Comunidad Educativa Corazón de María de Todos Santos de la ciudad de Cuenca en el mes de marzo y mayo del año 2013

Elaborado por: Isabel Flores

Descripción:

En la dimensión de Claridad se nota un decalaje en el grupo de control con respecto a los niveles de excelente a adecuado y a nivel de debe mejorar la cantidad se mantiene.

Con el grupo experimental sucede un efecto contrario tanto en los niveles de debe mejorar que se reduce la cantidad de niños que deben mejorar y un incremento en el nivel de adecuado.

AUTORA:

Isabel Catalina Flores Sisalima



Discusión:

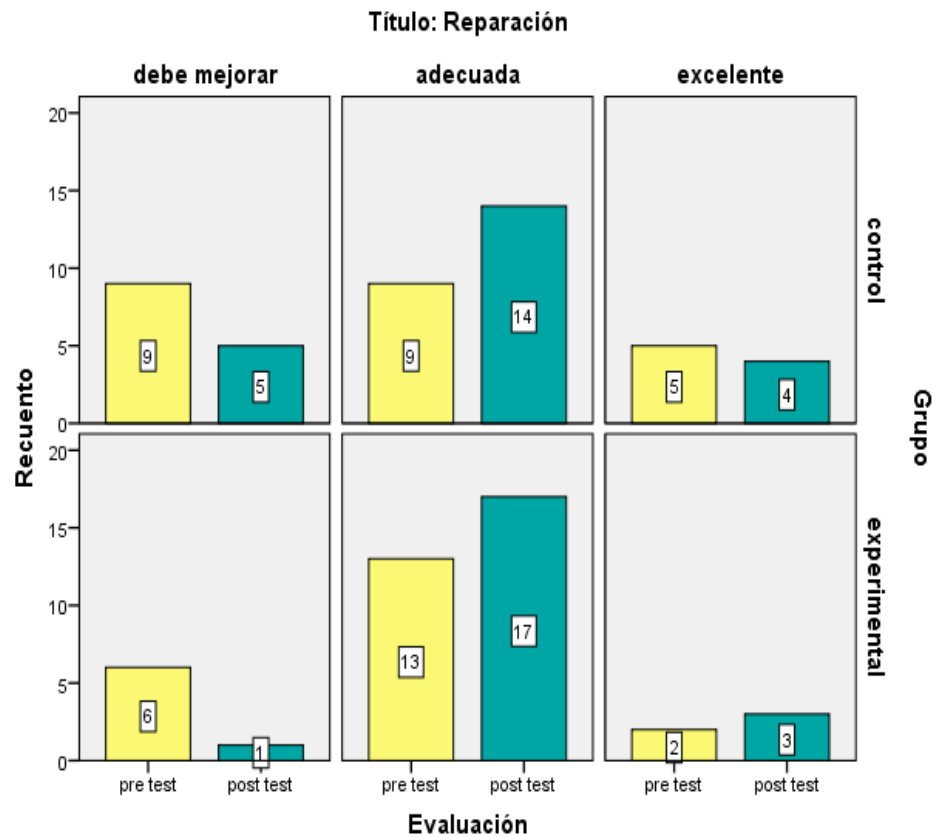
La dimensión de claridad pretende identificar los estados emocionales por lo que actividades como identificar personas, situaciones que provocan determinadas emociones, discriminar pensamientos positivos y negativos permiten el desarrollo de estas habilidades, y por lo tanto permitió aumentar la cantidad de niños y niñas en adecuado.

La claridad está relacionada con el autoestima, las buenas relaciones sociales, la asertividad, autoconfianza y relaciones pro sociales lo que se demostraba en el cambio de actitud y conducta en el grupo experimental.



3.8.4 Resultado 4:

Título: Dimensión Reparación



Fuente: Escala aplicada a 44 niños de la Comunidad Educativa Corazón de María de Todos Santos de la ciudad de Cuenca en el mes de marzo y mayo del año 2013

Elaborado por: Isabel Flores

Descripción:

En esta dimensión existen cambios en el grupo de control en el nivel adecuado que incrementa y a nivel de excelente existe un decaimiento de un 50%.

En el grupo experimental existe cambios tanto a nivel de debe mejorar como a nivel de adecuado.

