

UNIVERSIDAD TECNOLÓGICA EQUINOCCIAL

MAESTRIA EN EDUCACIÓN Y DESARROLLO SOCIAL

Trabajo de grado para la obtención del título en Magíster en Educación y Desarrollo Social.

“TRASCENDENCIA DE LA INTELIGENCIA EMOCIONAL COMO ELEMENTO EN EL DESARROLLO INTEGRAL DE LOS ESTUDIANTES DE OCTAVO, NOVENO Y DÉCIMO NIVEL DE LAS INSTITUCIONES EDUCATIVAS, UNIDAD EDUCATIVA MUNICIPAL QUITUMBE”, “UNIDAD EDUCATIVA EXPERIMENTAL SUCRE” Y LA “UNIDAD EDUCATIVA SAN FRANCISCO DE QUITO”, PERÍODO 2008-2009”.

Autor:

Lcdo. César Patricio Lara Miranda

Directora:

Dra. Lucía Torres

Quito, Ecuador

Agosto, 2010

CERTIFICACIÓN DE AUTORÍA

“Del contenido del presente trabajo se responsabiliza el autor”

Autor

César Patricio Lara Miranda

C.I. 171226037-9

INFORME DE LA DIRECTORA DE TESIS

AGRADECIMIENTO

A Dios por la oportunidad de ser mejor persona cada día, a la Universidad Tecnológica Equinoccial por permitirme ser parte de ella por medio de sus maestros con todos sus conocimientos y a mi Tutora de Tesis por toda la ayuda incondicional que me ha brindado.

RESUMEN

En muchas de las instituciones educativas de nuestro país, la educación se dedica únicamente de la asimilación de contenidos, es necesario que toda la comunidad educativa llegue a darse cuenta de que la educación debe ser tratada de forma distinta, debe ser entendida y trabajada como un proceso continuo que sirve para la vida.

La educación no solo debe preparar a los estudiantes con conocimientos para su vida profesional y laboral, debe orientarse hacia el desarrollo integral de sus estudiantes, es decir, debe lograr el pleno desarrollo de su personalidad.

El propósito de este trabajo de investigación está enfocado a colaborar con autoridades, maestros y generaciones estudiantiles, brindando mayor importancia a la inteligencia emocional y permitiendo que esta herramienta tan importante, se la aplique en el campo educativo.

La metodología utilizada está basada en encuestas, entrevistas y observaciones relacionadas con el tema de la inteligencia emocional, que fueron aplicadas a autoridades, maestros, estudiantes, padres de familia y especialistas sobre el tema.

Entre los resultados encontrados se detectó que los maestros no utilizan correcta ni constantemente la inteligencia emocional en su diario trabajo, por tanto los estudiantes no desarrollan íntegramente su inteligencia emocional en su vida estudiantil.

Por tal motivo se ha realizado una propuesta basada en una serie de estrategias metodológicas para que sean utilizadas en el trabajo diario del maestro, quien con su basta experiencia puede enriquecerlas y aprovecharlas en el trabajo de inteligencia emocional en sus estudiantes.

Es necesario interiorizar el hecho de que la inteligencia emocional se encamina a lograr seres humanos exitosos y felices en su vida profesional y personal, las instituciones educativas no deben contentarse únicamente con las calificaciones y los altos puntajes, cuando sus estudiantes no han podido conocer y manejar su inteligencia inter e intrapersonal, autocontrol, autoconciencia, motivación, autoestima y trabajo en equipo con valores.

Este elemento será de ayuda para las unidades educativas en las que se realizó la investigación y con la finalidad de dar mayor importancia al desarrollo de la inteligencia emocional en la comunidad educativa. Será uno de los mayores elementos de solución a los problemas sociales que se presentan en los establecimientos educativos. Tomando en cuenta que el recurso humano es el más importante en el momento de construir sociedades justas y equilibradas.

Palabras clave: inteligencia emocional, vida estudiantil, autocontrol, autoconciencia, motivación, autoestima.

ABSTRACT

In many educational institutions of our country, education engages only the assimilation of content, the entire educational community is necessary to realize that education should be treated differently, must be understood and worked as a continuous process that serves to life.

Not only education should prepare students with knowledge for your work and professional life, should be directed towards the full development of his students, i.e. should ensure the full development of his personality.

The purpose of this research work is focused on working with authorities, teachers and student generations, giving greater importance to emotional intelligence and allowing this important tool, implementation in the educational field.

The methodology is based on surveys, interviews and observations relating to the subject of emotional intelligence, that were applied to authorities, teachers, students, parents and specialists on the subject.

Found results found that teachers do not correct or used constantly emotional intelligence in their daily work, therefore students not develop fully their emotional intelligence in your student life.

For this reason has been a proposal based on a series of methodological strategies are used in the daily work of the master, who with his vast experience can enrich them and take advantage of them in the work of emotional intelligence in their students.

Need to internalize the fact that emotional intelligence is moving towards successful and happy human beings in their personal and professional life, educational institutions cannot be satisfied only with qualifications and high scores, when students have not able to know and handle their intelligence inter and intrapersonal, self-control, self-consciousness, motivation, self-esteem, and work on computer with values.

This element will be of assistance to educational units where research was conducted in order to give greater importance to the development of emotional intelligence in the educational community. It will be one of the major elements of solution to social problems that arise in educational establishments. Taking into account the human resource is the most important at the time of building societies fair and balanced.

Keywords: emotional intelligence, student life, self-control, self-awareness, motivation, self esteem.

TABLA DE CONTENIDO

CAPÍTULO I

1.- INTRODUCCIÓN	Pag.
1.1.- Planteamiento del problema.....	1
1.2.- Sistematización del problema.....	1
1.3.- Formulación del problema.....	2
1.4.- Preguntas de investigación.....	2
1.5 Justificación del tema.....	3
1.6 Objetivos.....	5
1.6.1 Objetivo general.....	5
1.6.2 Objetivos específicos.....	5
1.7.- Alcance de la investigación.....	6

CAPÍTULO II

2.- MARCO DE REFERENCIA

2.1. Marco Teórico	
2.1.1 Antecedentes de la Inteligencia Emocional.....	7
2.1.2 Teorías de la inteligencia emocional	8
2.1.2.1 Teoría psicométrica	8
2.1.2.1.1Perspectiva monolítica.....	8
2.1.2.1.2Perspectiva factorial	9
2.1.2.1.3Perspectiva jerárquica.....	9
2.1.2.2Teoría funcionalista	9

2.1.2.5 Teorías de las inteligencias múltiples.....	11
2.1.2.6 Teoría de la inteligencia emocional.....	12
2.1.3 La inteligencia del ser humano.....	14
2.1.3.1 Las inteligencias múltiples	15
2.1.3.1.1 Inteligencia lingüística verbal.....	16
2.1.3.1.2 Inteligencia lógica matemática.....	16
2.1.3.1.3 Inteligencia kinestésica.....	17
2.1.3.1.4 Inteligencia espacial.....	17
2.1.3.1.5 Inteligencia musical.....	17
2.1.3.1.7 Inteligencia interpersonal.....	17
2.1.3.1.8 Inteligencia naturalista.....	18
2.1.4 Funciones del cerebro.....	20
2.1.5 Inteligencia emocional. Conceptualización.....	24
2.1.5.1 Competencias emocionales.....	31
2.1.5.2 Áreas de la inteligencia emocional.....	33
2.1.5.2.1 Autoconciencia.....	33
2.1.5.2.2 Autorregulación.....	34
2.1.5.2.3 Motivación.....	35
2.1.5.2.4 Empatía.....	36
2.1.5.2.5 Habilidades sociales.....	37
2.1.6 Cómo se puede evaluar la Inteligencia Emocional.....	38
2.1.6.1 Inteligencia intrapersonal en el aula.....	40
2.1.6.2 Inteligencia interpersonal en el aula.....	42
2.1.6.2.1 La inteligencia emocional y su aplicación en la vida del ser humano.....	46

2.1.6.2.2 La inteligencia emocional y su influencia en la educación.....	46
2.1.6.2.3 Prácticas socioeducativas que intervienen en la educación de la I. E.....	48
2.1.6.2.4 La Inteligencia Emocional y su incidencia en el rendimiento escolar	50
2.1.6.2.5 Importancia de la I.E. en la vida del adolescente	53
2.1.6.2.6 Las Emociones y la vida estudiantil.	56
2.1.6.2.7 Importancia de la presencia del maestro en la vida del adolescente	58
2.1.7 La motivación en la vida escolar	67
2.1.7.1 Condiciones para desarrollar una buena Inteligencia Emocional.....	70
2.1.7.2 Beneficios de la inteligencia emocional	75
2.1.8 Las emociones	80
2.2 Marco conceptual	85
2.3 Marco temporo / espacial	89
2.4 Marco institucional.....	89
2.5 Hipótesis.....	91
2.5.1 Hipótesis general.....	91
2.6 Variables e indicadores.....	92

CAPÍTULO III

3. METODOLOGÍA

3. 1 Unidad de análisis.....	95
3. 2 Población.....	95
3.3 Muestra: tipo y cálculo.....	95
3. 4 Tipos de investigación.....	98

3. 5 Prueba de la hipótesis.....	102
3.6 Métodos de investigación.....	103
3. 7Diseño de instrumentos y técnicas de recolección de datos.....	104
3. 8 Fuentes de información.....	106

CAPÍTULO IV

4. RESULTADOS Y ANÁLISIS.....	107
4.1 Grado de comunicación con los padres.....	.108
4.2 Grado de confianza.....	109
4.3 Reacción de los estudiantes al hablar en público.....	110
4.4 Reacción de los estudiantes al trabajo en equipo.....	111
4.5 Actitud predominantes en los estudiantes.....	112
4.6 Reacción de los estudiantes intimidados.....	113
4.7 Toma de decisiones oportunas en cualquier circunstancia.....	114
4.8 Reacciona frente a situaciones en conflicto.....	115
4.9 Maestros que motivan en clase.....	116
4.10 Estudiantes relacionan el fracaso a sus vidas.....	117
4.11 Confianza y esperanza en el futuro.....	118
4.12 Actitud positiva frente a la vida.....	119
4.13 Reacción frente a agresiones.....	120
4.14 Reacción frente al comportamiento ajeno.....	121
4.15 Respeto frente a las emociones de las demás personas.....	122
4.16 Reacción frente a las necesidades de las demás personas.....	123
4.17 Aceptación de sí mismo.....	124

4.18 Mantiene seguridad en sí mismo.....	125
4.19 Autocriterio.....	126
4.20 Aceptación de sí mismo.....	127
4.21 Existe de comunicación en el hogar.....	128
4.22 Delegan responsabilidades a sus hijos.....	129
4.23 Conocen de las metas de sus hijos.....	130
4.24 Uso del tiempo libre.	131
4.25 Conocimiento de las actividades de sus hijos fuera de casa.....	132
4.26 Delegan responsabilidades a sus hijos.....	133
Observaciones de clase	134
Propuesta para trabajar la inteligencia emocional adecuadamente en el aula.....	143
5. CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES	
5.1 Conclusiones.....	199
5.2 Recomendaciones.....	202

Bibliografía

Anexos

CAPITULO I

I. INTRODUCCIÓN

1.1. Planteamiento del problema

En centros educativos de nuestro país el estudiante ha sido educado bajo una concepción vertical, dando prioridad a los resultados y al producto del aprendizaje, sin brindar la suficiente importancia a su ser interior, lo que está reflejado en los resultados de la sociedad actual. Su parte humana, sus sentimientos, sueños, aspiraciones deberían ser los elementos prioritarios que el maestro trabaje en el aula, con el buen manejo de la inteligencia emocional, para de esta manera no ser seres resentidos, con baja autoestima, propensos a caer en problemas sociales como la drogadicción, pandillas, sexo precoz, tabaquismo, alcoholismo, delincuencia entre otros.

1.2. Sistematización del Problema.

La inteligencia emocional es uno de los elementos de mayor incidencia en el desarrollo humano de una persona, como tal, se la debe trabajar en los centros educativos brindándole mayor tiempo y mejor atención.

En las Unidades Educativas Municipales Sucre, Quitumbe y San Francisco de Quito, instituciones del sector urbano y suburbano de Quito son los centros educativos en los que se realiza la investigación y que reflejan la forma cómo los docentes manejan la inteligencia emocional con sus estudiantes.

La falta de atención y de procesos que involucren directamente a padres de familia, autoridades, docentes y alumnos son los factores más importantes para que se desarrolle o no la inteligencia emocional.

1.3. Formulación del problema

Esta investigación se realizó en las Unidades Educativas Municipales Sucre, Quitumbe y San Francisco de Quito, instituciones del sector urbano y suburbano de Quito, para buscar una solución al problema acerca de ¿Qué trascendencia tiene la inteligencia emocional, como elemento de desarrollo integral en los estudiantes de octavo a décimo año de Educación Básica de las instituciones antes mencionadas?

1.4. Preguntas de Investigación.

¿Cómo influye la inteligencia emocional en los estudiantes de octavo a décimo nivel de la Unidad Educativa Municipal Quitumbe, “Unidad Educativa Experimental Sucre” y la “Unidad Educativa San Francisco de Quito” en el desenvolvimiento escolar?

¿Es importante la inteligencia emocional en el desenvolvimiento escolar de los estudiantes?

¿Qué características de la inteligencia emocional poseen los estudiantes de Octavo a décimo nivel de la UEMQ, “Unidad Educativa Experimental Sucre” y la “Unidad Educativa San Francisco de Quito”?

¿Cómo se desarrolla la inteligencia emocional en los estudiantes de octavo a décimo nivel de la UEMQ, “Unidad Educativa Experimental Sucre” y la “Unidad Educativa San Francisco de Quito”?

¿Qué opina la comunidad educativa respecto a la inteligencia emocional de los estudiantes de Octavo a décimo nivel de la UEMQ, “Unidad Educativa Experimental Sucre” y la “Unidad Educativa San Francisco de Quito”?

1.5. Justificación del tema

En educación el modelo mecanicista todavía está existente en nuestra sociedad, modelo que abarca los conocimientos como principio fundamental, olvidando la espiritualidad, el arte, la cultura el ser humano en sí. En este tipo de modelo la educación se reduce a un proceso mecánico industrializado donde los resultados son la prioridad, en esta nueva época donde la visión integral de la vida, el verdadero sentido de la educación, la formación del ser, del vivir, del actuar como lo declara la Comisión Internacional de Educación para el Siglo XXI, preparan al estudiante para enfrentar los retos de la sociedad desde un punto de vista holístico.

En la presente época es fundamental trabajar la interioridad del ser humano, básicamente enfocándonos al objetivo de solucionar los problemas en los que se

encuentra envuelto el ser humano: autoritarismo, alto nivel de estrés, corrupción, violencia, racismo, baja autoestima, angustia y otros elementos que son de mucha importancia para que el ser humano en sus diferentes etapas de desarrollo.

Por esta razón he escogido el tema de inteligencia emocional para desarrollar como trabajo de tesis, pues considero que es de suma importancia determinar el nivel de inteligencia emocional que poseen los estudiantes de octavo a décimo nivel ya que es básico en la formación de un ser humano el trabajo del área emocional de manera positiva y científica.

Considero también que los estudiantes en algunos casos son meramente receptores de contenidos, muchas veces desactualizados y que nunca aplicarán en su vida, razón por lo cual el trabajo en inteligencia emocional es de vital importancia ya que permite el desarrollo de su autoestima, motivación, autocontrol, reconociéndolo más que por su conocimientos por el valor de sus sentimientos y emociones, el ser humano es uno de los elementos que mueve la sociedad, y si esto es para gestionar propuestas positivas se las debería impulsar para que se produzcan resultados positivos.

Es deber del maestro y de las instituciones educativas brindar una educación integral de tal modo que con el desarrollo de la presente tesis pueda contribuir a que los maestros y comunidad educativa en general tomen conciencia de la importancia que tiene la inteligencia emocional en el rendimiento académico.

Como uno de los resultados de mayor importancia está el desenvolvimiento de los estudiantes en cada uno de sus hogares brindando uno de los resultados esperados por cada una de las familias, también la sociedad aprovechará los resultados positivos que tiene la inteligencia emocional en lo estudiantes y luego en todo el entorno.

1.6 Objetivos.

1.6.1 Objetivo General.

Determinar la influencia de la inteligencia emocional en los estudiantes de octavo a décimo nivel de la Unidad Educativa Municipal Quitumbe, “Unidad Educativa Experimental Sucre” y la “Unidad Educativa San Francisco de Quito” en el rendimiento académico.

1.6.2 Objetivos específicos

- Analizar la importancia de la inteligencia emocional en el rendimiento académico de los estudiantes.
- Investigar el nivel de inteligencia emocional que poseen los estudiantes de Octavo a décimo nivel de la UEMQ, “Unidad Educativa Experimental Sucre” y la “Unidad Educativa San Francisco de Quito”.

- Establecer comparaciones entre el rendimiento escolar de los estudiantes con el nivel de inteligencia emocional.
- Concienciar en la comunidad educativa sobre la incidencia de la inteligencia emocional en el rendimiento académico.

1.7 Alcance de la investigación

Los beneficiarios directos de esta investigación serán los estudiantes de Octavo a Décimo Nivel de la UEMQ, “Unidad Educativa Experimental Sucre” y la “Unidad Educativa San Francisco de Quito”, porque les permitirá tomar conciencia de la importancia de la inteligencia emocional en su desempeño como seres humanos.

Los padres de familia también se beneficiarán porque pueden informarse con la investigación realizada el nivel de inteligencia emocional que poseen sus hijos e hijas, de tal modo que puedan buscar estrategias para prevenir posibles problemas como pandillas, drogadicción, embarazos no deseados, alcohol, tabaquismo, mal uso del tiempo libre, pornografía, uso inadecuado de la tecnología, etc.

Maestros y autoridades se beneficiarán con los resultados de la investigación porque tomarán conciencia de la importancia de implementar programas de mejoramiento de la inteligencia emocional en el aula, además que tendrá la capacidad de entender a los estudiantes de bajo rendimiento académico, constituyéndose de este modo en mediadores de su formación integral.

CAPÍTULO II

2. MARCO DE REFERENCIA

2.1 Marco Teórico

2.1.1 Antecedentes de la Inteligencia Emocional.

Desde muchos años atrás se han manifestado numerosas teorías que tratan de estudiar aspectos sobresalientes sobre la inteligencia, desde la perspectiva de diferentes autores y épocas podemos decir que el interés por estudiar la inteligencia humana consta y se remonta a los primeros escritores babilonios, los últimos filósofos griegos y hombres cultos de toda la historia¹

Algunos autores como Broca (1824-1880) en sus investigaciones trataba de medir el cráneo humano y sus características, Galton (1822-1911), bajo la influencia de Darwin investigó sobre los genios, Binet (1857-1911) fue quien empezó a hablar de la medición de la inteligencia y elabora el primer test de inteligencia (1905) que más tarde es traducido se va transformando en varias versiones hasta llegar a difundirse rápidamente por todo el mundo. Más tarde se introduce el término de coeficiente intelectual (CI) que va a tener gran aceptación por parte de la comunidad científica.

¹ Iglesias Cortizas M^a J. , Couce Iglesias A. , Bisquerra Alzina R. , Hué García C. (2004). El reto de la educación emocional. A Coruña. Universidade da Coruña.

Actualmente, se podría decir que todavía este ámbito de la inteligencia sigue estando confuso y no existe acuerdo para ofrecer una definición única del mismo, sin embargo se puede realizar un breve análisis de los distintos aportes que brindan las diferentes y más destacadas teorías respecto a la inteligencia.

2.1.2 Teorías de la Inteligencia Emocional

2.1.2.1 Teoría psicométrica

Algunos autores son participes de estas teorías, parten de la medición de la inteligencia como parte del comportamiento. Se iniciaron tomando en cuenta algunos enfoques de la Psicología Diferencial clásica y se basan en el análisis de datos obtenidos en test.

Entre las características sobre el concepto de inteligencia, tenemos:

2.1.2.1.1 Perspectiva monolítica, toma en cuenta la teoría a partir del análisis de los datos obtenidos en los test. Basados en esta perspectiva nos encontramos con tres modelos:

- a) Edad Mental: En el que destacan autores como Binet y Simon que tratan de crear un instrumento capaz de medir la capacidad intelectual del alumno. Por tanto, parten de que la inteligencia es medible y tratarían de explicar la evolución de la misma.

b) Cociente Intelectual: Stern y Terman que elaboran la fórmula CI transformando la edad mental en un índice numérico, y marcan la diferencia entre edad mental y edad cronológica.

c) Factor G o inteligencia general: Spearman, que aplica el análisis factorial al estudio de la inteligencia buscando un factor común a todos los sujetos, al que llamaron factor G.

2.1.2.1.2 Perspectiva factorial, que permitió un análisis más preciso y completo de la inteligencia. Se estudia la inteligencia como un conjunto de componentes intelectuales y aptitudes.

2.1.2.1.3 Perspectiva jerárquica, es la teoría que más similitud tiene respecto a los planteamientos actuales del procesamiento de la información. Toma en cuenta los distintos factores que forman la inteligencia en una estructura jerárquica.

2.1.2.2. Teoría funcionalista

Estas teorías pretenden explicar el funcionamiento de las capacidades intelectuales en términos de procesamiento de la información, para lo cual analizan los siguientes elementos:

- Las capacidades básicas de procesamiento, que harían referencia a la velocidad y a la capacidad de procesamiento de la información.
- Las estrategias que son las conductas que utilizamos para lograr un objetivo cognitivo.

- La metacognición, que se refiere al autoconocimiento de los sujetos en cuanto a sus propios procesos cognitivos.
- El conocimiento, que sería la información almacenada disponible por el alumno.

2.1.2.3 Teoría genética o del desarrollo.

En estas teorías se puede notar el hecho de que establecen la inteligencia como el producto de la interacción continuada entre el individuo y el medio Piaget, con su perspectiva constructivista de la inteligencia, asocia el desarrollo de la inteligencia a un proceso de construcción de estructuras cognitivas a través de sucesivos estadios. El alumno construiría su inteligencia a través de cuatro estadios: El sensoriomotor, desde el nacimiento hasta los dos años, la fase preoperatoria, desde los dos hasta los seis años, la operatoria concreta, desde los seis hasta los doce años y la operatoria formal, desde los doce años hasta la edad adulta.

La inteligencia es “el equilibrio entre una asimilación continua de las cosas a la propia actividad y la acomodación de esos esquemas asimiladores a los objetos”²

2

Piaget, J. (1969). Psicología y pedagogía. Barcelona. Ariel

2.1.2.4 Teorías actuales

Actualmente la teoría triárquica de Sternberg pretende definir la inteligencia desde tres subteorías: la inteligencia individual que trata de explicar los mecanismos internos que nos conducen a una conducta inteligente, la experiencial relacionada con la experiencia que exige la realización de cada tarea, y la contextual con la que el individuo ha de ser capaz de seleccionar los ambientes.

En este punto se puede notar cierta similitud entre la inteligencia individual y la intrapersonal, y entre la contextual que se proponen más adelante, como las teorías contemporáneas.

La teoría que habla de la superdotación se puede encontrar diferentes modelos basados en distintos componentes, como:

- Basados en capacidades
- Basados en componentes cognitivos.
- Basados en el rendimiento.
- Basados en aspectos socioculturales.

2.1.2.5 Teoría de las inteligencias múltiples.

El concepto de inteligencia ha evolucionado desde una perspectiva única hasta una perspectiva de las inteligencias múltiples, en la que además se va a dar mucha importancia al contexto familiar, social y escolar.

La teoría de las inteligencias múltiples considera que un test de inteligencia no puede predecir el éxito que tendrá una persona, y que “la inteligencia como algo único no puede explicar muchas áreas de la actividad humana”.³

2.1.2.6 Teoría de la inteligencia emocional.

Como se ha visto a lo largo de la historia ha sido necesario encontrar formas de ocuparse y desarrollar la inteligencia emocional como consecuencia de las debilidades que se encuentran en el cociente de Inteligencia que desde inicios del siglo XX ha sido utilizado como predictor de comportamientos exitosos.

Pero a partir de 1990 estudios demuestran que el CI no es garantía de éxito en la vida. El cociente intelectual no es una medida infalible porque es muy frecuente que las personas que poseen un alto cociente intelectual no desempeñen adecuadamente su trabajo y que quienes tienen un cociente intelectual moderado, o más bajo, lo hagan considerablemente mejor.

Entonces la inteligencia emocional, pasaría a ser la encargada del conocimiento y control de las propias emociones y de las que expresan las personas con quienes vivimos. Autores acuñaron un término cuya fama futura era difícil de imaginar: “inteligencia emocional”⁴ Y a

³ Gardner, H. (1995). *Inteligencias múltiples. La teoría en la práctica*. Barcelona. Editorial Paidós

⁴ Salovey, P. y Mayer, J.D. (1990). *Emotional intelligence. Imagination, Cognition, and Personality*

partir de aquí es cuando los investigadores van a dirigir su atención hacia la definición de este constructo.

“La inteligencia emocional incluye la habilidad de percibir con precisión, valorar y expresar emoción; la habilidad de acceder y/o generar sentimientos cuando facilitan pensamientos; la habilidad de comprender la emoción y el conocimiento emocional; y la habilidad para regular las emociones para promover crecimiento emocional e intelectual” .⁵

Más tarde, en 1996, se manifiesta que la inteligencia emocional es “La capacidad para leer nuestros sentimientos, controlar nuestros impulsos, razonar, permanecer tranquilos y optimistas cuando no nos vemos confrontados a ciertas pruebas, y mantenernos a la escucha del otro”.⁶

Sin embargo de la trascendencia de estos autores en la década de los 90 que se manifiesta como el moderno concepto de inteligencia “El término inteligencia emocional se refiere a la capacidad de reconocer nuestros propios sentimientos, los sentimientos de los demás, motivarnos y manejar adecuadamente las relaciones que sostenemos con los demás y con nosotros mismos. Se trata de un término que engloba habilidades muy distintas aunque

⁵ Salovey , P. y Mayer, J.D. (1990). Emotional intelligence. *Imagination, Cognition, and Personality*

⁶ Vallés Arándiga, A. y Vallés Tortosa, C. (2000). *Inteligencia emocional. Aplicaciones educativas*. Madrid. Editorial Eos.

complementarias- a la inteligencia académica, la capacidad exclusivamente cognitiva medida por el cociente intelectual...".⁷

2.1.3 La inteligencia del ser humano

La inteligencia es "Un potencial psico-biológico para resolver problemas o crear nuevos productos que tienen valor en su contexto cultural".⁸

El ser humano en contacto con su entorno, a medida que va evolucionando va también adquiriendo habilidades y destrezas mentales que le permiten con el paso del tiempo satisfacer sus propias necesidades y la de los demás, por esta razón las personas inteligentes se puede decir son aquellas que además saben resolver sus propios problemas.

Existe muchas teorías respecto a la forma cómo se desarrollan las habilidades, destrezas, potencialidades. Por ejemplo actualmente se habla acerca de la mediación que se realiza en el

⁷ Goleman Daniel (1998) La inteligencia emocional en la empresa. Editorial Bantan Books Barcelona 460 páginas.

⁸ Garner Howard. (1996) Inteligencias múltiples. Vergara Editor. Buenos Aires Argentina.

proceso de aprendizaje, utilizando la Zona de Desarrollo Próximo “El desarrollo potencial de un aprendizaje ya adquirido para adquirir uno de mayor grado”.⁹

A medida que vamos adquiriendo conocimientos, habilidades y destrezas, únicamente vamos aprendiendo lo que nos sirve; y, lo que no lo es, simplemente no lo aprendemos y lo nos deshacemos de dichas informaciones.

Howard Gardner manifiesta que el ser humano no posee una sola inteligencia sino que tiene una gama de inteligencias conocidas como Las Inteligencias Múltiples.¹⁰

2.1.3.1 Las inteligencias múltiples.

La teoría de las inteligencias múltiples es un modelo en el que la inteligencia no es vista como algo unitario, que agrupa diferentes capacidades específicas con distinto nivel de generalidad, sino como un conjunto de inteligencias múltiples, distintas e independientes.¹¹ Gardner define

⁹ Vygotski, Liev Semoiónovich (1982). Obras escogidas. tomo I, ed. pedagógica: Moscú

¹⁰ Gardner Howard (2001) Estructuras de la mente. Teoría de las inteligencias múltiples. Fondo de Cultura Económica. Bogotá Colombia.

¹¹ Gardner, Howard. (1983) Multiple Intelligences, Basic Books. Castellano "Inteligencias múltiples" ISBN: 84-493-1806-8 Paidós

la inteligencia como la capacidad de resolver problemas o elaborar productos que sean valiosos en una o más culturas. Hasta hace muy poco tiempo la inteligencia se consideraba algo innato e inamovible. Se nacía inteligente o no, y la educación no podía cambiar ese hecho. Tanto es así que en épocas muy cercanas a los deficientes psíquicos no se les educaba, porque se consideraba que era un esfuerzo inútil.

Hasta la fecha Howard Gardner y su equipo de la Universidad Harvard han identificado ocho tipos distintos de inteligencia:

2.1.3.1.1 Inteligencia lingüística verbal: Se trata además de escribir bien disfrutar escribiendo, leyendo, narrando historias o, incluso, resolviendo crucigramas en donde ponen en juego su riqueza de vocabulario.

2.1.3.1.2 Inteligencia lógica matemática: Se relaciona con el interés que muestran las personas resolver o descubrir los patrones matemáticos ocultos en la naturaleza. Clasifican en categorías y descubren relaciones de causa entre las cosas. Los cálculos aritméticos, juegos de estrategia y experimentos son su atracción favorita.

2.1.3.1.3 Inteligencia kinestésica: Sus procesos de conocimiento del mundo se dan a través del cuerpo, al que usan como una forma de conectarse con el entorno. Por ejemplo, son deportistas y atletas, bailarines o pequeños con habilidades manuales, como el bordado o la carpintería.

2.1.3.1.4 Inteligencia espacial: Las imágenes, dibujos, escenas y fotografías, juegos de ubicación, dibujos, construcción con cubos didácticos son su atractivo.

2.1.3.1.5 Inteligencia musical: Las personas que han logrado desarrollar su oído cantan, escuchan música, van al compás de cada ritmo que escucha con sus manos o pies, Usualmente se percatan de sonidos que otros no escuchan y son oyentes muy críticos, son las personas que han logrado desarrollar este tipo de inteligencia.

2.1.3.1.6 Inteligencia interpersonal: Hay personas que espontáneamente se van convirtiendo en líderes en su grupo, son buenos comunicadores y que parecen entender lo que los demás sienten y cuáles son sus motivaciones. Tienen la habilidad de comprender a los demás.

2.1.3.1.7 Inteligencia intrapersonal: Generalmente las personas que aunque parezcan tímidas, sabe exactamente qué es lo que le acontece y suele descubrir en sí mismo las razones que necesita para motivarse por algo.

2.1.3.1.8 Inteligencia naturalista: Se refiere al contacto que hacen los niños con el medio ambiente y a la capacidad de ver las relaciones entre las distintas especies en la naturaleza. Son amantes de los animales y tienen un fuerte interés en los fenómenos naturales.

Sin embargo Gardner, manifiesta que estas inteligencias emocionales, a su vez que se desarrollan, también pueden verse afectada en los siguientes casos:

- a. Cuando una persona sufre o ha sufrido lesiones cerebrales, traumatismos que de una u otra manera pueden afectar una determinada capacidad; como consecuencia de dicha lesión se puede modificar ciertas áreas del cerebro.
- b. El contexto en el que se desenvuelve la persona es de vital importancia para que la inteligencia llegue a desarrollarse o no.
- c. Cuando una área del cerebro humano es utilizada por el ser humano, es decir le es funcional y la utiliza constantemente, también ésta área se irá perfeccionando con el pasar del tiempo.

En nuestra sociedad mucho se ha hablado de inteligencia y se le ha asociado al rendimiento académico, es decir se creía que inteligente era el niño o niña que obtenía excelentes calificaciones en las áreas cognitivas o a aquellos estudiantes que hubiesen obtenido los puntajes más altos en los test de inteligencia. Hecho que gracias a estudios realizados contemporáneos, ya no puede ser aceptado, por las siguientes razones:

- Los seres humanos más exitosos no son necesariamente los mejores estudiantes, o los que sacaban más altas calificaciones en las áreas cognitivas.

Por el contrario muchos de los que han triunfado han sido las personas que saben manejar sus emociones de forma apropiada en los diferentes contextos.

- El obtener un coeficiente intelectual alto de igual manera no es pauta para obtener buenas relaciones sociales en nuestro entorno y obtener la felicidad en la vida de las personas.

En este punto contemporáneamente se ha venido hablando también de Inteligencia Emocional, considerándose ésta como la capacidad para reconocer sentimientos

propios y ajenos, y la habilidad para manejarlos.¹² Por lo cual se estima que la inteligencia emocional se puede organizar en cinco capacidades: conocer las emociones y sentimientos propios, manejarlos, reconocerlos, crear la propia motivación, y gestionar las relaciones.

2.1.4 Funciones del cerebro.

Especialistas hablan sobre las dos partes, esferas o funciones principales del cerebro. De igual manera han considerado la existencia de dos mentes, una que piensa y otra que siente

Serían dos formas de conocimiento que interactúan entre sí: la mente racional y la mente emocional.

En el diario vivir la diferencia emocional/racional se aproxima a la distinción popular entre “corazón” y “cabeza”. Según los especialistas, por lo general existe un equilibrio entre la mente racional y la mente emocional, en el que la emoción alimenta e informa las operaciones de la mente racional. La mente emocional le imprime energía a la racional y, esta última, ordena el comportamiento de las emociones. Sin embargo, ambas son facultades semi-independientes, cada una refleja una operación de un circuito distinto pero interconectado del cerebro. Los sentimientos son esenciales para el pensamiento y el pensamiento lo es para el sentimiento.

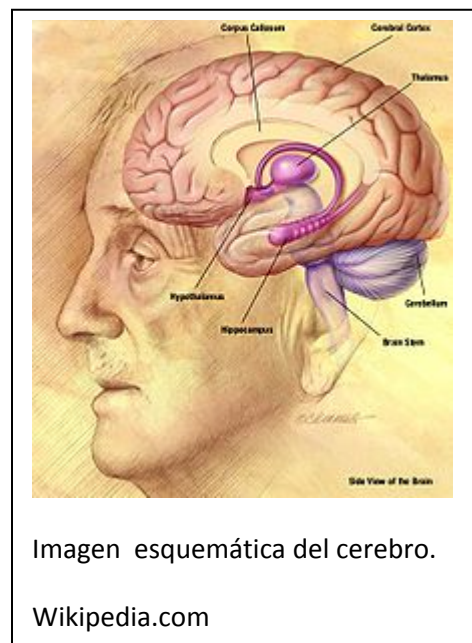
¹² Goleman (1995) Emotional Intelligence, New York: Bantam Books

Por lo tanto si nos queremos referir a la manera como se desarrollan las emociones dentro de nuestra mente y la causa del frecuente conflicto existente entre los sentimientos y la razón, es necesario comprender la forma en que ha evolucionado el cerebro.

La región más primitiva del cerebro es el tronco encefálico, que regula las funciones vitales básicas, como la respiración o el metabolismo, y lo compartimos con todas aquellas especies que disponen de sistema nervioso, aunque sea muy rudimentario. De este cerebro primitivo emergieron los centros emocionales que, millones de años más tarde, dieron lugar al cerebro pensante: el neocórtex.

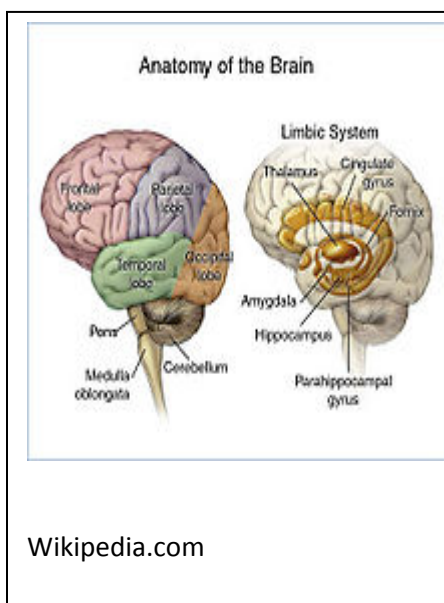
“El hecho de que el cerebro emocional sea muy anterior al racional y que éste sea una derivación de aquél, revela con claridad las auténticas relaciones existentes entre el pensamiento y el sentimiento”.¹³

El neocórtex permite un aumento de la sutileza y la complejidad de la vida emocional, aunque no gobierna la totalidad de la vida emocional porque, en estos asuntos, delega su cometido en el sistema límbico. “Esto es lo que confiere a los centros de la emoción un poder



¹³ Golema Daniel (1998) La inteligencia emocional en la empresa. Editorial Bantan Books 460 páginas

extraordinario para influir en el funcionamiento global del cerebro, incluyendo a los centros del pensamiento”¹⁴



La amígdala cerebral y el hipocampo fueron dos piezas clave del primitivo «cerebro olfativo» que, a lo largo del proceso evolutivo, terminó dando origen al córtex y posteriormente al neocórtex. La amígdala está especializada en las cuestiones emocionales y se la considera una estructura límbica muy ligada a los procesos del aprendizaje y la memoria. “Constituye una especie de depósito de la memoria emocional. Es la encargada de activar la secreción de dosis masivas de

nordrenalina, que estimula los sentidos y pone al cerebro en estado de alerta”¹⁵

La primera zona cerebral por la que pasan las señales sensoriales procedentes de los ojos o de los oídos es el tálamo y, a partir de ahí y a través de una sola sinapsis, la amígdala. Otra vía procedente del tálamo lleva la señal hasta el neocórtex (cerebro pensante), permitiendo que la amígdala comience a responder antes de que el neocórtex haya emitido algún tipo de información. Según LeDoux: «anatómicamente hablando, el sistema emocional puede actuar

¹⁴ Goleman Daniel (1998) La inteligencia emocional en la empresa. Editorial Bantan Books 460 páginas

¹⁵ Goleman Daniel (1998) La inteligencia emocional en la empresa. Editorial Bantan Books 460 páginas

independientemente del neocórtex. Existen ciertas reacciones y recuerdos emocionales que tienen lugar sin la menor participación cognitiva consciente»¹⁶

En opinión de LeDoux, la interacción entre el niño y sus cuidadores durante los primeros años de vida constituye un auténtico aprendizaje emocional, y es tan poderoso y resulta tan difícil de comprender para el adulto porque está grabado en la amígdala con la tosca impronta no verbal propia de la vida emocional. Lo que explica el desconcierto ante nuestros propios estallidos emocionales es que suelen datar de un período tan temprano que las cosas nos desconcertaban y ni siquiera disponíamos de palabras para comprender lo que sucedía

Muchas veces las personas supuestamente no podemos pensar bien, esto puede explicar por qué la tensión emocional puede obstaculizar las facultades intelectuales de los estudiantes y dificultar así su capacidad de aprendizaje. Las personas impulsivas y ansiosas, a menudo desorganizadas y problemáticos, parecen tener un escaso control prefrontal sobre sus impulsos límbicos. Este tipo de niños presenta un elevado riesgo de problemas de fracaso escolar,

¹⁶ Le Doux, J (1999) . El cerebro emocional. Barcelona: Ariel-Planeta, 1999

alcoholismo y delincuencia, pero no tanto porque su potencial intelectual sea bajo sino porque su control sobre su vida emocional se halla severamente restringido.¹⁷

2.1.5 Inteligencia Emocional

Conceptualización

La inteligencia emocional se la definió como: "la habilidad para comprender y dirigir a los hombres y mujeres, muchachos y muchachas, y actuar sabiamente en las relaciones humanas".¹⁸ Es decir para él Inteligencia Emocional se usa para describir la habilidad de comprender y motivar a otras personas".¹⁹

En 1983, Howard Gardner en su Teoría de las inteligencias múltiples introdujo la idea de incluir tanto la inteligencia interpersonal (la capacidad para comprender las intenciones, motivaciones y deseos de otras personas) y la inteligencia intrapersonal (la capacidad para comprenderse uno mismo, apreciar los sentimientos, temores y motivaciones propios.

¹⁷ Goleman Daniel (1998) La inteligencia emocional en la empresa. Editorial Bantan Books 460 páginas

¹⁸ Thorndike, R.K. (1920). "Intelligence and Its Uses", Harper's Magazine 140.

¹⁹ Shemueli Gabel (2005) Inteligencia emocional : Perspectivas y aplicación ocupacional. Documentos de trabajo N. 16 Lima Perú.

El primer uso del término inteligencia emocional generalmente es atribuido a Wayne Payne, 1985 citado en su tesis doctoral: Un estudio de las emociones: De igual manera Leuner, Greenspan, Salovey, Mayer y Goleman hablaron sobre inteligencia emocional. Se la define también como "la capacidad de percibir los sentimientos propios y la de los demás, distinguir entre ellos y servirse de esa información para guiar el pensamiento y la conducta de uno mismo"²⁰.

Inteligencia emocional es "la capacidad de reconocer nuestros propios sentimientos y los ajenos, de motivarnos y de manejar bien las emociones, en nosotros mismos y en nuestras relaciones".²¹ Considera cinco aptitudes emocionales, clasificadas a su vez en dos grandes grupos: aptitud personal que incluye la auto-conocimiento, auto-regulación y motivación y la aptitud social relacionada con la empatía y las habilidades sociales, que tiene el individuo.

En el libro de Goleman se cita a Enrique Rojas (1997) quien destaca que a la inteligencia y a la afectividad como los componentes más característicos de la psicología humana. La inteligencia emocional entonces es la capacidad que tiene cada individuo de conocer sus propias emociones y sentimientos, asociados al medio en el que se desenvuelve, es la

²⁰ Salovey, P. y Mayer, J.D. (1990). Emotional intelligence. *Imagination, Cognition, and Personality*

²¹ Goleman Daniel (1998) La inteligencia emocional en la empresa. Editorial Bantam Books 460 páginas

capacidad de reconocer nuestros propios y ajenos sentimientos y tener la habilidad para manejarlos correctamente.

La Inteligencia Emocional se refiere según Goleman a las Inteligencias Múltiples y su relación con el entorno social: La Inteligencia Intrapersonal y la Inteligencia Interpersonal.

Daniel Goleman, psicólogo y periodista americano con una indudable vista comercial y gran capacidad de seducción y de sentido común, convirtió estas dos palabras en un término de moda al publicar su libro Inteligencia emocional²² Hoy, pocas personas de los ambientes culturales, académicos o empresariales ignoran el término o su significado. Y esto se debe, fundamentalmente, al trabajo de este investigador.

Muchos autores manifiestan que la única forma de predecir el éxito en las tareas de la vida diaria y en los diversos ámbitos familiares, laborales, profesionales depende de la inteligencia emocional que maneje una persona, el coeficiente intelectual no es un buen predictor de desempeño exitoso.

²² Extremera N. y Fernández - Berrocal, P.. (2003). La inteligencia emocional: Métodos de evaluación en el aula. Revista Iberoamericana de Educación.

En las situaciones diarias lo emocional tiene mucho que ver puesto que cada emoción se relaciona con una acción, de manera que la inteligencia emocional de la persona y su forma de reaccionar determinará el éxito o fracaso que obtenga en las tareas que emprenda.

“Este conjunto de habilidades de carácter socio-emocional se la define como Inteligencia Emocional. Esta puede dividirse en dos áreas”²³:

- **Inteligencia Intra-personal:** Capacidad de formar un modelo realista y preciso de uno mismo, teniendo acceso a los propios sentimientos, y usarlos como guías en la conducta, es el conocimiento de los aspectos internos de una persona: el acceso a la propia vida emocional, a la propia gama de sentimientos, la capacidad de efectuar discriminaciones entre las emociones y finalmente ponerles un nombre y recurrir a ellas como un medio de interpretar y orientar la propia conducta.
- **Inteligencia Inter-personal:** Capacidad de comprender a los demás; qué los motiva, cómo operan, cómo relacionarse adecuadamente. Capacidad de reconocer y reaccionar ante el humor, el temperamento y las emociones de los otros. Se refiere a la habilidad del conocimiento individual, personal, de identidad y autoestima. La inteligencia

²³ Goleman Daniel (1996) Inteligencia emocional. Vergara Editor. Buenos Aires Argentina.

intrapersonal consiste, en el conjunto de capacidades que nos permiten formar un modelo preciso y verídico de nosotros mismos, así como utilizar dicho modelo para desenvolvernó de manera eficiente en la vida²⁴.

El coeficiente intelectual se puede medir con diferentes clases de test, mientras que el nivel de inteligencia emocional no se lo puede medir exactamente a través de un determinado test. Sin embargo se puede mencionar algunas características en las personas como lo cita Goleman en su libro *Inteligencia Emocional*, así por ejemplo:

«Los hombres que poseen una elevada inteligencia emocional suelen ser socialmente equilibrados, extrovertidos, alegres, poco predispuestos a la timidez y a rumiar sus preocupaciones. Demuestran estar dotados de una notable capacidad para comprometerse con las causas y las personas, suelen adoptar responsabilidades, mantienen una visión ética de la vida y son afables y cariñosos en sus relaciones. Su vida emocional es rica y apropiada; se sienten, en suma, a gusto consigo mismos, con sus semejantes y con el universo social en el que viven».

«Las mujeres emocionalmente inteligentes tienden a ser enérgicas y a expresar sus sentimientos sin ambages, tienen una visión positiva de sí mismas y para ellas la vida

²⁴ Gardner, Howard. (1983) *Multiple Intelligences*, Basic Books. Castellano "Inteligencias múltiples" ISBN: 84-493-1806-8 Paidós

siempre tiene un sentido. Al igual que ocurre con los hombres, suelen ser abiertas y sociables, expresan sus sentimientos adecuadamente (en lugar de entregarse a arranques emocionales de los que posteriormente tengan que lamentarse) y soportan bien la tensión. Su equilibrio social les permite hacer rápidamente nuevas amistades; se sienten lo bastante a gusto consigo mismas como para mostrarse alegres, espontáneas y abiertas a las experiencias sensoriales. Y, a diferencia de lo que ocurre con el tipo puro de mujer con un elevado CI, raramente se sienten ansiosas, culpables o se ahogan en sus preocupaciones».

«Los hombres con un elevado CI se caracterizan por una amplia gama de intereses y habilidades intelectuales y suelen ser ambiciosos, productivos, predecibles, tenaces y poco dados a reparar en sus propias necesidades. Tienden a ser críticos, condescendientes, aprensivos, inhibidos, a sentirse incómodos con la sexualidad y las experiencias sensoriales en general y son poco expresivos, distantes y emocionalmente fríos y tranquilos».

«La mujer con un elevado CI manifiesta una previsible confianza intelectual, es capaz de expresar claramente sus pensamientos, valora las cuestiones teóricas y presenta un amplio abanico de intereses estéticos e intelectuales. También tiende a ser introspectiva, predispuesta a la ansiedad, a la preocupación y la culpabilidad, y se muestra poco dispuesta a expresar públicamente su enfado (aunque pueda expresarlo de un modo indirecto)». ²⁵

²⁵ Goleman, D. (1995). Emotional intelligence. New York: Bantam Books

Según Goleman la inteligencia emocional (IE) es más importante que el coeficiente intelectual y las habilidades técnicas, para desenvolverse con éxito y eficiencia en cualquier clase de trabajo. Dividió la IE en cuatro grandes capacidades:

- Conciencia y conocimiento sobre sí mismo, o sea, con cuánta y con qué profundidad conocemos nuestras fortalezas y debilidades: capacidad para sintonizar nuestros pensamientos y sentimientos, confianza en nosotros mismos.
- Capacidad para manejar las emociones personales, es decir, el control de las emociones, de los impulsos en forma responsable y flexible de manera que beneficie los resultados de la actividad propia: perseverancia ante contratiempos, motivación positiva hacia el logro de mejores resultados.
- Conciencia social, lo que equivale a estar en sintonía con los sentimientos, necesidades y temas que interesan a los otros: habilidad para lograr empatía con otros (p. e. colegas, jefes, subordinados, clientes, etc.).
- Habilidad social, aquella que nos permite interactuar con otros: comunicarse, influir, colaborar y otras, ya sea en forma individual o en equipo, así como para manejar los conflictos.

2.1.5.1 Competencias emocionales

La competencia es el conjunto de conocimientos, capacidades, habilidades y actitudes necesarias para realizar actividades diversas con un cierto nivel de calidad y eficacia. En el concepto de competencia se integra el saber, saber hacer y saber ser. El dominio de una competencia permite producir un número infinito de acciones no programadas”²⁶

Salovey y Mayer, consideran que dentro de la inteligencia emocional tiene bajo su fin una serie de competencias como las siguientes:

- Conocer las propias emociones.. No es más que ser consciente de las propias emociones, es decir, reconocer un sentimiento en el momento en que ocurre. Sólo si sabemos reconocer lo que sentimos podremos manejar, controlar y ordenar nuestras emociones de manera consciente. Se trataría de autoconocimiento.
- Manejar las emociones: La habilidad para manejar los propios sentimientos a fin de que se expresen de forma apropiada se fundamenta en la toma de conciencia de las propias emociones y es fundamental en las relaciones interpersonales. No podemos

²⁶ Bisquerra Alzina, R. (2003): Educación emocional y competencias básicas para la vida. Revista de Investigación Educativa (21),

rechazar emociones como la ira o la tristeza, pero sí podemos afrontarlas de la manera más adecuada. Se trataría de autocontrol.

- **Motivarse a sí mismo:** Una emoción tiende a impulsar una acción. Por eso las emociones y la motivación están íntimamente interrelacionadas. Para poder tener un autocontrol emocional tenemos que aprender a dominar nuestros impulsos. Se trataría de automotivación, que sería buscar los motivos por los que se hace una cosa y ordenar las emociones para lograr hacerla.
- **Reconocer las emociones de los demás.** La empatía es fundamental y se basa en el conocimiento de las propias emociones, y a partir de ello seremos capaces de captar las señales que nos indican lo que los demás sienten. Se trataría de la autoconciencia de las emociones de los otros.
- **Establecer relaciones sociales.** El arte de establecer buenas relaciones con los demás es, en gran medida, la habilidad de manejar sus emociones. La competencia social y las habilidades que conlleva son la base del liderazgo, popularidad y eficiencia interpersonal. Se trataría de la adecuación a nuestro ser social, parte esencial del desarrollo con los demás.

Estas competencias estarían de acuerdo al modelo de Salovey y Mayer, cabe mencionar que existen otros modelos y otras competencias según otros autores.

Goleman divide las habilidades que propone el modelo de Salovey y Mayer en dos grupos:

- La inteligencia personal, compuesta por una serie de competencias que determinan el modo en que nos relacionamos con nosotros mismos. Dentro de ella se encontrarían: el autoconocimiento, el autocontrol y la automotivación.
- La inteligencia interpersonal, compuesta por otras competencias que determinan el modo en el que nos relacionamos con los demás. Se encontrarían en este grupo: la empatía y las habilidades sociales.

2.1.5.2 Áreas de la inteligencia emocional.

Dentro de la inteligencia emocional de la Teoría de Salovey Mayer se mencionan cinco áreas -autoconciencia, autorregulación, motivación, empatía y habilidades sociales.²⁷ Estas capacidades son:

2.1.5.2.1 Autoconciencia

El hecho de reconocer nuestro propio estado de ánimo e intuición.

²⁷ Salovey , P. y Mayer, J.D. (1990). Emotional intelligence. *Imagination, Cognition, and Personality*

Comprende las siguientes sub - competencias:

- Conciencia Emocional: identificar las propias emociones y los efectos que pueden tener.
- Autovaloración: conocer las propias fortalezas y sus limitaciones.
- Autoconfianza: un fuerte sentido del propio valor y capacidad.

2.1.5.2.2 Autorregulación

Se refiere a manejar los propios estados de ánimo, impulsos y recursos. Una vez que aprendemos a detectar nuestros sentimientos podemos aprender a controlarlos.

Controlar nuestros sentimientos implica, una vez que los hemos detectado e identificado, ser capaces de reflexionar sobre los mismos. Reflexionar sobre lo que estamos sintiendo no es igual a emitir juicios de valor sobre si nuestros sentimientos son buenos o malos, deseables o no deseables.

Reflexionar sobre nuestras emociones requiere dar tres pasos: determinar causas y emociones, el origen de estas y saber finalmente cual es la manera adecuada de actuar frente a esto. La Autorregulación comprende las siguientes sub-competencias:

- Autocontrol: Mantener vigiladas las emociones perturbadoras y los impulsos.
- Confiabilidad: Mantener estándares adecuados de honestidad e integridad.
- Conciencia: Asumir las responsabilidades del propio desempeño laboral y educativo.
- Adaptabilidad: Flexibilidad en el manejo de las situaciones de conflicto.
- Innovación: Sentirse cómodo con la nueva información, las nuevas ideas y las nuevas situaciones.

2.1.5.2.3 Motivación

Se refiere a las tendencias emocionales que guían o facilitan el cumplimiento de las metas establecidas. Significa motivarse a uno mismo, aunque también interviene e influye la motivación que encontramos en el medio y con los demás.

Es importante que como auto-motivación esté la capacidad de superar las dificultades y derrotas que podamos encontrar en nuestro camino. Para desarrollar una motivación es necesario conocer que la motivación es sinérgica, dar y recibir. Los deportistas de élite, como nuestro marchista Jefferson Pérez, llevan, muchas veces desde la infancia, una vida que la mayoría de nosotros no resistiría. ¿Qué es lo que hace que alguien sea capaz de entrenar

incansablemente durante años? la auto-motivación. Aprender a plantear objetivos y saber qué es lo que de verdad queremos es, por tanto, el primer paso.

Aprender a establecer objetivos no basta, esos objetivos tienen, además, que ser viables y nosotros necesitamos saber qué pasos tenemos que dar para poder alcanzarlos.

La motivación comprende las siguientes sub-competencias:

- Impulso de logro: esfuerzo por mejorar o alcanzar un estándar de excelencia académica.
- Compromiso: matricularse con las metas del grupo, curso o institución educativa.
- Iniciativa: disponibilidad para reaccionar ante las oportunidades.
- Optimismo: persistencia en la persecución de los objetivos, a pesar de los obstáculos y retrocesos que puedan presentarse.

2.1.5.2.4 Empatía

Es la conciencia que una persona tiene de los sentimientos, necesidades y preocupaciones de los demás, el ponerse en el lugar de otros.

Las subcompetencias que se puede desarrollar con la empatía son:

- Comprensión de los otros
- Desarrollo de los otro
- Servicio de orientación anticipar, reconocer y satisfacer las necesidades reales del cliente.
- Diversificación: cultivar las oportunidades laborales en los distintos tipos de personas.
- Conciencia política: ser capaz de captar y comprender las corrientes emocionales del grupo, así como el poder de las relaciones entre sus miembros.

2.1.5.2.5 Habilidades sociales

Tiene que ver con la habilidad de inducir las respuestas que son deseadas en los otros.

Como subcompetencias de las habilidades sociales tenemos:

- Influencia: idear y realizar adecuadamente tácticas efectivas de persuasión.
- Comunicación: saber escuchar abiertamente al resto y elaborar mensajes convincentes.
- Manejo de conflictos: saber negociar y resolver los desacuerdos que se presenten dentro del equipo de trabajo.
- Construir lazos: alimentar y reforzar las relaciones interpersonales dentro del grupo.
- Colaborar y cooperar: trabajar con otros para alcanzar metas compartidas.
- Trabajar en equipo: ser capaz de crear sinergia para la consecución de metas colectivas.

“El desarrollo o educación de la inteligencia emocional consta de los siguientes pasos”:²⁸

A. Internos.

- Desarrollo de la autoconciencia
- Control de las emociones
- Automotivación

B. Relaciones con los demás

- Desarrollo de una capacidad de comunicación eficaz
- Desarrollo de la experiencia interpersonal

2.1.6 ¿Cómo se puede evaluar la inteligencia emocional?

Como se ha visto el C.I. ha encontrado científicamente un instrumento que le ha facilitado su medida (Escala de Inteligencia de Wechsler), sin embargo actualmente no se cuenta con una prueba estandarizada que nos permita evaluar la inteligencia emocional, es decir, obtener un Cociente Emocional (C.E) .

²⁸ Hendrie Weisinger. (1998) La Inteligencia Emocional en el Trabajo Ed. Javier Vergara. Argentina

Aunque sabemos que las emociones se producen en la gente, se las puede observar y verificar mediante indicadores conductuales que se manifiestan en el diario vivir de las personas de modo cualitativo, es muy difícil cuantificarlas.

Algunos ejemplos de cuestionarios que se han intentado evaluar la inteligencia emocional son los siguientes:²⁹

- Cuestionario de emocionalidad/racionalidad (Cristobal.1996).
- Tests de inteligencia emocional (Martineaud y Engelhart. 1997).
- Cuestionario de autoestima emocional (Vallés y Vallés. 1998).
- Cuestionario de evaluación de las habilidades de comunicación (Vallés y Vallés. 1998).
- Cuestionario de identificación de emociones (Vallés y Vallés. 1998).
- Test de habilidades de inteligencia emocional (Vallés y Vallés. 1998).

La evaluación de la IE es muy compleja a pesar de que existan ciertos test, que de cierto modo puedan dar pautas, pero no por completo evaluarán la inteligencia emocional de una persona.

Pero, en definitiva, se considera que existe tres métodos principales en la medición de la inteligencia emocional son los autoinformes, las pruebas de ejecución y la evaluación, combinados con una prueba de habilidad, pueden aportar mucha información, ya que las

²⁹ Vallés Arándiga, A. y Vallés Tortosa, C. (2000). *Inteligencia emocional. Aplicaciones educativas*. Madrid. Editorial Eos.

pruebas de habilidad nos revelan si un alumno tiene desarrolladas o no estas habilidades y los autoinformes nos dan información sobre si el alumno las pone en práctica en su vida diaria

En las instituciones educativas también se puede empezar a evaluar la I E, desde el momento en que el contexto escolar es decir el currículo sea tomado en cuenta para mirar el grado de desarrollo de I E de su comunidad. En la actualidad comienzan a aparecer programas escolares que intentan tomar en cuenta programas de habilidades sociales, pero todavía son escasos y la mayoría se quedan en asignaturas de valores o formación personal. Si se desarrollase un buen curriculum se estaría intentando evaluar y desarrollar habilidades propias de la inteligencia emocional, deberían de estar incluidos en el currículo para poder ser coherentes con nuestro concepto actual de educación entendida como el desarrollo integral del alumno.

2.1.6.1 Inteligencia Intrapersonal en el aula

- La inteligencia intrapersonal determina en gran medida el éxito o el fracaso de nuestros estudiantes.
- Desde el punto de vista del maestro es muy importante porque de ella depende que acabemos el año en mejor o peor estado anímico.
- Para los estudiantes es importante porque sin capacidad de la motivación y la automotivación no hay rendimiento exitoso posible.

- Los estudiantes deben tener la capacidad de controlar sus emociones en todo momento y esto lo lograràn gracias al apoyo de sus maestros. Dentro del proceso de interaprendizaje cualquier aprendizaje de algo nuevo implica inevitables periodos de confusión y frustración y de tensión. Los estudiantes incapaces de manejar ese tipo de emociones muchas veces se resisten a intentar actividades nuevas, por miedo al fracaso.

- Desde el punto de vista de los profesores no podemos olvidar que en muchos países la docencia es una de las profesiones con mayor índice de enfermedades mentales como la depresión. Si nuestros estudiantes pasan por periodos de frustración y tensión, ¿qué no decir de nosotros, los profesores?

A pesar de su importancia la inteligencia intrapersonal está totalmente dejada de lado en nuestro sistema de educación, puesto que los maestros nos dedicamos más a trabajar contenidos, tenemos gran cantidad de estudiantes que no hay tiempo para conocerlos interiormente a cada uno de ellos.

La inteligencia intrapersonal es mucho más importante en nuestra vida diaria que la brillantez académica, porque es la que determina la elección de la pareja, los amigos y, en gran medida, nuestro éxito en el trabajo, colegio, comunidad, sociedad en general. Tiene que ver con la automotivación, autorregulación y autoconciencia.

a) Conciencia de las propias emociones.- Quien no se percata de sus emociones queda a merced de las mismas. Identificar las propias emociones al evaluar situaciones pasadas implica una primaria inteligencia emocional. Distinguir un sentimiento mientras está aconteciendo supone una inteligencia emocional desarrollada.

b) Manejo de las emociones.- Significa la capacidad de controlar los impulsos para adecuarlos a un objetivo. Habilidad que se puede entrenar como, de hecho, hacen los actores que son capaces de generarse el estado emocional más apropiado para representar un papel. Aprender a crear un determinado estado emocional. Se debe trabajar para manejar las emociones: algo que sucede hace emerger nuestra furia, parece inevitable, pero esa furia puede durar un minuto, una hora o un día.

2.1.6.2 La Inteligencia Interpersonal en el Aula

La inteligencia interpersonal es importante para cualquier estudiante, porque es la que le permite hacer amigos, trabajar en equipo o conseguir ayuda cuando la necesita. El aprendizaje es una actividad social en gran medida.

La inteligencia interpersonal es todavía más importante desde el punto de vista del profesor, porque sin ella no podemos entender a nuestros estudiantes, sus necesidades y sus motivaciones.

Todos los profesores tenemos grupos de estudiantes con los que nos es más fácil el trabajo que con otros. Muchas veces problemas de inteligencia emocional intrapersonal influyen en la relación con sus compañeros de trabajo, a su vez que influye en la relación con sus estudiantes dentro del aula.

Existen capacidades que caracterizan a la inteligencia emocional y cada una posee una serie de competencias ³⁰de la Inteligencia Interpersonal se pueden definir por la forma de empatía y habilidades sociales que poseen las personas.

Uno de los elementos importantes de la empatía es tener la capacidad de ponerse en el lugar del otro y esto no quiere decir que compartamos sus opiniones, ni que estemos de acuerdo con su manera de interpretar la realidad.

Debemos tener en cuenta que una de las habilidades básicas para entender al otro es la de saber escuchar. La mayoría de nosotros, cuando hablamos con otros, prestamos más atención a nuestras propias reacciones que a lo que ellos nos dicen; escuchamos pensando en lo que vamos a decir, a continuación o pensando en que tipo de experiencias propias podemos aportar.

³⁰ Goleman Daniel . (1996) Inteligencia emocional. Vergara Editor. Buenos Aires Argentina.

Las personas con gran capacidad de empatía son capaces de sincronizar su lenguaje no verbal al de su interlocutor. También es ser capaz de percibir gestos no - verbales que reciben del otro con gran precisión. Los cambios en los tonos de voz, los gestos, los movimientos que realizamos, proporcionan gran cantidad de información.

El concepto de la inteligencia emocional postula ampliar la noción de inteligencia (tradicionalmente ceñida a una serie de habilidades racionales y lógicas) incorporando una serie de habilidades emocionales.

a. Capacidad de automotivación. Las emociones nos ponen en movimiento. Desarrollar la capacidad de entusiasrnos con lo que tenemos que hacer, para poder llevarlo a cabo de la mejor manera, aplacando otros impulsos que nos desviarían de la tarea mejora el rendimiento en cualquier actividad que se emprenda.

b. Empatía. Es el nombre que recibe la aptitud para reconocer las emociones en los demás. Proviene del griego *empathia*, que significa algo así como sentir dentro, es decir, percibir lo que el otro siente dentro de él. Los sentimientos no suelen expresarse verbalmente sino a través del tono de voz, los gestos, miradas, etc. La clave para la empatía reside en la destreza para interpretar el lenguaje corporal.

c. Manejo de las relaciones. Así como un paso posterior a reconocer nuestras emociones consiste en aprender a controlarlas; de modo análogo, una instancia ulterior a la empatía estriba en manipular las emociones de los demás.

Esto último promueve la inquietud acerca de la ética. Las habilidades descritas arriba, una vez desarrolladas pueden ser empleadas de distintas maneras. Pueden sujetarse a un fin solidario o a una motivación egoísta. Por ejemplo, la empatía puede ser utilizada por un profesor para mejorar la transmisión de una enseñanza a sus alumnos. Puede ser usada por un vendedor para vender un producto.

Si se desarrolla el autocontrol emocional y la empatía, se puede efectivamente manipular a otra persona que no haya desarrollado estas capacidades. Se puede saber cómo hacerla enojar, entristecerla, hacerle sentir miedo, etc. Cómo van a canalizarse estas habilidades es un tema que es preocupante. Es necesario que el maestro trate de identificar estas competencias generales de la Inteligencia Emocional, para así definir lineamientos estratégicos de trabajo en el aula.

2.1.6.2.1 La inteligencia emocional y su aplicación en la vida del ser humano.

La vida del ser humano está llena de momentos en los que debe utilizar la inteligencia emocional para tener un ambiente exitoso, por ejemplo: en las relaciones con los demás (de pareja, en la escuela, en el trabajo...), en la salud, en la prevención de conductas antisociales, etc. También es un recurso que podemos aplicar en la resolución de conflictos.

Podemos aplicar la inteligencia emocional en situaciones de violencia de género, por lo tanto, como resolución del conflicto. Otro campo es el de la salud, ya que es sabido que las personas con un buen estado de ánimo tienden a estar menos enfermas o, en caso de estarlo, a recuperarse más deprisa. También ayuda a prevenir conductas antisociales como el consumo de drogas, ya que una persona drogadicta utiliza la droga para atenuar emociones negativas como son la ira, la ansiedad, la depresión... si adquieren la habilidad de manejar esas emociones no necesitan consumir drogas. Y ocurre lo mismo en conductas relacionadas con los desórdenes alimentarios (anorexia, bulimia...) tan frecuentes en nuestra sociedad actual, sin embargo en la educación y en la escuela es donde más notorio se hace la presencia de la inteligencia emocional y requiere más atención porque de ahí derivan todas las demás actuaciones de las personas.

2.1.6.2.2 Inteligencia emocional y su influencia en la educación

Sabemos que existe un grupo de emociones básicas, de las cuales surgen por combinación

todas las demás y que son: el placer, el dolor, el amor, la tristeza, el odio, la ira, el miedo y la culpa. Estas emociones están en la base de todas las habilidades que como hemos comentado forman parte de la inteligencia emocional: las habilidades sociales, el control de la agresividad, la resolución de problemas, el manejo del estrés y otros.

Los problemas emocionales no corresponden únicamente al mundo de la psiquiatría y la psicopatología, pertenecen también y pueden ser resueltos dentro del ámbito educativo ,así “La Inteligencia Emocional en los Niños: Una guía para padres y maestros”, habla de la educación en las emociones y menciona el denominado “³¹efecto Flim, que consiste en la comprobación de cómo en las últimas décadas el avance de las sociedades occidentales y sus sistemas sociales, de salud y escolares han producido un incremento de las capacidades intelectuales, cifrado en al menos 20 puntos de las escalas al uso para su medición, a la vez que se ha reducido la competencia emocional de esos mismos sujetos, utilizando como indicadores el aumento de la depresión y los suicidios, el consumo de drogas, la comisión de delitos, el abandono de la escuela, etc.

Así pues, la importancia como objetivo educativo del desarrollo de las habilidades emocionales se evidencia al comprender que las habilidades de la inteligencia emocional han de ser enseñadas preferentemente desde la infancia, porque su desarrollo y mantenimiento no

31

son fruto de algún fenómeno espontáneo, sino de la intervención consciente y planificada de los agentes educativos, la familia y la escuela ya que de esto depende el éxito no solo escolar sino también social y afectivo de las personas, hecho que es reforzado según los estudios de **Goleman** en la de la inteligencia emocional en el éxito escolar, y como lo destaca **Shapiro**.

EE. UU., Inglaterra y España han presentado ya iniciativas por incorporar la inteligencia emocional en la educación de los adolescentes.

En Latinoamérica, están comenzando a desarrollarse algunas iniciativas particulares (México, Chile y Brasil). En otros países y en el nuestro este tema de la inteligencia emocional es algo que todos sabemos que es necesario para la formación de los estudiantes, pero lamentablemente no se ha podido concretar de manera práctica en el currículo y ni los maestros están formados para desarrollar inteligencia emocional en sus estudiantes, su formación únicamente corresponde a las didácticas de las diferentes asignaturas. Sin embargo existen algunos maestros que por iniciativa propia han decidido cambiar sus prácticas educativas tradicionales y concebir a los estudiantes, como seres humanos con sentimientos y no solo como una caja donde hay que llenar conocimientos.

2.1.6.2.3 Prácticas socioeducativas que intervienen en la educación de la inteligencia emocional

- El maestro es un factor importante y ejemplo diario para los estudiantes, puesto que en él se observa el modelo a seguir por su comportamiento, su autocontrol,

desenvolvimiento como ser humano, con valores, en su trabajo. Los estudiantes lo observan diariamente en todo su accionar ven en él la persona con dominio propio, capaz de resolver sus conflictos emocionales con equilibrio, es el prototipo que los estudiantes se forman en su subconsciente.

- Otro factor que favorece el desarrollo de la Inteligencia Emocional es el currículo de estudio, pues este debe tener la característica de basarse no únicamente en contenidos desactualizados, sino debe ser el medio para formar seres humanos con valores como por ejemplo: la paz, el respeto, la solidaridad, la empatía, etc. valores que refuerzan la personalidad del estudiante y que tienen que ver con inteligencia emocional.
- La familia es el centro donde se desenvuelve el estudiante, es el factor principal para formar y reforzar el desarrollo de una inteligencia emocional que le lleve al éxito no solo escolar sino también personal. La familia es el lugar donde se cimienta los valores, el modelo a seguir y el lugar donde los estudiantes se sienten identificados.
- El medio social es otro factor determinante en la formación integral del estudiante, puesto que influye en la inteligencia emocional, sea esta interpersonal o intrapersonal, directa o indirectamente. Los medios de comunicación y la tecnología usada

inadecuadamente hacen que el estudiante tenga una concepción tergiversada de valores y formas de actuación del ser humano.

2.1.6.2.4 La inteligencia emocional y su incidencia en el rendimiento escolar.

La Inteligencia Emocional tiene cuatro componentes: percepción, asimilación, comprensión y regulación, estos componentes incluyen las habilidades para percibir, comprender y manejar de forma adaptativa las propias emociones, el propósito es determinar si los alumnos con una mayor Inteligencia Emocional presentan niveles más elevados de salud mental, satisfacción y bienestar que aquellos con menor puntuación en estas habilidades.³²

- Percepción, evaluación y expresión de las emociones: es la identificación de los estados emocionales propios y la de las demás personas las mismas que se pueden identificar a través del lenguaje, el comportamiento, el sonido o la apariencia. Se refiere también a la forma como expresamos nuestros sentimientos y la forma cómo las personas somos capaces de identificar expresiones positivas y negativas.

³² Salovey, P. y Mayer, J.D. (1990). Emotional intelligence. *Imagination, Cognition, and Personality*

- La emoción facilitadora del pensamiento: nos permite utilizar el pensamiento para discriminar información importante, formular nuestro propio juicio y criterio respecto a las emociones que nos rodean.