Discusión:

El poder regular los estados emocionales le permite al sujeto adaptarse a nuevas circunstancias y está relacionado con actividades aplicadas como la

AUTORA:

Isabel Catalina Flores Sisalima



UNIVERSIDAD DE CUENCA

carta a sí mismo, actividades de relajación, lectura de cuentos como el cerdito y la cigüeña, el osito gomila.

La reparación emocional aparece como factores protectores del desajuste emocional y social y conductas positivas hacia los profesores y escuela. (Palomera, 2011).

Se han aplicado algunas fórmulas estadísticas principalmente para analizar el impacto de la aplicación de las actividades en las que se ha obtenido los siguientes resultados.

TABLA N. 6
Estadísticos de grupo

Experimental y control	N	Media	Desviación típ.	Error típ. de la media
Edad dime control	46	8,3478	,64005	,09437
nsion Experi 1 mental	42	8,3810	,49151	,07584

Fuente: Escala aplicada a 44 niños de la Comunidad Educativa Corazón de María de Todos Santos de la ciudad de Cuenca en el mes de marzo y mayo del año 2013

Elaborado por: Andrés Flores

Prueba de muestras independientes										
	Prueba de Levene para la igualdad de varianzas		Prueba T para la igualdad de medias						95% Intervalo de confianza para la diferencia	
	F	Sig.	t	gl	Sig. (bilateral)	Diferencia de medias	Error típ. de la diferencia	Inferior	Superior	
Edad Se han asumido varianzas iguales	1,619	,207	-,270	86	,788	-,03313	,12251	-,27668	,21042	
No se han asumido varianzas iguales			-,274	83,616	,785	-,03313	,12107	-,27390	,20765	

Fuente: Escala aplicada a 44 niños de la Comunidad Educativa Corazón de María de Todos Santos de la ciudad de Cuenca en el mes de marzo y mayo del año 2013

Elaborado por: Andrés Flores

AUTORA:

Isabel Catalina Flores Sisalima



UNIVERSIDAD DE CUENCA

Las edades no afectan o no diferencia a los grupos, por lo que asumimos la homogeneidad de varianzas, el estadístico t vale -0,207 (con 86 grados de libertad) y el valor “p” asociado es 0,788.

Discusión: “No hay asociación entre la edad y la implementación del programa, ya que la media de edad del grupo de control y del grupo experimental no son estadísticamente diferentes al nivel de significación alfa = 0,05”.

TABLA N.7
De contingencia Sexo * Total

		Total			Total
		Debe mejorar	Adecuada	Excelente	
Sexo	Mujer	17	37	10	64
	Hombre	9	13	2	24
Total		26	50	12	88

Fuente: Escala aplicada a 44 niños de la Comunidad Educativa Corazón de María de Todos Santos de la ciudad de Cuenca en el mes de marzo y mayo del año 2013

Elaborado por: Andrés Flores

TABLA N. 8
Pruebas de chi-cuadrado

	Valor	gl	Sig. asintótica (bilateral)
Chi-cuadrado de Pearson	1,428 ^a	2	,490
Razón de verosimilitudes	1,467	2	,480
Asociación lineal por lineal	1,411	1	,235
N de casos válidos	88		

a. 1 casillas (16,7%) tienen una frecuencia esperada inferior a 5. La frecuencia mínima esperada es 3,27.

AUTORA:

Isabel Catalina Flores Sisalima



UNIVERSIDAD DE CUENCA

Con la prueba chi cuadrado analizamos el nivel de influencia del género en el resultado total de la evaluación.

Discusión: *se concluye que No se rechaza la Ho, lo que significa que no hay relación entre el sexo y el resultado total de la evaluación en virtud que con esta prueba se obtiene un nivel de significancia de 0,49 que es mayor que 0,05.*

TABLA N. 10
Rangos

	N	Rango promedio	Suma de rangos
Total - Rangos negativos	0 ^a	,00	,00
Rangos positivos	77 ^b	39,00	3003,00
Empates	11 ^c		
Total	88		

Fuente: Escala aplicada a 44 niños de la Comunidad Educativa Corazón de María de Todos Santos de la ciudad de Cuenca en el mes de marzo y mayo del año 2013

Elaborado por: Andrés Flores

- a. Total < Tiempo
- b. Total > Tiempo
- c. Total = Tiempo



Estadísticos de contraste^b

	Total - Tiempo
Z	-7,834 ^a
Sig. asintót. (bilateral)	,000

a. Basado en los rangos negativos.

b. Prueba de los rangos con signo de Wilcoxon

Con esta prueba no paramétrica de Wilcoxon de 2 muestras relacionadas; podemos conocer si los han variado su los resultados de totales del programa después de la implementación del mismo.