- Comprensión y análisis de las emociones: a capacidad para reconocer las relaciones entre la palabra y el significado de la emoción, así como la habilidad para comprender la relación que existe entre emoción y situación. Se puede analizar el porqué se produce las transiciones de distintos estados emocionales a otros.

- Regulación reflexiva de las emociones: reconocer estados emocionales positivos como negativos, así como la habilidad para reflexionar sobre emociones y determinar la utilidad de la información.

La Inteligencia Emocional y rendimiento académico proporcionan una buena salud mental³³, se ha analizado el efecto mediador que una buena salud mental ejerce sobre el rendimiento medio escolar de los estudiantes. Se observó que aquellos alumnos clasificados como

³³ Extremera N. y Fernández - Berrocal, P.. (2003). La inteligencia emocional: Métodos de evaluación en el aula. Revista Iberoamericana de Educación.

depresivos presentaban un rendimiento académico peor que los alumnos clasificados como normales al finalizar el trimestre. Esto significa que existen razones no siempre de satisfacciones académicas que influyen en el aprendizaje y desarrollo personal.³⁴

La inteligencia emocional intrapersonal influye sobre la salud mental de los estudiantes y este equilibrio psicológico, a su vez, está relacionado y afecta al rendimiento académico final. Además se ha comprobado que personas con ciertos déficits (escasas habilidades, desajuste emocional, problemas de aprendizaje) es más probable que experimenten estrés y dificultades emocionales durante sus estudios y, en consecuencia, se beneficiarían más del uso de habilidades emocionales adaptativas que les permitan afrontar tales dificultades.

En este sentido, los resultados indican que en los grupos más vulnerables la Inteligencia Emocional podría actuar como un moderador de los efectos de las habilidades cognitivas sobre el rendimiento académico.³⁵

En algunos países ahora se exigen más cosas en los centros docentes, más formación y que se ocupe de la personalidad de los alumnos. Hay cuestiones que los profesores no atendían antiguamente, ahora como vemos los maestros deben tener una formación tal que se ocupen de las características psicológicas, sociológicas, cognitivas y afectivas de los estudiantes, de tal modo que el papel del maestro es fundamental en el desarrollo de la inteligencia emocional, en

³⁴ Extremera N. y Fernández - Berrocal, P.. (2003). La inteligencia emocional: Métodos de evaluación en el aula. Revista Iberoamericana de Educación

³⁵ Petrides, Fredrickson y Furnham (2004) La medida de la inteligencia emocional rasgo. Ediciones Pirámide

estos tiempos donde la familia ha perdido el papel protagónico de la formación de la inteligencia emocional.³⁶

2.1.6.2.5 Importancia de la inteligencia emocional en la vida adolescente

Estudios realiza dos evidencian que una baja Inteligencia Emocional es un factor indispensable en la aparición de conductas no deseadas en los adolescentes. Así, es esperable que los alumnos con bajos niveles de Inteligencia Emocional presenten mayores niveles de impulsividad y peores habilidades interpersonales y sociales, lo cual favorece el desarrollo de diversos comportamientos antisociales.

Los estudiantes con altos niveles de agresividad son personas que tienen poco trabajo en inteligencia emocional, contrario a adolescentes con mayor inteligencia emocional que gozan de mayor claridad mental para reparar emociones negativas y prolongar las positivas. Además

³⁶ Aguado M (2006) LA Inteligencia Emocional. ¿Prioritaria en los Centros Escolares? Revista Rincones Toledo España

de obtener mayores puntuaciones en salud mental, poca impulsividad, mayores tendencias a pensamientos positivos³⁷

Podemos decir también que estudiantes con baja Inteligencia Emocional son más propensos a caer en el consumo de alcohol y drogas ilegales, mayor número de peleas físicas y comportamientos adictivos y relaciones negativas con los amigos, embarazos no deseados, abortos, enfermedades, pandillas, etc.

El bajo nivel de desarrollo de la inteligencia emocional en los adolescentes, produce por lo general comportamientos que traen problemas en el ámbito educativo y social, los trastornos alimenticios como la anorexia y bulimia, y el aumento de la tasa de suicidios.³⁸

La importancia de trabajar inteligencia emocional debe centrarse en la prevención de factores de riesgo en el aula, disminuyendo el número de expulsiones de clase, el índice de agresiones

³⁷ Extremera N. y Fernández - Berrocal, P.. (2003). La inteligencia emocional: Métodos de evaluación en el aula. Revista Iberoamericana de Educación.

³⁸ Goleman Daniel (1996) Inteligencia emocional. Vergara Editor. Buenos Aires Argentina.

físicas, psicológicas, cuando las relaciones interpersonales de los alumnos mejoran, mejora también el nivel de bienestar y ajuste psicológico de los adolescentes.³⁹

Es necesario tomar conciencia sobre la importancia de la educación emocional como una forma de prevención para minimizar la vulnerabilidad a toda clase de problemas antes mencionados, los alumnos aprenden a emplear estrategias de afrontamiento ante situaciones emocionalmente difíciles, alcanzando el autocontrol emocional, de modo que manejen adecuadamente las emociones e impulsos conflictivos.

Algunos autores como Goleman se refieren a analfabetismo emocional a los acontecimientos presentados en la vida de los seres humanos como la violencia, drogadicción, marginación, depresión, aislamiento.

Frente a esto llamado analfabetismo emocional la solución se fundamenta en trabajar en las personas desde su niñez las llamadas competencias emocionales trabajar los sentimientos, reafirmación, los proyectos de vida en desde niños, aún más en la adolescencia, las metas y planes en la vida de cada ser humano, los valores personales, familiares, profesionales y ciudadanos, los principios sobre los cuales criamos a nuestros niños y niñas.

³⁹ Extreera N. y Fernández-Berrocal, P.. (2003). La inteligencia emocional: Métodos de evaluación en el aula. Revista Iberoamericana de Educación.

2.1.6.2.6 Las emociones y la vida estudiantil

Las emociones en la vida adolescente de los estudiantes es de vital importancia, en nuestra sociedad se hace un mal uso de las buenas y malas emociones según el concepto propio de cada individuo, así por ejemplo: el optimismo podría ser de efectos muy negativos en un adolescente cuando este se convierta en sobreestimación propia, cuando pensamos que ya sabemos todo y nos irá muy bien.

La furia puede ser negativa pero también puede indicar una energía positiva de reacción frente a un problema si ella no es desmedida o incontrolable, es mucho mejor que la indiferencia o la depresión, sentimientos que pueden surgir después de un hecho adverso, y que no nos predisponen a la acción.

La ansiedad indica cierto grado de estrés. Pero también la ausencia de ansiedad podría indicar indiferencia, inconsciencia, quemeimportismo, etc.

El miedo, en muchos casos, es una valiosísima señal que indica la desproporción entre la amenaza a la que nos enfrentamos y los recursos con los que contamos para resolverla. Sin embargo, nuestra confusión lo ha convertido en una ‘emoción negativa’ que debe ser ignorada o eliminada. La inconsciencia de lo que puede representar esta importante señal que es el miedo, podrían hacernos fracasar en nuestros estudios... justamente por creer, otra vez, que el optimismo o la confianza propia son siempre válidos y el miedo nunca lo es.

Lo que, sin dudas, es un elemento positivo a la hora de estudiar es el equilibrio emocional, ese estado de serenidad que nos permite evaluar con eficacia cada estado anímico que vivimos. Distinguir el optimismo correcto del que puede estar fuera de lugar, la ansiedad que nos impulsa a la acción de la que nos paraliza, la furia que nos hace avanzar de aquella que nos ciega, o el miedo que nos deprime y anula del miedo que nos señala inseguridades y peligros que debemos superar estudiando con más responsabilidad.

Sin embargo podemos preguntarnos ¿Cuál es la diferencia entre emoción y sentimiento? Emoción y sentimiento casi se utilizan como sinónimos en el lenguaje coloquial e incluso en el lenguaje científico diferentes autores utilizan diferentes atributos para diferenciarlos, de ahí su general confusión.

“La emoción puede ser definida como un estado complejo del organismo caracterizado por una excitación o perturbación que puede ser fuerte. Son reacciones afectivas, más o menos espontáneas, ante eventos significativos. Implica una evaluación de la situación para disponerse a la acción. La duración de una emoción puede ser de algunos segundos a varias horas”.⁴⁰

⁴⁰ Bisquerra, R. (2001). Orientación psicopedagógica y educación emocional en la educación formal y no formal. @gora Digit@l. Revista Científica Electrónica, 2.

En el momento que **tomamos conciencia** de las sensaciones (alteraciones) de nuestro cuerpo al recibir un estímulo, la emoción se convierte en sentimiento. “ Es decir, en el momento que notamos que nuestro organismo sufre una alteración (mariposas en el estómago,...) y somos conscientes de ello, etiquetamos lo que estamos sintiendo (la emoción) con un sello específico, en este ejemplo tendríamos un sentimiento de sorpresa, placer, alegría, satisfacción,... Aún así los sentimientos pueden persistir en ausencia de estímulos externos, cuando son generados por nosotros mismos. Por ello varios autores definen sentimiento como emociones voluntarias.”⁴¹

2.1.6.2.7 Importancia de la presencia del maestro en la vida del adolescente

El maestro en la vida de un adolescente es de vital importancia, pues su presencia puede producir distintas sensaciones, emociones y sentimientos que pueden favorecer o perjudicar el aprendizaje y rendimiento del estudiante, en la vida escolar.

Un estudiante frente a la presencia de su maestro o autoridades escolares presenta simpatía, antipatía, agrado, desagrado, entusiasmo, aburrimiento, motivación, etc. Esta consciencia te permitirá manejar distintas circunstancias vinculadas al aprendizaje, en estos aspectos:

⁴¹ Le Doux, J (1999) . *El cerebro emocional*. Barcelona: Ariel-Planeta, 1999

Así si las relaciones son favorables en los maestros, los estudiantes se encuentran estimulados al aprendizaje, mejora la participación en clase y la percepción que tengan de tu desempeño en los estudios.

Cuando las relaciones no son buenas y no existe empatía también se puede generar desmotivación y apatía por aprender la asignatura que imparta el maestro.

Hasta hace poco la enseñanza masificada, basada en conocimientos, la misma que se viene desarrollando desde épocas anteriores, ha permitido formar estudiantes competentes en muchos conocimientos teóricos respecto a la materia, pero no ha encontrado muchas soluciones a los problemas personales que el desarrollo intelectual conlleva, y ésta es la carencia en la que se enfoca la Inteligencia Emocional, el mundo de las emociones y los sentimientos de los estudiantes, muy poco tomados en cuenta a la hora de la educación.

Los profesores deben ser, en todo momento, fundamentalmente maestros formadores de sus estudiantes, convertirse en jueces y en miembros de un tribunal calificador no permite llegar a esa área que todo adolescente requiere para triunfar con éxito en la vida estudiantil. Su acción no puede limitarse a sancionar conductas inadecuadas o puntuar fríamente unos conocimientos del alumno, el diálogo profesor-alumno y alumno-profesor es esencial. Entender al alumno como persona, que tiene una dimensión superior al de mero estudiante, es imprescindible para comprender sus problemas y ayudarle a resolverlos.

Por otra parte, el profesor es el mediador en los procesos de aprendizaje, como motivador, como transmisor de mensajes y como seleccionador de los estímulos y refuerzos que llegan al alumno. Sabe además que las aptitudes intelectuales, psico-motoras, procedimentales, estratégicas son importantes pero sólo tienen sentido si están al servicio de las actitudes. Es la actitud más los conocimientos lo que hace competente a la persona en cualquier actividad.

Instrucción no es lo mismo que educación; aquélla se refiere al pensamiento, y ésta principalmente a los sentimientos. Es necesario que los maestros y las autoridades logren combinar estos dos factores importantes a la hora de formar a sus estudiantes, los conocimientos más las actitudes que se derivan de sus sentimientos.

La utilización de la inteligencia emocional en la formación de los adolescentes es de vital la descripción racional de los procesos en las soluciones de los problemas humanos, en las relaciones interpersonales, el crítico papel del autocontrol, las posibilidades del autoconocimiento y de la auto-sensibilización, la revalorización del papel de los sentimientos y de su expresión, etc.

Las tendencias actuales de la Psicología Educativa sugieren por ejemplo que los profesores, y todo el personal vinculado al sistema educativo, desarrollen competencias como la toma de decisiones oportunas y acertadas; la comunicación asertiva, afectiva y efectiva; la solución de conflictos de manera creativa y exitosa; la cooperación y trabajo en equipo, todo ello dentro y fuera del aula de clases, en relación con los discentes pero también con otros docentes, con el

personal administrativo, las directivas de la institución y en general con toda la comunidad educativa. Indiscutiblemente esto requiere que el docente desarrolle su propia inteligencia emocional primero.

El docente también debe desarrollar su propia inteligencia emocional ya que él es quien interactúa con miembros de la comunidad educativa y especialmente con los estudiantes así se sugiere:⁴²

- **Autoconciencia:** La introspección y el reconocimiento de sus puntos débiles y fuertes, la confianza que en sí mismo demuestre, la atención que preste a sus estados de ánimo interiores y la expresiones que haga de ellos ante sus alumnos, son aspectos que un docente competente debe trabajar y afianzar antes de enfrentarse a la enseñanza de los mismos a su grupo de alumnos.
- **Autocontrol:** Muchos docentes se preguntan a menudo cómo salir bien librados de algunas situaciones críticas y comprometidas en las que se ven inmersos en su tarea educativa: la hostilidad de algunos alumnos, padres o colegas, el estrés y la ansiedad de preparar una nueva asignatura que no se conoce, la crítica de un superior por la forma de manejar la clase, la apatía que provoca la realización de tareas repetitivas, etc.

⁴² Gallego, Domingo, Alonzo, Catalina, Cruz, Ana y Lizama, Luis. (2.000) Inteligencia Emocional. Bogotá: El Búho.

Las estrategias utilizadas por los docentes para controlar estas situaciones de carga emocional pueden ser variadas: evitar, aguantar, minimizar, cambiar los acontecimientos o buscar información y asesoramiento. El conocimiento de los maestros de la institución en la que se trabaja, junto con el dominio de un método de trabajo y de las habilidades para la comunicación interpersonal, son recursos que le ayudan a reducir la incertidumbre de las situaciones críticas y hacerlas más predecibles y controlables.

- **Automotivación:** Cualquier profesional de la enseñanza estará de acuerdo en que la falta de motivación propia, en alumnos y colegas es un problema con el que se encuentran muchas veces en su trabajo.

Los docentes tienen la oportunidad de desarrollar estas percepciones en los estudiantes, a que adquieran confianza y a motivarse a sí mismos.

- **Empatía:** Se puede decir que la empatía es la base de todas las interacciones sociales. La capacidad de asumir el punto de vista de otro y la sensibilidad hacia los sentimientos de los demás son manifestaciones empáticas que aparecen en la infancia y cuyo desarrollo posterior depende, en gran medida, de la educación.

Percibir activamente las emociones y sentimientos de los alumnos es entender los motivos de los mismos e implica, al mismo tiempo, mostrarles que como formadores los docentes también se hacen cargo del impacto emocional que les produce un problema, Esta sintonización con los sentimientos de los alumnos no significa que los acepten, ni que estén de acuerdo con ellos en todo, simplemente que los comprenden y que están dispuestos a ayudarles en la medida de sus posibilidades y limitaciones.

No obstante, socialmente parece idolatrarse la falta de empatía en los docentes Es así que difícilmente los docentes se convierten en personas significativas y dignas de confianza para jóvenes, niños y adultos si no empatizan con sus sentimientos; "escuchar" sus emociones no expresadas.⁴³

Las capacidades de autoconocimiento y autocontrol de los docentes serán imprescindibles en estos casos. La primera para identificar y reconocer también las emociones en los demás y, la segunda, para no terminar bloqueados por las emociones propias y ajenas. De poca ayuda será para sus alumnos si en el proceso de interacción el docente se deja arrastrar por las emociones que le provocan los problemas de los muchachos o por las que se auto-provoca con los propios problemas.

⁴³ Sala, Josefina y Abaraca, Mireia. (2.002). Las Competencias Emocionales de los Futuros Profesores/as

Como profesionales de la educación, en muchas ocasiones los docentes se ven obligados a llamar la atención a sus alumnos, a corregirles, a contradecirles y a hacerles ver sus equivocaciones y errores, sin generar actitudes defensivas o de rechazo.

- **Habilidades Sociales.** Esto conlleva la necesidad de establecer una convivencia saludable y eficaz para poder disfrutar de las relaciones con los demás y poder aprender en un clima positivo de comunicación.

La ausencia de competencia social en la edad escolar se relaciona con conductas problemáticas tales como el abandono escolar, el bajo rendimiento, la delincuencia juvenil y las conductas delictivas. Asimismo, una adecuada competencia social en la edad escolar se relaciona con el buen rendimiento académico y la popularidad de la persona entre sus iguales.⁴⁴

Algunos problemas existentes en la ámbito educativo que se disminuirían con la enseñanza y el aprendizaje de habilidades sociales serían: el sometimiento al grupo de iguales, las conductas agresivas y hostiles de los alumnos, la inseguridad, las dificultades para hablar o

⁴⁴ Gallego, Domingo, Alonzo, Catalina, Cruz, Ana y Lizama, Luis. (2.000) Inteligencia Emocional. Bogotá: El Búho.

responder, la intolerancia a las críticas, los problemas de aprendizaje debidos a una baja autoestima, la incapacidad de expresar sentimientos o emociones en algunos alumnos, la soledad, la depresión, la desmotivación hacia los estudios, etc.

Todos estos problemas son una fuente de preocupación para los profesionales de la educación y tienen como elemento común la dificultad de desenvolverse en las interacciones sociales que se producen en el contexto escolar y tanto su prevención como su tratamiento podrían abordarse con el entrenamiento en habilidades sociales eficaces. Sin embargo, la implantación de las técnicas, habilidades o recursos que potencien la competencia social no ha sido algo que, de manera específica y sistemática entre a formar parte del currículo escolar y se ha dejado al criterio de la buena voluntad de los profesores.

Hasta aquí tenemos que, el auto-cocimiento y la autorregulación emocional, la auto-motivación, la empatía y las habilidades sociales se han considerado como parte del "currículo oculto", y aun cuando el docente no se comprometa en su enseñanza, siempre será modelo y referente para sus alumnos, pues la manera como éste haga uso de su I.E. y ponga en práctica sus competencias emocionales, servirán de ejemplo para conductas y actitudes presentes o futuras a sus estudiantes. Desde la teoría del Aprendizaje social, esto se explica porque el rol que asume y despliega el docente dentro y fuera del aula de clases, proporciona el modelo a

imitar por los estudiantes en la adquisición de estrategias adecuadas para el desarrollo de la I.E. y de las competencias emocionales ⁴⁵

No obstante, como afirma Gallego, el mero aprendizaje por observación o imitación de modelos no es suficiente, es necesaria una intencionalidad para que se aprendan los comportamientos sociales efectivos y para que se depuren o afiancen los ya adquiridos.

Es comprensible que muchos docentes se sientan sobrecargados con un currículo repleto de nuevas materias y se resistan a dedicar tiempo extra a enseñar otro tipo de habilidades. Pero la mayoría de los programas que comprenden la adquisición de competencias emocionales y sociales no se presentan como algo aparte ya que quedan integradas en el mismo entramado en la vida escolar.

Así también la UNESCO en lo que se refiere a la Educación hacia el siglo XXI, propone 4 pilares en los que debe fundamentarse la educación y asumimos como filosofía:

- **Aprender a conocer**, es decir, adquirir los instrumentos de la comprensión de nuestro entorno.
- **Aprender a hacer**, para poder influir eficiente y efectivamente sobre nuestro propio entorno.

⁴⁵ Abarca, M., Marzo, L. y Sala, J. (2.002) La educación emocional y la interacción profesor/a alumno/a

- **Aprender a vivir juntos**, para participar y cooperar con los demás en todas las actividades humanas.
- **Aprender a ser**, proceso fundamental que recoge todos los elementos de los anteriores y los interioriza, profundizándolos significativamente para asumirlos de manera consciente en la vida diaria.

Es necesario que los maestros pensemos que estamos formando seres humanos para la vida, no solo necesitan conocimientos para resolver sus problemas y encontrar el éxito que todo ser humano anhela.

2.1.7 La motivación en la vida escolar

La motivación es la clave del éxito en las personas por ejemplo si unimos a dos personas con la misma habilidad y les proporcionamos la misma oportunidad y condiciones para el éxito, la persona motivada sobrepasara a la persona sin motivación en el desempeño y el resultado.

Cuando no existe motivación hacia el aprendizaje, el aprendizaje es casi nulo. Se sabe que los estudiantes motivados cooperan más. Esto los hace más abiertos psicológicamente aprendizaje. Es mucho más fácil para los estudiantes comprender lo que necesitan comprender. Los estudiantes motivados aprenden mucho más que aquellos que no tienen motivación.

Es necesario dentro de la motivación en los estudiantes, generar ideas como las siguientes:

- una actitud positiva hacia mi profesor y hacia lo que voy a aprender
- El aprendizaje que estoy realizando es necesario para el crecimiento personal y profesional del estudiante.
- El volverse más competente es parte de la responsabilidad que se le dé al trabajo.

Sin embargo cuando no existe empatía con el maestro o asignatura es necesario pensar que lo que aprendo me sirve únicamente:

- a. Como base para otros conocimientos futuros
- b. Para desarrollar nuestra mente
- c. Para descubrir claramente nuestra vocación
- d. Para enriquecer nuestra personalidad
- e. Para incrementar nuestra libertad para decidir en la vida.
- f. Para colaborar con las metas de la familia y de la sociedad en que vivimos.
- g. Para imitar los modelos que admiramos
- h. Para satisfacer nuestras necesidades presentes
- i. Para satisfacer nuestras necesidades futuras

Estudiar poniendo la mente en algunos de estos objetivos es aprender a actuar sin motivación real inmediata, en ciertos momentos, pero con una motivación mediata o final, con la vista puesta en un resultado deseable para nosotros. Esto es lo que hacen los atletas,

que toleran entrenamientos aburridos o dolorosos a veces, con el firme deseo de superar sus marcas.

Es mucho más fácil aprender con la mente en positivo. Se hace más sencillo asimilar las cosas que nos agradan y, por el contrario, nos costará un esfuerzo mayor incorporar las que no. Claro que habrá personas que tendrán habilidades traídas desde la cuna, que le permitirán tener mayor facilidad para aprender en determinadas áreas. Será tarea del individuo y de un buen formador poder explotar estas características de modo que se pueda llegar al fin deseado.

Se aprende mucho mejor cuando se está estudiando algo que es placentero o algo que se comprende para qué nos servirá y en qué nos beneficiará. Lo que nos da placer es mucho más fácil de adquirirlo en el aprendizaje.

Hay personas que aborrecen las matemáticas y se sienten más cómodas desarrollándose en las artes plásticas. Otras que por el contrario tienen grandes destrezas analíticas y no logran nada bueno con pinceles y lápices de colores. Hay quienes tienen gran capacidad en la expresión verbal y otros que no logran armar una oración. Determinadas personas tienen gran apego a todo lo relacionado con la historia y las humanidades, y otros, no pueden pasar la primera hoja de un libro cuando se tocan estos temas.

Es un error de parte de los padres buscar en los hijos lo que no lograron ser ellos. Proyectar un brillante abogado o un rutilante deportista en un niño, cargándolo de esa presión, puede desmotivar y llegar a frustrar.

2.1.7.1 Condiciones para desarrollar una buena inteligencia emocional.

Dos factores importantes que deben ser tomados en cuenta para que exista un buen desarrollo de la inteligencia emocional son la maduración del individuo y el tipo de aprendizaje al que está sujeto. Así:

La maduración: Según el diccionario de la Real Academia de la Lengua define a la madurez como el “buen juicio o poder con que el hombre se gobierna”, para la mayoría de la gente la madurez psicológica tiene que ver con autonomía, conductas apropiadas según las circunstancias, equilibrio, estabilidad, responsabilidad, dominio de sí mismo y todo esto el individuo lo va desarrollando a medida que va desarrollando su proceso evolutivo, ligado esto a su propia psicología y desarrollo emocional.

El tipo de aprendizaje: Según el modelo pedagógico que se trabaje en la institución educativa se podrá ver el impacto que se produce en los estudiantes, por ejemplo: Una educación tradicional basada en el autoritarismo generará niños receptivos, pasivos, inseguros, poco expresivos, mientras que una educación humanista concebirá al estudiante como un ser humano con necesidades, individualidades y potencialidades a desarrollar, generando niños activos, reflexivos, críticos, solucionadores de problemas, con autoestima elevada etc.

A continuación mostramos los tipos de aprendizaje que se han utilizado a diario en las instituciones educativas:

Paradigmas Educativos

Paradigma	Alumno	Maestro	Objetivos	Evaluación
<p style="text-align: center;">Conductual</p> <p>Es un modelo basado en el adiestramiento y direccionamiento, se lo empezó a practicar con animales por medio de la instrucción formal, como referentes de este modelo están Skinner, Pavlov y Watson.</p>	<p>El alumno es meramente un receptor de conocimientos, una persona que está relacionada con el perfeccionismo técnico económico. Utiliza una educación dedicada a conocimientos y conductas medidos. Además usa como alternativa el refuerzo para el lograr conocimientos, no usa la creatividad.</p>	<p>El maestro usa para obtener conductas en el alumno un elemento de condición. Trabaja con planes definidos por él mismo en los que constan el objetivo, refuerzo y evaluación. Busca lograr eficiencia productiva técnico-económica</p>	<p>Transmitir conocimientos para que el alumno posea información.</p> <p>El objetivo directo es formar hombres eficientes y productivos. Trabajo vertical.</p>	<p>La evaluación es a base de pruebas objetivas, en donde el alumno es medido por conductas y cantidades. Rige la verticalidad.</p>

<p>Cognitivo</p> <p>Es un aprendizaje de interacción Maestro-Alumno, paradigma en el que se crean y cambian estructuras cognitivas, con Bruner Ausubel y Piaget.</p>	<p>El alumno participa de un aprendizaje significativo por descubrimiento. Es partícipe de experiencias en el aprendizaje.</p> <p>El alumno es procesador activo de la información por el conocimiento.</p>	<p>Está preparado para un trabajo de procesos críticos, reflexivos y analítico</p>	<p>Desarrollo de procesos intelectuales a través de procesos cognitivos para desarrollar el pensamiento.</p>	<p>Evaluación permanente.</p>
<p>Constructivismo</p>	<p>El estudiante es el centro del proceso educativo, interesa formarlo como un ser humano reflexivo, independiente, crítico y constructor de sus propios</p>	<p>Trabaja conjuntamente con los estudiantes en los procesos de enseñanza aprendizaje, es el</p>	<p>Para encaminarlo a la investigación autónoma del conocimiento.</p>	<p>Es multidimensional e integradora.</p> <p>Criterial</p> <p>Trata de medir</p>

	aprendizajes.	mediador del aprendizaje.		competencias. Utiliza la autoevaluación Coevaluación Heteroevaluación Es cualitativa
--	---------------	------------------------------	--	--

Fuente: Lcda. Castelnuovo, Técnicas y Métodos Pedagógicos

Podemos decir entonces que tanto la maduración como el aprendizaje influyen en el desarrollo de las emociones; pero el aprendizaje es más importante, principalmente porque se puede controlar. El control sobre el patrón de aprendizaje es una medida tanto preventiva como positiva. Una vez que se aprende una respuesta emocional indeseable y se incluye en el patrón del niño, no sólo es probable que persista, sino que se haga también cada vez más difícil de modificar a medida que aumente su edad.

Por esto se puede decir con justicia que la niñez es un "período crítico" para el desarrollo emocional, en donde la familia, la escuela y la comunidad tenemos un papel fundamental, hecho que debe ser reforzado en la vida adolescente de los estudiantes.

2.1.7.2 Beneficios de la educación emocional para la sociedad

Actualmente “el concepto de inteligencia emocional hace referencia a un constructo que complementa el concepto tradicional de inteligencia, enfatizando las contribuciones emocionales, personales y sociales dentro de la conducta inteligente⁴⁶ “(López Franco y Caballero, 1999).

⁴⁶ López Franco, E. y Caballero García, P.A. (1999). La inteligencia emocional y el posible estilo de ser padres: estudio en un grupo de alumnos de la Facultad de Educación de la Universidad Complutense de Madrid. En Aidipe (Comps). Nuevas realidades educativas. Nuevas necesidades metodológicas (pp. 525-528). Málaga: Cedma.

Para Goleman la inteligencia emocional es una forma de interactuar con el mundo que tiene muy en cuenta los sentimientos, y engloba habilidades tales como el control de los impulsos, la autoconciencia, la motivación, el entusiasmo, la perseverancia, la empatía, la agilidad mental, etc., que configuran rasgos de carácter, como la autodisciplina, la compasión o el altruismo, indispensables para una buena y creativa adaptación social.

La evidencia empírica demuestra los enormes beneficios (personales y sociales) de la inteligencia emocional; hasta el punto, que se ha llegado al convencimiento de que ésta constituye un importante productor del éxito en la vida y del bienestar psicológico general. Su descuido, afirmaba Goleman, puede arruinar muchas carreras y, en el caso de niños y adolescentes, conducir a la depresión, trastornos alimentarios, agresividad, delincuencia.

En el mundo actual se hace urgente lograr dentro de las instituciones educativas una buena educación emocional, una educación para la vida (personal, social, familiar, profesional, etc.) que nos proporcione mayor bienestar subjetivo, salud física y mental, mayores dosis de felicidad, y con ello, mayor bienestar social y calidad de vida.⁴⁷

Visto de este modo la educación emocional es un proceso educativo, continuo y permanente, cuyo objetivo debe ser potenciar el desarrollo de las competencias emocionales, para de este

⁴⁷ Bisquerra, R. (2001). Orientación psicopedagógica y educación emocional en la educación formal y no formal. @gora Digit@l. Revista Científica Electrónica, 2.

modo de lograr el desarrollo integral de la persona, preparándolo para poder enfrentar los retos que se le planteen en la vida y buscar soluciones a los problemas con inteligencia y creatividad.

La educación dentro de un mundo globalizado y en atención a las nuevas demandas sociales, debe asumir su parte de responsabilidad en este proceso dirigido al desarrollo integral del individuo, y propiciar dentro de su proyecto formativo, el valor añadido de la competencia emocional de los alumnos. Y decimos parte porque también la sociedad y fundamentalmente la familia quienes deben atender este problema que la vida materialista del mundo actual ha descuidado.

Delors en su informe (UNESCO 1996) manifiesta que la educación emocional es un necesaria como parte del complemento indispensable en el desarrollo cognitivo y que a su vez dentro de lo que la educación puede brindar a un adolescente es una herramienta fundamental de prevención, ya que muchos problemas tienen su origen en el ámbito emocional.⁴⁸ La educación emocional tiene como objetivo ayudar a las personas a descubrir, conocer y regular sus emociones e incorporarlas como competencias.

La familia la primera escuela para el aprendizaje emocional. Por tanto, la utilización inteligente de las emociones debería comenzar en ella, y continuarse después en la escuela.

⁴⁸ Delors , J. (1996). La educación encierra un tesoro. Madrid: Santillana, Ediciones UNESCO

Los entornos familiar y escolar, y más tarde el social, proporcionarán al niño muchos de los referentes que le conformarán en el futuro y que utilizará como patrón de comportamiento en su desenvolvimiento diario.

El análisis de la sociedad actual permite entrever, por otro lado, que muchos de los problemas con que se encuentran las personas, y en particular los adolescentes y jóvenes, tienen mucho que ver con el “analfabetismo emocional”. Las personas incapaces de dominar su inteligencia emocional tienen relaciones familiares y profesionales conflictivas, y se debaten permanentemente en inútiles luchas internas que les impiden no sólo establecer relaciones saludables con los demás, sino también ellos mismos y con el entorno. Por esto, consideramos conveniente insistir en la importancia de la educación emocional.⁴⁹ (Bisquerra, 2001).

Durante mucho tiempo se ha creído que tener un alto coeficiente intelectual y una buena preparación académica era lo más importante para triunfar en la vida. Actualmente, con relación a un puesto de trabajo, se da por sentado esta capacidad intelectual y preparación técnica para desempeñarse en el empleo, y el perfil que se busca se centra más en ciertas cualidades personales, referentes todas a la inteligencia emocional, como la iniciativa y la empatía, la adaptabilidad y la persuasión, el control de las emociones y el manejo de

⁴⁹ Bisquerra, R. (2001). Orientación psicopedagógica y educación emocional en la educación formal y no formal. @gora Digit@l. Revista Científica Electrónica, 2.

situaciones conflictivas, la confianza en uno mismo, la motivación para trabajar para la consecución de un objetivo, el saber escuchar y comunicarse oralmente, la persistencia ante las dificultades, el espíritu de colaboración de equipo, la habilidad para negociar ante el desacuerdo, el potencial para el liderazgo, entre otras.

Investigaciones recientes han dado la razón a lo teorizado en lo referente a que el cociente intelectual no determina quién va a triunfar o fracasar en la vida, y han llegado a la conclusión de que el éxito en el trabajo depende un 80% de la inteligencia emocional y un 20% del coeficiente intelectual.⁵⁰

En resumen, **Daniel Goleman** plantea la inteligencia emocional como sinónimo de carácter, personalidad o habilidades blandas, que concreta en las cinco habilidades emocionales y sociales reseñadas y que tienen su traducción en conductas manifiestas, tanto a nivel de pensamientos, reacciones fisiológicas y conductas observables, aprendidas y aprendibles, forma específica y bien distinta a otro tipo de contenidos, y cuyo fundamento biológico explica en gran medida su importancia, funcionamiento, valor adaptativo, desajustes, y la posibilidad y forma de modificarlo.

En el párrafo anterior se refleja la **relación jerárquica** existente entre los distintos conceptos que estamos considerando. Este desarrollo conceptual, inclusivo, de lo más

⁵⁰ Goleman daniel 1995) emotional intelligence, new york: bantam books

general a lo más particular, no implica que la investigación histórica de dichos conceptos haya seguido el mismo orden, más bien se han ido desarrollando de forma inversa o al menos independiente.

Más bien creo que podremos afirmar que el concepto de Inteligencia Emocional surge como conclusión de la confluencia de una parte, de décadas de investigación sobre las habilidades emocionales y sociales y su aplicación, terapia y la educación y por otra de la reformulación científica del concepto de inteligencia en el ámbito de la psicología.⁵¹

2.1.8 Las emociones

Un diccionario de psicología define la emoción como esa determinada categoría de experiencias, para las que utilizamos las más dispares expresiones lingüísticas: amor, odio, ira, enojo, frustración, ansiedad, miedo, alegría, sorpresa, desagrado...

Son un estado complejo que incluye una percepción acentuada de una situación y objeto, la apreciación de su atracción y repulsión consciente y una conducta de acercamiento o aversión. Etimológicamente emoción proviene de movere que significa moverse, más el prefijo "e" que significa algo así como "movimiento hacia".

Veamos cuáles son las más importantes y hacia dónde nos mueven, relacionándolas con el aprendizaje.

⁵¹ Gardner, H. (1995). Inteligencias múltiples. La teoría en la práctica. Barcelona. Editorial Paidós

- **La ira** nos predispone a la defensa o la lucha, se asocia con la movilización de la energía corporal a través de la tasa de hormonas en sangre y el aumento del ritmo cardiaco y reacciones más específicas de preparación para la lucha: apretar los dientes, el fluir de la sangre a las manos, cerrar los puños (lo que ayuda a empuñar un arma)...

- **El miedo.** predispone a la huida o la lucha, y se asocia con la retirada de la sangre del rostro para que fluya por la musculatura esquelética, facilitando así la huida, o con la parálisis general que permite valorar la conveniencia de huir, ocultarse o atacar, y en general con la respuesta hormonal responsable del estado de alerta, (ansiedad)

Estas dos emociones, en su manifestación extrema, están asociadas con el secuestro del cortex pre-frontal gestor de la memoria operativa, obstaculizando las facultades intelectuales y la capacidad de aprender. Mientras que en intensidades moderadas, son promotores del aprendizaje (la ansiedad como activación y la ira como "coraje").

- **La alegría.** predispone a afrontar cualquier tarea, aumenta la energía disponible e inhibe los sentimientos negativos, aquieta los estados que generan preocupación, proporciona reposo, entusiasmo y disposición a la acción. Une el estado emocional que potencia el aprendizaje.

- **La sorpresa.** predispone a la observación concentrada y se manifiesta por el arqueado de las cejas, respuesta que aumenta la luz que incide en la retina y facilita la exploración del acontecimiento inesperado y la elaboración de un plan de acción o respuesta adecuada.

Podemos decir que la sorpresa está relacionada con la curiosidad, factor motivacional intrínseco.

- *La tristeza* predispone al ensimismamiento y el duelo, se asocia a la disminución de la energía y el entusiasmo por las actividades vitales y el enlentecimiento del metabolismo corporal, es un buen momento para la introspección y la modificación de actitudes y elaboración de planes de afrontamiento. Su influencia facilitadora del aprendizaje está en función de su intensidad, pues la depresión dificulta el aprendizaje. Como reacción puntual y moderada disminuye la impulsividad, la valoración objetiva de las tareas y retos y sus dificultades, elaboración de un auto concepto realista evitando caer en el optimismo ingenuo, la planificación de la solución del problema, contribuyendo a la modificación positiva de actitudes y hábitos. Tiene particular importancia en el efecto final el manejo de dicha emoción por parte de profesores y padres y la ayuda contingente que se presta al alumno para elaborarla y concretarla en conductas y planes realistas y eficaces.

También podemos comentar la influencia de otra emoción: los celos. Podemos apreciar que en cuanto manifestación de valoración de algún logro, deseo de emular, y de identificación con el modelo, constituye un factor motivacional positivo. Pero en la medida que se vive como una amenaza a la autoestima, una pérdida de status, un reto inalcanzable o contrario a las propias actitudes es más bien generadora de conflictos.

Para comprender el funcionamiento general de las emociones y qué papel cumplen vamos a considerar brevemente su fundamento cerebral. Primero destacamos que toda la información sensorial es conducida desde los sentidos a la corteza cerebral, pasando por una estación

intermedia, situado en el tronco cerebral, el tálamo. El tálamo está conectado con una de las estructuras fundamentales del cerebro emocional, la amígdala, que se encarga entre otras importantes funciones emocionales de escudriñar las percepciones en busca de alguna clase de amenaza, activa la secreción de noradrenalina, hormona responsable del estado de alerta cerebral. Ambas están relacionadas por una vía nerviosa rápida, de una sola sinapsis, lo que posibilita que la amígdala responda a la información antes de que lo haga el neocórtex y que explica el dominio que las emociones pueden ejercer sobre nuestra voluntad y los fenómenos de secuestro emocional. Una tercera estructura implicada es el hipocampo, encargada de proporcionar una aguda memoria del contexto, los hechos puros, mientras la amígdala se encarga de registrar el clima emocional que los acompaña. Por su parte, el lóbulo pre-frontal se encarga y constituye una especie de modulador de las respuestas de la amígdala y el sistema límbico que desconecta los impulsos emocionales más negativos a través de sus conexiones con la amígdala, es el responsable de la comprensión de que algo merece una respuesta emocional, ejemplo la alegría por haber logrado algo o el enfado por lo que nos han dicho, además controla la memoria de trabajo, por lo que la perturbación emocional obstaculiza las facultades intelectuales y dificulta la capacidad de aprender.

Las emociones son, en esencia impulsos que nos llevan a actuar, programas de reacción automática con los que nos ha dotado la evolución y que nos permiten afrontar situaciones verdaderamente difíciles; un sistema con tres componentes:

a. el perceptivo, destinado a la detección de los estímulos elicidores; que incluye elementos hereditarios, como es nuestra predisposición a valorar el vacío, los lugares

cerrados, los insectos o las serpientes..., como posibles situaciones peligrosas, y a veces fruto de las experiencias, como puede ser el surgimiento de una fobia o la ansiedad a los exámenes, o el placer por una buena nota.

b. el motivacional, encargado de impulsar, mantener y dirigir la conducta, gracias a su relación con el sistema hormonal: por ejemplo, el miedo nos impulsa a la evitación.

c. El conductual, que hemos de analizar en su triple manifestación, reacción fisiológica perceptible, pensamientos y conductas manifiestas. Es el elemento más influido por las experiencias de aprendizaje previo y el medio cultural. Por ejemplo: la expresión de la pena en distintas culturas o el desarrollo de estrategias de evitación de las situaciones de prueba en el ámbito escolar o las fobias escolares.

2.2 Marco Conceptual

➤ **Autoestima**

Es querer a uno mismo, aceptarse como uno es, es la fuerza que motiva a vivir, a buscar la felicidad, a superar las armónicamente las dificultades que puedan presentarse en nuestra vida y mejorar la inteligencia emocional.

➤ **Inteligencia**

Es la capacidad de resolver problemas, elaborar, asimilar información, en la inteligencia influyen variables como el nivel de observación, atención, retención y habilidades sociales. Tiene su origen latino *inteligere*, compuesta de *intus* (entre) y *legere* (escoger). Por lo que podemos deducir que ser inteligente es saber elegir la mejor opción entre las que se nos brinda para resolver un problema. “Las inteligencias pueden ser inteligencia lógico-matemática, lingüística –verbal, visual espacial, corporal cinestésica, musical, interpersonal, intrapersonal”⁵²

⁵² (1996) *Inteligencias múltiples*. Vergara Editor. Buenos Aires Argentina.

➤ **Inteligencias múltiples**

Inteligencia emocional Goleman habló de inteligencia emocional y dijo que era la capacidad de conocer las emociones y sentimientos propios, manejarlos y aplicarlos en las relaciones interpersonales.

➤ **I. Intrapersonal**

Inteligencia intrapersonal es el conocimiento de los aspectos internos de una persona: el acceso a la propia vida emocional, a la propia gama de sentimiento, la capacidad de efectuar discriminaciones entre estas emociones y finalmente, ponerles un nombre y recurrir a ellas como medio de interpretar y orientar la propia conducta.

➤ **La inteligencia interpersonal**

Permite comprender y trabajar con los demás, En el sentido individual de uno mismo, es posible hallar una mezcla de componentes intrapersonal e interpersonales

➤ **Emoción**

Emoción es un fenómeno consciente que expresa los estados anímicos que se refleja en los comportamientos externos e internos de las personas, Las emociones son combinaciones

aspectos fisiológicos, psicológicos y sociales, estas pueden ser: ansiedad, felicidad, depresión, decepción, placer, fobia...

➤ **Rendimiento escolar**

El rendimiento escolar es un fenómeno asociado a muchas variables como son: familia, escuela, maestro, relaciones sociales, tiempo libre, salud, autoestima... Se puede relacionar el rendimiento escolar como el éxito que un estudiante alcanza en la educación formal contraria al fracaso escolar que significa no alcanzar los promedios establecidos cognitivamente y actitudinalmente.

➤ **Motivación.**

Es el impulso que recibe una persona para lograr un objetivo determinado

➤ **Interpersonal.**

Es la capacidad de entablar y mantener la relación con otra persona, además de conocerla.

- **Didáctico-Pedagógico.** Son expresiones relacionadas con la creación de las circunstancias necesarias para el desarrollo del proceso de enseñanza aprendizaje.

- **Capacidad.** Es la habilidad que tiene una persona para hacer una actividad de manera competente.

- **Destreza.** Es la capacidad de una persona para desarrollar una actividad de manera eficiente.

- **Autocontrol.** Control de los propios impulsos y reacciones.

- **Autorregulación emocional.** Es un mecanismo del ser humano que le permite mantener constante el balance psicológico.

2.3. Marco Témporo Espacial

La realización de la investigación de la inteligencia emocional y el rendimiento académico será aplicado en los octavos, novenos y décimos niveles de la Unidad Educativa Municipal Quitumbe ubicada en el barrio las Cuadras al sur de Quito, Unidad Educativa Experimental Sucre ubicada en el barrio San Marcos en el Centro de Quito y la Unidad Educativa Municipal San Francisco de Quito, ubicada en Guayllabamba en el sector Suburbano de Quito.

2.4 Marco Institucional

Unidad Educativa Municipal Técnica y en Ciencias “San Francisco de Quito”

Misión: Brindar una educación de calidad, sustentada en los principios de identidad, equidad y pertinencia, que posibilite el mejoramiento de las condiciones de vida de nuestros ciudadanos y propicie una transformación social de progreso y desarrollo de la comunidad.

Visión: Somos un Centro Educativo Modelo de Educación Rural, eje de desarrollo de la comunidad, ofertamos un servicio de calidad que posibilita la formación de seres humanos con principios morales, que valoran su identidad, actuando como ciudadanas y ciudadanos responsables, en el contexto de los avances científicos y tecnológicos, para lograr la transformación social política y económica de nuestro país.

Identidad: La Unidad Educativa Municipal Técnica y en Ciencias “San Francisco de Quito”, es la única Institución Educativa rural del Subsistema Metropolitano de Educación, sirve desde hace 46 años a niños, niñas y jóvenes comprendidos entre los 5 y los 18 años de edad,

configurándolos como ciudadanos y ciudadanas responsables, capaces de decidir el destino de su comunidad hacia una mejor calidad de vida.

Unidad Educativa Municipal Quitumbe

Misión: Formar holísticamente a niños, niñas y jóvenes del Distrito Metropolitano de Quito con calidad y pertinencia desde primero de básica hasta tercero de bachillerato, mediante la participación comprometida de la comunidad quitumbina en los procesos: pedagógicos, administrativos y sociales de la institución.

Visión: La Unidad Educativa Municipal Quitumbe, es una institución que ofrece educación de calidad, forma ciudadanos: autogestionarios, proactivos y competitivos en el marco de valores y principios humanos, gestores de la transformación socioeconómica y cultural del país.

Política de Calidad: Somos una organización inteligente formadora de talentos humanos, con pertinencia histórico-científica, que promueve la práctica de valores, la participación ciudadana y el mejoramiento de la calidad de vida.

Slogan: “Formamos Talentos humanos para la paz y al vida”.

Unidad Educativa Municipal Experimental Antonio José de Sucre

Misión: La Unidad Educativa Municipal Experimental Antonio José de Sucre para el 2014 se constituirá como una organización inteligente, líder y referente a nivel local, nacional e internacional, que brinda una educación potencializadora, experimental, científica y humanística con calidad y calidez, que forma ciudadanos y ciudadanas emprendedores, competitivos y comprometidos, con el desarrollo sostenible y sustentable del país.

Visión: Formar integral e integradamente a estudiantes, hombres y mujeres con elevados estándares de calidad, mediante procesos psicopedagógicos, de vanguardia permitiéndoles ser altamente competitivos y emprendedores, en la transformación del contexto.

2.5. Hipótesis.

2.5.1 Hipótesis General

En las Unidades Educativas Municipales Quitumbe, San Francisco de Quito y Sucre en los años de octavo a décimo, los maestros no trabajan adecuadamente la aplicación de la inteligencia emocional, lo cual influye en el rendimiento académico de sus estudiantes.

2.6 Variables

- Independiente.

Inteligencia Emocional.

- Dependiente

Rendimiento académico.

Operacionalización de las variables

Variable	Concepto de la variable	Parámetro operacional	Indicadores
Inteligencia emocional	La inteligencia emocional es la capacidad que tiene cada individuo de conocer sus propias emociones y sentimientos, asociados al medio en el que se desenvuelve, es la capacidad de reconocer nuestros propios y ajenos sentimientos y tener la habilidad para manejarlos correctamente. También la Inteligencia Emocional constituye un importante factor de éxito y consiste en la capacidad "aprensible" para conocer, controlar e inducir emociones y estados de ánimo, tanto en uno mismo como en los demás.	Autoconciencia Autorregulación Motivación	Identifica con precisión sus propias emociones y fortalezas. Tiene un propio valor. Desarrollo un excelente autocontrol. Es muy confiable y honesta. Asume sus responsabilidades. Maneja eficazmente situaciones en conflicto. Se adapta fácilmente a situaciones nuevas Se esfuerza siempre por sus logros y metas.

		<p>Empatía</p> <p>Habilidades sociales</p>	<p>Es muy optimista y toma iniciativas.</p> <p>Comprende totalmente a otros.</p> <p>Ayuda en necesidades ajenas.</p> <p>Maneja muy bien su comunicación y conflictos.</p> <p>Colabora con el equipo y construye lazos de amistad.</p>
<p>Rendimiento Académico</p>	<p>Es un fenómeno asociado a muchas variables como son: familia, escuela, maestro, relaciones sociales, tiempo libre, salud, autoestima... Se puede relacionar el rendimiento académico al éxito que un estudiante alcanza en la educación formal contraria al fracaso académico que significa</p>	<p>Éxito</p>	<p>Cumple 100% con sus exigencias escolares.</p> <p>Se desenvuelve eficazmente.</p> <p>Alcanza promedios cognitivos y actitudinales altos.</p>

CAPITULO III

3. METODOLOGÍA

3.1. Unidad de Análisis.

En esta tesis de investigación que se realizó en octavo, noveno y décimo año de Educación de Básica de la Unidad Educativa Municipal Quitumbe, en ubicada en la parroquia las Cuadras del Distrito Metropolitano de Quito, Unidad Educativa Experimental Sucre ubicada en el Centro Histórico de Quito y la Unidad Educativa Municipal San Francisco de Quito ubicada en el sector suburbano de Guayllabamba, en el año lectivo 2008-2009.

3.2. Población

Es la población universo de la investigación es decir la totalidad, en este caso 690 estudiantes de octavo, noveno y décimo año de educación básica, de las instituciones investigadas que son: Unidad Educativa Municipal Quitumbe, Unidad Educativa San Francisco de Quito Guayllabamba y Unidad Educativa Experimental Sucre.

3.3 Muestra: Tipo y cálculo

En una investigación la muestra representa ha una parte de la población total, se usa para calcular y para representar a la misma. Se realiza el cálculo obtenido de una parte del total de

la población para realizar un análisis. En síntesis realizar el muestreo es un trabajo con la finalidad de acortar tiempo de trabajo y conseguir resultados sin tener que analizar uno a uno a la totalidad de la población.

El muestreo que se usó en este trabajo de investigación fue probabilístico – aleatorio simple. De esta manera se recogió datos de estudiantes de los diferentes paralelos y niveles de las diferentes instituciones educativas. Tomando en cuenta que se enliste alumnos al azar y todos con las mismas posibilidades, para que de esta manera se pueda lograr cálculos estadísticos confiables. La fórmula que se utilizó en la selección de la muestra fue la siguiente:

$$n = \frac{N}{(E)(N-1) + 1}$$

Significa:

n= Tamaño de la muestra

E= Será de 5% 0,05 (Error admisible, es decir que se está dispuesto a aceptar con el nivel de confianza que se ha definido)

N= Tamaño de la población

$$N = \frac{690}{(0,0025)(840 - 1) + 1}$$

$$N = \frac{690}{(0,0025)(839) + 1}$$

$$N = \frac{690}{3,0975} = 222$$

Muestra que se utilizó en la investigación es de 222 estudiantes, los mismos que dividido para 3 instituciones educativas, da un resultado de 74 estudiantes que van a ser aplicados el instrumento en cada institución.

Se procede a realizar los siguientes cálculos:

74 estudiantes / octavo, noveno, décimo = 24 por nivel

24 estudiantes / para 3 paralelos en UEMQ = da como resultado 8 estudiantes por paralelo

24 estudiantes / 2 paralelos en UEMS F Y UEMES = 12 estudiantes por paralelo

Con los estudiantes que corresponden a cada paralelo de octavo, noveno y décimo se realizó muestreo aleatorio simple donde se aplicó la encuesta a los estudiantes que al azar salieron sorteados en cada nivel.

3.4 Tipos de investigación

En el presente trabajo de investigación se utilizó una investigación cualitativa, “La investigación cualitativa es aquella donde se estudia la calidad de las actividades, relaciones, asuntos, medios, materiales o instrumentos en una determinada situación o problema”

La metodología que se utilizó fue enfocada a la parte cualitativa de la inteligencia emocional y el rendimiento académico. Las ¹entrevistas, encuestas y diálogos que se mantuvo con los estudiantes y docentes abren un panorama que delata que en las instituciones educativas no hacen uso de la inteligencia emocional.

Los enfoques investigativos que se utilizaron en este trabajo fueron:

¹ Vera vèlez Iamberto, UIPR, Ponce, P.R.. Straus y Corvin en 1990 La Investigación Cualitativa

a. Interpretativo

La información que se obtuvo en la recolección de datos a través de las encuestas, entrevistas y observaciones de clase, permitió que estos datos sean valores importantes de conocimiento, para determinar la inaplicabilidad de la inteligencia emocional y sus consecuencias en el rendimiento académico.

b. Descriptivo

Ha permitido entender de qué modo se manifiesta la inteligencia emocional en el rendimiento académico de los estudiantes. Este tipo de investigación tuvo mucha incidencia en la realización de la presente tesis, puesto que permitió describir la forma como se trabaja la inteligencia emocional en las aulas de clase. Es decir sirvió para observar de qué manera los maestros trabajan la inteligencia emocional en las clases con sus estudiantes y determinar su influencia en el rendimiento académico y personal.

c. Aplicada

Es aquella que, utilizando los datos encontrados en el desarrollo de la investigación, se los puede aplicar a la práctica, en este caso para el desarrollo de la inteligencia emocional en los estudiantes y también en los docentes de las instituciones educativas a efecto de que su impacto en el mejoramiento de su actitud y desenvolvimiento positivo, en sus labores diarias le brinden un apoyo a su bienestar. Con esta investigación se pretende concienciar a la

comunidad educativa sobre la importancia de la inteligencia emocional en el desarrollo del ser humano, enfocado desde el punto de vista educativo. Con esta investigación se pudo formular una serie de estrategias para que el o la maestra trabaje inteligencia emocional en sus estudiantes.

d. Correlacional

La correlación es de mucha importancia puesto que en la investigación existen dos partes que deben mantener estrecha relación y estar ligadas frente a la investigación propuesta, en este caso la inteligencia emocional por una parte y el rendimiento académico por otra son partes fundamentales como variables.

Tipos de investigación que se desprenden los objetivos específicos

Interrogante	Tipo de investigación
¿De qué manera podemos analizar la importancia de la inteligencia emocional en el rendimiento académico de los estudiantes de octavo a décimo año de educación básica?	Interpretativo
¿Cómo se puede integrar la práctica constante de la inteligencia emocional en los estudiantes de octavo a décimo nivel de la UEMQ, “Unidad Educativa Experimental Sucre” y la “Unidad Educativa San Francisco de Quito”?	Descriptivo
¿Cómo se va a concienciar en la comunidad educativa sobre la incidencia de la inteligencia emocional en el rendimiento académico con la ayuda de una estrategia?	Aplicada
¿De qué forma se puede establecer destrezas que se desarrollan en el intelecto mediante la inteligencia emocional?	Bibliográfica

3.5 Prueba de la hipótesis

Puedo manifestar que esta investigación tiene validez porque reúne las siguientes características:

- a) Neutral
- b) Es aplicable
- c) Tiene consistencia
- d) Es veraz
- e) Posee credibilidad

Para explicar cada una de las características que permiten que este trabajo tenga validez y pueda ser verificable, manifiesto lo siguiente:

En cuanto a lo neutral, se utilizó instrumentos sin ningún tipo de sesgo o favoritismo en las respuestas.

Es aplicable porque sugiere luego del marco teórico y de las encuestas y entrevistas realizadas, una serie de recomendaciones para poder trabajar en el aula.

Si se vuelve a aplicar los instrumentos de investigación los resultados serían los mismos, esto demuestra la consistencia de los resultados, conclusiones y recomendaciones de la investigación.

Es veraz y tiene credibilidad porque se recolectó información confiable y actualizada tanto en la bibliografía como en las encuestas y entrevistas.

3.6. Métodos de investigación

a. Método Inductivo- Deductivo: En el proceso de investigación en el presente trabajo utilicé los siguientes métodos: teóricos como prácticos.

b. Métodos Empíricos: Este se lo realizó en las visitas a las instituciones educativas, en cada aula, con las observaciones de clases, las entrevistas y encuestas con los estudiantes, padres de familia, docentes y autoridades.

c. Métodos Teóricos:

El método inductivo que se aplicó en esta investigación de tipo cualitativo, en las tres unidades educativas, en octavos a décimos niveles, permitió ir de lo particular al establecimiento de conclusiones generales respecto a cómo se trabaja la inteligencia emocional partiendo de las aulas. Con este método se utilizó una serie de actividades como son: el de la observación, exploración, análisis, explicación, que son elementos importantes para llegar a establecer generalizaciones sobre el tema en mención.

La labor diaria de los docentes con los estudiantes fue un trabajo que se pudo analizar con el método inductivo, lo que mostró la relación diaria en el ámbito de la inteligencia emocional. Su aplicación permitió sacar conclusiones generales derivadas precisamente de la observación sistemática y periódica de los hechos que ocurren en torno al fenómeno en estudio.

La inducción en el desarrollo de la investigación; si bien con la inducción se observó fenómenos particulares en mi caso relacionado con la inteligencia emocional, con la deducción pretendí realizar generalizaciones en torno a la incidencia en el rendimiento académico, dichas generalizaciones se obtendrán de la suma de observaciones particulares que derivan de la inducción.

3.7. Diseño de instrumentos y técnicas de recolección de datos

Para la presente investigación se utilizó los siguientes instrumentos:

Encuesta

Es un instrumento que me permitió recolectar datos, valiéndome para tal efecto de un número determinado de preguntas, utilice como instrumento un cuestionario, que tuvo únicamente preguntas cerradas sobre el tema.

Entrevista

Es un instrumento me sirvió para averiguar e investigar el punto de vista de otras personas a través de una guía de preguntas sobre el tema.

Puede clasificarse en libre y estructurada. Los entrevistados fundamentalmente fueron personas con experiencia sobre el tema de la inteligencia emocional y especialistas en esta área.

Ficha de observación

Este instrumento me permitió recolectar datos de forma organizada, utilicé un formato exclusivo que responde al fenómeno que se investiga: Los datos fueron:

- a) Lugar
- b) Fecha
- c) Hora
- d) Variables
- e) Proceso Didáctico
- f) Observaciones

Técnicas a instrumentos a utilizarse según los objetivos específicos

Interrogante	Técnica	Instrumento
¿De qué forma podemos analizar la importancia de la inteligencia emocional en el rendimiento académico de los estudiantes?	Entrevista a padres de familia y estudiantes	Cuestionario
¿Cómo se puede investigar el nivel de inteligencia emocional que poseen los	Ficha de observación	Formato de observación

estudiantes de octavo a décimo nivel de la UEMQ, “Unidad Educativa Experimental Sucre” y la “Unidad Educativa San Francisco de Quito”?	aplicada a docentes Encuesta padres de familia	Cuestionario
¿Cómo se puede establecer comparaciones entre el rendimiento escolar de los estudiantes con el nivel de inteligencia emocional?	Entrevista Aplicada a autoridades	Cuestionario
¿Cómo se va a concienciar en la comunidad educativa sobre la incidencia de la inteligencia emocional en el rendimiento académico?	Encuesta aplicada a los padres de familia, docentes y especialistas	Cuestionario

3.8 Fuentes de información

En la presente investigación se utilizó fuentes primarias y secundarias, de las cuales entre las fuentes primarias se obtuvieron antecedentes que permitieron el logro de objetivos propuestos en la investigación, estos detalles de mucha importancia se los recolectó gracias a la colaboración de las personas que están involucradas directa o indirectamente con el tema de investigación.

La investigación bibliográfica utilicé a través de documentos como: textos, documentos particulares, información digital y el internet.

CAPÍTULO IV

4. RESULTADOS Y ANÁLISIS

Introducción

El análisis fue elaborado en base a datos que fueron parte de las encuestas. Para realizar el análisis de datos se utilizó los resultados de las encuestas utilizadas con los estudiantes de octavo, noveno y décimo nivel pertenecientes a las Unidades Educativas Municipales Quitumbe, San Francisco de Guayllabamba y Sucre.

Mediante los datos obtenidos se podrán comprobar las variables de la investigación y por medio de los resultados recopilar información que optimice el trabajo en la inteligencia emocional aplicada a la educación de los adolescentes con estrategias metodológicas que permitan al docente trabajar en la formación de seres humanos, capaces de desarrollar todo su accionar en elementos positivos.

Los datos que arrojaron cada una de las encuestas aplicadas en las diferentes instituciones se considerarán para el análisis respectivo. A continuación se presentará un informe general sobre los resultados de los estudiantes así como los resultados de las encuestas de padres de familia.

Estudiantes de octavo, noveno y décimo
(doscientos veinte y dos estudiantes)

Habilidad social

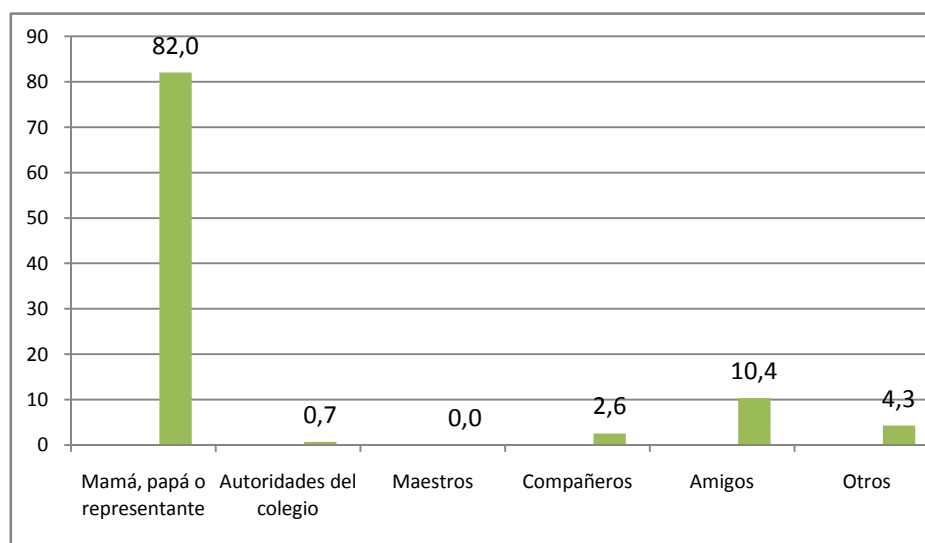
Tabla No. 1

4.1 Grado de comunicación con los padres.

	Sucre	San Francisco	Quitumbe	Total
Mamá, papá o representante	85,00	83,3	77,8	82,0
Autoridades del colegio	0,0	0,0	2,2	0,7
Maestros	0,0	0,0	0,0	0,0
Compañeros	0,0	6,6	1,1	2,6
Amigos	10,0	10,0	11,1	10,4
Otros	5,0	0,0	7,8	4,3
				100,0

Gráfico No. 1

4.1 Grado de comunicación con los padres.



Según los datos que interpreta la pregunta número uno existe un mayor grado de comunicación con los padres de familia con 82% y amigos 10.4 % de comunicación, mientras que el porcentaje de comunicación con las autoridades, es relativamente bajo, a pesar de que pasan gran parte del tiempo, en contacto con los docentes en las instituciones educativas.

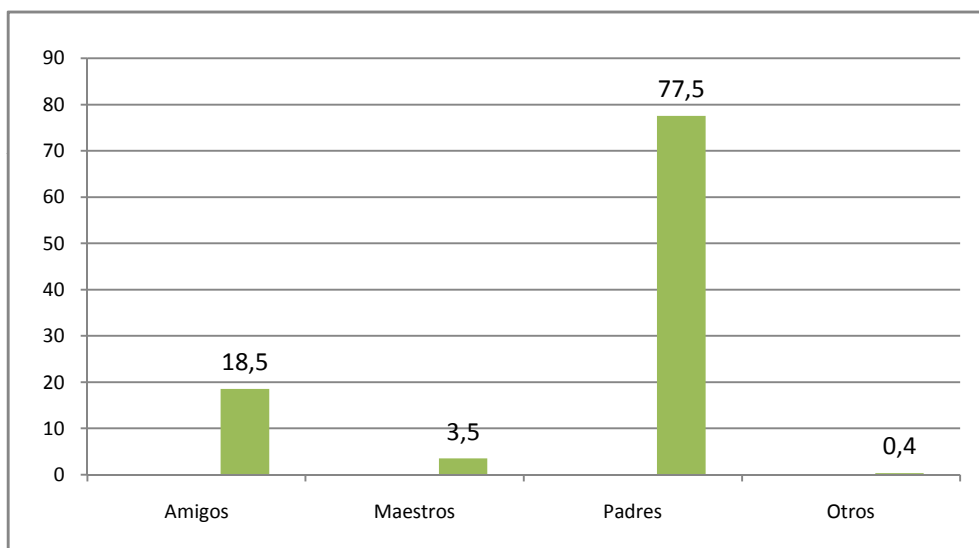
Tabla No.2

4.2 Grado de confianza

	Sucre	San Francisco	Quitumbe	Total
Amigos	16,7	16,7	22,2	18,5
Maestros	5,0	0,0	5,6	3,5
Padres	78,3	83,3	71	77,5
Otros	0,0	0,0	1,1	0,4
				100,0

Gráfico No. 2

4.2 Grado de confianza



Estos datos muestran a los padres, principales en la confianza con 77.5%, el 18,5% corresponde al porcentaje de confianza que tienen en los amigos. Este factor puede ser uno de los más importantes para los estudiantes, es por eso que se necesitan la confianza total de su entorno familiar y social. Se observa también el bajo nivel de confianza que tienen los estudiantes con sus maestros, lo cual puede estar afectando en el desarrollo de su inteligencia emocional.

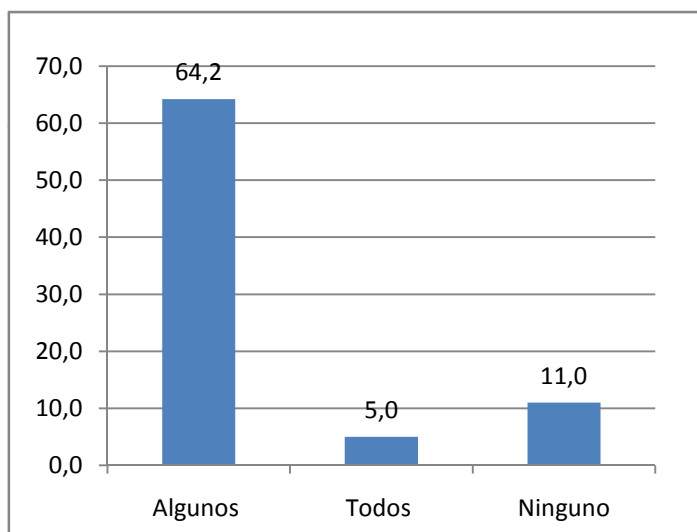
Tabla No.3

4.3 Reacción de los estudiantes al hablar en público

	Sucre	San Francisco	Quitumbe	Total
El terror te paraliza y te retractas.	90	80,0	9,5	59,8
Nunca tienes miedo escénico.	10	5,0	20,5	11,8
Tienes un poco de miedo.	0	15,0	70	28,3
				100,0

Grafico No.3

4.3 Reacción de los estudiantes al hablar en público



El miedo es una actitud normal que sentimos los seres humanos frente a hablar en público, pero que con práctica se lo ir venciendo y puede pasar, este gráfico es indicador de que los estudiantes deben ser estimulados en el desenvolvimiento personal, positiva y propositiva en toda su vida. Así el 64.2 % es un porcentaje elevado de una característica de miedo, lo que bloquea el desarrollo personal, el 11.% demuestra que no tienen ninguna clase de miedo a hablar en público.

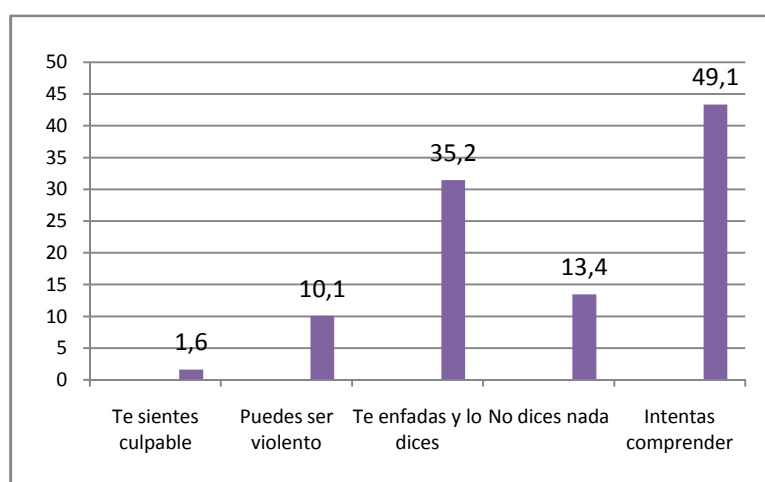
Tabla No 4

4.4 Reacción de los estudiantes al trabajo en equipo.

	Sucre	San Francisco	Quitumbe	Total
Evitas trabajar en equipo.	0	10,0	11,4	7,1
Tienes tendencia a aislarte.	8,3	3,3	14,4	8,7
Tienes miedo, pero participas.	16,7	16,6	72,2	35,2
No participas	75	70,0	2,2	49,1
				100,0

Gráfico No 4

4.4 Reacción de los estudiantes al trabajo en equipo.



El no participar en trabajos en grupo denota un síntoma de timidez e inseguridad en uno mismo, factor importante para delimitar el progreso. El 49.1 % dice no participar, además un 35.2 % lo hace dudando de sí mismo y un 7.1% evita totalmente trabajar en equipo. Esto incide en el aspecto personal del estudiante y mas adelante del profesional. Tomemos en cuenta que una persona desarrollada emocionalmente puede producir al cien por ciento en actividades cotidianas y más aún si estas son ejecutadas en equipo.

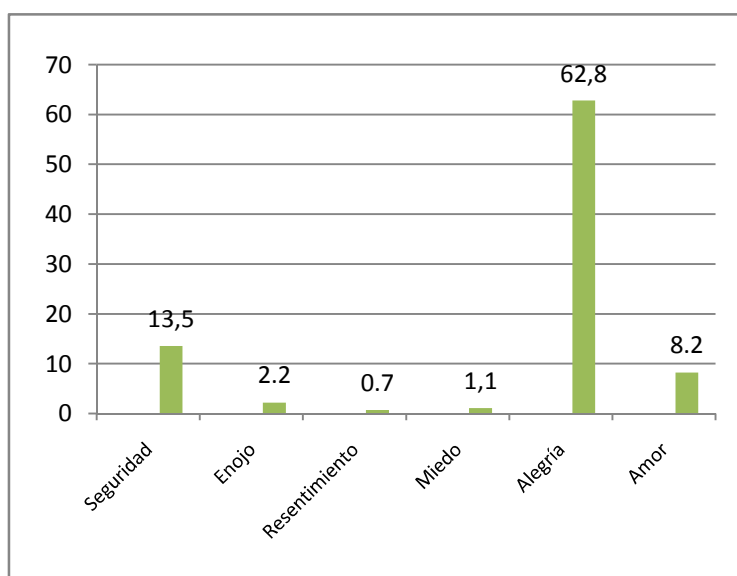
Tabla No 5

4.5 Actitudes predominantes de los estudiantes

	Sucre	San Francisco	Quitumbe	Total
Seguridad	13,3	11,7	15,6	13,5
Enojo	0	3,3	3,3	2,2
Resentimiento	0	0,0	2,2	0,7
Miedo	0	0,0	3,3	1,1
Alegría	91,5	61,0	70	62,8
Amor	3,3	7,0	14,4	8,2
				100,0

Gráfico No.5

4.5 Actitudes predominantes de los estudiantes



Según este cuadro se nota que, en las personas encuestadas, la alegría con 74.2% es lo predominante, seguido de la seguridad con 13.5% respectivamente, estos factores inciden en la actitud de todos los encuestados en el diario vivir y desempeño en la comunidad.