Hipótesis

H₀: no hay diferencias de resultados totales del programa entre antes y después de la implantación del mismo.

H₁: sí hay diferencias de resultados totales del programa entre antes y después de la implantación del mismo.

Discusión: *Se acepta la H₁, por lo que concluimos que sí hay diferencias de resultados totales del programa entre antes y después de la implantación del mismo (sig.0,000<0,05).*



UNIVERSIDAD DE CUENCA

CONCLUSIONES

- El desarrollo de la inteligencia emocional realizado desde edades tempranas conllevará para que el niño vaya adquiriendo y desarrollando habilidades que le permitirán desenvolverse ampliamente en un mediano y largo plazo, pudiendo desempeñarse con éxito en varios campos como: hijo, alumno, compañero, jefe, enamorado, amigo, esposo, padre, etc.
- El término inteligencia no es sinónimo de ser buen estudiante; sino más bien que por la persona inteligente es aquella que a más de ser buen estudiante posee habilidades sociales, empáticas, que le permiten desempeñarse en todos los aspectos de su vida por lo tanto no existe un solo tipo de Inteligencia, por ser cada uno diferente resolvemos nuestras dificultades de forma diferente; por lo tanto, existen expresiones diferentes de la inteligencia.
- Si el objetivo de la educación es el desarrollo integral debemos incorporar dentro de los currículos de educación la asignatura de Desarrollo de Habilidades de la Inteligencia Emocional, para lograr lo que la sociedad actual exige de nuestros estudiantes que sepan “ hacer”, “ ser”, “ conocer” e “investigar”, por lo tanto el desarrollo de la Inteligencia Emocional debe ser un pilar básico al momento del aprendizaje porque al fomentarles estamos influyendo en todo el ser humano.
- El desarrollo de la Inteligencia Emocional no se restringe a un momento de la vida o un espacio sino a cada momento como adultos debemos proporcionar herramientas a los niños para que puedan comprender sus emociones, reconocerlas y regularlas e ir resolviendo problemas.
- Actualmente, se hace urgente la aplicación de estos programas debido al aumento de conductas violentas entre niños, adolescentes y adultos, y el aprendizaje emocional está ligado a la salud mental y bienestar.

AUTORA:

Isabel Catalina Flores Sisalima



UNIVERSIDAD DE CUENCA

- Luego de la aplicación de este programa de Inteligencia Emocional podemos afirmar que ha contribuido a la construcción de un ambiente más pacífico, personas más positivas, con un mayor autoconocimiento, que se valoran a sí mismo y a quienes les rodean.
- A partir de los test estadísticos, utilizando las pruebas respectivas concluimos que variables como edad y género “sexo” son variables que no influyen en los resultados obtenidos en las evaluaciones finales de las dimensiones de Atención, Claridad y Reparación; esto se lo realizó con la prueba de muestras independientes y la prueba de chi cuadrado, por lo tanto niños y niñas desarrollan habilidades en la misma proporción.
- En base a los resultados de las pruebas no paramétricas concluimos que la implementación del programa tiene un efecto sobre los estudiantes del grupo experimental, demostrando que es importante la aplicación de programas de inteligencia emocional para lograr un mejor autoconocimiento, control y claridad emocional.
- Todas las dimensiones que potencializa el programa son afectadas por igual, es decir que el programa permite que las dimensiones de Atención, Claridad y Reparación aumenten incluso en la misma proporción.
- La aplicación de actividades de la inteligencia emocional siempre debe estar como un elemento esencial dentro del currículo para potenciar el desarrollo de habilidades sociales que no solamente le permiten desenvolverse en su vida académica sino en su vida diaria dándole herramientas para solucionar sus problemas, mejorando la calidad de vida de una sociedad.
- Actualmente la educación tiene el desafío de romper el paradigma de que la educación es sinónimo de lógico matemática o verbal y aplicar modelos integrales basados tanto en el desarrollo cognitivo y socio afectivo

AUTORA:

Isabel Catalina Flores Sisalima



UNIVERSIDAD DE CUENCA

- En el país no existen investigaciones sobre los beneficios del desarrollo de habilidades de la Inteligencia Emocional; por lo tanto es importante iniciar estos procesos para aportar al desarrollo integral de los estudiantes y el aprendizaje para la vida.



UNIVERSIDAD DE CUENCA

RECOMENDACIONES

- Incentivar la aplicación de proyectos que permitan el desarrollo de habilidades para la vida dentro de los ambientes educativos.
- Promover proyectos de investigación sobre efectos de la aplicación de actividades de la Inteligencia Emocional en otras edades.
- Sistematizar la información sobre experiencias en este campo de la Inteligencia Emocional en el Ecuador.

AUTORA:

Isabel Catalina Flores Sisalima



UNIVERSIDAD DE CUENCA

BIBLIOGRAFÍA

- Bisquerra, R. (2000), Educación emocional y bienestar. Barcelona: Editorial Praxis. S.A.
- Bisquerra, R. (2012). ¿Cómo educar las emociones? La inteligencia Emocional en la Infancia y Adolescencia. Barcelona: Hospita Sant Joan de Déu.
- Bisquerra, R. (2003). Educación emocional y competencias básicas para la vida. Barcelona. revista de Investigación educativa.
- Elias, M. y otros (1999) Educar con Inteligencia Emocional, Barcelona: Editorial EDAF. S.A. Tercera Edición (Emotionally Intelligent Parenting publicado en el 1999). Trad. Patricia Antón.
- Fernández-Berrocal, P., Extremera, N., y Ramos, N. (2004). Validity and reliability of the Spanish version of the Trait Meta-mood Scale. Psychological Report
- Fernández-Berrocal, P., Extremera, N., Palomera, R. Salguero, Ruiz-Aranda, D., Cabello, R. (2011). Inteligencia Emocional: 20 años de Investigación y Desarrollo. Santander: Fundación Botín.
- Goleman, D. (1998), La Inteligencia Emocional, Buenos Aires: Ediciones B Argentina S.A. (Emotional Intelligence publicado en 1995). Trad. Mateo
- Gardner, H. (1993). Inteligencias múltiples: la teoría en la práctica. Barcelona: Paidós Ibérica.
- Goleman, D. (2008), "*Emociones destructivas*", Buenos Aires: Ediciones B Argentina S.A. (Destructive Emotions publicado en 2003). Trad. Gonzáles Raga y Mora.
- Mayer, J. D. y Salovey, P. (1993). The intelligence of emotional intelligence : Educational implications. New York: Basic Books.
- Mayer, J. D. & Salovey, P. (1997)." What is emotional intelligence?". In P. Salovey y D. Sluyter (Eds.), Emotional development and emotional Intelligence: Educational implications. New York: Basic Books.

AUTORA:

Isabel Catalina Flores Sisalima



UNIVERSIDAD DE CUENCA

- Mayer, J. D., Salovey, P. & Caruso, D. (2002). Mayer-Salovey-Caruso Emotional Intelligence Test (MSCEIT) user's manual. Toronto (Canada): MHS Publishers.
- Mora, F. S. (2004). Diccionario de Neurociencias (Vol. I). Madrid, España: Alianza Editorial.
- Shapiro, L. (2002). La salud emocional de los niños, Madrid: Editorial EDAF. S.A. (An Ounce of prevention publicado en el 2000). Trad. Treviño
- Shapiro, L. (2003), La Inteligencia Emocional de los niños (3ed.), Madrid: Ediciones B Argentina S.A. (How to raise a Child with a High EQ publicado en 1997). Trad. Tiscornia.
- Seymour Esptein (2012). Inventario de Pensamiento Constructivo. Una medida para la inteligencia emocional. Cuarta edición. España. Tea Ediciones. CASEL. Traducción para España de Elsa Punset
- Brackett, M., Warner, Bosco, J. (2005). Manual de inteligencia emocional para formadores. España: Pinilla – Gomez, S, I.