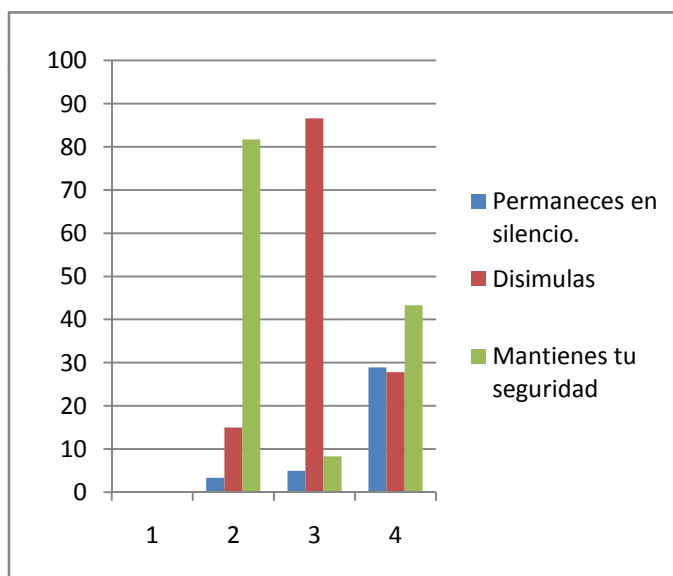
Tabla No.6

4.6 Reacción de los estudiantes intimidados.

	Sucre	San Francisc.	Quitumbe	Total
Permaneces en silencio.	3,3	5,0	28,9	12,4
Disimulas	15	86,6	27,8	43,1
Mantienes tu seguridad	81,7	8,3	43,3	44,4
				100,0

Gráfico No 6

4.6 Reacción de los estudiantes intimidados.



La seguridad, desarrollo emocional, autoconfianza, unión familiar, son factores importantes para el desarrollo personal. El gráfico representa 44.4% de seguridad, 43.1% de estudiantes que disimulan y el 12,4% que prefieren guardar silencio cuando se encuentran intimidados.

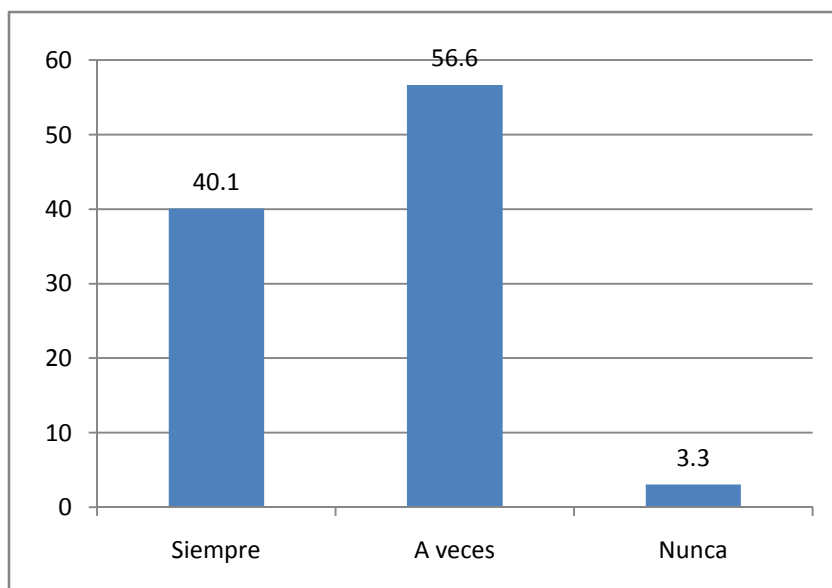
Tabla No 7

4.7 Toma decisiones oportunas en cualquier circunstancia.

	Sucre	San Francisc.	Quitumbe	Total
Siempre	13	51,6	55,6	40,1
A veces	85	41,6	43,3	56,6
Nunca	1,5	6,6	1,8	3,3
				100,0

Gráfico No 7

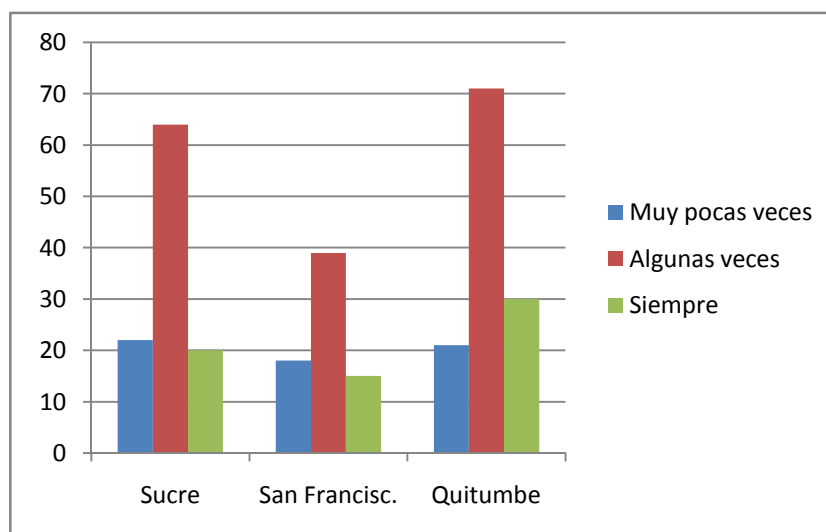
4.7 Toma decisiones oportunas en cualquier circunstancia.



La decisión es un elemento importante en el diario desenvolvimiento de un estudiante, dado que su entorno está lleno de situaciones comprometedoras, el 56.6% dice que solo a veces dice que no, 40.1% siempre y el 3.3% nunca, así se comprometen en situaciones en las que se necesita de autoseguridad y autoconfianza. En este gráfico el poder de decisión está en un nivel aceptable, pero se lo podría mejorar.

Tabla No. 8**4.8 Reacciona frente a situaciones en conflicto.**

	Sucre	San Francisc.	Quitumbe	Total
Muy pocas veces	22	18,0	21	20,3
Algunas veces	64	39,0	71	58,0
Siempre	20	15,0	30	21,7
				100,0

Gáfico No. 8**4.8 Reacciona frente a situaciones en conflicto.**

Respecto a si los estudiantes pueden resolver situaciones en conflicto podemos ver que: el parámetro que predomina es (algunas veces) con un 58%, frente a un 20,3% que significa (muy pocas veces) y un 21,7% siempre. De lo cual se puede ver que los estudiantes no están preparados para manejar situaciones en conflicto en la mayoría de veces.

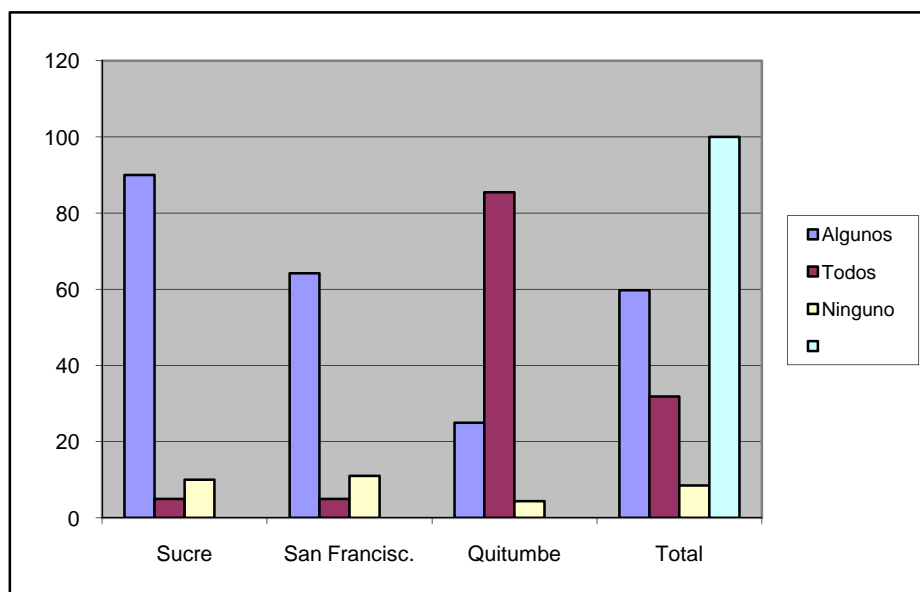
Tabla No. 9

4.9 Maestros que motivan en clase.

	Sucre	San Francisc.	Quitumbe	Total
Algunos	90	64,2	25	59,7
Todos	5	5,0	85,5	31,8
Ninguno	10	11,0	4,4	8,5
				100,0

Gráfico No. 9

4.9 Maestros que motivan en clase.



La motivación en el desarrollo de una clase es de gran importancia puesto que los estudiantes antes que nada son personas que responden a estímulos de cualquier tipo. En el gráfico de barras se puede apreciar que en las instituciones encuestadas se motiva a los alumnos así: algunos maestros 59.7% todos el 31.8% y ninguno el 8.5% .

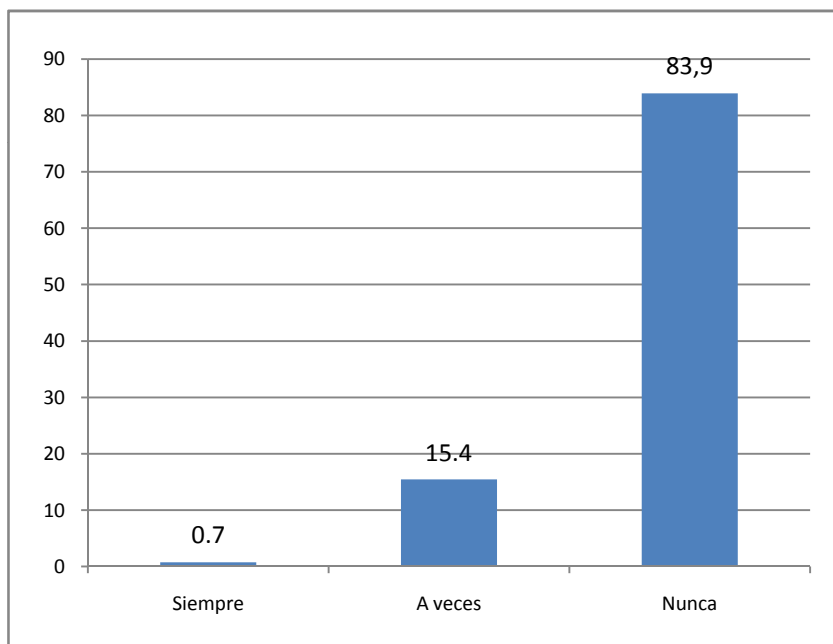
Tabla No. 10

4.10 Relacionan el fracaso a sus vidas.

	Sucre	San Francisc.	Quitumbe	Total
Siempre	0	0,0	2,2	0,7
A veces	8	21,6	16,7	15,4
Nunca	91,7	78,3	81,6	83,9
				100,0

Gráfico No. 10

4.10 Relacionan el fracaso a sus vidas.

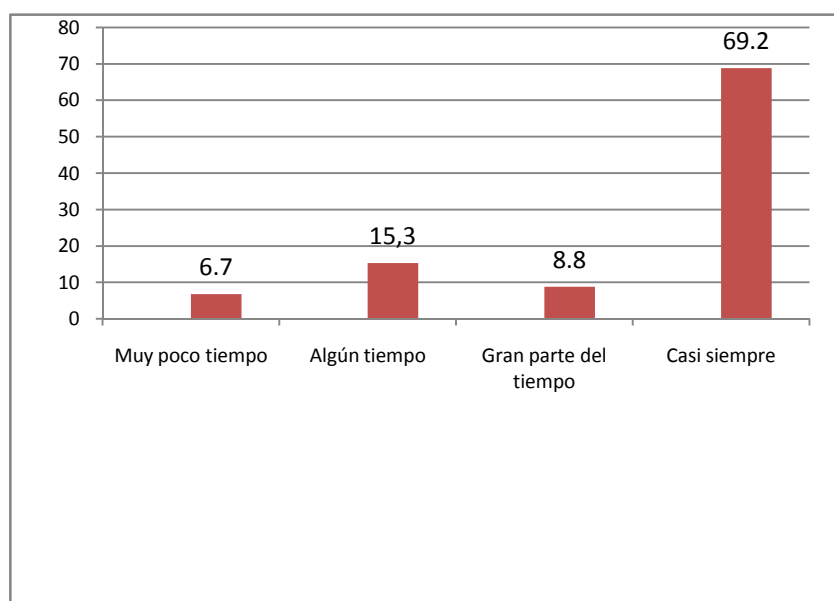


En este cuadro encontramos resultados en la gran mayoría positivos, sin descartar casos específicos que necesitan atención especial por parte de los profesionales del área de salud integral.

Los casos con trabajos psicológicos y sociales para determinar causas y efectos que serán tratados a tiempo. El 83.9% es un porcentaje positivo frente a 0.7% que es un grupo para trabajarlo técnicamente.

Tabla No. 11
4.11 Confianza y esperanza en el futuro.

	Sucre	San Francisc	Quitumt	Total
Muy poco tiempo	3	8,3	8,9	6,7
Algún tiempo	16,5	15,0	14,4	15,3
Gran parte del tiempo	8	5,0	13,3	8,8
Casi siempre	71,7	71,6	64,3	69,2
				100,0

Gráfico No. 11
4.11 Confianza y esperanza en el futuro.


Se nota una gran acogida por parte del grupo estudiantil, en pro de un porvenir bueno para la sociedad y cada una de las vidas que por hoy cruzan su vida estudiantil, el 69.2% es un grupo que tiene confianza y esperanza frente al 6.7% que lo hace muy pocas veces. Existe un porcentaje intermedio que señalan tener confianza y esperanza algunas veces.

El 8,8% es un dato muy bajo que dice tener gran parte del tiempo esperanza y confianza en el futuro de sus vidas.

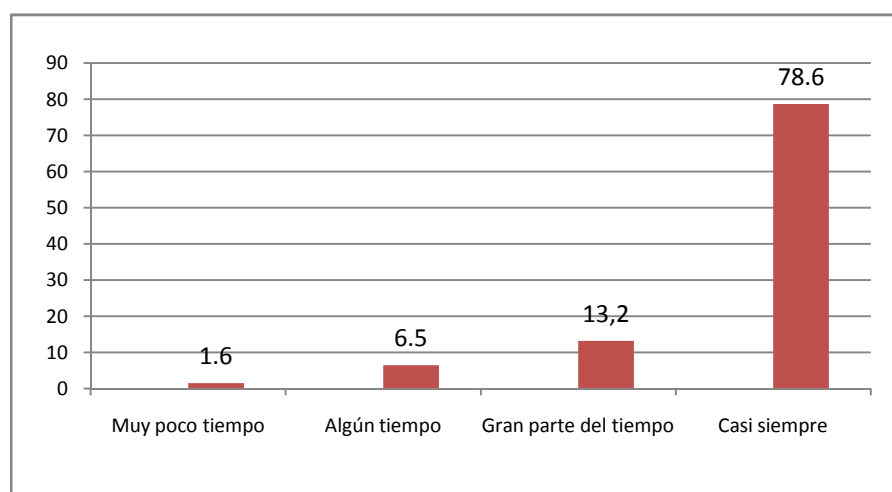
Tabla No. 12

4.12 Actitud positiva frente a la vida.

	Sucre	San Francisc.	Quitumbe	Total
Muy poco tiempo	0	0,0	4,9	1,6
Algún tiempo	5	0,0	14,5	6,5
Gran parte del tiempo	8	8,3	23,3	13,2
Casi siempre	86,5	91,6	57,8	78,6
				100,0

Gráfico No. 12

4.12 Actitud positiva frente a la vida.



En estos datos se puede notar que el 78,6% de estudiantes casi siempre encuentran agradable vivir y disfrutar de una vida plena, el 13,2 % lo hacen gran parte del tiempo, el 6,5% algunas veces sienten que es agradable vivir.

Es importante reconocer que existen problemas sociales que influyen en los adolescentes de manera negativa los mismos que deben ser tomados en cuenta para el tratamiento de diferentes problemas que se presentan de manera repetitiva y que hacen tanto daño a la sociedad.

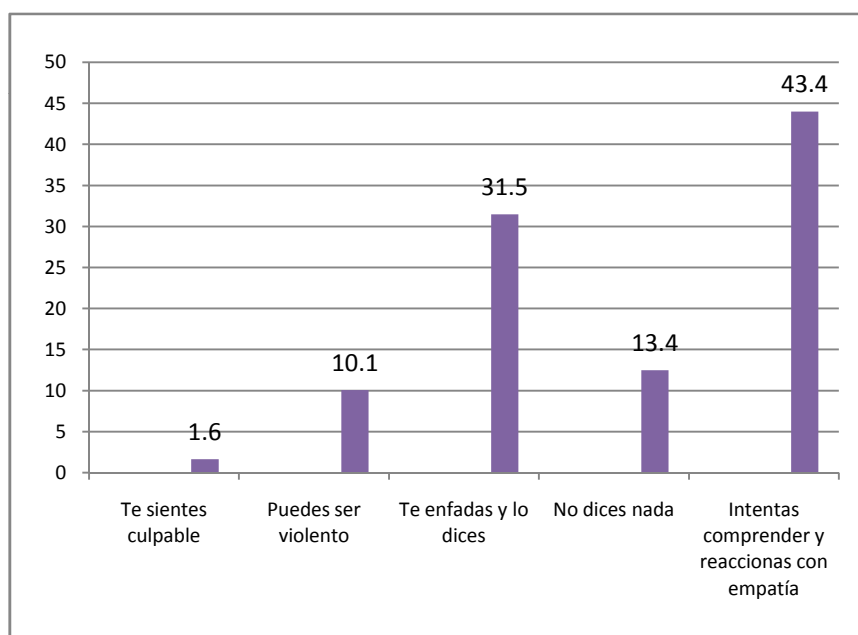
Tabla No. 13

4.13 Reacción ante agresiones.

	Sucre	San Francisc.	Quitumb	Total
Te sientes culpable	0	1,6	3,3	1,6
Puedes ser violento	8	6,6	15,6	10,1
Te enfadas y lo dices	21,7	21,6	51,1	31,5
No dices nada	3	13,3	24	13,4
Intentas comprender	66,5	56,6	7	43,4
				100,0

Gráfico No. 13

4.13 Reacción ante agresiones.



Existe una proporción favorable a una actitud equilibrada por parte de los estudiantes, tomando en cuenta que es razonable una respuesta del mismo tipo cuando se recibe una agresión.

El 1.6% siente culpabilidad, el 10.1 % puede ser violento, el 31.5% se enfada y lo dice el 13.4% no dice nada y 43.4 busca entender, cuando se sienten agredidos.

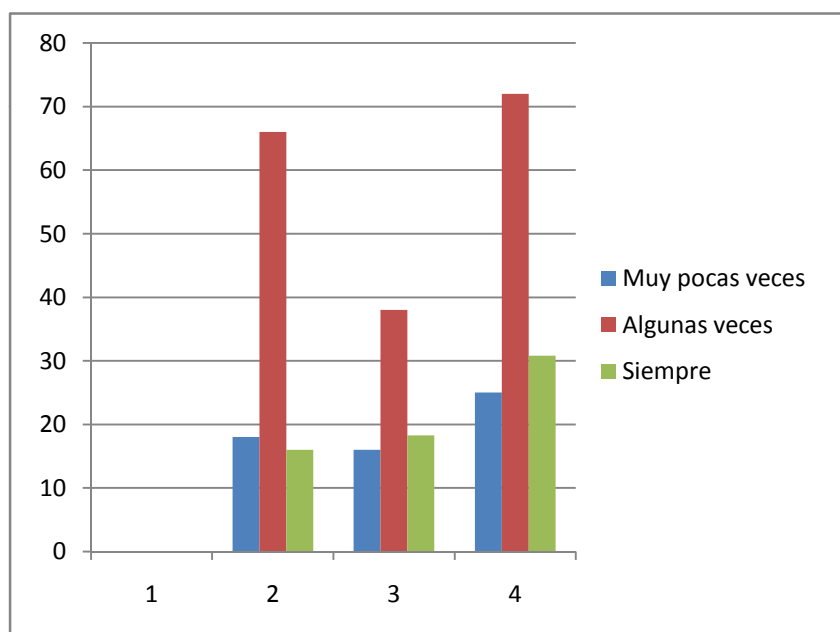
Tabla No. 14

4.13 Reacción frente al comportamiento ajeno.

	Sucre	San Francisc.	Quitumbe	Total
Muy pocas veces	18	16,0	25	19,7
Algunas veces	66	38,0	72	58,7
Siempre	16	18,3	30,8	21,7
				100,0

Gráfico No. 14

4.13 Reacción frente al comportamiento ajeno.



En relación a esta pregunta los estudiantes resuelven que pueden comprender a las demás personas con un porcentaje de 58.7%, contra un 19.7% que respondieron que muy pocas veces, demostrando que existe un porcentaje elevado de estudiantes que necesita un mejor trabajo en el área de la empatía, y de manera especial en las relaciones humanas tan venidas abajo en la sociedad actual.

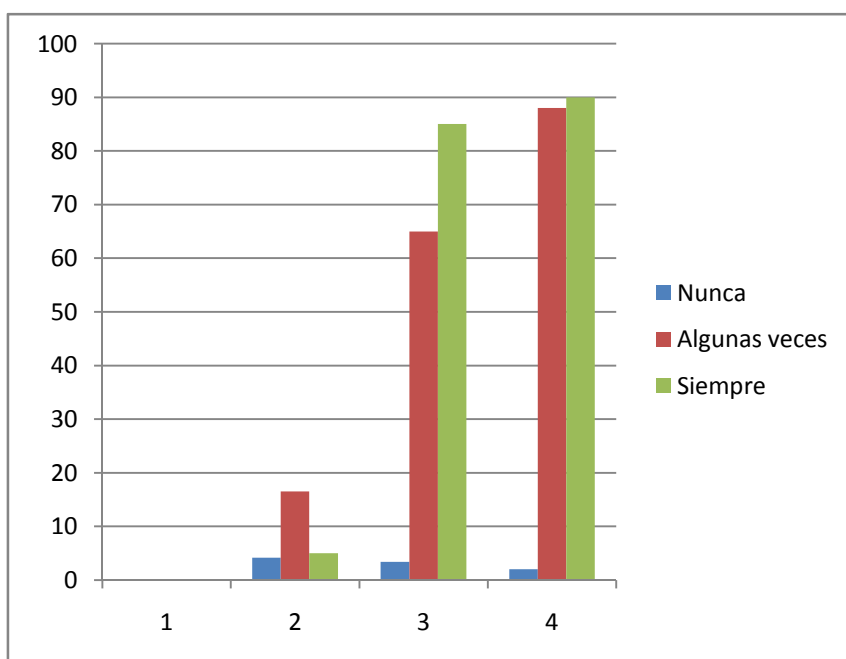
Tabla No. 15

4.15 Respeto frente a las emociones de las demás personas.

	Sucre	San Francisc.	Quitumbe	Total
Nunca	4,2	3,4	2	3,2
Algunas veces	16,5	65,0	88	56,5
Siempre	5	85,0	90	60,0
				59,7

Gráfico No.15

4.15 Respeto frente a las emociones de las demás personas.



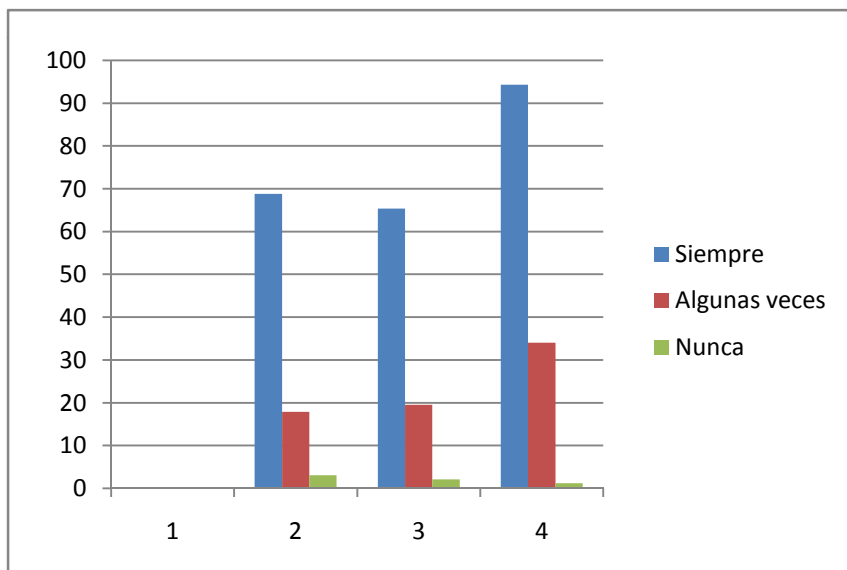
Los estudiantes muestran interés por el desarrollo de valores en las personas y esto se refleja en los porcentajes de las encuestas hechas a los estudiantes que el 73.3% frente al 2.9% de estudiantes que no entienden ni respetan a los demás.

Tabla No. 16

4.16 Reacción frente a las necesidades de las demás personas.

	Sucre	San Francisc.	Quitumbe	Total
Siempre	68,8	65,4	94,3	76,2
Algunas veces	17,9	19,5	34	23,8
Nunca	3,1	2,1	1,2	2,1
				100,0

Gráfico No. 16

4.16 Reacción frente a las necesidades de las demás personas.

Mediante el porcentaje de 76.2% de una respuesta positiva, se entiende un valor amplio de un deseo de colaboración y ayuda que existe en las aulas de clase, pero también existe un porcentaje de 23,8% que ayudan algunas veces a las demás personas cuando lo necesitan y un 2,1% nunca tienen la costumbre de ayudar a los demás.

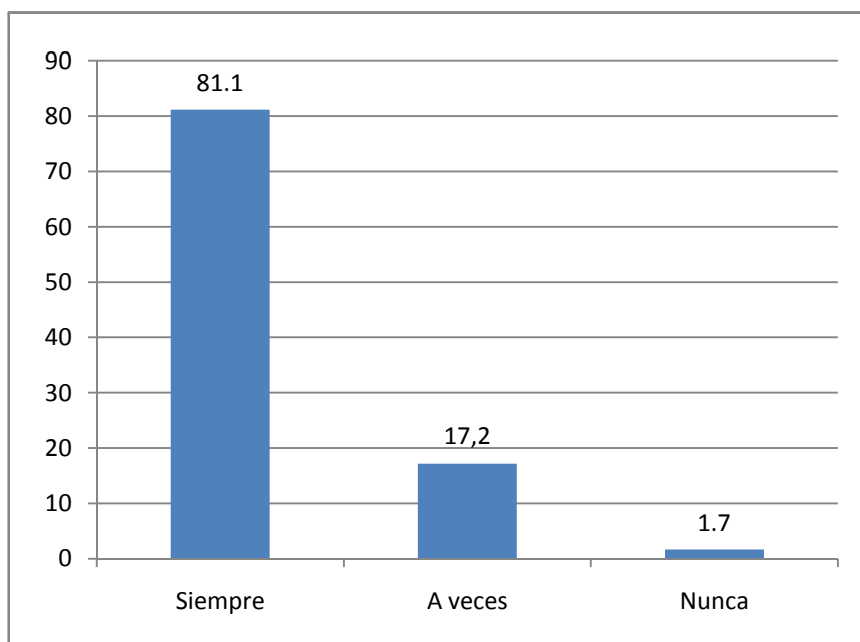
Tabla No. 17

4.17 Aceptación de sí mismo.

	Sucre	San Francisc.	Quitumbe	Total
Siempre	86,7	80,0	76,7	81,1
A veces	13,3	15,0	23,3	17,2
Nunca	0,0	5,0	0	1,7
				100,0

Gráfico No.17

4.17 Aceptación de sí mismo.



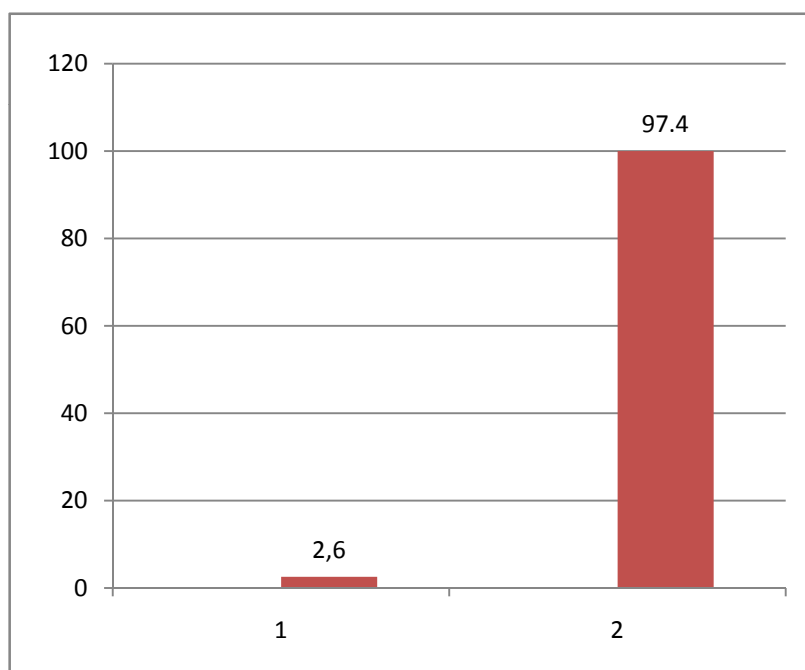
El mayor porcentaje de encuestados tiene una aceptación por sí mismo lo que es positivo para su personalidad y formación integral, este factor representado representado en 81.1% es un valor de gran valía y representa resultados positivos, el 17.2 % como grupo intermedio y el 1.7% que se lo debe trabajar con la finalidad de que se una a la mayoría.

Tabla No. 18

4.18 Mantiene seguridad en si mismo.

	Sucre	San Francisc.	Quitumbe	Total
si	98,3	98,3	95,6	97,4
no	1,7	1,7	4,4	2,6
				100,0

Gráfico o.18

4.18 Mantiene seguridad en si mismo.

La seguridad en si mismo es uno de los elementos de mayor importancia para el desenvolvimiento personal con 97.4% . Llegando al logro de objetivos que nos llevan al triunfo personal. En cuanto al porcentaje de inseguridad 2.6 % encontramos que es mínimo pero de mucho que cuidado, puesto los adolescentes están en proceso de formación y son fácil víctima de las malas influencias del entorno social.

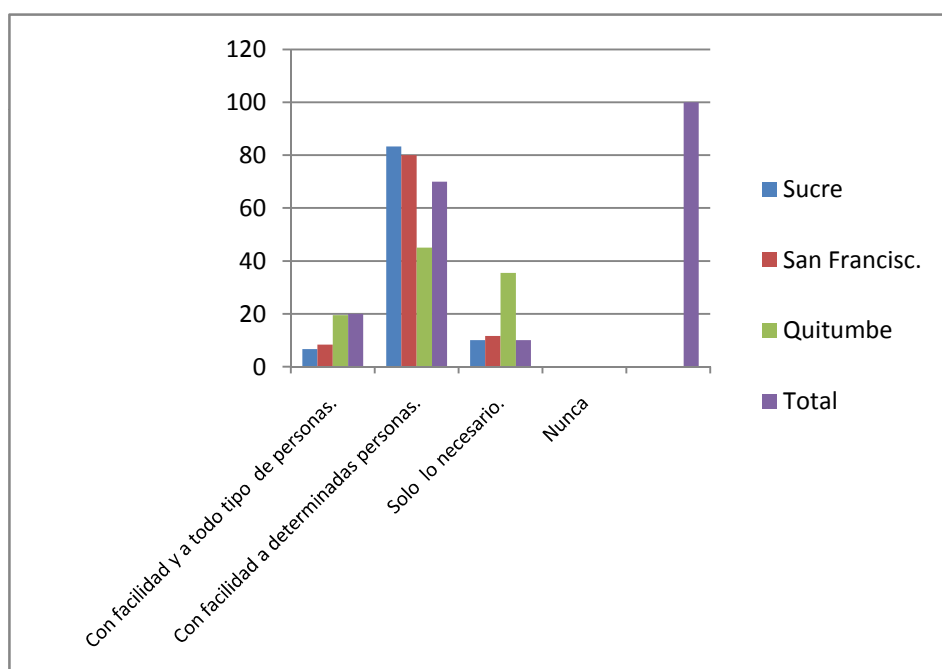
Tabla No.19

4.19 Autocriterio

	Sucre	San Francisc	Quitumbe	Total
Con facilidad y a todo tipo de personas.	6,7	8,3	19,5	20,0
Con facilidad a determinadas personas.	83,3	80,0	45,1	70,0
Solo lo necesario.	10	11,6	35,5	10,0
Nunca	0	0,0	0	0,0
				100,0

Gráfico No.19

4.19 Autocriterio



En este gráfico respecto de la pregunta de si los estudiantes hablan de si mismo se puede notar que el 70% habla con facilidad a determinadas personas, el 20% lo hace a todo tipo de personas y el 10% habla de sí mismo únicamente cuando es necesario. Esto puede significar que falta desarrollar la autoestima y confianza en los estudiantes.

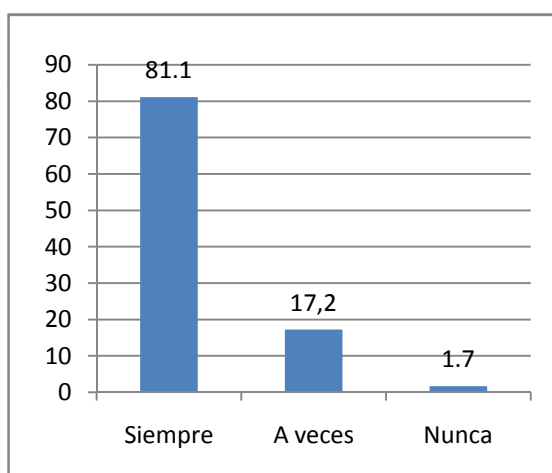
Tabla No. 20

4.20 Aceptación de sí mismo.

	Sucre	San Francisc.	Quitumbe	Total
Siempre	86,7	80,0	76,7	81,1
A veces	13,3	15,0	23,3	17,2
Nunca	0,0	5,0	0	1,7
				100,0

Gráfico No. 20

4.20 Aceptación de sí mismo.



El mayor porcentaje de encuestados 81.1% tiene una aceptación por si mismo lo que es positivo para su personalidad y formación integral, este factor es es uno de los más importantes porque está involucrado con los primeros pasos de identidad propia. Existe una cantidad de estudiantes 17.2% que menciona un punto medio, los que son casos que se pueden mejorar con el trabajo constante de su inteligencia emocional.

Las personas que respondieron que no se aceptan como son aunque son un número pequeño 1.7% son los que debe trabajarse con mayor atención con los profesionales responsables de cada institución.