WEBGRAFÍA:

- Salguero, J., Fernández - Berrocal, P. (2011). Inteligencia emocional y ajuste psicosocial en la adolescencia: El papel de la percepción emocional. European journal of education and psychology. PDF
- Molero, C., Saiz, V., Enrique, E., Martínez, C. Revisión histórica del concepto de inteligencia: una aproximación a la inteligencia emocional Revista Latinoamericana de Psicología [en línea] 1998, 30 () : [Fecha de consulta: 28 de julio de 2013] Disponible <<http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=80530101>> ISSN 0120-0534
- Berrocal, P., Extremera N.: Más Aristóteles y menos Prozac: la inteligencia emocional y el estudio de la felicidad 2009. Formato PDF
- Beatriz Vera Poseck PSICOLOGÍA POSITIVA: UNA NUEVA FORMA DE ENTENDER LA PSICOLOGÍA Papeles del Psicólogo, 2006. Vol. 27(1), pp. <http://www.cop.es/papeles>

AUTORA:

Isabel Catalina Flores Sisalima



UNIVERSIDAD DE CUENCA

- Fernández, P. (2008). La educación social y emocional en España. España Málaga. Formato PDF
- Hardy, T. (1992). Historia de la psicología. Madrid: Debate. Formato PDF
- Instituto Nacional de Estadística del Ecuador



UNIVERSIDAD DE CUENCA

ANEXOS



ANEXO N.1

Diseño de investigación

1. TEMA:

“DESARROLLO DE HABILIDADES DE LA INTELIGENCIA EMOCIONAL EN NIÑOS Y NIÑAS”

2. DELIMITACIÓN

Aplicación de actividades de Inteligencia Emocional: componentes de inteligencia interpersonal e intrapersonal en estudiantes de Cuarto de Básica de la Escuela Pasos 2011 y 2012.

El centro educativo Pasos, es una institución particular ubicada en la Ciudad de Cuenca, cuenta con dos grados de Cuarto año de Educación General Básica, los mismos que servirán: el paralelo “A” con 15 estudiantes como grupo de control y el paralelo “B” con 16 estudiantes como grupo de experimentación; además cuenta con niveles desde prebásica hasta el séptimo de básica.

3. PROBLEMA

A pesar de que uno de los papeles del psicólogo educativo sea el de la prevención no se lo práctica enfocando su función solamente al aspecto de la intervención en dificultades, dejando a un lado una función esencial que es la prevención, con la que nos evitaríamos algunas dificultades como: agresiones dentro de las instituciones, depresión, suicidios, abortos porque no se les brindar espacios de crecimiento y desarrollo emocional cotidianas a los niños.

Dentro del campo de la prevención se hace importante la ejecución de programas que les permitan desarrollar habilidades positivas que les permitirán tener éxito en el ámbito académico y social durante toda su vida, Seligman y Csikszentmihalyi (2000) sostienen que promover competencias en los niños y adolescentes es más que arreglar lo que esta mal en ellos; es identificar y fortalecer sus cualidades predominantes, y ayudarles a encontrar los espacios en los que puedan expresarlas.

Promover las fortalezas de los niños y jóvenes puede incrementar cambios que favorecen el manejo exitoso de las dificultades actuales y las que deberán afrontar en el futuro por lo tanto, existen 4 áreas fundamentales según Pablo Fernández Berrocal en los que una falta de IE provoca o facilita la aparición de problemas de conducta entre los estudiantes:

Estas áreas son:

- Inteligencia Emocional y relaciones interpersonales
- Inteligencia Emocional y bienestar psicológico
- Inteligencia Emocional y rendimiento académico
- Inteligencia Emocional y aparición de conductas destructivas.

Lastimosamente en nuestro medio la falta de conocimiento y valoración de la parte emocional en los seres humanos ha dado como resultado carencia de estudios científicos sobre los efectos de la inteligencia emocional en las aulas

AUTORA:

Isabel Catalina Flores Sisalima



UNIVERSIDAD DE CUENCA

de clase y como resultado la inexistencia de programas que ayuden a mejorar la parte socioemocional en los y las estudiantes.

Por esa razón se hace necesaria la aplicación de actividades que enfoquen el desarrollo de la inteligencia emocional y por lo tanto logren el desarrollo de seres humanos felices y la compilación de estudios que validen la importancia de la aplicación de actividades que desarrollen la inteligencia emocional dentro del aula.

4. OBJETIVOS:

- General:

Determinar los efectos de la implementación del programa de Inteligencia Emocional en los niños y niñas

- Específicos:

- Recopilar información de investigaciones sobre los beneficios de la aplicación de los programas de Inteligencia Emocional dentro de los contextos educativos
- Realizar una pre evaluación y una postevaluación tanto al grupo de control como al grupo experimental sobre el nivel de desarrollo de la Inteligencia Emocional
- Comparar resultados del impacto de las actividades en los dos grupos.

5. MARCO TEÓRICO:

El presente trabajo esta enfocado en el estudio de la Inteligencia Emocional y su aplicación en el campo educativo, porque una de dificultades de la educación es la carencia del desarrollo en habilidades emocionales y sociales, habilidades que influyen de forma decisiva en su adaptación psicológica en clase, en su bienestar emocional, en sus logros académicos y en su futuro laboral porque actualmente profesores tenemos la misión de no solamente educar la cabeza sino también el corazón.

La Inteligencia Emocional es “La habilidad para percibir, valorar y expresar emociones con exactitud, la habilidad para acceder y o generar sentimientos que faciliten el pensamiento; la habilidad para comprender emociones y el conocimiento emocional y la habilidad para regular las emociones promoviendo un crecimiento emocional e intelectual” (Mayer y Salovey, 1997), por lo tanto, si desarrollamos la Inteligencia Emocional ayudaremos a los y las niñas a saber dirigir las y equilibrarlas.

Pero el proceso de desarrollo de la Inteligencia Emocional debe realizarse desde el desarrollo de las habilidades más básicas para llegar a las más complejas y es así como Mayer y Salovey las dividen:

- Percepción, evaluación y expresión de las emociones: Esta habilidad hace referencia a la exactitud con la que los individuos pueden identificar en uno mismo los correlatos fisiológicos y cognitivos que las emociones comportan. Asimismo, las emociones pueden ser reconocidas en otras personas y objetos. En esta rama se incluye, además, la capacidad para expresar las emociones de una manera adecuada; entonces, los

AUTORA:

Isabel Catalina Flores Sisalima



UNIVERSIDAD DE CUENCA

alumnos tienen que identificar primero en ellos mismos sus emociones para poder expresarlas e identificarlas en los demás.

- La emoción como facilitadora del pensamiento: Esta habilidad hace referencia a cómo las emociones actúan sobre nuestro pensamiento y nuestra forma de procesar la información. Las emociones van a determinar y mejorar el pensamiento porque dirigen la atención de los individuos hacia la información importante. Las variaciones emocionales nos van a permitir adoptar diferentes puntos de vista y múltiples perspectivas de los problemas.
- Conocimiento emocional. La tercera rama hace referencia a la capacidad para comprender emociones y utilizar el conocimiento emocional. Incluye la capacidad para etiquetar las emociones y relacionarlas con su significado. Encierra también la habilidad para comprender emociones complejas, así como aquellas que se producen de modo simultáneo.
- Regulación de las emociones. Se trata del proceso emocional de mayor complejidad y abarca la capacidad para estar abierto a las emociones, tanto positivas como negativas. Además, hace referencia a la habilidad para manejar las emociones en uno mismo y en los demás moderando las emociones negativas y aumentando las positivas sin reprimir o exagerar la información que ellas conllevan, con respecto al aumento de las emociones positivas según Seligman mientras más sean las emociones positivas que tengamos mayor bienestar y felices somos, como resultado tendremos personas más felices y con menos sentimientos negativos.

El modelo teórico propuesto por Mayer & Salovey, conceptualizan la Inteligencia Emocional como un conjunto de habilidades que componen una inteligencia genuina (MAYER, ROBERTS & BARSADE, 2008) y que por tanto es posible desarrollar, se nos presenta como el modelo a partir del cual la investigación empírica y el desarrollo de programas de entrenamiento cobran sentido y mayor rigurosidad y coherencia. Además, el hecho de que el modelo esté constituido por cuatro ramas de habilidades permite desarrollar programas bien estructurados que admitan su fácil aplicación, seguimiento y evaluación.

Algunos estudios sobre el impacto de la inteligencia emocional dentro de los contextos educativos demuestran que la inteligencia emocional puede ser un factor protector de conductas problema como violencia, desajuste emocional, impulsividad.