Encuesta Padres de Familia

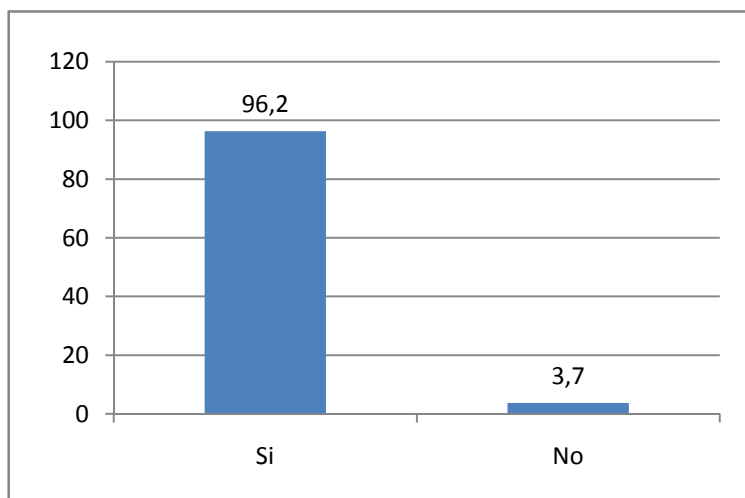
Tabla No. 21

4.21 Existe un ambiente de comunicación en el hogar.

	f	%
Si	78	96,3
No	3	3,7
		100

Gráfico No. 21

4.21 Existe un ambiente de comunicación en el hogar.



La encuesta nos muestra un resultado de 96.2% positivo y favorable para la unión familiar, de manera que los estudiantes son los que encontrarán beneficios que ayudarán en el desarrollo de su inteligencia emocional, dado que la comunicación es uno de los canales de mayor resultados en la comprensión familiar. Frente al 3.7% de resultado contrario a la comunicación.

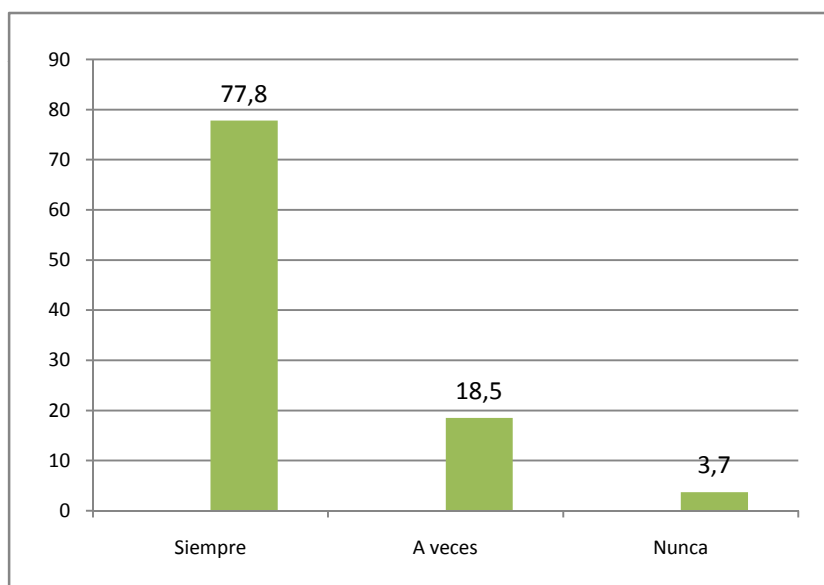
Tabla No. 22

4.22 Delegan responsabilidades a sus hijos.

	f	%
Siempre	63	77,8
A veces	15	18,5
Nunca	3	3,7
		100,0

Gráfico No. 22

4.22 Delegan responsabilidades a sus hijos.



El porcentaje más alto de 77,8% de los padres de familia delegan responsabilidades a sus hijos, lo que resulta positivo pero con el control constante de los padres.

Además se debe tomar en cuenta el 18,5% que manifiestan a veces delegar responsabilidades a sus hijos y el 3,7% nunca delegan responsabilidades a sus hijos.

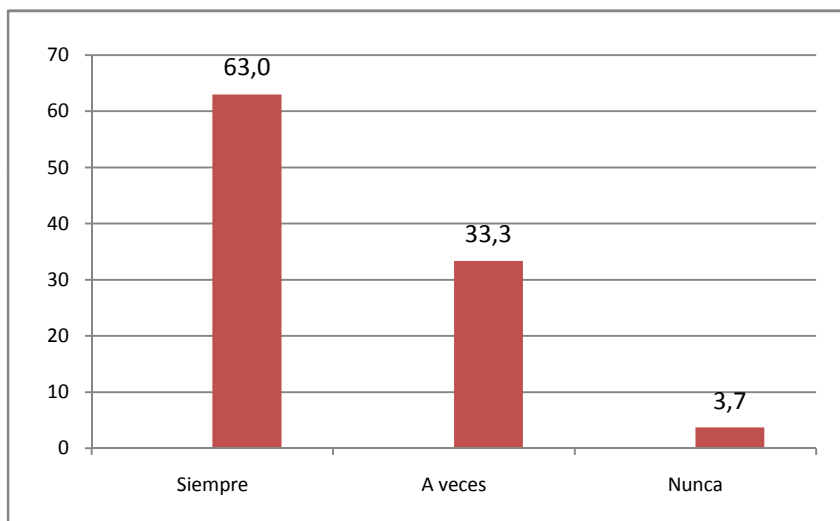
Tabla No. 23

4.23 Conocen de las metas de sus hijos.

	f	%
Siempre	51	63,0
A veces	27	33,3
Nunca	3	3,7
		100,0

Gráfico No. 23

4.23 Conocen de las metas de sus hijos.



El 63% de padres de familia admite conocer sobre los sueños y metas de sus hijos pero un 33,3% dice conocer medianamente y un 3,7 % dice que nunca, por lo que denota una falta de confianza y comunicación entre padres e hijos.

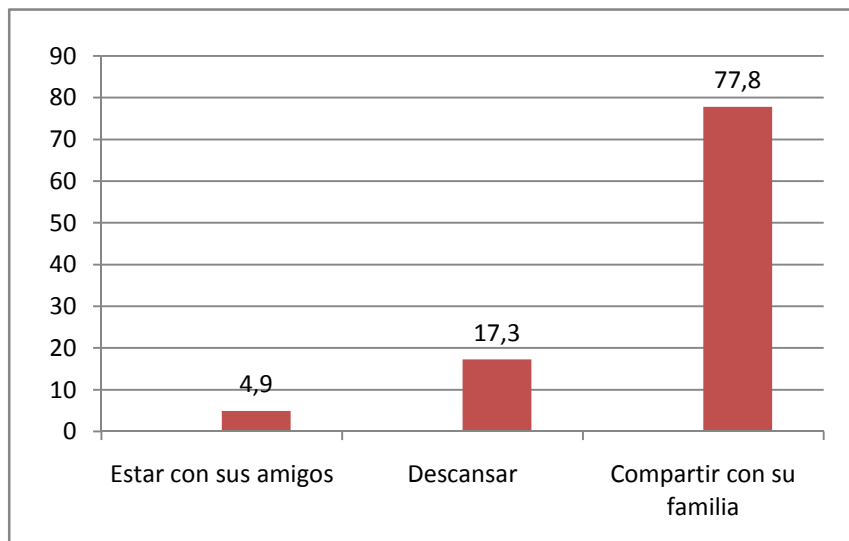
Tabla No. 24

4.24 Uso del tiempo libre

	f	%
Estar con sus amigos	4	4,9
Descansar	14	17,3
Compartir con su familia	63	77,8
		100,0

Gráfico No. 24

4.24 Uso del tiempo libre



A pesar de que un 77,8% de padres de familia buscan estar con sus hijos, existe un grupo de padres que desperdician ese tiempo. Este es un factor principal para que los jóvenes busquen pasatiempos negativos para sus vidas, fuera de su casa o de la escuela, dado que la investigación muestra que un 4,9% de padres prefiere estar con sus amigos y un 17,3% prefiere descansar en su tiempo libre.

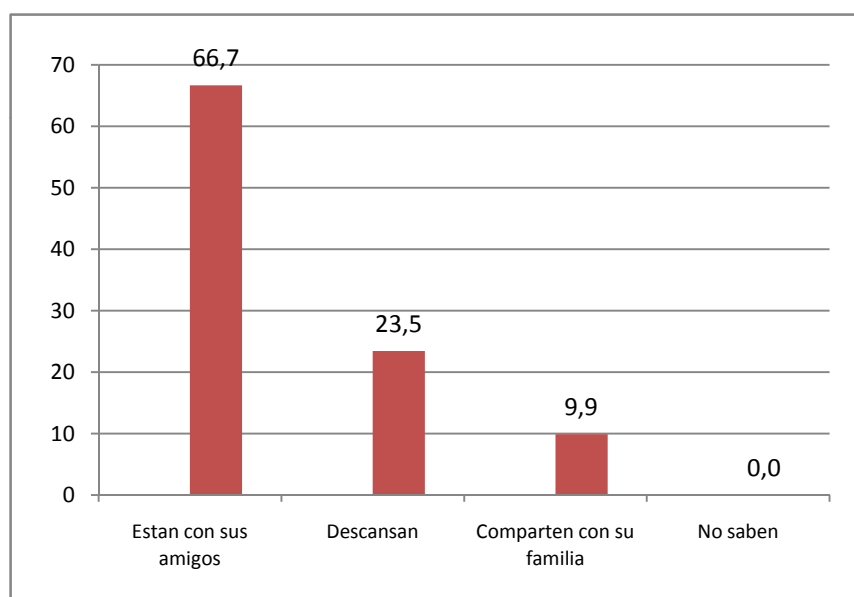
Tabla No. 25

4.25 Conocimiento de actividades sus hijos fuera de casa.

	f	%
Estan con sus amigos	54	66,7
Descansan	19	23,5
Comparten con su familia	8	9,9
No saben	0	0,0
		100,0

Gráfico No. 25

4.25 Conocimiento de actividades sus hijos fuera de casa.



El porcentaje de 66,7 % de padres de Familia admite conocer que sus hijos están la mayor parte del tiempo con sus amigos frente al 9,9% que coparten con sus familias lo que no es una garantía para cada padre, debido a que no se sabe con que clase de amistades se encuentran sus hijos.

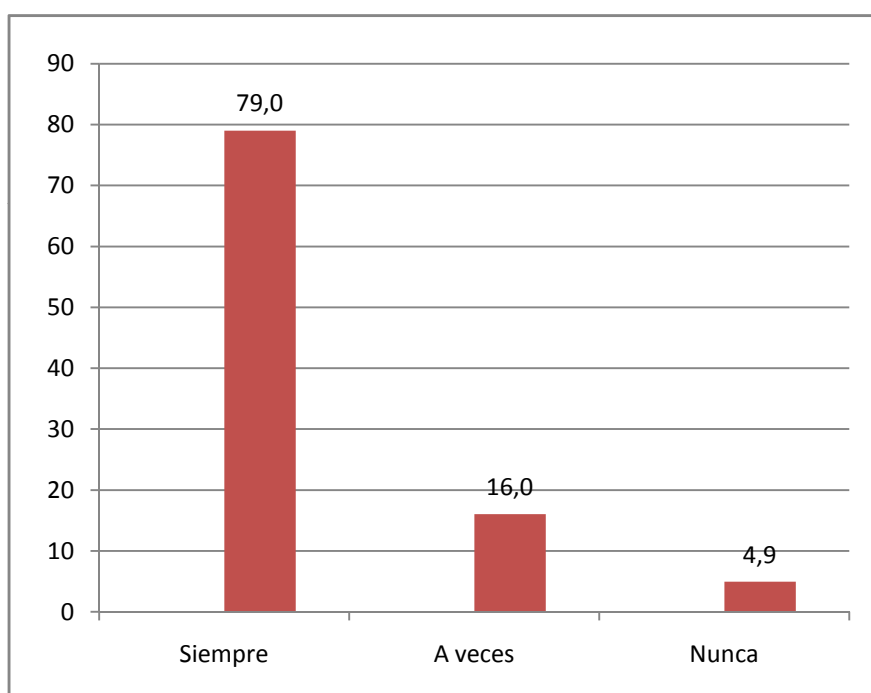
Tabla No. 26

4.26 Delegan responsabilidades a sus hijos.

	f	%
Siempre	64	79,0
A veces	13	16,0
Nunca	4	4,9
		100,0

Gráfico No. 26

4.26 Delegan responsabilidades a sus hijos.



El porcentaje de 79% de padres de familia que ayudan a sus hijo a asumir responsabilida y brindan confianza y seguridad para enfrentar los retos.

El porcentaje de 4,9% que no ayudan nunca a sus hijos deben pierden la oportunidad de guiar a sus hijos y el 16% de padres únicamente a veces ayudan a enfrentar responsabilidades a sus hijos.

Síntesis de las clases observadas en las instituciones

Clase N. 01

Fecha: 20 de mayo del 2009

Hora: 07h50

Nivel: 8vo "B"

1. Recordatorio de la clase anterior.
 - ¿Cuáles son las figuras geométricas?
 - ¿Qué son las líneas paralelas?
 - ¿Qué es un vértice?
 - ¿Qué es un cuadrado?
2. Seguir las órdenes del trazo ejecutado en el pizarrón
 - ¿Qué contiene un cuadrado?
3. Atención en la utilización de los instrumentos de dibujo técnico.
4. En nuestra aula donde encontramos esta forma geométrica.
5. Realice el trazo de un cuadrado de 70mm por lado.
6. Mientras realizan el trazo de la figura geométrica recordaremos los conceptos básicos de vértice, punto, paralelas y perpendiculares.
7. El trazo debe ser ejecutado con exactitud y precisión para lograr un trabajo de calidad.

Tarea:

Realizar el trazo de un cuadrado de 80mm por lado.

Análisis de la observación: En esta clase podemos darnos cuenta que el docente enseña la utilización correcta de los materiales de trabajo, también que paso por paso se construye el conocimiento de los estudiantes en esta área. El trato horizontal del maestro fue de mucha importancia porque el ambiente fue tranquilo y relajado.

Clase N. 02

Fecha: 20 de mayo del 2009

Hora: 09h00

Nivel: 9 no "B"

1. Recordatorio de la clase anterior.
 - ¿Qué son las proyecciones de dos planos?
 - Construcción paso a paso del diedro con la dirección del docente.
2. Seguir las órdenes del trazo ejecutado en el pizarrón
 - Realizar el trazo correcto del diedro en la lámina A4
2. Atención en la utilización de los instrumentos de dibujo técnico.
3. Ejemplificación de los planos en espacios reales.
4. Realice el trazo de un punto ubicado espacialmente.
5. Conceptualizando los elementos con los cuales se está trabajando realiza un recuento de los conceptos.
6. El trazo toma forma y se lo expone con sus compañeros, para de esta manera corregir posibles errores.
7. Compromiso de responsabilidad en el trabajo entre maestro y alumnos.

Tarea:

Realizar el trazo de un punto ubicado en el espacio proyectado a los planos PH y PV.

Análisis de la observación: En esta clase se realizó un trabajo con amplitud, en el que el maestro usó y enseñó a usar los instrumentos de dibujo técnicos correctamente. Además creó un ambiente de libertad para opinar y brindar los diferentes puntos de vista del estudiante, así como respetando sus criterios y despejando las dudas de cada alumno de forma que este tema quede lo más clarificado en la clase. Se debe tomar en cuenta que existían alumnos sin el material correspondiente.

Clase N. 03

Fecha: 20 de mayo del 2009

Hora: 09h30

Nivel: 10mo

1. Ordenadamente se inicia la haciendo un corto resumen de la clase anterior.
2. Se solicita la entrega de trabajos que son para esta fecha y también alistar la lección del tema de la clase anterior.
3. Luego se realiza un trabajo en grupo en el que se desarrolla todo el contenido de la clase.
4. Además se explica experiencias de trabajo entre todos los grupos, socializando de esta manera entre todos los estudiantes del curso.

5. Se brinda las instrucciones por parte del docente hacia los alumnos con la finalidad de que quede claro el tema y no existan confusiones.
6. Es importante señalar que el cierre de esta clase se lo realizó sin ningún tipo de síntesis o resumen.

Tarea:

No existió tarea

Análisis de la observación: Esta clase no se trabajó de inteligencia emocional, ni se topó aspectos relacionados con la inteligencia interpersonal, no se dió oportunidad a la empatía entre los alumnos del curso y el docente. No hubo motivación, existió respeto mutuo por medio del cual se estableció un ambiente silencioso para el aprendizaje. Vale la pena mencionar que existieron dos estudiantes que estaban en distracción completa pero fue por la falta del material de trabajo.

Clase N. 04

Fecha: 23 de mayo del 2009

Hora: 09h30

Nivel: 10mo

1. La maestra permite que el grupo de estudiantes ingrese al curso de forma ordenada y en columna.
2. En mucho silencio las órdenes que se dio en el inicio de clases.

3. Todos los estudiantes sacan su material de trabajo y quienes no lo tenían trabajaron con lo poco que tenían en ese momento.
4. La lectura es uno de los elementos de trabajo que se utiliza para empezar la clase, usando de esta manera la inteligencia lingüística, además comparten experiencias entre todos los alumnos del curso.
5. La profesora indica que tomen nota de todo lo realizado y de lo que solicita que realicen un resumen.
6. Haciendo una aclaración que consistía en que nadie se olvide del material de trabajo para la próxima clase.
7. Los estudiantes transmiten la inconformidad más que con la materia, con la maestra que dio la clase.

Tarea:

Estudiar sobre el tema de clase.

Análisis de observación: En esta clase se observó que la verticalidad y la imponentia se los estaba confundiendo con la disciplina. El grupo respondió de forma reprimida y de esta manera el conocimiento no es receptado correctamente. El miedo es uno de los elementos que actúa como bloqueador para que el estudiante no encuentre motivación alguna en el deseo de estudiar y más bien se desmotive al proceso educativo que está siguiendo. Además una sola palabra puede herir sentimientos que destruyan una vida en crecimiento.

Clase N. 05**Fecha: 28 de mayo del 2009****Hora: 09h30****Nivel: 9no.**

1. Un saludo cordial fue el inicio de la clase, en la que todos los alumnos participaron en un ambiente frío y temeroso.
2. El maestro prosiguió haciendo una dinámica que no coincidía con el tema de clase. Se observó que no existía confianza entre el profesor y los estudiantes.
3. La aclaración de incógnitas sobre el tema fue de retroalimentación para todos, dado que una gran cantidad de estudiantes no lograron entender con la primera explicación.
4. El maestro solicitó un buen trabajo, para poner la calificación respectiva.

Tarea:

Estudiar sobre el tema de clase y preparar exposición.

Análisis de observación: En esta clase no se usó el compromiso de cada estudiante con el maestro y ellos mismos, hubo responsabilidad por parte de los estudiantes, pero ninguna motivación en el trabajo. El grupo respondió de forma correcta en la realización de los trabajos.

Clase N. 06**Fecha: 28 de mayo del 2009****Hora: 09h30****Nivel: 8vo.**

1. Un saludo intimidante dio el inicio a clases.
2. El maestro prosiguió haciendo una observación de todo lo aprendido y la falta de cumplimiento de los deberes.
3. La incomodidad en cada uno de los estudiantes era muy notoria.
4. El maestro comprometió a uno de los estudiantes en mostrar su tarea y recordar el tema de la clase anterior. Pidió cuadernos y lecciones, se sintió la humillación y el resentimiento del alumno de forma muy clara es aquí el momento propicio de usar la inteligencia emocional para ayudar al desarrollo del ser humano para su bien.
5. En la revisión de los deberes se encontró muchos alumnos que no lo habían hecho.

Tarea:

Repetir el trabajo para la próxima clase.

Análisis: Claramente en esta clase se reflejó que, cuando en el aprendizaje no existe una buena comunicación y por tanto no hay trabajo o no se aplica correctamente la inteligencia emocional los resultados no serán los esperados por el maestro, los estudiantes y tampoco de los padres de familia. Es por eso que una de las recomendaciones para los docentes es que

apliquen para el desarrollo de su trabajo la inteligencia emocional. Son elementos de gran importancia la empatía, la motivación entre otros para edificar a los adolescentes que se encuentran en un proceso de formación.

Entrevistas a autoridades institucionales

1. ¿Qué nivel de inteligencia emocional existe en las aulas de clase en el trabajo diario con los estudiantes?

Las autoridades institucionales comparten que en las unidades educativas se trabaja la inteligencia emocional en un nivel medio, pero con una aplicabilidad que no es constante y sin una seguridad del cien por ciento.

2. ¿Trabajan en la institución con proyectos relacionados con inteligencia emocional?

En las instituciones educativas no trabajan con proyectos de inteligencia emocional, tampoco en las aulas de clase, pero los departamentos técnicos como el ASI o DOBE realizan acciones esporádicas por medio de talleres relacionados con inteligencia emocional. Algunos de ellos están diseccionados a padres de familia, otros a grupos especiales de estudiantes, muy pocos a docentes.

3. ¿Qué resultados se han obtenido en los estudiantes y padres de familia de las actividades relacionadas con inteligencia emocional?

Son resultados positivos, pero no son los esperados, es por eso que frente a muchos inconvenientes que se han presentado, se ha solicitado ayuda a entidades como la Dinapen entre otras.

Análisis: Las entrevistas realizadas a las autoridades de las instituciones educativas investigadas, dieron muestras de que no están interesados en desarrollar programas o proyectos de inteligencia emocional, además, siendo la herramienta más importante de desarrollo humano, no se la está prestando la atención que requiere. El desconocimiento de los beneficios que presta la inteligencia emocional son de forma intrapersonal e interpersonal, haciendo un reconocimiento de lo que está bien o mal en las actividades que realizamos en la sociedad en la que vivimos.

Resumen de las entrevista realizadas as especialistas sobre el tema

Los especialistas indican que la inteligencia emocional es un atributo del ser humano en el que se refleja el ser interior de cada persona, capaz de pensar, razonar, amar adoptarse y transformarse a si mismo a la sociedad.

Además uno de los factores de mayor importancia en donde se desarrolla la inteligencia emocional, es la educación. Lamentablemente el trabajo en inteligencia emocional es muy escaso lo que se refleja en los resultados de los diferentes establecimientos, con el maltrato físico y psicológico, lo que a futuro representa los problemas de tabaquismo, alcoholismo, pandillas, drogadicción, embarazo precoz y otras más.

Otra de las desventajas que existe en las instituciones educativas es que no se la presta la importancia que se merece. Esto no se trata de que se brinden facilidades a los docentes para aplicar y practicar la inteligencia emocional, sino que esto es una parte fundamental de la dinámica del docente y del currículo.

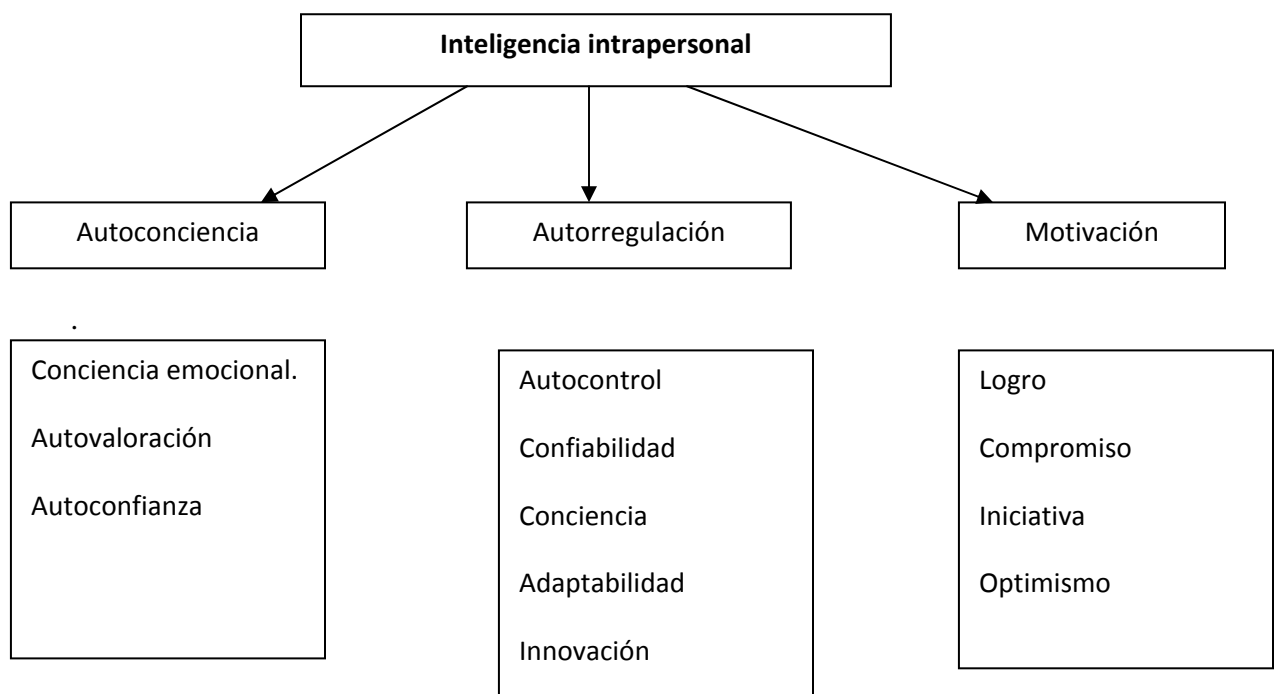
Propuesta para trabajar la inteligencia emocional en el aula

Estrategias metodológicas

En este capítulo relacionado con las estrategias metodológicas, pretendo compartir con maestros y maestras una serie de sugerencias que les pueda ayudar en el trabajo diario con sus estudiantes, en el momento de implementar la inteligencia emocional.

Las estrategias metodológicas que planteo a continuación están diseñadas según las diferentes áreas de la inteligencia emocional que plantea Goleman, con sus respectivas subcompetencias.

La Inteligencia Emocional comprende y se desarrolla en cinco áreas fundamentales de habilidades:



1. Autoconciencia: reconocer un sentimiento mientras éste se presenta es la clave de la Inteligencia Emocional. La falta de habilidad para reconocer nuestros propios sentimientos nos deja a merced de nuestras emociones. Las personas con esta habilidad consiguen conducir mejor sus vidas. Dentro de este aspecto constan la autovaloración y la autoconfianza de los estudiantes, se sugiere para trabajar esta competencia emocional lo siguiente:

a) La educación en valores

Evidentemente, la institución educativa no es el único agente responsable de la educación de los valores. Las prácticas educativas familiares, los medios de comunicación y el propio contexto socio- político, ejercen igualmente un papel muy relevante.

Por otro lado, y relacionado con la influencia del contexto, cualquier educador es sensible a la influencia que el neoliberalismo y las economías de mercado, están ejerciendo al fomentar el individualismo, la eficacia, la competencia, el prestigio social, etc. como valores deseables. Si a esto unimos la frecuencia y abundancia de la violencia, el engaño y la corrupción en nuestros contextos políticos más próximos, cualquier educador se puede preguntar ¿tiene sentido una educación en valores, cuando los modelos socio-políticos presentan unas conductas, tan diferentes a las que se quieren promover? ¿Qué sentido tiene explicar en clase, el por qué es importante pagar nuestros impuestos, si los alumnos comprueban que "los que mejor viven" no lo hacen?

En cuanto a una lista de valores básicos para la educación, éstos podrían ser: Libertad, igualdad, justicia, paz, solidaridad, tolerancia. Respeto por los demás y el repensar la naturaleza

b. Cómo manejar la emoción

1. Reconocer en el momento de la acción, mientras estoy comiendo o mientras estoy fumando, parar y preguntarse ¿realmente quiero comer/fumar o algo más me pasa?

2. Reconocer antes, al sentir ansias de picar o de fumar, parar, sentarse y pensar ¿cuál es en realidad mi nivel de hambre? ¿Cuánto en realidad son mis ganas de fumar? ¿Qué me está pasando?

Si identificamos que estamos tensos, nerviosos, enojados, apenados, etc. podemos intentar resolver esa situación que nos preocupa y nos tiene mal, en vez de sólo enmascararla a través de la comida y del cigarro, que a la larga nos hace mal y que nos permite evadir la dificultad por unos instantes, pero el problema sigue ahí.

Una vez que hemos reconocido que una situación nos tiene preocupados y tensos, podemos dedicar un minuto a respirar profundamente, esto nos va a permitir calmarnos y poder pensar con mayor claridad con respecto a posibles soluciones a nuestros problemas.

Muchas veces ocurre que con sólo tomar consciencia de lo que nos pasa, disminuyen las ansias de comer y/o de fumar. De alguna manera, el comer mucho y el fumar son señales de alerta de que algo que no nos agrada nos está pasando, podemos tomar estas señales e intentar superar la situación de modos más saludables.

c. La prevención de la depresión

Dana, de dieciséis años, parecía desenvolverse sin problemas pero, de pronto, dejó de poder relacionarse con las otras muchachas y, lo que era mucho peor, no sabía cómo conservar a y sus novios, aunque se acostara con ellos. Taciturna y constantemente fatigada, Dana perdió interés por la comida y por las diversiones. Decía que se sentía desesperanzada e impotente para hacer algo que le permitiera escapar de ese estado de ánimo y que incluso había llegado a pensar en el suicidio.

Esta caída en la depresión había sido causada por una reciente ruptura. Según decía, no sabía salir con un chico sin mantener relaciones sexuales con él aunque no le gustara y tampoco sabía cómo poner fin a una relación por más insatisfactoria que ésta fuera. Por otra parte, aunque se acostara con los chicos, lo único que deseaba era llegar a conocerlos mejor.

Dana acababa de cambiar de instituto y se sentía muy insegura acerca de su capacidad para entablar nuevas amistades. No obstante, se abstenía de iniciar una conversación y sólo respondía cuando alguien le dirigía la palabra. Se sentía incapaz de manifestar sus verdaderos sentimientos y ni siquiera sabía qué decir después del habitual «Hola, ¿qué tal?»

Dana emprendió entonces una terapia en un programa experimental para adolescentes deprimidos promovido por la Universidad de Columbia. El objetivo de este programa consistía en ayudar a los jóvenes a enfocar más adecuadamente sus relaciones, conservar las amistades, confiar en los demás, establecer límites sobre la proximidad sexual, desarrollar la capacidad de tener amigos íntimos y expresar los propios sentimientos; una clase de capacitación, en suma,

de las habilidades emocionales fundamentales que, en el caso de Dana, resultó tan sumamente eficaz que su depresión terminó desapareciendo.

Los problemas de relación tanto con los padres como con los compañeros constituyen el detonante más frecuente de la depresión entre los adolescentes. Los niños y los adolescentes deprimidos se muestran remisos o incapaces de hablar de su depresión, no suelen ser muy diestros para etiquetar adecuadamente sus sentimientos y tienden a ser irritables, impacientes, caprichosos y malhumorados, especialmente con sus padres, lo cual constituye una dificultad añadida a la hora de que éstos les brinden la guía y el soporte emocional que el niño deprimido tanto necesita, iniciando así un círculo vicioso que suele originar toda clase de disputas.

Una observación minuciosa de las causas de la depresión juvenil señala la presencia de serias deficiencias en dos competencias emocionales fundamentales: la capacidad de relacionarse y la forma de interpretar los reveses y contratiempos de la vida.

Aunque la tendencia a la depresión tenga un origen parcialmente genético, su causa principal parece radicar en los hábitos mentales pesimistas aunque reversibles que predisponen a los niños a reaccionar ante los pequeños contratiempos de la vida las malas notas, las discusiones con los padres o el rechazo social sumiéndose en la depresión. Y existen indicios que nos sugieren que la predisposición a la depresión cualquiera sea su causa está extendiéndose a gran velocidad entre los jóvenes.

d. La forma de acabar con la depresión

Pero existen fundadas esperanzas de que es posible enseñar a los niños formas más eficaces de afrontar los problemas y disminuir así el riesgo de la depresión infantil. En un estudio llevado a cabo en un instituto de Oregón, uno de cada cuatro estudiantes mostraba lo que los psicólogos denominan una depresión moderada, una depresión que, aunque no reviste la suficiente gravedad como para afirmar que excede el grado de insatisfacción natural, bien podría constituir la antesala de una depresión auténtica. Setenta y cinco estudiantes aquejados de esta depresión moderada aprendieron, en una clase especial fuera del horario habitual lectivo, a modificar las pautas de pensamiento generalmente.

A diferencia de lo que ocurre con los adultos, la medicación no parece ofrecer una alternativa para el tratamiento de la depresión infantil que pueda sustituir a la terapia o a la educación preventiva. La investigación ha demostrado que, en el caso de los niños, los antidepresivos tricíclicos que tanto éxito han tenido en el tratamiento de los adultos no son mejores que la administración de un placebo, efecto de las nuevas medicaciones antidepresivas, como por ejemplo el Prozac, todavía no ha sido estudiada en los niños. desarrollo de la empatía. Por su parte, para desarrollar el control de los impulsos suele recurrirse a un gran cartel con un «semáforo» en el que se describen los siguientes seis pasos:

e. Dinámicas para confianza en sí mismo

- Solicitar a los niños y niñas que expresen cómo son y cómo se valoran.
- Realizar una lluvia de ideas acerca del concepto confianza.

- Pedir que observen el dibujo y lo describan.
- Solicitar que lean el texto.
- Leer y contestar cada pregunta. Comentar las respuestas.
- Leer el texto final y realizar ejercicios verbales de empoderamiento de la subcompetencia.

Luz roja: Luz amarilla:

- Detente, serénate y piensa antes de actuar.
- Expresa el problema y di cómo lo sientes.
- Proponte un objetivo positivo.
- Piensa en varias soluciones
- Piensa de antemano en las consecuencias.

Luz verde:

- Sigue adelante y trata de llevar a cabo el mejor plan. Por ejemplo, cuando un niño está a punto de enojarse, de replegarse ofendido por alguna nimiedad o de romper a llorar al ser molestado, el maestro puede recurrir al semáforo para recordarle una serie definida

2. Autorregulación o autocontrol emocional: Es la habilidad de lidiar con los propios sentimientos, adecuándolos a cualquier situación. Las personas que carecen de esta habilidad caen constantemente en estados de inseguridad, mientras que aquellas que poseen un mejor

control emocional tienden a recuperarse más rápidamente de los reveses y contratiempos de la vida.

Para trabajar esta subcompetencia se sugiere:

a) Relajación

Objetivo: Buscar la inmovilidad y el silencio para lograr un ambiente tranquilo, que será el mejor sedante para lograr que los estudiantes empiecen a lograr un autocontrol, relajación, contracción, resistencia que inducirán a hacer frente a circunstancias conflictivas.

Ejecución:

En posición sedante, acostado, de pie o durante una marcha, crear un ambiente de silencio, el maestro debe empezar a dar órdenes en voz baja. Ejemplos:

De pie:

Estirarse y paulatinamente dejar caer primero la cabeza, luego los hombros, el tronco, la cintura y las piernas. Por último flexionar las rodillas y caer al suelo.

En marcha:

Caminar con los brazos extendidos hacia arriba y en puntas, tratando de elevarse lo más alto posible.

Caminar con los brazos pendientes y el cuerpo inclinado hacia adelante

b) Respiración

Es aconsejable que los primeros ejercicios del mecanismo respiratorio se realicen en decúbito dorsal (boca arriba) o lateral. La respiración debe practicarse después de varias sesiones de relajación, suprimiendo así la distensión de los estudiantes.

Los estudiantes deben tomar conciencia de la respiración.

Ejercicios:

Llamar la atención del adolescente sobre el movimiento del aire.

El aire entra se llama inhalación.

El aire sale se llama exhalación.

Con la boca cerrada, inhalar por la nariz, sin ningún esfuerzo y con el cuerpo lo más relajado posible.