Mario Pena Garrillo en su artículo estado de la investigación española de la IE en el ámbito educativo menciona que la escuela actualmente es uno de los lugares en los cuales se debería trabajar la inteligencia emocional debido a la gran cantidad de tiempo que los niños pasan en la escuela para así lograr conseguir una adaptación eficaz de los niños y un crecimiento más saludable y productivo; por ello, se requiere más concienciación por parte de las autoridades educativas de la necesidad de incluir programas pedagógicos que integren las habilidades de IE en el diseño curricular base e implicación de los investigadores, orientadores y educadores para incrementar su mejora,

AUTORA:

Isabel Catalina Flores Sisalima



UNIVERSIDAD DE CUENCA

desarrollo e implementación durante los años de educación obligatoria. La enseñanza de estos valores es fundamental para alcanzar un equilibrio emocional útil en la convivencia social.

6. METODOLOGÍA:

Se iniciará el trabajo investigando sobre algunas actividades y técnicas para el desarrollo de la inteligencia emocional; al igual que informes sobre experiencias del trabajo de la Inteligencia Emocional dentro del aula.

Posteriormente se aplicarán las actividades de IE durante 3 meses una vez por semana el mismo que se iniciará evaluando el índice de Inteligencia Emocional con el ³TMMS-24 que es uno de instrumentos mas utilizados, este cuestionario está formado por enunciados verbales cortos en los que el alumno evalúa su IE mediante la propia estimación de sus niveles en determinadas habilidades emocionales a través de una escala Likert que varía desde *nunca* (1) a *muy frecuentemente* (5). Este indicador se denomina “índice de inteligencia emocional percibida o auto-informada” y revela las creencias y expectativas de los alumnos sobre si pueden percibir, discriminar y regular sus emociones.

Este cuestionario ha sido uno de los más utilizados en el ámbito científico y aplicado; la escala proporciona una estimación personal sobre los aspectos reflexivos de nuestra experiencia emocional. La TMMS 24 contiene tres dimensiones claves de la inteligencia emocional intrapersonal: Atención a los propios sentimientos, Claridad emocional y Reparación de las propias emociones. La versión clásica contiene 48 ítems aunque hay versiones reducidas de 30 y de 24 ítems (Salovey, Mayer, Goldman, Turvey y Palfai, 1995, adaptación al castellano por Fernández-Berrocal, Alcaide, Domínguez, Fernández-McNally, Ramos y Ravira, 1998).

En un segundo momento, durante los siguientes tres meses se aplicarán las ⁴actividades de componentes de la Inteligencia Emocional; finalmente se reevaluará con el mismo instrumento que se utilizó al inicio de la aplicación.

Finalmente se redactará un informe sobre los beneficios de la aplicación de los programas de Inteligencia Emocional

BENEFICIARIOS

DIRECTOS: Niños del Centro Educativo Pasos

INDIRECTOS: Padres, Autoridades de la Institución

TÉCNICAS: TSM24

Cualitativas Observación participante: en los estudiantes, para conocer el impacto de la aplicación de las actividades.

Entrevista a expertos:

³ ANEXO N.1

⁴ Se aplicaran los siguientes programas de Educación Emocional: “Padres desarrollando la Inteligencia Emocional de su niños y niñas” y “Educación Emocional y Moral”; los mismos que contienen actividades para cada una de las áreas de la Inteligencia Emocional.

AUTORA:

Isabel Catalina Flores Sisalima



UNIVERSIDAD DE CUENCA

Cuantitativas: Las técnicas se triangularán a través de la aplicación de la TMMS-24

Este trabajo constará de dos etapas la primera de aplicación de actividades de la inteligencia emocional y la segunda de redacción del informe final.

Técnicas	Instrumento
Encuestas	Cuestionario
Observación	Registro anecdótico

7. PREGUNTAS HIPOTESIS:

La aplicación de actividades de la inteligencia emocional mejora el autoconocimiento, y las relaciones de entre los alumnos.

8. CRONOGRAMA:

ACTIVIDAD	1 MES				2 MES				3 MES				4 MES				5 MES				6 MES				7 MES			
	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
Recolección de información	x	x	x	x	x	x																						
Evaluación con la TMMS -24							x	x																				
Aplicación habilidades de inteligencia emocional									x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	X								
Análisis de conclusiones																					x	x	x					
Redacción del informe final.																									x	x	x	x

9. FUENTES DE CONSULTA

- Bisquerra, R. (2000), Educación emocional y bienestar. Barcelona: Editorial Praxis. S.A.
- Elias, M. y otros (1999) *Educación con Inteligencia Emocional*, Barcelona: Editorial EDAF. S.A. Tercera Edición (Emotionally Intelligent Parenting publicado en el 1999). Trad. Patricia Antón.
- Erkert, A. (2001), “Niños que se quieren así mismo”, Barcelona: Paidós S.A.I.C.F.
- Erkert, A. (2001), “Niños que se quieren así mismo”, Barcelona: Paidós S.A.I.C.F.