Después de la inhalación nasal, lograr una exhalación bucal con las mejillas relajadas y los labios entreabiertos.

Entrenar para que los estudiantes inhalen y exhalen naturalmente por la nariz.

Motivar a los adolescentes para que descubra lo que ocurre a nivel del tórax, durante la respiración, apoyamos las manos sobre él.

El adolescente debe comprobar que en el momento de la inhalación el abdomen se abulta, y que en el momento de la exhalación, el abdomen se ahueca. Tratar de lograr una respiración voluntaria, controlada y mecanizada para obtener el resultado deseado.

Es importante no exagerar el movimiento normal ni aumentar artificialmente el flujo de aire, ya que podría provocar contracciones molestas. Una vez ya dominada la entrada y salida de aire sin fatigarse, repetir los ejercicios en posición sentado.

c. Las emociones

Un recuerdo asociado a una información cargada emocionalmente permanece grabado en el cerebro.

Las hormonas del estrés estimulan reacciones físicas obvias -el corazón bombea más rápido, los músculos se tensan-. Pero también fijan imágenes muy vívidas en las células del cerebro.

Desde el punto de vista del educador, Robert Sylwester, profesor de educación de la Universidad de Oregón, argumenta convincentemente a favor de la necesidad de prestar mayor atención al valor de las emociones en la enseñanza.

Afirma: ‘Sabemos que la emoción es muy importante en el proceso de aprendizaje porque potencia la atención que, a su vez, potencia el aprendizaje y la memoria. Sin embargo, nunca hemos acabado de entender la emoción, y por ello no sabemos cómo regularla en la escuela -aparte de definir demasiado o demasiado poco de ella como mal comportamiento y de relegar su mayor parte a la plástica, las manualidades, el recreo y las actividades extraescolares.

Medimos si nuestros alumnos saben deletrear correctamente, no su bienestar emocional. Y cuando el tiempo se nos echa encima, recortamos las ‘asignaturas difíciles de evaluar, como la plástica, que tienden más a lo emocional. Al separar la emoción de la lógica y la razón en clase, hemos simplificado el sistema escolar y el proceso de evaluación, pero también hemos separado dos caras de una misma moneda, y hemos perdido algo muy importante en el proceso.

Es imposible separar la emoción de las actividades de la vida. He aquí por qué es vital que la emoción participe en el aprendizaje y en la educación.

Esto explica por qué situaciones que previamente han causado dolor o miedo pueden desencadenar reacciones irracionalmente violentas e instintivas.

Por eso es tan importante que aprendamos a controlar nuestro estado mental. Y por eso, enseñar a los escolares a identificar, reconocer, y controlar sus emociones debería incluirse en cualquier programa escolar. Sin embargo, es algo que suele brillar por su ausencia.

Hay un aspecto más importante por el que se debería permitir la participación de la emoción en el aprendizaje. Nuestros cerebros están preparados para reconocer y reaccionar rápidamente ante peligros repentinos. Pero no lo están para reconocer el peligro presentado de forma gradual. Debemos encontrar alguna forma de convertir estos problemas en algo urgente, si queremos que la gente esté lo suficientemente motivada para implicarse en acciones colectivas. Y, sobre todo, necesitamos hacer que estos problemas sean algo ‘vital’ para nuestros escolares, porque será su generación la que tendrá que encontrar las soluciones o vivir con todas las consecuencias.

d. Autocontrol

- Pedir que cada estudiante hombre y mujer explique el porqué es necesario confiar en sí mismo.
- Realizar un juego de expresión de sentimientos.
- Indicar que observen el dibujo y lo comenten.
- Sugerir que lean el texto y lo comenten.
- Realizar la ejercitación de los cinco puntos propuestos para poder autocontrolar nuestras emociones

3. Automotivación: Dirigir las emociones para conseguir un objetivo es esencial para mantenerse en un estado de búsqueda permanente y para mantener la mente creativa para encontrar soluciones. Las personas que tienen esta habilidad tienden a ser más productivas y eficaces, cualquiera que sea su emprendimiento.

a. Los juegos

Jugar es hacer algo por la satisfacción de hacerlo. Los juegos no pueden definirse como lo opuesto al trabajo, pues podemos vivir también un placer lúdico mientras realizamos una tarea útil o remunerada. Realmente, el juego no algo definible de forma externa, por el contrario, es una disposición interna que implica sentir lo que haces como: algo placentero, satisfactorio y absorbente (logra concentración).

Normalmente en una sala de clases los estudiantes frente a una situación rígida de aprendizaje encuentran: el vacío de estímulos, uniforme y aburrido, y el abarrotado de estímulos, caótico y causante de ansiedad.

El juego se salta el control mental ordinario. En él, las consecuencias no tendrán repercusión real y, por este motivo, es un espacio de placer y seguridad, donde es posible experimentar con las emociones auténticas y aprender.

El juego, además de vivirse como algo útil y gozoso en sí mismo, nos sirve para desarrollar nuestra Inteligencia Emocional en tres sentidos:

- Te mantiene en contacto con tu físico. Como todos los animales, tenemos la necesidad de jugar.

- Te proporciona una situación segura para ensayar tus emociones. El juego es una franja de entrenamiento para cualquier área de nuestra vida. Cuando somos pequeños, jugamos para poder aprender el difícil arte de vivir: cómo llevar a cabo el rol de adulto, cómo enfrentarse a situaciones atemorizantes, etc. Es, necesariamente, en un marco de juego donde aprendemos nuestras futuras actitudes adultas. Como adultos, el juego nos ofrece la oportunidad de continuar ensayando actitudes y analizando sus consecuencias sin riesgo real.
- Te aleja de las emociones negativas con las que vives. El juego nos aparta de las preocupaciones conscientes. Al jugar redefinimos qué partes de la realidad son importantes para nosotros. Esto es debido a la parte absorbente del juego. Nos permite dejar de tomarnos demasiado en serio a nosotros mismos tan a la tremenda, tan en serio, durante un rato.

Los juegos son muy importantes utilizarlos para desarrollar la motivación, esto se lo puede lograr a través de dinámicas grupales.

b. La esperanza como factor de éxito en el estudio

La esperanza tiene una influencia poderosa en el éxito. Zinder definía la esperanza como creer en que tienes tanto la voluntad como la forma de lograr tus metas.

Los estudiantes con grandes esperanzas en general se esfuerzan más, pero también desarrollan un repertorio de habilidades basadas en la esperanza que se amplía constantemente.

Al rehusar rendirse a la ansiedad o la depresión, buscan maneras de motivarse a sí mismos, se alientan cuando se notan estancados, buscan creativamente rutas alternativas hacia sus objetivos (o, si es necesario, cambian sus objetivos), y continúan siendo flexibles sin importar lo frustrantes que resultan las cosas.

c. La Autoestima.

Es uno de los elementos más importantes para las personas, dado que, este factor influye en el desarrollo personal todos quienes forman parte de la comunidad educativa. A partir de las cualidades y características positivas propias, los alumnos consiguen un mayor conocimiento de la identidad personal y desarrollan su autoestima.

Trabajo práctico para el desarrollo de la autoestima.

Mi escudo de armas

Objetivos

- Que los alumnos aprendan a identificar sus cualidades personales.
- Que sean capaces de expresar al grupo de los aspectos positivos que nos hacen estar orgullosos de nosotros mismos.

Materiales

- Cartulinas-fotos-recortes de revistas-rotuladores-material para dibujar-pega-etc.

Tiempo

Menos de una hora

Desarrollo de la actividad

- Indicar lo mejor que cada uno ha conseguido, ejm. Hacer buenos amigos.
- Cualidades y comportamientos con los que se encuentra satisfecho, ejm. Ser generoso.
- Actividades en las que uno es más habilidoso y disfruta, ejm. Algún deporte.
- Alguna cualidad que los otros me suelen reconocer, ejm. Ayudar a los demás.

Comentario final. Reconocer las cualidades positivas que tenemos es la base para construir la confianza en uno mismo. Si conocemos lo positivo que hay en nosotros estamos más preparados para enfrentar problemas o situaciones difíciles.

Recordarlos y expresarlos es la mejor forma para que los demás los valoren.

Un trabajo práctico para el mejoramiento de la autoestima.

Menú de cualidades.

Descripción.

Partiendo de la expresión de sentimientos positivos hacia los otros, los alumnos comprueban que valoran las cualidades de sus compañeros, mejora el ambiente y su elación con los demás.

Objetivos.

- Que los alumnos mejoren su autoestima a través de una imagen positiva de si mismos.
- Aumentar entre los alumnos el sentimiento de pertenencia a un grupo en donde son valorados.

Tiempo.

Una hora

Desarrollo de la actividad.

- Se seleccionan los ingredientes
- Se mezclan en determinadas cantidades
- Se hierven en un tiempo determinado
- Se dejan reposar para que adquieran su sabor
- Se sirven fríos o calientes

Comentario final.

Reconocer las cualidades positivas que tenemos es la base para construir la confianza en uno mismo. Si conocemos lo positivo que hay en nosotros estamos más preparados para enfrentar problemas o situaciones difíciles.

El rendimiento escolar del niño depende del más fundamental de todos los conocimientos, aprender a aprender. Veamos ahora los siete ingredientes clave de esta capacidad fundamental (por cierto, todos ellos relacionados con la inteligencia emocional) enumerados por el mencionado informe:

Canciones y lecturas

Emociones

Dueño de mis emociones

Hoy seré dueño de mis emociones.

Si me siento deprimido, cantaré.

Si me siento triste, reiré.

Si me siento enfermo, redoblaré mi trabajo.

Si siento miedo, me lanzaré adelante.

Si me siento inferior, vestiré ropas nuevas.

Si me siento inseguro, levantaré la voz.

Si siento pobreza, pensaré en la riqueza futura.

Si me siento incompetente, recordaré éxitos del pasado.

Si me siento insignificante, recordaré mis metas.

Hoy seré dueño de mis emociones.

Si se apodera de mí la confianza excesiva, recordaré mis fracasos.

Si me siento inclinado a entregarme con exceso a la buena vida, recordaré hambres pasadas.

Si siento complacencia, recordaré a mis competidores.

Si disfruto de momentos de grandeza, recordaré momentos de vergüenza.

Si me siento todopoderoso, procuraré detener el viento.

Si alcanzo grandes riquezas, recordaré una boca hambrienta.

Si me siento orgulloso en exceso, recordaré un momento de debilidad.

Si pienso que mi habilidad no tiene igual, contemplaré las estrellas.

En definitiva, hoy seré dueño de mis emociones.

Og mandino

Determinación:

El éxito comienza con la voluntad

Si piensas que estás vencido, lo estás.

Si piensas que no te atreves, no lo harás.

Si piensas que te gustaría ganar pero no puedes,

no lo lograrás.

Si piensas que perderás, ya has perdido,

porque en el mundo encontrarás

que el éxito comienza con la voluntad del hombre.

Todo está en el estado mental.

Porque muchas carreras se han perdido
antes de haberse corrido,
y muchos cobardes han fracasado,
antes de haber su trabajo empezado.
Piensa en grande y tus hechos crecerán.
Piensa en pequeño y quedarás atrás.
Piensa que puedes y podrás.
Todo está en el estado mental.
Si piensas que estás aventajado, lo estás.
Tienes que pensar bien para elevarte.
Tienes que estar seguro de ti mismo,
antes de intentar ganar un premio.
La batalla de la vida no siempre la gana
el hombre más fuerte, o el más ligero,
porque tarde o temprano, el hombre que gana,
es aquél que cree poder hacerlo.
rudyard kipling

Confianza:

Dentro de ti está el secreto
Busca dentro de ti la solución de todos los problemas,
hasta de aquellos que creas más exteriores y materiales.
Dentro de ti está siempre el secreto; dentro de ti están

todos los secretos.

Aun para abrirte camino en la selva virgen,
aun para levantar un muro, aun para tender un puente,
has de buscar antes, en ti, el secreto.

Dentro de ti hay tendidos ya todos los puentes.

Están cortadas dentro de ti las malezas y lianas que
cierran los caminos.

Todas las arquitecturas están ya levantadas dentro de ti.

Pregunta al arquitecto escondido: él te dará sus fórmulas.

Antes de ir a buscar el hacha de más filo, la piqueta más
dura, la pala más resistente, entra en tu interior y pregunta...

Y sabrás lo esencial de todos los problemas,
y se te enseñará la mejor de todas las fórmulas,
y se te dará la más sólida de las herramientas.

Y acertarás constantemente,

pues que dentro de ti

llevas la luz misteriosa de todos los secretos".

Amado Nervo

d. Lecturas

Actitud mental positiva

Hace años, Henry Ford decidió desarrollar el ahora célebre motor conocido como V-8. Quería construir un motor con los ocho cilindros fundidos en un solo bloque. Dio instrucciones a los ingenieros en el sentido de que proyectaran semejante motor. Los ingenieros afirmaron como un solo hombre que era de todo punto imposible fundir un bloque de motor de ocho cilindros en una sola pieza.

Háganlo de todos modos, les dijo Ford.

Pero es que no es posible, replicaron ellos.

Pongan manos a la obra -les ordenó Ford- y sigan esforzándose hasta que lo consigan, no importa el tiempo que haga falta.

Los ingenieros pusieron manos a la obra. No tenían más remedio que hacerlo, si querían seguir perteneciendo al equipo de la Ford. Transcurrieron seis meses sin que lo logaran. Transcurrieron otros seis meses y tampoco lo consiguieron. Cuanto más lo intentaban, tanto más imposible parecía.

A finales de año, Ford se puso en contacto con sus ingenieros. Una vez más, éstos le informaron de que no habían sido capaces de cumplir sus órdenes.

Sigan trabajando -les dijo Ford-. Lo quiero y lo tendré.

¿Y qué ocurrió?

Pues que, como es lógico, fabricar el motor no era imposible en absoluto. EL Ford V-8 se convirtió en el automóvil de éxito más espectacular en carretera, permitiendo a Henry Ford y a su empresa adelantarse a sus competidores más próximos, y éstos tardaron años en darles alcance. Ford utilizaba una actitud mental positiva. Y esta misma capacidad la tiene usted a su disposición. Si la utiliza y vuelve el talismán por la cara adecuada, tal como hizo Henry Ford, podrá alcanzar también el éxito y convertir en realidad la posibilidad de lo improbable. Si sabe lo que quiere, podrá hallar el medio de conseguirlo.

El alpinismo

El alpinismo es el arte de recorrer las montañas afrontando los mayores peligros con la mayor prudencia. Y aquí llamamos arte al logro de un saber en una acción.

Es imposible permanecer por siempre jamás en las cimas, hay que descender... Entonces, ¿de qué sirve? Mira: lo alto conoce lo bajo, pero lo bajo no conoce lo alto. Al subir observa siempre cuidadosamente las dificultades del camino; mientras subes puedes ir viéndolas; al bajar, ya no las verás, pero si has observado bien, sabrás dónde se encuentran.

Al subir, uno ve; al bajar ya no se ve, pero se ha visto. Existe el arte de moverse en las regiones bajas mediante el recuerdo de lo que se vio al estar más arriba. Cuando ya no es posible ver, por lo menos se puede saber.

Un compañero mucho más experimentado que yo me dijo: Cuando los pies no quieren llevarnos más, se camina con la cabeza". Y es cierto. Tal vez no corresponda al orden natural

de las cosas, pero ¿no vale más caminar con la cabeza que pensar con los pies, como sucede a menudo?

Si das un resbalón, o tienes una caída de poca gravedad, no te interrumpas ni por un instante: y al levantarte, ve retomando la cadencia de tu andar. Anota bien en la memoria las circunstancias de la caída, pero no permitas que tu cuerpo rumie ese recuerdo. El cuerpo siempre está tratando de hacerse el interesante con temblores, agobios, palpitaciones, chuchos, sudores, calambres, pero es muy poco sensible al desprecio y a la indiferencia que le testimonia su amo. Si siente que éste no se deja engañar por esas jeremiadas, si comprende que con nada conseguirá apiadarlo, entonces retoma su lugar y dócilmente cumple su labor.

Ten fija la vista en el sendero que asciende hacia la cima, pero no te olvides de tus pies. El último paso depende del primero. No creas que has llevado por el hecho de ver la cima. Vela por tus pies, asegúrate de tu próxima pisada, aunque sin olvidarte de tu meta más alta. El primer paso depende del último.

René Daumal, (*el monte análogo*)

Cuando los planes parecen fracasar

Muchas veces usted encontrará derrotas temporales, pero persistiendo con un programa, se fortalecerá a través de las situaciones adversas, como un atleta profesional volviendo a la meta. Recuerde este principio: De cada adversidad viene una oportunidad igual o mayor. Nunca falla.

Este principio fue claramente ilustrado en Houston, Texas, hace algunos años. Se diseñó un gran campo para deportes, el mejor de su clase. Tendría un techo de cristal donde los eventos deportivos se conducirían bajo perfectas condiciones climáticas, a pesar de la Madre Naturaleza.

Cuando se terminó la estructura espléndida, la Madre Naturaleza se vengó. La hierba no crecía en el campo de juego. Los constructores tenían un complejo deportivo multimillonario, construido para jugar baloncesto y pelota profesional, que se había vuelto inservible simplemente porque la hierba no crecía.

Aplicando el principio, los constructores le hicieron frente al problema. Esta adversidad resultó el descubrimiento de una superficie artificial de juego que los expertos consideran mucho mejor que la hierba natural. Hoy en día, el césped artificial cubre el terreno de muchos estadios a través de toda la nación.

De cada adversidad sale una oportunidad igual o mayor, es sencillamente otra manera de decir que la necesidad es la madre de la invención. Usted encontrará que lo que parece un obstáculo permanente en el camino de sus deseos es solamente una ficción de su imaginación. La Biblia dice: "Si fueses flojo en el día de trabajo, tu fuerza será reducida". (Proverbios 24:10). Reciba la adversidad; es un trampolín para un mayor logro".

Glenn Bland (de *'trace su camino al éxito'*).

e. Motivación, esfuerzo y autoestima

La motivación escolar es un proceso general por el cual se inicia y dirige una conducta hacia el logro de una meta. Este proceso involucra variables tanto cognitivas como afectivas: cognitivas en cuanto a las habilidades de pensamiento y conductas instrumentales para alcanzar las metas propuestas ; afectivas, en tanto que comprende elementos como la autovaloración o autoestima, el entusiasmo, el interés, etc.

Entre ellos, la autopercepción de habilidad es el elemento central, debido a que, en primer lugar, existe una tendencia en los individuos por mantener alta su imagen, estima o valor, que en el ámbito escolar significa mantener un concepto de habilidad elevado; y en segundo lugar, el valor que el propio estudiante se asigna es el principal activador del logro de la conducta, el eje de un proceso de autodefinición y el mayor ingrediente para alcanzar el éxito. Pero en este sentido, en el contexto escolar los profesores suelen valorar más el esfuerzo que la habilidad. En otras palabras, mientras un estudiante espera ser reconocido por su capacidad (que es importante para su estima), en el salón de clases se reconoce su esfuerzo.

De lo anterior se derivan tres tipos de estudiantes:

- Los orientados al dominio. Sujetos que tienen éxito escolar, se consideran capaces, presentan alta motivación de logro y muestran confianza en sí mismos.

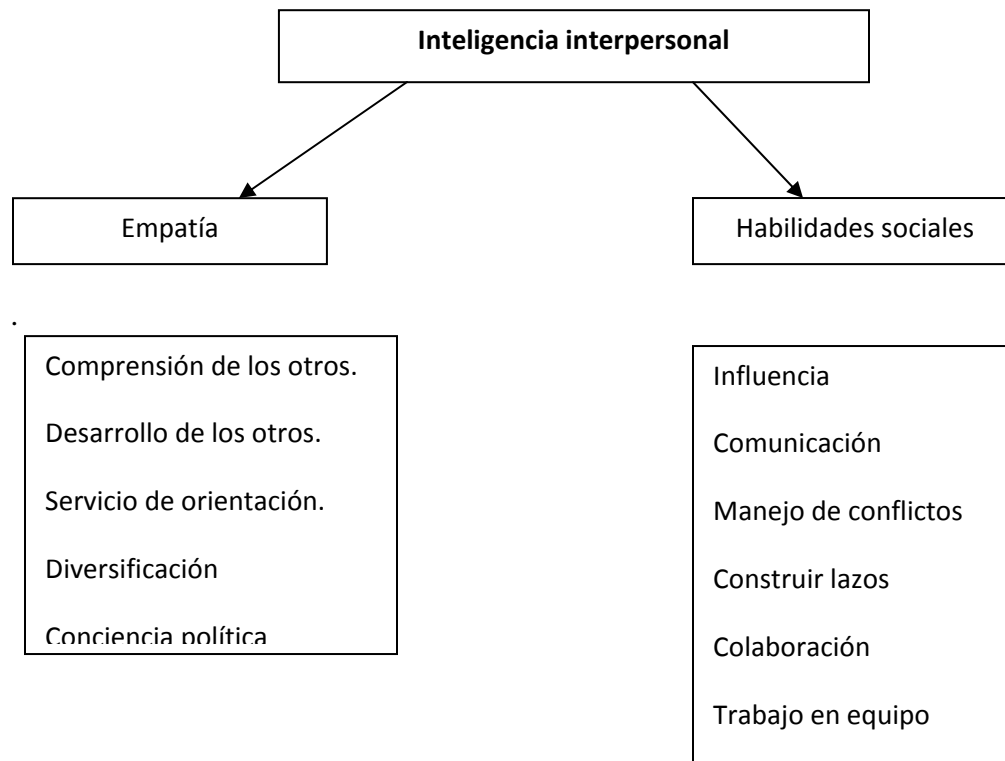
Los que aceptan el fracaso. Sujetos derrotistas que presentan una imagen propia deteriorada y manifiestan un sentimiento de desesperanza aprendido, es decir

que han aprendido que el control sobre el ambiente es sumamente difícil o imposible, y por lo tanto renuncian al esfuerzo.

Los que evitan el fracaso. Aquellos estudiantes que carecen de un firme sentido de aptitud y autoestima y ponen poco esfuerzo en su desempeño; para "proteger" su imagen ante un posible fracaso, recurren a estrategias como la participación mínima en el salón de clases, retraso en la realización de una tarea, trampas en los exámenes, etc.

Dado que una situación de fracaso pone en duda su capacidad, es decir, su autovaloración, algunos estudiantes evitan este riesgo, y para ello emplean ciertas estrategias como la excusa y manipulación del esfuerzo, con el propósito de desviar la implicación de inhabilidad.

Como se había mencionado, algunas de estas estrategias pueden ser: tener una participación mínima en el salón de clases (no se fracasa pero tampoco se sobresale), demorar la realización de una tarea, no hacer ni el intento de realizar la tarea (el fracaso produce menos pena porque esto no es sinónimo de incapacidad), el sobreesfuerzo, el copiar en los exámenes y la preferencia de tareas muy difíciles (si se fracasa, no estuvo bajo el control del sujeto), o muy fáciles (de tal manera que aseguren el éxito). En otras palabras, se fracasa con "honor" por la ley del mínimo esfuerzo.



4. Empatía o reconocimiento de las emociones ajenas: La empatía es otra habilidad que construye autoconocimiento emocional. Esta habilidad permite a las personas reconocer las necesidades y los deseos de otros, permitiéndoles relaciones más eficaces.

a. El ejemplo de los profesores

Los profesores somos los referentes para la vida de los estudiantes, somos quienes con una palabra o gesto podemos sacarles o hundirles para siempre, por esta razón sugiero lo siguiente:

Respeto por los alumnos, lo que les impide ser hirientes incluso cuando están enfadados o en el trato con alumnos difíciles.

La capacidad de manejar la propia indignación.

Un sentimiento de autoestima estable que les permita no convertir cada provocación de los alumnos en un ataque personal.

La capacidad de ponerse en el lugar de los alumnos y comprender sus motivos. El conocimiento de que el tono que emplean en el trato con los alumnos actúa sobre el desarrollo emocional de los mismos.

Los alumnos que tienen profesores inteligentes, desde el punto de vista emocional, disfrutan más asistiendo a la escuela, aprenden sin pasar miedo alguno y van edificando una sana autoestima. Pero, sobre todo, la postura humana del profesor trasciende a ellos.

Un estudio norteamericano investigó las repercusiones que tenían los seminarios en los que se enseñaba a los maestros a comportarse con empatía en el trato con los alumnos y a evitar todo tipo de comentarios despreciativos.

Se observó un incremento en la autoestima entre los alumnos, un aumento del rendimiento escolar, una mejora de la creatividad, un descenso de las faltas de asistencia y, sobre todo, una disminución de los problemas relacionados con la disciplina. Los profesores que saben ponerse en el lugar de sus alumnos, y les salen al paso con respeto, contribuyen a que la jornada escolar esté menos marcada por la rabia, el miedo y la frustración. El ambiente, en general, es menos agresivo. Y los profesores empáticos contagian a sus alumnos su actitud ante la vida: el tono en el trato se hace más humano.

Por el contrario, los profesores que se enfrentan con regularidad a sus alumnos con desprecio, no deben sorprenderse de que sus discípulos pisoteen sin consideración alguna las emociones

de sus compañeros más débiles: cuando se burlan sin piedad de los más torpes, durante la clase de deporte, o califican a un alumno que ha sacado una mala nota de idiota con el cerebro amputado.

5. Habilidad para las relaciones sociales: El arte de relacionarse es, en gran parte, la habilidad de producir sentimientos en los demás. Esta habilidad es la base en la que se sustenta la popularidad, el liderazgo y la eficiencia interpersonal. Las personas con esta cualidad son más eficientes en todo lo que dice relación con la interacción entre individuos.

El Aprendizaje Cooperativo es una estrategia que promueve la participación colaborativa entre los estudiantes. El propósito de esta estrategia es conseguir que los estudiantes se ayuden mutuamente para alcanzar sus objetivos. Además, les provee para buscar apoyo cuando las cosas no resultan como se espera.

Existen diversas definiciones del enfoque de aprendizaje cooperativo, sin embargo, básicamente se trata de un enfoque instruccional centrado en el estudiante que utiliza pequeños grupos de trabajo (generalmente 3 a 5 personas, seleccionadas de forma intencional) que permite a los alumnos trabajar juntos en la consecución de las tareas que el profesor asigna para optimizar o maximizar su propio aprendizaje y el de los otros miembros del grupo.

El rol del docente, entonces, es el de un mediatizador en la generación del conocimiento y del desarrollo de las habilidades sociales de los alumnos.

La percepción de que la solución a los problemas colectivos no puede resolverse individualmente, exige nuevas formas de aprendizaje cooperativo, de aprendizaje entre iguales, ya que en la práctica todos aprenden en común acuerdo.

La diferencia entre trabajo en grupo y aprendizaje cooperativo es el siguiente: El término "trabajo en grupo" se ha usado siempre que un maestro decide organizar actividades en grupos pequeños. El "aprendizaje cooperativo" pertenece a esta categoría de trabajo en grupo, pero no todo trabajo en grupo en el aula es necesariamente aprendizaje cooperativo.

"El aprendizaje cooperativo es el uso instructivo de grupos pequeños para que los estudiantes trabajen juntos y aprovechen al máximo el aprendizaje propio y el que se produce en la interrelación" ¹.

El trabajo en grupo, como tal, no toma en cuenta la responsabilidad individual involucrada en la contribución del joven (carece de responsabilidad individual), y así se da la desigualdad en cuanto al trabajo invertido, es decir, siempre habrá estudiantes que harán todo o la mayoría del trabajo, mientras que otros contribuyen con muy poco o nada.

¹ Johnson, d. w. (1991). *Human relations and your career* (3rd. ed.). Englewood Cliffs, NJ: Prentice-Hall

El aprendizaje cooperativo hace posible entender los conceptos que tienen que ser aprendidos a través de la discusión y resolución de problemas a nivel grupal, es decir, a través de una verdadera interrelación. Usando este método, los estudiantes también aprenden las habilidades sociales y comunicativas que necesitan para participar en sociedad y "convivir" ².

Las estructuras competitivas tradicionales del aula contribuyen con este vacío de socialización. De este modo los estudiantes están siendo mal preparados para enfrentar un mundo que demanda crecientemente de habilidades altamente desarrolladas para ocuparse de una interdependencia social y económica.

a. El conflicto

Es importante notar que las diferencias de creencias, ideas, opiniones y costumbres pueden o no llevar al conflicto, según cómo, dónde y cuándo las diferencias se manifiestan en la conducta.

De todas las definiciones formales, ninguna denota que el conflicto sea positivo o negativo. Sin embargo, para muchos, las connotaciones de la desarmonía, la incompatibilidad y la pugna son negativas. Nuestras asociaciones personales con el término conflicto tienden a reflejar experiencias y revelar supuestos negativos acerca del conflicto, como algo que se debe evitar, si no eliminar. Las asociaciones personales a menudo también son emocionales. El conflicto significa ira, odio, traición y pérdida.

² Delors, j. (1996). la educación encierra un tesoro. Madrid: Santillana, ediciones Unesco

Nuestros sentimientos, pensamientos, reacciones físicas y conductas en torno al conflicto surgen, al menos en parte, de las creencias, supuestos y experiencias con los que fuimos criados. Saber que el conflicto es normal y potencialmente beneficioso, no es suficiente para cambiar la creencia de toda una vida acerca de que el conflicto es peligroso, ni para alterar una respuesta incorporada y establecida de evitar el conflicto.

¿Cómo aprendemos a ver el conflicto en profundidad y con perspectiva, y de maneras que lleven a experiencias positivas? ¿Cómo aprendemos a ver los conflictos claramente a pesar del temor y la ansiedad que a menudo oscurecen las situaciones de conflicto? La disciplina de la resolución de conflictos ofrece una variedad de lentes a través de las cuales mirar el conflicto. Estas lentes se convierten en herramientas para aprender a abandonar antiguas creencias, ideas y hábitos, y ver con ojos renovados. Pueden ayudar a tener una visión más amplia, logrando enfocar más nítidamente el conflicto y aportando una perspectiva con mayor distancia. La conciencia de que existen distintas maneras de ver un conflicto puede evitar que nos quedemos trabados en una visión improductiva.

b. Dinámicas para la resolución de conflictos

Se forma un círculo en el que todos los participantes, en pie, traban fuertemente sus brazos. Previamente se ha sacado del grupo una persona, o tantas como veces se quieran repetir la experiencia, a las que se aleja del grupo. La consigna que se les da es que una a una será introducida dentro del círculo, teniendo dos minutos para escapar sea como sea. A las personas que conforman el círculo se les explica que tienen que evitar las fugas "por todos los medios posibles", pero que llegado el caso en que una de las personas presas pide

verbalmente que se le deje abandonar el círculo, éste se abrirá y se le dejará salir. Posteriormente se procederá a la evaluación buscando determinar cuál era el conflicto, cómo se han sentido las participantes, analizando los métodos empleados por cada parte y buscando correspondencias en la sociedad y en nuestra realidad cotidiana.

Resolución de conflictos: dar la vuelta a una sábana.

Colocamos una sábana (o trozo de papel grande) en el suelo y se suben encima varias personas de manera que ocupan la mitad del espacio. A continuación se les pide que den la vuelta a la sábana. Habrán de ponerla boca abajo sin salirse de ella.

Analizaremos los diferentes aspectos del proceso de regulación de los conflictos y especialmente en el proceso de toma de decisiones.

Analizamos los problemas habidos, sus causas, sus consecuencias, las diferentes posturas tomadas por cada persona, las diferentes soluciones aportadas.

¿Hay personas que destapan los conflictos y personas que se callan? ¿Cuál de las dos cosas se favorecen más en esta sociedad, en la familia, en los centros de enseñanza? ¿Te consideras de las personas que destapan el conflicto o de las que se callan? ¿Crees en principio que todos los conflictos pueden tener solución?

Pedimos que nos cuenten problemas similares que han tenido, cómo se desarrollaron, cómo se originaron, cómo se resolvieron.

Sugerimos la posibilidad de repetir la actividad tomando algunas decisiones por común acuerdo y volviendo a controlar el tiempo.

Repetimos la actividad y volvemos a analizar los resultados de forma similar a como lo hicimos la primera vez. ¿Qué influye para que unas veces actúes de una manera y otras veces de otra?

La pausa.

Cuando se nos presenta un conflicto, es importante contar con un ambiente de relajación y serenidad que nos permita abordarlo en las mejores condiciones de objetividad y creatividad. A ese momento lo llamamos pausa. Es necesario especialmente al principio pero también podemos colocarlo en momentos críticos del proceso de regulación.

Cada persona y cada situación requieren espacios más o menos largos de pausa, pero sin ella podemos equivocarnos en nuestras decisiones.

Podemos prepararnos para esta fase del conflicto entrenándonos en habilidades de relajación. ¿podemos practicar la técnica de la pausa con la dinámica de dar la vuelta a una sábana?

¿Quién falta?.

Los jugadores se disponen en círculo y a una orden determinada cierran los ojos y, sin poder hablar, se mezclan entre ellos. Se saca a uno de los jugadores del cuarto, o se oculta con algo. A la señal, todos abren los ojos. Gana el primero que diga quién es el que falta.

Carrera de ciempiés al revés.

Se dividen en grupos de al menos seis personas. En cada grupo, se toman de las manos por entre las piernas (tu izquierda agarra la mano del de delante y le ofreces tu derecha entre tus piernas al de atrás). Las filas se colocan de espalda a la línea de partida.

A la señal, el primer competidor (que en realidad es el último de la fila) se tiende de espalda (se acuesta) sin soltarle la mano al que está delante, haciendo que su fila comience a avanzar al revés pasando "sobre" él, que está en el suelo (obviamente, sin pisarlo y para ello caminan con las piernas abiertas). Cada uno de los que va pasando a su vez se va tendiendo en el suelo de modo que la fila avance y todos los integrantes de la fila queden de espaldas en el suelo. Cuando el último (que era el primero de la fila) haya pasado y esté también de espaldas (o sea, toda la fila está tumbada en el suelo), se pone de pie el primero que se tumbó, a pies quietos, y luego todos los demás, rehaciendo el ciempiés. Se continúa repitiendo el mecanismo hasta llegar a la meta. Gana la fila en la que todos sus integrantes cruzan la línea de meta.

El correo del rey.

Todos los jugadores se sientan en círculo, quedando uno de ellos en el centro.

Conviene que haya algún elemento señalizador del asiento para evitar confusiones (silla, cojín, folio...). El jugador central dice el correo del rey trae carta para todos aquellos que... diciendo cualquier característica que puedan cumplir algunos o todos los jugadores. Quien cumpla la condición debe levantarse y cambiar de sitio, momento que aprovecha el que estaba de pie para sentarse, con lo que habrá un nuevo correo del rey.

Diálogo al oído

Una de las técnicas para demostrar la dificultad de recibir y transmitir mensajes y que motiva a estudiar seriamente este proceso, es la del diálogo al oído.

Se organiza el grupo en círculo o en filas. Cada persona transmite a su vecino, en secreto, al oído, en voz baja, el mensaje recibido también en voz baja.

El mensaje debe ser corto y al terminar la ronda, el receptor final dirá en voz alta el mensaje recibido y el emisor inicial del mensaje dirá tal como lo transmitió. Esta comparación permitirá al grupo reflexionar sobre los mecanismos de comunicación dentro y fuera de los grupos.

Se descubre la tergiversación y se sacan conclusiones acerca de chismes o inconvenientes en la delegación en la transmisión de órdenes e información de personas con pocas capacidades.

Un mensaje como este: "Belisario se reunió en España con guerrilleros colombianos para acordar mecanismos de paz", después de pasar por 20 emisores-receptores puede llegar a

transformarse hasta el punto que el último personaje dice a sus compañeros: El presidente por hablar de paz fue secuestrado en España.