UNIVERSIDAD DE CUENCA

- Goleman, D. (1998), *La Inteligencia Emocional*, Buenos Aires: Ediciones B Argentina S.A. (Emotional Intelligence publicado en 1995). Trad. Mateo
- Shapiro, L. (2002) *La salud emocional de los niños*, Madrid: Editorial EDAF. S.A. (An Ounce of prevention publicado en el 2000). Trad. Treviño
- Shapiro, L. (2003), *La Inteligencia Emocional de los niños* (3ed.), Madrid: Ediciones B Argentina S.A. (How to raise a Child with a High EQ publicado en 1997). Trad. Tiscornia

Internet:

- La competencia emocional. Descargado en julio 2011 de www.todosobremediacion.com.ar/articulos/colaboraciones/148-la-competencia-emocional. Autor Rafael Bisquerra
- La inteligencia emocional como una habilidad esencial en la escuela: Autores: Pablo Fernández-Berrocal y Natalio Extremera Pacheco.
- La inteligencia emocional: métodos de evaluación en el aula Autores: Natalio Extremera Pacheco y Pablo Fernández Berrocal
- La inteligencia emocional y el estudio de la felicidad Autores: Pablo Fernández-Berrocal, Natalio Extremera, Revista interuniversitaria de formación del profesorado
- La inteligencia emocional y la educación de las emociones desde el modelo de Mayer y Salovey Autores: Pablo Fernández Berrocal, Natalio Extremera
- Psicología positiva: una nueva perspectiva en psicología. Descargado el 25 de julio del 2011. De http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?pid=S1794-99982006000200011&script=sci_arttext&tlng. Autores: Francoise Contreras, Gustavo Esguerra

AUTORA:

Isabel Catalina Flores Sisalima

**ANEXO N.2****ESCALA DE EVALUACIÓN****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

Presto mucha atención a los sentimientos.	1	2	3	4	5
Normalmente me preocupo mucho por lo que siento.	1	2	3	4	5
Normalmente dedico tiempo a pensar en mis emociones.	1	2	3	4	5
Pienso que merece la pena prestar atención a mis emociones y estado de ánimo.	1	2	3	4	5
Dejo que mis sentimientos afecten a mis pensamientos.	1	2	3	4	5
Pienso en mi estado de ánimo constantemente.	1	2	3	4	5
A menudo pienso en mis sentimientos.	1	2	3	4	5
Presto mucha atención a cómo me siento.	1	2	3	4	5
Tengo claros mis sentimientos.	1	2	3	4	5
Frecuentemente puedo definir mis sentimientos.	1	2	3	4	5
Casi siempre sé cómo me siento.	1	2	3	4	5
Normalmente conozco mis sentimientos sobre las personas.	1	2	3	4	5
A menudo me doy cuenta de mis sentimientos en diferentes situaciones.	1	2	3	4	5
Siempre puedo decir cómo me siento.	1	2	3	4	5
A veces puedo decir cuáles son mis emociones.	1	2	3	4	5
Puedo llegar a comprender mis sentimientos.	1	2	3	4	5
Aunque a veces me siento triste, suelo tener una visión optimista.	1	2	3	4	5
Aunque me sienta mal, procuro pensar en cosas agradables.	1	2	3	4	5
Cuando estoy triste, pienso en todos los placeres de la vida.	1	2	3	4	5
Intento tener pensamientos positivos aunque me sienta mal.	1	2	3	4	5
Si doy demasiadas vueltas a las cosas, complicándolas, trato de calmarme.	1	2	3	4	5

AUTORA:

Isabel Catalina Flores Sisalima



UNIVERSIDAD DE CUENCA

Me preocupo por tener un buen estado de ánimo.	1	2	3	4	5
Tengo mucha energía cuando me siento feliz.	1	2	3	4	5
Cuando estoy enfadado intento cambiar mi estado de ánimo.	1	2	3	4	5