Ver una tarjeta o cuadro

La finalidad es casi la misma que la de la clínica del rumor, aunque tal vez intervengan aquí más los elementos imaginativos.

Dos personas ven la misma tarjeta o cuadro ante todo el grupo. Hay seis personas fuera. Cada una de las personas que vieron el dibujo, por separado, llaman a uno de los tres que les corresponden y le explican lo que vieron. Esta a la otra. Y la segunda a la tercera. Todo se hace ante el grupo.

Consiste en hacer lo contrario de lo que se dice, quedando eliminado el que se equivoque o tarde más en reaccionar.

Por ejemplo: correr/pararse, sentarse/de pié, reír/llorar, brazos en cruz/brazos cruzados, callarse/hablar, etc.

La clave.

de un grupo de participantes se marcha un voluntario. Todos los demás elegirán una clave para cuando el voluntario regrese responder con ella a sus preguntas.

Por ejemplo: la clave será responder siempre con mentiras; o responder sucesivamente empezando con una letra del abecedario (el primero empezará su respuesta por A, el segundo por B y así sucesivamente). El juego acaba cuando el jugador descubre la clave.

Las claves pueden ser más complicadas dependiendo de la edad. Se puede repetir con cuantos jugadores se quiera.

Lindo gatito.

Se sientan los participantes en círculo, excepto uno que estará en el centro, y que hará de lindo gatito.

Se dirigirá a cualquiera de los jugadores sin poder hablar, siempre gesticulando e imitando a un gato, intentando hacer reír al jugador. Éste deberá estar muy serio, y acariciará al gato tres veces en la cabeza diciendo "lindo gatito, lindo gatito, lindo gatito". Si lo consigue, el gato debe ir a buscar a otro. Si no tiene éxito, es decir, si se ríe, el gato ocupa su sitio y él se convierte en el nuevo gato.

Para maestros que deseen saber:

¿De qué manera puedo utilizar la Inteligencia Emocional para ayudar a mis alumnos a estudiar y aprender eficazmente?

La dimensión afectiva del aprendizaje

La buena disposición de un niño o un adolescente, en la escuela, depende del más básico de todos los conocimientos, el de cómo aprender. en un informe del national center for clinical infant programs de los EE.UU., del año 1992, se cita una lista de siete ingredientes claves de esta capacidad crucial, todos ellos relacionados con la Inteligencia Emocional:

1. Confianza. La sensación de controlar y dominar el propio cuerpo, las sensaciones que se experimentan y la comprensión del mundo; la sensación del niño de que lo más probable es que no fracase en lo que se propone, y de que los adultos serán amables.

2. Curiosidad. La sensación de que descubrir cosas es algo positivo y conduce al placer.

3. Intencionalidad. El deseo y la capacidad de producir un impacto, y de actuar al respecto con persistencia. Esto está relacionado con una sensación de competencia, de ser eficaz.

4. Autocontrol. La capacidad de modular y dominar las propias acciones de maneras apropiadas a la edad; una sensación de control interno.

5. Relación. La capacidad de comprometerse con otros, basada en la sensación de ser comprendido y de comprender a los demás.

6. Capacidad de comunicación. El deseo y la capacidad de intercambiar verbalmente ideas, sentimientos y conceptos con los demás. Esto está relacionado con una sensación de confianza en los demás y de placer en comprometerse con los demás, incluso con los adultos.

7. Cooperatividad. La capacidad de equilibrar las propias necesidades con las de los demás en una actividad grupal.

2. ¿Qué papel juega en el aprendizaje la buena comunicación con sus alumnos?

Educar es transmitir conocimientos de persona a persona

En el proceso educativo, los conocimientos no se trasladan de una máquina a otra, como ocurre en las redes de computación. Se traslada, como es obvio, de una persona a otra persona. Y cada persona es una entidad que tiene un cuerpo y una mente. En esa mente, se producen operaciones intelectuales, pero también hay movimientos emocionales y afectivos. Y éstos contribuyen -o perjudican- a la adquisición de conocimientos.

La comunicación es el acto central de la vida humana, y es el acto central de la educación. Los especialistas de todo el mundo coinciden en que el aprendizaje se da no sólo en una dimensión intelectual, sino también en una emocional, afectiva y de relación. La actitud de un profesor al comunicar los conocimientos o manejar la disciplina influye - para bien o para mal- en el aprendizaje de sus alumnos.

Es un hecho que hablar de neutralidad psicológica, no deja de ser un bello deseo. Un profesor auténtico, al implicarse de lleno en la actuación pedagógico-educativa, en lo que dice, en lo que hace, en lo que exterioriza mediante el estilo o el proceso de enseñanza que elige, con la mirada que lanza o el gesto que inicia, logra que su mensaje sea interiorizado de modo diferente y en distinto grado, no sólo de acuerdo con el desarrollo psicológico e intelectual, sino también según sean las vivencias emocionales, afectivas y sociales de cada uno de los alumnos.

La Inteligencia Emocional, con cada una de sus habilidades prácticas, ayuda en el proceso de la educación abarcando todos los aspectos de la misma. Pero todo depende del principio de la autenticidad.

Al ser la autenticidad la necesidad más profunda del equilibrio psíquico, deberá ser también la característica dominante de la personalidad de todo profesor. Sólo ella llevará al educador a la aceptación de sí mismo y de los demás, y se convertirá en el fundamento de todo acto relacionante o comunicativo.

Un profesor así:

- No se verá precisado a desviarse de sus propios sentimientos;
- Se presentará tal cual es; será receptivo;
- No impondrá a los demás sus sentimientos;
- No mostrará actitudes defensivas ni prejuicios en relación con nadie;
- Ya no tendrá que hacer esfuerzos para parecer diferente de lo que es, sino sólo para cambiar y llegar a ser ante todo aquello que puede ser.

Esta disponibilidad psicológica y afectiva de apertura, sensibilidad y de cambio, conduce al profesor a comprometerse completamente en la situación pedagógica, a entregar su totalidad a aquello que cree, dice, hace y es.

Su pedagogía pasa entonces a convertirse en una experiencia vivida, en una "aventura interior", ya que ésta se va a presentar como un proceso de transformación, cambio y

evolución donde se integran todos los aspectos educativos: actuar, reflexionar, relacionarse y crear.

3 ¿Por qué es hoy más difícil que hace unos años promover una disciplina natural y un buen nivel académico en los alumnos?

Algunos datos reveladores que vale la pena conocer

Problemas principales de disciplina de acuerdo con maestros de escuelas públicas

1940	1990
Hablar fuera de tiempo	Abuso de drogas
Goma de mascar	Abuso de alcohol
Hacer ruido	Embarazos
Correr en los pasillos	Suicidio
Deshacer la fila	Violaciones
Infracciones en el vestir	Robos
Tirar basura	Asaltos

William Bennett, SIMO ('Índice de indicadores culturales importantes', n & schuster, 1994).

Por otro lado, una realidad que no desconocen los docentes de ninguna parte del mundo surge del revelador informe Human Development Report, de 1998, con toda la crudeza de los números:

Gastos militares en el mundo	U\$\$ 780 billones
Narcóticos en el mundo	U\$\$ 400 billones
Cigarrillos en Europa	U\$\$ 105 billones

Entretenimientos en Japón	U\$S	35	billones
Alimentos para animales domésticos en EE.UU. y Europa	U\$S	17	billones
Salud básica y nutrición	U\$S	13	billones
Perfumes en Europa y los EE.UU.	U\$S	12	billones
Servicios de reproducción para mujeres	U\$S	12	billones
Helados en Europa	U\$S	11	billones
Agua potable y alcantarillado	U\$S	9	billones
Cosméticos en los EE.UU.	U\$S	8	billones
Educación básica para toda la población	U\$S	6	billones

En medio de todo esto, el porcentaje de familias con uno de los padres en casa con los hijos todo el día, ha bajado notablemente, y muchos niños -o adolescentes- pasan horas frente al televisor y la computadora, y minutos compartiendo juegos o charlando con sus padres. A pesar de vivir en plena era de la información y de estar sumergidos en el mundo de las más avanzadas telecomunicaciones, se experimenta un retroceso -todos los docentes lo saben- de las capacidades de lecto-escritura y comprensión de textos, en niños y adolescentes.

Problemas socio-económicos, dificultades afectivas, falta de horizontes, crisis de valores, fragmentación de la familia y desvalorización de las profesiones vinculadas a la enseñanza básica y universitaria no parecen ser los mejores factores para gozar de una disciplina natural y un buen nivel académico de los alumnos.

5. ¿Cómo despertar el interés y la motivación en la materia que desarrollo?

Una receta sabrosa para despertar el apetito

¿Se puede motivar a las personas?

Definitivamente, no. Sólo es posible crear el clima para que se motiven a sí mismas. Ante el ambiente que se le ofrece cada uno decidirá si le interesa: si satisface sus necesidades.

No se puede obligar a aprender a nadie. Así lo sostiene Ginger Black en el éxito escolar (1990). Sería como forzarlo a comer. Una verdadera violación de su mente. Es el niño, adolescente o adulto quien tiene derecho a decidir lo que va a aprender, y cómo va a hacerlo. Esto equivale tanto a su elección propia, como a su responsabilidad por ello.

Por eso motivar es un arte. Podríamos decir que la motivación cubre el espacio que existe entre la capacidad y el aprendizaje. Esto es, si nuestra capacidad es motivada (estimulada) para conseguir un determinado objetivo, se produce el aprendizaje. Sin embargo, si a pesar de poseer capacidad, no recibimos ninguna motivación, bien de nosotros mismos bien de otras personas, lo más probable es que no se consiga nada.

Una de las formas básicas más efectivas para motivar es la expectativa positiva. En los Estados Unidos, un estudio realizado sobre los profesores de escuelas secundarias reveló que, cuando demostraban esperar mucho de sus alumnos, ellos elevaban, por este solo hecho, en 25 puntos sus pruebas de C.I.

Otra de las formas más sólidas de motivar a los estudiantes es por medio del desarrollo personal. Señalando, o apuntando, al desarrollo personal. En psicología, por ejemplo, la llamada ley de efecto dice que los estudiantes adquirirán y recordarán las respuestas que conduzcan a la satisfacción después de los efectos o resultados. Una respuesta alabada será retenida por más tiempo que una no apreciada o considerada errónea.

La escala de necesidades de Maslow

El psicólogo Abraham Maslow postuló, en los años '50, que existen 5 niveles de necesidades humanas, en orden ascendente. Los representó en su famosa 'Pirámide'. Empleó esta forma geométrica porque la mayoría de la población está motivada por los niveles inferiores, y pocos llegan a satisfacer los más elevados.

¿Cómo motivar al estudiante con los niveles de Maslow?

1. en la necesidad básica:

- * Ambiente placentero de estudio, colores claros, alegres y ausencia de ruidos.
- * Pequeños premios materiales sobre los logros.
- * Materiales de estudio bien diseñados y presentados

(Buen equipamiento de útiles escolares y materiales de Trabajo).

2. En la necesidad de seguridad:

- * Apoyo afectivo de la familia y la institución educativa.
- * Normas de clasificación, notas y disciplina lógicas y justas.

3. En la necesidad de pertenencia:

- * Buenas relaciones humanas en la familia, el colegio y/o la universidad.
- * Integración en grupos.
- * Intercambio libre, con los compañeros, sobre los temas de cada materia.

4. En la necesidad de ego-status,

- reconocimiento, poder:
- * Refuerzos sociales de familiares, profesores y pares.
- * Calificaciones justas.
- * Permanente estimulación a través de la meta que se quiere alcanzar.

Justamente la persistencia es lo que más nos conduce al éxito. Saber tolerar la frustración de actuar sin motivación en ciertos momentos, pero con la vista puesta en el éxito final. Esto ocurre con los atletas, que toleran entrenamientos aburridos o dolorosos a veces, con el deseo de superar sus marcas.

5. En la necesidad de autorrealización:

- * Tareas interesantes, desafíos para la inventiva y la creatividad.
- * Estructuración de las actividades acordes a las inclinaciones personales.
- * Uso combinado de los dos hemisferios cerebrales: el izquierdo (en los diestros) para razonar, analizar, el derecho para intuir, captar totalidades, representar con imágenes, metáforas, dramatizar.

6. ¿Cómo influye el ambiente de una clase en los resultados académicos de mis alumnos?

Si nos sentimos bien aprendemos más

El ambiente de una clase influye mucho en los resultados académicos de los alumnos.

Un mínimo de normas claras, objetivos, organización y soporte aceptados por todos, crea y mantiene el ambiente necesario para el buen aprendizaje. El equilibrio entre la implantación de normas indiscutibles y necesarias para la enseñanza-aprendizaje, en algunas ocasiones la tolerancia y la flexibilidad, cuando no afectan a la buena marcha de la clase, constituyen el núcleo fundamental que facilita el clima de aprendizaje y dedicación al estudio, al tiempo que se genera un ambiente distendido, favorable a todo proceso de mejora y crecimiento equilibrado.

Y finalmente, la introducción de cambios en la forma de enseñar y aprender, mediante una metodología variada, hace más ameno y fácil el proceso de formación.

La integración de cambios innovadores en la interacción profesor-alumnos obedece a un doble objetivo. Por un lado, el de evitar la rutina y por otro, aumentar la dedicación al aprendizaje. La tendencia a la rutina, tanto en la enseñanza como en el aprendizaje, aburre, desmotiva y reduce el clima de aprendizaje, y seguidamente reduce la pasividad del alumnado y el aprendizaje memorístico.

La metodología variada y el comportamiento flexible del profesor, firme e intransigente en las cuestiones relevantes a nivel académico, pero tolerante o sensible a instancias que sean importantes para sus alumnos, genera un clima activo y motivador positivo para su formación.

Estrategias para mejorar el clima de aprendizaje en el aula.

Para aumentar la cohesión del grupo:

- Procurar que se tomen decisiones grupales;
- Favorecer las interacciones realizando trabajos en grupo;

Para favorecer el apoyo y comprensión:

- El profesor puede mostrarse confiado, asequible y abierto a los alumnos;
- El profesor puede procurar conocer y comentar, no sólo los problemas de la clase, sino también los personales que afectan directa e indirectamente al aprendizaje académico y profesional.

Para mantener un clima de orden favorable al aprendizaje:

- Servirse de programas y esquemas, incluso por escrito, para facilitar el aprendizaje sistemático y organizado;
- Recordar las normas y los compromisos con la frecuencia necesaria;
- Mantener las normas y acuerdos hechos colectivamente. En caso de posibles cambios, conviene discutirlo o razonarlo en la clase;

- Controlar el contenido del programa, de la metodología didáctica y la marcha de la clase, para reducir al mínimo la improvisación;
- Conviene recordar que el modo de control variable es el más eficaz: el profesor debería aprender a alternar el comportamiento basado en la autoridad con el democrático y flexible, según los casos y las necesidades. De este modo se consigue orden en los objetivos básicos pero se genera al mismo tiempo un clima de confianza y colaboración idóneo para la buena marcha del curso.
- Considerar que la metodología variada mantiene y aumenta la atención y la motivación.

7. ¿Cómo estimular más la participación personal y grupal en clase?

‘dime, y olvidaré. Muéstrame, y tal vez recuerde, involúcrame, y aprenderé’

Hay un extraordinario proverbio chino que fue traducido así: ‘dime, y olvidaré. Muéstrame, y tal vez recuerde. Involúcrame, y aprenderé’.

Es indiscutible el hecho de que la participación fortalece la posibilidad de alcanzar resultados positivos en el aprendizaje. Por lo tanto, un profesor que se propone alcanzar la excelencia en su profesión debe dominar el arte de estimular la participación.

Algunas estrategias para mejorar el interés y la participación en el aula, podrían ser:

- Relacionar los temas tratados en clase con las experiencias y valores de los alumnos; (la intención de aplicar esto ya nos obliga a conocer esas experiencias y valores,

y por lo tanto, a alentar la participación de los alumnos expresando sus pensamientos y sentimientos.

- No adoptar una actitud dogmática ni apoyarse en su autoridad en las explicaciones, de forma que el alumno pueda también expresar sus dudas sin temor a quedar en ridículo.
- Realizar preguntas reales y evitar, a toda costa, servirse de las aportaciones de los alumnos para demostrar que el profesor posee un nivel de conocimientos superior.
- Trabajar con técnicas de atención y de motivación.

8. ¿Cómo manejar los conflictos personales y/o grupales?

El conflicto: una realidad ineludible de la vida

La introducción de técnicas y habilidades para la transformación de conflictos en el marco escolar se enmarca dentro de una pedagogía comprometida con el fomento de rasgos de paz en la cultura.

Propiciar en el marco escolar espacios y estructuras que dejen lugar a procesos de mediación, de negociación y que fomentan las actitudes que hacen del conflicto una oportunidad de desarrollo más que de violencia o destrucción, representa una nueva visión de la educación.

Este tipo de educación promueve un marco y unas relaciones pacíficas que luego puedan trasladarse a los diferentes ámbitos de la vida en los que se mueve el alumnado y también el profesorado.

Sirve también para sentar las bases de un tipo de relaciones que se refleje en su futura vida profesional, familiar, social, etc.

Los principios básicos de esta pedagogía pacífica van dirigidos a eliminar los factores de violencia, derivada de los conflictos, y fomentan los siguientes aspectos:

1. El uso del diálogo:

El diálogo se caracteriza por un intercambio y enriquecimiento de ideas a través de un proceso de escucha activa, de empatía, de apertura hacia el otro y de disposición (herramientas de la Inteligencia Emocional) para cuestionarse las ideas propias sin evitar el rebatir las de otro. Desarrollar la capacidad de diálogo y promover la disposición hacia el diálogo es una de las bases de una pedagogía pacífica.

2. El aprendizaje cooperativo:

El objetivo del aprendizaje cooperativo es que el alumnado perciba que el obtener sus objetivos no conlleva que sus compañeros y compañeras fracasen, sino que cuanto más avance el grupo más avanza cada individuo. Esto no significa negar la competición sino estimular las diferentes dimensiones que encontramos en ella. Se pueden situar procesos competitivos en marcos cooperativos.

2. Solución de problemas:

Los sujetos debemos aprender a buscar soluciones propias y no siempre a través de alguien a quien atribuimos autoridad o conocimiento. También debemos aprender a pensar críticamente y a ser creativos con los problemas. Hay una serie de pasos que contribuyen a este proceso: crear el clima, definir y discutir el problema, explorar todas las opciones, valorar todas las alternativas, etc.

3. Autorregulación:

La autorregulación (habilidades de las personas para desarrollar comportamientos aceptables socialmente, sin la presencia de monitores externos), la autoestima y la autodisciplina son beneficios adicionales del aprendizaje de solución de problemas que se realizan en los programas de tratamiento de conflictos. Los disputantes participan activamente y toman decisiones sobre los problemas a los que se enfrentan. Esto fomenta la autoconfianza, la autoafirmación y también la autorregulación.

5. Establecimiento de normas y fronteras en un marco de democracia participativa:

Las actitudes administrativas y las estructuras deben permitir que el alumnado lleve a la práctica sus derechos y pueda opinar sobre las decisiones que le atañen. Este es un proceso al que hay que prestar mucha atención, porque la escuela es uno de los marcos más

importantes de socialización de nuestro alumnado, y es el vivero de ideas y percepciones acerca de principios tan importantes como la democracia y la justicia.

Ignorar las opiniones del alumnado en aquellos asuntos que les incumben puede dar lugar a lo que en psicología se denomina indefensión aprendida.

Este concepto se refiere tanto a la pasividad como a la impotencia. El sujeto aprende, desde su infancia, que no existe relación entre su comportamiento y los cambios que se pueden producir en su entorno.

6. Apertura y empatía:

La actitud de estar abierto a lo que otro expresa y desea, el intentar empatizar y ponerse en su lugar, tener la oportunidad de experimentar cómo cada uno ve diferentes aspectos de una misma situación y sentir que la opinión del otro merece el mismo respeto que la nuestra, es otra de las habilidades que fomentan estas técnicas.

9. ¿Qué grado de importancia tiene la relación entre un alumno, su profesor y sus padres?

Pensando en las partes de un todo

Se ha dicho que el proceso de aprendizaje descansa en un Trípode Educativo compuesto por: el alumno, su familia (en especial sus padres) y la escuela (en especial los profesores, pero también los compañeros de estudio)

Ninguno de estos tres factores, por sí solos, puede garantizar el éxito académico. Pero de particular importancia es la relación que establecen -entre sí- estos tres factores: la relación alumno-profesor, la relación alumno-padres y la relación padres-profesores

Señalar la influencia que el entorno familiar tiene sobre el desarrollo de cualquier persona, máxime si está en proceso de cambio, es algo que no necesita mayor justificación. Tanto la visión que el niño o la niña posee del mundo y de su propia imagen están influenciados por las relaciones que haya tenido y tenga con las personas de su ambiente familiar. Es en el seno de la familia donde el niño recibe los estímulos más intensos que van a ir conformando su personalidad.

Por eso, cualquier acción de tipo educativo, tiene que contar con la influencia tanto de la familia como de la escuela, ya que son los dos ámbitos en los que el alumno se halla ligado más estrechamente. En este sentido, podría decirse que prácticamente no existe ningún problema en el alumno que únicamente surja y se agote en el marco escolar. La situación problemática del alumno en el centro se alarga a la familia y a la inversa, problemas que nacen en la familia acaban siendo problemas escolares.

Son numerosas las investigaciones que han puesto de manifiesto que el ambiente familiar es la circunstancia que más influye en la evolución del sujeto tanto en su mundo de relaciones como en su actuación escolar. Al hablar de los factores que inciden en el aprendizaje, ya se

hizo alusión al hecho de que el fracaso escolar puede tener su origen en alteraciones emocionales producidas por la existencia de conflictos en la familia que condicionan negativamente el comportamiento del alumno.

Es evidente, por tanto, la importancia de la interacción y colaboración entre los adultos que inciden sobre el desarrollo de los niños o adolescentes. Entre la familia y el centro escolar debe existir una estrecha comunicación, ya que ambos conjuntamente con el grupo inciden en el proceso educativo del alumno, y únicamente la confluencia de información y orientación sobre la situación familiar y escolar permitirá tener una visión completa de los alumnos.

Muchas conductas de los alumnos tanto en el centro docente como en la familia no pueden ser encauzadas con éxito actuando únicamente sobre uno de los dos ámbitos, ya que ambos se interfieren mutuamente.

Las influencias que confluyen en el alumno ejercidas tanto por la familia como por la escuela pueden contraponerse o potenciarse. De ahí la importancia de una adecuada coordinación centro escolar-familia, para conseguir que lo que el centro escolar valore no lo desprecie la familia y los criterios educativos sean similares.

5. CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

5.1 Conclusiones

✓ Los estudiantes a los que se les aplicó la encuesta y fueron investigados demuestran tener más seguridad en su entorno familiar que en el escolar, las autoridades y maestros no brindan mucha confianza a los estudiantes; cuando hablamos de autorregulación en los estudiantes, se observa que en su mayoría predomina la inseguridad, no poseen autoconfianza y de igual modo no pueden tomar decisiones frente a situaciones conflictivas, por lo que no pueden solucionar problemas fácilmente; la motivación se puede observar que pocos de sus maestros los motivan en clases, no se nota una buena motivación escolar y familiar para que encuentren un propósito definido en sus vidas; en la mayoría de estudiantes se puede considerar que la empatía, es una parte de la inteligencia emocional que tampoco han logrado desarrollar adecuadamente, puesto que no han logrado desarrollar la comprensión de los otros en su totalidad; las respuestas de la encuesta demuestran que la autoconciencia en los estudiantes es una subcompetencia que está desarrollada de mejor manera puesto que en la mayoría se aceptan tal como son y tienen seguridad en ellos.

✓ Además se observa que en las instituciones educativas, se pudo detectar que en el trabajo pedagógico no se busca desarrollar la inteligencia emocional. Los maestros se dedican únicamente a cumplir los planes y programas y a poner la calificación por trabajos, lecciones o pruebas de sus estudiantes.

✓ En el octavo, noveno y décimo niveles en los que se realizó la investigación se pudo apreciar que no se aprovecha el beneficio de usar la inteligencia emocional como uno de los

mejores aliados del docente. Dado que el aprender a conocer a las personas (inteligencia interpersonal) y conocerse a uno mismo (inteligencia intrapersonal) no son asuntos que se trabaja en el aula.

✓ El equipo técnico de orientación, psicología y trabajo social no se abastecen con todos los casos que se presentan en este departamento, de manera que estos problemas quedan sin resolver o se envía a seguir terapias en centros de atención fuera de la institución, de los cuales únicamente se observa de manera general las recomendaciones que sugiere el profesional.

✓ Influye en los resultados la ubicación geográfica, las instituciones que se ubican en el sector rural o zonas de riesgo, generalmente presentaron datos que no demuestran que los estudiantes tengan desarrollada su inteligencia emocional.

✓ Los padres de familia en su mayoría no tienen una referencia concreta de lo que es la inteligencia emocional, de manera que en los diferentes hogares no existe un apoyo en el área emocional, y como hemos podido apreciar es una de las partes de mayor importancia en el ser humano.

✓ Se observa que los estudiantes están propensos a problemas tales como: las pandillas juveniles, el alcoholismo, las drogas, el tabaquismo, la delincuencia entre otras. Las mismas que están provocando que la juventud se deteriore al igual que sus hogares y por ende la sociedad en la que vivimos.

✓ Existe una carencia de ambiente emocional en los establecimientos educativos, por lo que el estrés, el miedo, la desmotivación, la depresión son factores que rodean y están presentes en las aulas escolares.

- ✓ No existe políticas educativas en las instituciones, respecto a cómo trabajar inteligencia emocional en las aulas de clase, ni tampoco existe proyectos en el tema con padres de familia o instituciones afines.

5.2 Recomendaciones

- Es necesario establecer en las instituciones educativas planes o proyectos donde se trabaje la autoconciencia, autorregulación, motivación, empatía y habilidades sociales entre estudiantes y maestros, de tal modo que en todas las aulas de clase todos los maestros actúen y motiven a los estudiantes con las mismas políticas.
- Las instituciones educativas deben formar un equipo de trabajo con los padres de familia y o representantes de los estudiantes para trabajar inteligencia emocional, ya que de este modo se estará formando seres humanos con alta autoestima y personalidad que responda con éxito en el desenvolvimiento escolar.
- Los maestros deben capacitarse y formar trabajo de equipo respecto a este tema, de tal modo que pueda haber un aprendizaje y enriquecimiento a su bagaje intelectual para poder enfrentar los retos que implica trabajar inteligencia emocional en sus estudiantes y en ellos mismos como mediadores del aprendizaje.
- Es propicio que las instituciones educativas tomen en cuenta la inteligencia emocional como uno de los factores de mayor importancia para que su elemento humano con el que trabajan sea el de mejor calidad. Se debe propender a lograr un equilibrio entre los contenidos y las actitudes que se desarrollan en los estudiantes.
- Con el desarrollo de proyectos de inteligencia emocional se podría obtener un avance en el trabajo del departamento de psicología, el personal de este departamento debería encabezar el equipo que guíe en cuanto al trabajo de inteligencia emocional, de forma que psicólogos, orientadores, trabajadores sociales, tutores en fin se conviertan en profesionales de aula y no únicamente de escritorio.

- Uno de los mejores beneficios de la inteligencia emocional es poder manejar las emociones como el miedo, ansiedad, tristeza, la automotivación, la autoestima y el control de nuestros impulsos, lo que de forma general nos permitiría actuar como mejores personas que a la vez formaríamos parte importante y positiva de una de una comunidad educativa.
- Motivar a los docentes a realizar su trabajo diario con la aplicación de estrategias enfocadas al desarrollo de la inteligencia emocional.
- Realización de talleres de motivación dirigidos a toda la comunidad educativa por separado y en grupo. Con la finalidad de aprovechar los beneficios del compromiso de aplicar la inteligencia emocional.

BIBLIOGRAFÍA

1. Abarca M . y Sala, J. (2.002) La educación emocional y la interacción profesor/a alumno/a. En Revista Electrónica Interuniversitaria de Formación del Profesorado, 5(3). www.aufop.org/publica/reifp/02v5n3.asp. Enero 2010.
2. Aldaz N. (2006) Inteligencia emocional. Riobamba Ecuador. <http://marcelitoaldaz.zobyhost.com>. Noviembre 2009.
3. Aguado M. (2006) LA Inteligencia Emocional. ¿Prioritaria en los Centros Escolares? Revista Rincones Toledo España
4. Álvarez M. (2001). Diseño y evaluación de programas de educación emocional. Barcelona: Cisspraxis Educación.
5. Bisquerra R. (2001). Orientación psicopedagógica y educación emocional en la educación formal y no formal. @gora Digit@l. Revista Científica Electrónica, <http://www.uned.es/educacionXX1/>. Madrid.
6. Bisquerra R. (2003): Educación emocional y competencias básicas para la vida. *Revista de Investigación Educativa* (21), <http://www.uned.es/educacionXX1/>. Madrid.
7. Delors J. (1996). La educación encierra un tesoro. Madrid: Santillana, Ediciones UNESCO
8. Extremera N. y Fernández Berrocal P. (2003). La inteligencia emocional: Métodos de evaluación en el aula. *Revista Iberoamericana de Educación*, 30, 1-12.
9. _____(2004). El papel de la inteligencia emocional en el alumnado: evidencias empíricas. *Revista Electrónica de Investigación educativa* 6

10. Gallego D. "et al" Luis. (2.000) Inteligencia Emocional. Bogotá: El Búho.
11. Gardner, H. (1995). Inteligencias múltiples. La teoría en la práctica. Barcelona. Editorial Paidós
12. ————. (1983) Multiple Intelligences, Basic Books. Castellano "Inteligencias múltiples" ISBN: 84-493-1806-8 Paidós
13. ————(1996) Inteligencias múltiples. Vergara Editor. Buenos Aires Argentina.
14. ————(2001) Estructuras de la mente. Teoría de las inteligencias múltiples. Fondo de Cultura Económica. Bogotá Colombia.
15. Goleman Daniel (1998) La inteligencia emocional en la empresa. Barcelona. Editorial Bantam Books
16. ————. (1996) Inteligencia emocional. Buenos Aires Argentina. Vergara Editor..
17. ————(1995) Emotional Intelligence, New York: Bantam Books
18. Hendrie Weisinger. (1998) La Inteligencia Emocional en el Trabajo. Argentina. Ed. Javier Vergara.
19. Le Doux, J (1999) . El cerebro emocional. Barcelona: Ariel-Planeta, 1999

20. Iglesias C. "et al" (2004). El reto de la educación emocional. A Coruña. Universidade da Coruña.
21. Lawrence S. (1997) La inteligencia emocional en los niños. Buenos Aires, Argentina.
22. López F. y Caballero G.. (1999). La inteligencia emocional y el posible estilo de ser padres: estudio en un grupo de alumnos de la Facultad de Educación de la Universidad Complutense de Madrid. En AIDIPE (Comps). Nuevas realidades educativas. Nuevas necesidades metodológicas (pp. 525-528). Málaga: CEDMA.
23. Petrides; Fredrickson y Furnham (2004) La medida de la inteligencia emocional rasgo. Ediciones Pirámide.
24. Piaget J. (1969). Psicología y pedagogía. Barcelona. Ariel
25. Sala J. y Abarca M. (2002). Las Competencias Emocionales de los Futuros Profesores/as. En Revista Electrónica Interuniversitaria de Formación del Profesorado, 5(3). www.aufop.org/publica/reifp/02v5n3.asp. Enero 2010.
26. Salovey P y Mayer, J.D. (1990). Emotional intelligence. Imagination, Cognition, and Personality www.unh.edu/emotional_intelligence/.../Eireprints%201990-1999.htm – Diciembre 2009
27. Shemueli G. (2005) Inteligencia emocional: Perspectivas y aplicación ocupacional. Documentos de trabajo N. 16 Lima Perú. <http://www.esan.edu.pe/publicaciones/2009/12/07/DocTrab16.pdf> Enero 2010
28. Thorndike R.K. (1920). "Intelligence and Its Uses", Harper's Magazine 140.

29. ValleA. y Vallés T.. (2000). Inteligencia emocional. Aplicaciones educativas. Madrid. Editorial Eos.
30. Vygotski L. (1982). Obras escogidas. Tomo I. ,Moscù. Editorial Pedagóguika..
31. Vejarano. G. (2008) Manual para el desarrollo de trabajos de grado. Universidad Tecnológica Equinoccial. Dirección General de posgrados. Quito.
32. Vera L. “et al” (1990) La Investigación Cualitativa.
<http://aprendeenlinea.udea.edu.co/lms/moodle/mod/resource/view.php?inpopup=true&id=58284#inicio#inicio>. Marzo 2010.

ANEXOS

Encuestas

Para estudiantes:

1. Escribe jerárquicamente del 1 al 6 (1 es el mayor grado de comunicación y 6 el menor grado de comunicación) ¿Con quiénes mantienes buena comunicación?
 - a. Mamá , papá y/o representante
 - b. Autoridades del colegio
 - c. Maestros
 - d. Compañeros
 - e. Amigos
 - f. Otros.....

2. Escribe jerárquicamente del 1 al 4 (1 es el mayor grado de comunicación y 4 el menor grado de comunicación) ¿En quienes tienes mayor nivel de confianza?
 - a. Amigos
 - b. Maestros
 - c. Padres
 - d. Otros.....

3. ¿Qué predomina en ti?
 - a. Seguridad
 - b. Enojo
 - c. Resentimiento
 - d. Miedo
 - e. Alegría
 - f. Amor

4. ¿Tienes seguridad en ti?
SI NO

5. Cuando tienes que hablar en público:
 - a. Tienes un poco de miedo
 - b. Nunca tienes miedo escénico.
 - c. El terror te paraliza y te retractas

6. Hablas de ti:
 - a. Con facilidad y a todo tipo de personas.
 - b. Con facilidad pero solo a determinadas personas
 - c. Solo lo necesario
 - d. Nunca

7. Si te sientes intimidado:
 - a. Permaneces en silencio
 - b. Disimulas
 - c. Mantienes tu seguridad

8. ¿Sabes decir no cuando algo no te conviene?
Siempre A veces Nunca.
9. Cuando te agreden:
a. Te sientes culpable
b. Puedes ser violento
c. Te enfadas y lo dices
d. No dices nada
e. Intentas comprender y reaccionas con empatía
10. Cuando debes trabajar en equipo:
a. Evitas trabajar en equipo
b. Tienes tendencia a aislarte
c. Tienes miedo, pero participas
d. Participas activamente
11. ¿Te aceptas tal como eres?
Siempre A veces Nunca.
12. ¿Tienes miedo de ser rechazado por tus amigos?
Siempre A veces Nunca.
13. ¿Equivocarse significa fracasar totalmente?
Siempre A veces Nunca.
14. ¿Crees que eres un fracaso?
Siempre A veces Nunca.
15. Sus maestros se preocupan por su estado de ánimo en clases:
Algunos Todos Ninguno
16. Sus maestros le motivan en el desarrollo de la clase
Siempre A veces Nunca.

Entrevista a especialistas

Nombre:

Fecha.

1. ¿Qué importancia tiene la Inteligencia Emocional?

.....
.....
.....
.....
.....

2. Cree usted que se implementa la Inteligencia Emocional en las aulas

.....
.....
.....
.....
.....

3. ¿Piensa que existe facilidades para aplicar la Inteligencia Emocional en las instituciones educativas?.....

.....
.....
.....

Formato de observación de clases:

Ficha de observación.

Clase No.
Fecha:
Hora:
Nivel:
Tema de la clase:
Desarrollo de la clase: