

PROYECTO SOCIAL APLICADO

**Intervención en Inteligencia Emocional en un Grupo de Estudiantes de Sexto Grado**

Janina Lesczinska Cutiva Horta

Código 52711676

Mayo 2017

Universidad Nacional Abierta y a Distancia – UNAD  
Escuela de Ciencias Sociales Artes y Humanidades,  
Programa de Psicología  
Bogotá, D.C.

## **Intervención en Inteligencia Emocional en un Grupo de Estudiantes de Sexto Grado**

Janina Lesczinska Cutiva Horta  
Trabajo de Grado presentado para optar al título de Psicóloga

Asesores  
Gladys Rodríguez  
Fidel Guillermo Castro Jiménez

### Nota

Trabajo de Grado, Asesores: Gladys Rodríguez & Fidel Guillermo Castro Jiménez, Programa de Psicología - Escuela de Ciencias Sociales Artes y Humanidades, Universidad Nacional Abierta y a Distancia – UNAD

La correspondencia relacionada con este documento deberá ser enviada a  
janislec@yahoo.com

*Janina Lesczinska Cutiva Horta estudiante de Psicología de la Universidad Nacional Abierta  
y a Distancia UNAD, es aspirante al título de Psicóloga.*

*La Autora desea expresar sus deseos de agradecimiento a todas aquellas personas que de  
una u otra forma contribuyeron en el desarrollo de presente trabajo.*

## Contenido

Resumen .....	1
Introducción .....	2
Planteamiento del Problema.....	3
Justificación.....	6
Formulación del Problema .....	8
Objetivo General .....	8
Objetivos Específicos.....	8
Fundamentación Teórica.....	8
Método .....	<b>¡Error! Marcador no definido.</b>
Tipo Cualitativo .....	24
Diseño .....	25
Enfoque Critico – Social .....	25
Técnicas.....	27
Instrumentos .....	27
Observación Participante .....	27
Test.....	27
Entrevista estructurada .....	28
Población.....	29
Desarrollo De Actividades .....	29

Actividad Número Uno .....	30
“La impresión emocional que brinda un documento escrito” .....	30
<i>Objetivo:</i> .....	30
Actividad Número Dos .....	30
“Todo lo que puedo hacer con la palabra y con las emociones” .....	30
Actividad Número Tres .....	31
“Mejoramiento de las acciones realizadas en equipo” .....	31
Actividad Número Cuatro .....	32
“De corazón un recorrido a la construcción de las habilidades que fortalecen la inteligencia emocional y el aprendizaje” .....	32
Actividad Número Cinco .....	32
“Taller vivencial de ayuda a los demás” .....	32
Actividad número seis .....	33
“Cuatro acciones para fortalecer el trabajo en equipo desde la inteligencia emocional”	33
Proceso De Evaluación Inicial De Las Actividades Realizadas: .....	33
Resultados y Análisis de la Intervención .....	34
Diagnóstico .....	34
Resultados de la aplicación de la primera entrevista estructurada de tipo informativo ...	35
Resultados de la aplicación de la segunda entrevista estructurada .....	36
Resultados de la aplicación del Test de Habilidades de Inteligencia Emocional.....	41

Análisis de resultado de las actividades: .....	42
Conclusiones .....	43
Recomendaciones.....	44
Bibliografía .....	46
Anexos.....	50
Anexo A. Test de Habilidades De Inteligencia Emocional.....	50
Anexo B. Formato De Entrevista 1 .....	52
Anexo C. Formato De Entrevista Dos.....	53
Anexo D. Resultados Del Test de Habilidades De Inteligencia Emocional .....	54
Anexo E. Resultados De La Entrevista .....	55
Anexo F. Fotos de la Intervención .....	56

## Resumen

El presente trabajo es el resultado de la intervención efectuada en el Colegio Gimnasio Campestre Nueva Granada, Proyecto Social Aplicado que tiene como objetivo optimizar la Inteligencia Emocional para fortalecer las reacciones socio-emocionales y comportamentales, con miras a mejorar relaciones interpersonales a nivel familiar y escolar. La población fue de cuatro estudiantes, grado sexto, estrato 3, edades de 10-12 años; conformación familiar nuclear, extensa y monoparental, se utilizó método de tipo cualitativo, no experimental y no probabilístico; ya que los estudiantes se seleccionaron en un proceso que no brindó a todos los individuos las mismas oportunidades de ser elegidos, después de elegidos. Desde un enfoque humanista, ya que se considera la decisión libre de desarrollo personal y emocional de los sujetos. Se emplearon instrumentos como test, entrevista estructurada y observación participante. Como resultado la mayoría afirmaron conocerse así mismo, no es fácil llegar a acuerdos reflexivos, prefieren trabajar individualmente y su grado de sociabilidad se debe a patrones empáticos. Analizando los resultados se vislumbra habilidad para comunicarse, facilidad para las relaciones empáticas, convivencia y trabajo colaborativo. Se realizaron actividades vivenciales y lúdicas bajo la orientación psicológica; influenciando y potencializando las habilidades y competencias socio-emocionales, fortaleciendo procesos de sensibilización, que aportaron herramientas prácticas para la vida cotidiana y escolarizada a través la optimización de la IE. Se concluye el fortalecimiento de las reacciones socio-emocionales y comportamentales, logrando mejorar relaciones interpersonales tanto a nivel familiar como escolar a partir de la motivación. Se recomienda establecer la IE como modelo para el fortalecimiento de las habilidades socio-emocionales de cualquier institución educativa.

**Palabras clave:** Inteligencia Emocional, Comunicación, Toma de decisiones, Asertividad.

## **Introducción**

El presente proyecto social aplicado, toma la Inteligencia Emocional como eje central para realizar una intervención a un grupo de estudiantes de sexto grado del Colegio Gimnasio Campestre Nueva Granada, para así visualizar sus efectos en dicha comunidad, realizando actividades vivenciales y lúdicas bajo la orientación psicológica, encaminadas al desarrollo de algunas habilidades y competencias emocionales, fortaleciendo procesos de sensibilización que aportaron herramientas prácticas para su vida cotidiana y escolarizada.

La metodología utilizada en el proyecto social aplicado es no probabilística y de tipo no experimental, porque se observaron los sucesos presentados tal y como se dieron dentro de las actividades realizadas.

Entre los resultados evidenciados cabe mencionar las relaciones empáticas, la habilidad para comunicarse y la convivencia; despertando un sentido común al libre albedrío para que el individuo se reconozca así mismo y en dado caso cambie a través de la IE su pensar y actuar, potencializando de esta manera las competencias cognitivas, socio-emocionales y motivacionales, fortaleciendo el proceso educativo de los estudiantes.

Como sugerencia, se recomienda implantar a nivel institucional la IE como herramienta para influenciar a los estudiantes, propiciando en los niños, niñas y adolescentes; acciones de reflexión, sensibilización, trabajo individual y colaborativo, a través del juego, de los socio-dramas, socializaciones y otras actividades creativas, que faciliten el proceso de la IE.



## Planteamiento del Problema

A partir del artículo del periódico El Tiempo con fecha 26 de abril de 1991, donde la alcaldesa Cecilia Castro Salavarieta, afirma que algunas de las instituciones educativas del municipio de Tenjo (Cundinamarca), estarían presentando problemas al interior de sus aulas, ya que los estudiantes presentan dificultades de comportamiento.

(...) esto sumado a que en muchos casos los menores se ven obligados a trabajar y a estudiar, lo cual incide en el bajo rendimiento y la deserción escolar. Otra de las causas del bajo rendimiento es la desnutrición y en menor proporción el maltrato físico y psicológico por parte de los padres. (Redacción El Tiempo, 1991)

El artículo nos presenta, una posible visión que existe en la educación básica primaria y secundaria en el municipio de Tenjo, evidenciando los siguientes problemas: bajo rendimiento académico, deserción escolar, desnutrición y en menor proporción el maltrato físico y psicológico por parte de los padres. No obstante, por lo anterior se esbozan las problemáticas de la zona, donde está la institución intervenida en este Proyecto Social Aplicado.

De manera particular, el Colegio Gimnasio Campestre Nueva Granada es una institución educativa de carácter privado, el cual ha tenido un destacado nivel académico, según nos muestra su rectora quien nos dio acceso a los resultados obtenidos en las pruebas del ICFES, ya que en los últimos años ha mantenido dicho desempeño que lo cataloga en “nivel muy superior”. Sin embargo, de acuerdo con los comentarios de algunos docentes y la Psicóloga de la institución, existe la posibilidad que algunos estudiantes presenten dificultades en procesos cognitivos, memoria a corto plazo, problemas de socialización con sus pares y docentes, inmediatez en los contenidos aprendidos, bajo desempeño académico, mala comunicación escrita y oral, falta de

interés por los contenidos presentados en el currículo de las diferentes asignaturas, déficit de atención y concentración.

Si bien es cierto, que desde los saberes de la ciencia psicológica se debe “medir y cuantificar” procesos psicológicos y comportamentales, evidenciamos de manera primaria y quizás “a priori” estas falencias a través de los consolidados académicos del año en curso y de años anteriores, así como también de las jornadas pedagógicas y del diario convivir de los docentes con los estudiantes. Asimismo el colegio como institución educativa de la sociedad enfrenta problemáticas como carencias socio-emocionales en sus estudiantes, lo que requiere de profundidad en estudios investigativos disciplinares y que permitan pensar en la necesidad de buscar estrategias a corto y mediano plazo que apoyen la labor del docente desde las habilidades de la IE, para que los estudiantes puedan afrontar sus conflictos cotidianos tanto en la casa como en la institución de la mejor manera y así encaminarlos para obtener mejores desempeños cognitivos y socio-emocionales en los diferentes momentos de su cotidianidad escolarizada.

Siguiendo a (Vaello Orts, 2012) Afirma:

El aula (y el centro escolar) es un lugar de aprendizaje de competencias cognitivas y socio-emocionales, entre otras. La falta de competencias cognitivas se plasma en algunos bajos resultados académicos, mientras la falta de competencias socio-emocionales se materializa en la aparición de conflictos, generalmente interpersonales, que normalmente acaban reflejados en las quejas manifestadas por escrito por los profesores en forma de llamados de atención disciplinarios. No se puede hablar por lo tanto por separado de rendimiento académico y de convivencia ya que hacen parte de un único currículo, si se entiende éste como instrumento al servicio de una formación integral y de un desarrollo personal equilibrado (...) Por ende la mayoría de los problemas presentes en las aulas son un reflejo de la ausencia de competencias

socio-emocionales: falta de respeto y autocontrol, desmotivación, ausencia de límites, entre otros (...) deben ser contemplados como señales de carencias en las competencias y ser considerados como ocasionales aprovechables para educar-entrenar socio-emocionalmente a los alumnos mediante la corrección sistemática de conductas y actitudes inadecuadas. Estas carencias solo pueden ser subsanadas mediante actuaciones debidamente planificadas desde el centro que persigan, no solo la resolución de conflictos, sino el fortalecimiento de actitudes y hábitos sanos de convivencia, transferibles a la vida extra-escolar. (2012, p. 1)

Por lo anteriormente expuesto y al ver que las competencias socio-emocionales se plasman en la aparición de conflictos, bajo rendimiento académico, el comportamiento de los estudiantes, la convivencia en el aula de clase y las carencias de las competencias de la IE en general, esto nos llevó a escoger la habilidad de la Motivación – como competencia personal, la cual determina el modo en que nos relacionamos con nosotros mismos, se demuestra entonces que la motivación es la propensión emocional que guía o posibilita una ganancia en los objetivos propuestos.

Motivarse a sí mismo en el aula de clase, permite que el estudiante se esfuerce por mejorar y obtener resultados positivos, compensando un criterio preciso de excelencia como eje central de la propuesta; guiando a los estudiantes para que el trabajo realizado se enfoque en un proceso de liderazgo en el cual se sientan compensados y satisfechos por el logro de metas realizadas y no precisamente por una recompensa, permitiendo el gusto por el aprendizaje y como resultado de este, tener estudiantes más creativos y que se muestren enérgicos y con deseos por sobresalir, reconociéndose como personas integras emocionalmente y progresando en su ambiente familiar y escolar. Para abordar de la mejor manera y así responder satisfactoriamente a las problemáticas presentadas formulamos la siguiente pregunta: ¿Cuál será el efecto de un programa de

Inteligencia Emocional en el comportamiento de algunos estudiantes de grado sexto del Colegio Gimnasio Campestre Nueva Granada?

### **Justificación**

La motivación inicial para desarrollar este Proyecto Social Aplicado fue el artículo de El Tiempo “Tenjo Aspira a Convertirse en el Municipio Piloto de Cundinamarca”, en el cual la alcaldesa expone como premisas el trabajo infantil, el bajo rendimiento académico, la deserción y el maltrato físico y psicológico, para lo cual, en esta intervención, tomamos como punto de partida los posibles beneficios de implantar la IE en el Colegio Gimnasio Campestre Nueva Granada.

(Extremera & Fernandez-Berrocal, 2005) Afirman: “Educar la Inteligencia Emocional de los estudiantes se ha convertido en una tarea necesaria en el ámbito educativo y la mayoría de los docentes considera primordial el dominio de estas habilidades para el desarrollo evolutivo y socio-emocional de sus alumnos (...)” A veces se piensa de forma errónea que las competencias afectivas emocionales no son imprescindibles en el profesorado, mientras que para enseñar matemáticas o geografía el profesor debe poseer conocimientos y actitudes hacia la enseñanza de esas materias, las habilidades emocionales, afectivas y sociales que el profesor debe incentivar en el alumnado también deberían ser enseñadas por un equipo docente que domine dichas capacidades.

El resultado de esta intervención está basado en la optimización del desarrollo socio-emocional de los estudiantes, debido a las problemáticas cognitivas y carencias socio-emocionales que presentaba esta comunidad educativa. Dejándonos ver la relevancia social de

este tipo de intervenciones, ya que logran influir y beneficiar a los individuos. Por lo anteriormente mencionado podemos citar, (Goleman, 1996) Afirma:

Como ya he dicho, una posible solución consistiría en forjar una nueva visión acerca del papel que deben desempeñar las escuelas en la educación integral del estudiante, reconciliando en las aulas a la mente y al corazón. Nuestro viaje concluye con una visita a algunas escuelas innovadoras que tratan de enseñar a los niños los principios fundamentales de la inteligencia emocional. Quisiera imaginar que, algún día, la educación incluirá en su programa de estudios la enseñanza de habilidades tan esencialmente humanas como el autoconocimiento, el autocontrol, la empatía y el arte de escuchar, resolver conflictos y colaborar con los demás. (1996, p. 8)

Aunado a las problemáticas arriba mencionadas, esta intervención logra encontrar, falta de atención, desmotivación por auto-superarse, baja autoestima, problemas de comportamiento y convivencia, mala comunicación entre algunos actores de la comunidad educativa, según nos afirman los docentes y la psicóloga de la institución. Por ende, es que el pensamiento de Goleman es uno de los más acertado, logrando enriquecer y fortalecer las habilidades socio-emocionales en los estudiantes intervenidos. Potencializando de esta manera la habilidad de la motivación, con algunas excepciones donde se trabajaron otras habilidades en casos específicos.

Estas son razones suficientes por las que se hace primordial implantar proyectos de esta naturaleza, que tomen la IE como eje central, para desarrollar actividades que nos permitan beneficiar a los estudiantes de cualquier institución educativa en sus resultados socio-emocionales y académicos.

## **Formulación del Problema**

¿Cuál será el efecto de un programa de Inteligencia Emocional en el comportamiento de algunos estudiantes de grado sexto del Colegio Gimnasio Campestre Nueva Granada?

### **Objetivo Principal**

Optimizar la inteligencia emocional en un grupo de estudiantes para fortalecer sus reacciones socio-emocionales y comportamentales, con miras a desplegar mejores relaciones interpersonales tanto a nivel familiar como escolar.

### **Objetivos Específicos**

Identificar el nivel Emocional en una población de estudiantes del Colegio Gimnasio Campestre Nueva Granada.

Desarrollar un programa de actividades que influyan y fortalezcan la IE de la población estudiantil.

Evaluar el efecto de la intervención realizada, a través de la aplicación del Test de habilidades de Inteligencia emocional.

## **Fundamentación Teórica**

La Universidad Nacional Abierta y a Distancia - UNAD, en el ámbito académico, trabaja de forma autónoma, así como también direccionada en la formación de valores en nuestra sociedad globalizada la cual determina a las personas y al conocimiento un significativo papel en la vía del

progreso social, cultural, científico, político y económico, solidifica su ideología centrada en los estudiantes, los núcleos de una población en un contexto de vulnerabilidad, así como también a comunidades, con miras a desarrollar trabajos sociales que permitan dar respuesta pertinente a las diferentes necesidades presentadas.

La Universidad Nacional Abierta y a Distancia – UNAD, es una entidad comprometida con el desarrollo regional y comunitario. Es por esta razón que se sugiere el desarrollo de un proyecto, organizado y propuesto como objetivo académico, en el cual se precisa un plan de acción para realizar la intervención del Proyecto Social Aplicado “Intervención en Inteligencia Emocional en un Grupo de Estudiantes de Sexto Grado”, proyecto que se desarrolló en el tiempo programado, con un plan de acción y un acompañamiento en la asesoría de su proceso. Ejecutándose las actividades propuestas con la población aprobada, permitiendo de esta manera que, a través de la intervención del proyecto, se desarrollen las habilidades necesarias para enriquecer el proceso profesional.

De la misma manera se comunicó a la institución intervenida y a la Universidad, sobre los avances y resultados obtenidos en el Proyecto Social Aplicado, en el desarrollo de esta intervención se evidencia la oportunidad de aprender en la praxis, como profesional en formación, presentando una buena estrategia para resolver problemas socio-emocionales de manera solidaria, enfocado en lo que promulga la universidad a través del Servicio Social Universitario. A continuación, se realiza la fundamentación teórica del proyecto de la Inteligencia Emocional realizado en el Colegio Gimnasio Campestre Nueva Granada.

El estudio de la IE tiene un pasado reciente dado que, los primeros estudios datan del año 1977, esto permitió aumentar el enfoque sobre la inteligencia humana; en él, se expuso la manera cómo las personas conocen y controlan sus emociones, motivaciones y voluntades, para mediar

efectivamente de una forma positiva en el mundo que nos rodea y no necesariamente en su práctica como ejercicio en el que consigan evaluarse cuantitativamente. Es por esta razón que (Goleman, 1996) adaptó el concepto de coeficiente intelectual adicionando un amplio conocimiento de las capacidades y contenidos fundamentales para la vida, como son la empatía, el autocontrol, la dedicación, la habilidad para comunicar, la destreza para preparar y reconocer cambios, la automotivación, entre otras. A través de la obra de (Goleman, 1996), nos ilustra que la Inteligencia Emocional es un concepto complejo el cual debe ser tenido en cuenta, desde diferentes puntos de vista y en relación con aspectos individuales, sociales y culturales.

La Inteligencia Emocional tiene que ver concretamente con la capacidad para practicar un apropiado autoconocimiento emocional, así como también el autocontrol y la automotivación, estos resultados se distinguirán y expresarán a través de destrezas sociales como: la empatía, la comunicación, la relación interpersonal, el liderazgo y la convivencia; en ese orden de ideas, las habilidades sobre las cuales se desarrolló este Proyecto Social Aplicado son a consideración de primordial estudio en las instituciones educativas, porque aportan y fortalecen de alguna manera las diferentes habilidades socio-emocionales y aspectos de la IE en el proceso educativo de algunos estudiantes en cuanto al significado verbal, a la comprensión de ideas, al significado de las palabras, los cálculos matemáticos para reforzar su rapidez y exactitud al momento de manejar números y por último en cuanto al espacio para fortalecer la capacidad para concebir objetos en tres dimensiones; en ese orden de ideas, se percibe entonces el manejo de estos prototipos de inteligencia en la solución de problemas presentados en la vida cotidiana, siendo así que la utilización de estas habilidades de la IE, logran establecer aspectos como: la memoria, las estrategias cognoscitivas, la motivación, asimismo la capacidad para pensar de manera crítica y analítica; aunado a lo anterior se pueden identificar además la capacidad para expresar nuevas



ideas, asumiendo un sentido práctico o adaptativo, mostrando con rapidez aquellos factores que intervienen en el éxito y en el reconocimiento de diferentes ocupaciones y la competencia para adaptarse al ambiente que los rodea.

En el proceso educativo durante mucho tiempo se tenía la concepción que tener el autocontrol, implicaba eliminar/reprimir las emociones negativas. Sin embargo, este acopio de emociones llegaba a tal punto en que se demostraban con mayor fuerza y sin los mejores resultados, por esta razón se debe tener la capacidad de admitir que las emociones pueden ser tanto negativas, como positivas, que existen porque forman parte de la naturaleza del ser humano, sin embargo se instituye que conviene apropiarse de manera responsable en que los estudiantes tengan la posibilidad de decidir lo que pueden hacer con la emoción, en vez de que la emoción controle sus estados de ánimo y decida por ellos.

Por otro lado, (Gardner, 2001) crea la teoría de las inteligencias múltiples, en la cual involucra la Inteligencia Emocional dentro del concepto de Inteligencia Intra-personal e Interpersonal, realizando un planteamiento menos cognitivo, pero muy importante ya que se centra en la parte cultural, donde se evidencian las habilidades, el logro de las metas, cómo superar los problemas, entre otras. Es digno resaltar los estudios e investigaciones de Gardner, ya que es el autor más importante al momento de estudiar las inteligencias múltiples y su aplicación en el ámbito educativo, adquiriendo capital importancia en este Proyecto Social Aplicado, ya que los estudiantes intervenidos mejoraron sus habilidades sociales en su aspecto socio-emocional.

Igualmente, otra noción de IE la encontramos en Peter Salovey, de la Universidad de Harvard, y John Mayer, de la Universidad de New Hampshire, en los años 90's, definida por estos autores como un tipo de inteligencia social, que engloba la habilidad de controlar nuestras propias emociones y las de los demás, así como de discriminar entre ellas y utilizar la información que

nos proporcionan para guiar nuestro pensamiento y nuestras acciones “la capacidad de controlar y regular los sentimientos de uno mismo y de los demás y utilizarlos como guía del pensamiento y de la acción”. (Moleno Moreno; Safz Vicente & Esteban Martínez, 1998) mencionan entonces que estos autores hablan del autocontrol de los sentimientos y de las emociones para que estos se lleven a cabo en el ejercicio cotidiano, como un objetivo claro para manejar los propios pensamientos.

De igual forma, (Extremera & Fernandez-Berrocal, 2005), explican que la IE, según Salovey y Mayer es la habilidad que deben tener los seres humanos al momento de expresar las emociones de manera adecuada y con altos niveles de asertividad. Afirman:

La habilidad para percibir, valorar y expresar emociones con exactitud, la habilidad para acceder y/o generar sentimientos que faciliten el pensamiento; la habilidad para comprender emociones y el conocimiento emocional y la habilidad para regular las emociones promoviendo un crecimiento emocional e intelectual (Mayer & Salovey, 1997). (p. 68)

Esta forma de definir la IE permite proyectarla como una representación de apariencias constantes de la personalidad, menciona la forma en la que se procesa la información emocional como diligente y eficaz en su actividad, a su vez se relaciona con las competencias socio-emocionales y los aspectos motivacionales que para el caso de este proyecto es el enfoque principal. Esta definición se ha tenido en cuenta en el desarrollo de este Proyecto Social Aplicado y ha llevado a la regulación de las emociones de los estudiantes intervenidos, teniendo como fruto el éxito en el ámbito educativo.

Bar-On nos presenta un modelo de IE, tomando como base a Salovey y Mayer (1990), (Feandalucia, 2011) describiéndola como “un conjunto de conocimientos y habilidades en lo emocional y social que influyen en nuestra capacidad general para afrontar efectivamente las

demandas de nuestro medio” (p. 5), dicha habilidad está basada en la capacidad del individuo de ser consciente, comprender, controlar y expresar sus emociones de manera efectiva. Este modelo está cimentado sobre cinco competencias, intentando explicar cómo el individuo se relaciona con las personas que le rodean y con su medio ambiente. Por tal motivo la IE y la Inteligencia Social serán factores de interrelación emocional, personal y social, influyendo en la habilidad de adaptabilidad frente a las presiones y demandas del ambiente. Las cinco competencias a su vez constan de tres factores creando un total de quince factores medibles con la herramienta psicométrica que el mismo ha creado, el EQ-i. Las cinco competencias son: a) Intrapersonal, desde la percepción de uno mismo, a partir del auto concepto, la autoconciencia emocional y la autorrealización. b) Interpersonal, desde el manejo de las emociones y el control de sus impulsos, a partir de la empatía, las relaciones interpersonales y la responsabilidad social. c) El manejo del estrés, involucrando la habilidad de tener una visión positiva y optimista, a partir de la flexibilidad, la tolerancia al estrés y la confianza. d) El estado de ánimo constituido por la habilidad para adaptarse a los cambios y resolver problemas de naturaleza personal y social, a partir de la resolución de problemas, contrastar la realidad, control del impulso. e) La adaptabilidad, a partir de la expresión emocional, asertividad e independencia.

Llegados a este punto, es necesario destacar la importancia de adquirir durante los procesos de formación familiar y escolar, las habilidades socio-emocionales, en donde se resalta la capacidad de percibir, razonar, comprender y asumir las emociones por parte de los estudiantes al procesarlas y regularlas en sí mismos y frente a los demás. Por eso, (Goleman, 1996) Afirma:

Inteligencia Emocional es la capacidad de motivarnos a nosotros mismos, de perseverar en el empeño a pesar de las posibles frustraciones, de controlar los impulsos, de diferir las gratificaciones, de regular nuestros propios estados de ánimo, de evitar que la angustia

interfiera con nuestras facultades racionales y, por último, pero no por ello, menos importante, la capacidad de empatizar y confiar en los demás (p. 25).

De esta manera, se podrían mencionar un sin número de autores dando a conocer diferentes definiciones, sin embargo, el horizonte de cada definición resulta ser igual en cuanto a la importancia de la IE para un mejor desenvolvimiento de cada persona de manera individual y grupal, en el ámbito educativo y en cualquier otro contexto.

La IE participa de manera activa dentro de los modelos pedagógicos, estos son planes estructurados que nos permiten conformar un currículo para diseñar procesos de educación y orientar de esta manera esa enseñanza en el aula de clase, son aquellos modelos de aprendizaje los que permiten hacer el acompañamiento al estudiante, para que este obtenga información, ideas, habilidades, valores, modos de pensar y medios para expresarse, estos modelos no pueden ser únicos, ni limitados, por la misma razón no existe un modelo que abarque todos los tipos y estilos de aprendizaje, para este proyecto en particular, se puede observar que la motivación en el aspecto educativo es la que permite representar y lograr con carácter un propósito para alcanzar retos o proyectos trazados.

Algunos aportes importantes para el desarrollo de este proyecto se encuentran en el texto de (Martínez Varcárcel, 2004), Afirma:

Los modelos de enseñanza son una actividad generalizada pues todos los días, los docentes de todos los niveles educativos abordan sus procesos de enseñanza-aprendizaje desde ciertos modelos. Dichos modelos están más o menos articulados y se fundamentan en teorizaciones que permiten a los profesores, con mayor o menor éxito, ejercer su profesión (...) No podemos entender los principios de la enseñanza como dogmas estáticos, sino como interacciones dinámicas con las metas cognoscitivas y sociales, con los procedimientos que subyacen a las

teorías del aprendizaje y con las características personales e individuales del binomio profesor-estudiante. La fuerza de la educación reside en la utilización inteligente de una variedad de enfoques, adaptándolos a los diferentes objetivos y a las características del alumnado (...) (p. 1)

Teniendo en cuenta lo manifestado por Martínez, la inclusión de la IE en el ámbito educativo es muy importante, ya que hace un aporte significativo en los modelos de enseñanza, porque el estudiante como individuo necesita del apoyo y guía en sus procesos por parte de los docentes, brindándole una formación activa y dinámica, no solo teórica en el aula, para emprender los procesos de enseñanza y aprendizaje obteniendo resultados acordes con estos modelos. La IE es dinámica y esto permite que la comunicación permanente entre docentes y estudiantes faciliten la acción de las habilidades socio-emocionales y se fortalezca de esta manera el proceso educativo.

Goleman argumenta que el ser humano no solo se puede calificar por su capacidad intelectual o por sus estudios académicos, sino que además entra en juego el conocimiento emocional, donde nos plantea que como seres humanos se tiene la capacidad para identificar un estado emocional propio. Es por esta razón que (Goleman, 1996):

El término emoción se refiere a un sentimiento y a los pensamientos, los estados biológicos, los estados psicológicos y el tipo de tendencias a la acción que lo caracterizan. Existen centenares de emociones y muchísimas más mezclas, variaciones, mutaciones y matices diferentes entre todas ellas. En realidad, existen más sutilezas en la emoción que palabras para describirías (...). (p. 181)

El reconocimiento de las propias emociones y la de los otros es una acción fundamental para enseñar a los estudiantes a crecer como personas psicológicamente sanas y adaptadas, en su entorno social. Es por ello que la IE se podría entender como la capacidad de asumir con

responsabilidad las propias emociones, concientizándolas y teniendo el concepto claro para entenderse a sí mismo y a los demás, fortaleciendo las habilidades sociales para de esta manera enriquecer los procesos formativos de niños, niñas y adolescentes (NNA) en el sistema educativo razón por la cual este Proyecto Social Aplicado cobra mayor importancia. Por lo anterior, se plantea en el presente Trabajo de grado que la IE es la capacidad de controlar, comprender e identificar nuestros sentimientos y nuestras emociones, reconociéndolas también en los demás, e implica redirigirlas y equilibrarlas.

Para comprenderlo más fácilmente hablemos de las cinco competencias de la IE que menciona (Goleman, 1996) en la publicación la Inteligencia Emocional, Afirma: “El conocimiento de las propias emociones. El conocimiento de uno mismo, es decir, la capacidad de reconocer un sentimiento en el mismo momento en que aparece, constituye la piedra angular de la inteligencia emocional” (p. 31), estas competencias son:

*El Conocimiento de las Propias Emociones*, este componente se refiere al conocimiento de nuestros propios sentimientos y emociones y como nos incluyen, demostrando la importancia de reconocer la manera en que nuestro estado anímico afecta a nuestro comportamiento tiene que ver con la capacidad que logran los estudiantes de reconocer sus propias emociones, conociéndose a sí mismos, reconociendo sus emociones y la de los demás, controlándolas, generándoles seguridad y herramientas para encontrar diferentes posibilidades de reaccionar frente a cada emoción y situación. Como complemento de este componente la Autorregulación emocional, está centrada en el control, en la persistencia y en la búsqueda del equilibrio emocional, con miras a lograr metas más acertadas; en este caso los estudiantes empiezan a tener conciencia de sus emociones, entienden que los demás también las experimentan y que no

reaccionan precisamente con la misma intensidad, logrando que las experimenten sin que se dejen afectar por estas.

***Manejar y controlar las emociones:*** El autocontrol emocional nos permite reflexionar y dominar nuestros sentimientos y emociones, para no dejarnos llevar por estos, detectando las dinámicas emocionales, haciéndonos conscientes de cuales son efímeras y cuales duraderas, fortaleciendo y optimizando la habilidad de controlarlas conscientemente potencializando las relaciones interpersonales para mejorar el ambiente escolar y familiar “La conciencia de uno mismo es una habilidad básica que nos permite controlar nuestros sentimientos y adecuarlos al momento” (Goleman, 1996, p. 31).

El Autocontrol, se establece como la habilidad para manejar las emociones de una manera proporcionada, controlando así los estados emocionales internos, con el fin de expresar de manera adecuada y responsable los actos y reacciones en el actuar. Se funda principalmente en la toma de conciencia de los sentimientos adecuados, ya que cuando los estudiantes sienten que no tienen control sobre sus emociones, notan de esta manera una experiencia restringida y agotadora, es así que por esta razón no pueden apropiarse responsablemente de sí mismos, dando fuerza para que se vislumbren emociones descontroladas y desorganizadas.

Por lo anterior se quiere que los estudiantes reduzcan sus expresiones de ira, furia, frustración, miedo o irritabilidad, ya que esto es primordial para el buen desarrollo de las relaciones interpersonales; el manejo de las emociones nos encamina a la autoestima por tanto determina si el control de las emociones es adecuado o inadecuado; el autocontrol, no quiere decir, que se deben negar o reprimir las emociones, en especial las negativas o desagradables, lo que intenta es adquirir una expresión adecuada.

Dentro de la intervención se pretende promover la autoestima en los estudiantes del Colegio, con ideas positivas de sí mismos y de las emociones que los relacionan con sentimientos de estimación, aprecio y valoración personal; a la vez se pretende dar herramientas para controlar las emociones auto-agresivas, que han sido sembradas dentro del ambiente familiar y educativo.

Dentro del ambiente educativo por mucho tiempo se consideraba que la mejor manera de controlar las emociones, era erradicar las negativas, haciendo que estas emociones se almacenaran y surgieran de manera agresiva, por esta razón es preciso influir a los estudiantes para que desde niños se apropien responsablemente de sus emociones, obteniendo la capacidad de aceptarlas a pesar de ser positivas o negativas.

***Motivarse a sí mismo.*** El impulso de una actividad frente a una emoción, en donde el estudiante cuenta con la capacidad de auto-motivarse, permitiéndole que esta habilidad se refleje en resultados más acertados en cada acción que aborden. “El control de la vida emocional y su subordinación a un objetivo resulta esencial para espolear y mantener la atención, la motivación y la creatividad”. (Goleman, 1996, p. 31)

Este componente interrelaciona estrechamente la emoción con la motivación, de tal forma que enfoca las emociones hacia objetivos precisos, estableciendo la atención en estos y no en los obstáculos, por ello es imprescindible un cierto grado de optimismo e iniciativa, de modo que tenemos que valorar el ser proactivos y actuar en algunos casos con tensión de forma positiva ante los imprevistos. La motivación siendo una competencia intra-personal de la inteligencia emocional, induce a una persona de la práctica a la acción. Con esto se pretende decir que se estimula la voluntad de aprender, es la energía que permite lograr un propósito determinado, cumplir con un desafío, o sacar un proyecto adelante. El psicólogo que dentro de su quehacer profesional se enfoca en el campo educativo, puede orientar desde su saber y saber hacer



procesos de evaluación, proyección de tácticas y estrategias; permitiendo apoyar las conductas y motivos para estimular la implantación de la IE, con un buen desarrollo de los procesos escolares y familiares de los estudiantes; por esta razón, la motivación escolar no es sólo una práctica o procedimiento de enseñanza específica, ocasionalmente se considera que es un factor cognitivo presente en todo acto de aprendizaje.

***Reconocimiento de las emociones ajenas:*** las relaciones interpersonales se fundamentan en la correcta interpretación de las señales que los demás expresan de forma inconsciente, y que a menudo emiten de forma no verbal. El reconocer las emociones y sentimientos de los demás es el primer paso para comprender e identificarnos con los individuos que los expresan, las personas empáticas son las que, en general, tienen mayores habilidades y competencias relacionadas con la IE. “La empatía, otra capacidad que se asienta en la conciencia emocional de uno mismo, constituye la << habilidad popular >> fundamental.” (Goleman, 1996, p. 32)

Cuando hablamos de reconocer las emociones de los demás, vemos que se nos presenta como eje principal la empatía, la cual está fundamentada en el conocimiento de las propias emociones. La empatía es la capacidad para ponerse en el lugar del otro, implica poseer ciertas habilidades sociales que permitan a la persona ampliar el espectro relacional teniendo en cuenta las particularidades de su ambiente. Saben lo que siente el otro, o incluso lo que puede estar pensando, lo que quieren y necesitan, es la habilidad primordial para instaurar relaciones sociales y relaciones personales, en conclusión, es la base de la generosidad.

Esta habilidad es la capacidad social que permite manejar y vivir de manera más productiva las relaciones sociales, siendo conscientes que también conforman nuestro entorno, para este Proyecto Social Aplicado en particular, se establece que en el proceso educativo no solo la empatía es importante, también se debe considerar la comunicación como eje principal en la

construcción de relaciones interpersonales eficaces para la convivencia y el liderazgo. Esta empatía se puede convertir en una circunstancia para el análisis de un conflicto, una pelea simple, un problema con un amigo, educando a partir de las fabulas y los cuentos que sirven para reflexionar sobre lo que sintió el otro, frente a la situación que se presentó.

*El Control de las Emociones.* Relaciones interpersonales, es una fuente imprescindible para nuestra felicidad personal e incluso, en muchos casos para un buen desempeño escolar ligado al buen trato y a la comunicación asertiva. “El arte de las relaciones se basa en buena medida, en la habilidad para relacionarnos adecuadamente con las emociones ajenas.” (Goleman, 1996, pág. 32)

En este componente se plantean buenas relaciones interpersonales, quiere decir actuar de acuerdo con las emociones de los demás y se establece la capacidad de liderazgo y popularidad, tiene que ver con la competencia social y las habilidades que conlleva, se afianza en los estudiantes el dominio de las habilidades sociales, la capacidad de interactuar de forma efectiva con los demás; estas habilidades logran un balance entre el dar y el recibir. En el proceso educativo es la convivencia uno de los parámetros más importantes de este componente porque maneja las relaciones con los otros, permitiendo la destreza para crear una adecuada identidad grupal, al igual que se fortalece la habilidad de manejar los conflictos que se presenten en el ámbito educativo.

En cuanto al ámbito educativo, (Extremera & Fernandez-Berrocal, 2003) se interrogan por cómo es el proceso a partir de la formación con los docentes en el aula de clase y el aporte que realiza la IE por ser estudiantes emocionalmente motivados. Si bien el proyecto no se centra en los docentes, sí lo hace en la motivación de los estudiantes y cómo ésta logra mejorar su comportamiento. Por esa razón se hace importante señalar la pregunta en la que Afirman:

¿Qué significa ser un alumno/a emocionalmente inteligente? Muchos educadores afirmarían ser capaces de distinguir a un alumno emocionalmente inteligente de otro que no lo es, pero la dificultad real reside en determinar qué cualidades específicas lo caracterizan (...) ¿Son esas características componentes de la IE o factores sociales y de personalidad ya existentes anteriormente (por ejemplo, extroversión, autoestima, optimismo, asertividad (...)? (...) Este problema no es exclusivo de la comunidad educativa, en el campo científico de la IE la confusión y la falta de acuerdo conceptual han imperado sobre la objetividad y la rigurosidad. (2003, p. 98)

Se hace necesario por esta razón que los profesores sean capaces de distinguir de una manera comprensiva las emociones que presentan los estudiantes en el aula de clase, ya que son producto de factores sociales y de la personalidad, los cuales van a permitir a los estudiantes trabajar en las clases con entusiasmo, optimismo, alegría, motivación, de esta manera lograr resultados óptimos y esperados. Siendo así, (Extremera & Fernandez-Berrocal, 2003) Afirman: (...) “está ya mostrando su influencia en diversos ámbitos de actuación. El entusiasmo popular ha dejado de ser ilusorio a raíz de los continuos datos empíricos que empiezan a constatar los beneficios de poseer un nivel adecuado de IE (...)”. (p. 104)

La optimización de la inteligencia emocional en la educación secundaria con miras a fortalecer las reacciones socio-emocionales y comportamentales de los estudiantes en sus diferentes ambientes, teniendo como perspectiva un enfoque humanista permitió el enriquecimiento de cada estudiante, ya que lo favorece en su crecimiento personal, es así como la IE ha sido implantada cada vez más en los distintos niveles de la educación, influenciando en las relaciones, volviéndolas más humanas, más afectivas, permitiendo ayudar a descubrir la naturaleza intrínseca de cada estudiante, aceptándola como es y reduciendo la ansiedad, el miedo

y la autodefensa, lo que conlleva a una mejor relación del estudiante con el docente, donde este pasa a ser un facilitador humanista.

A partir de la psicología humanista de Abraham Maslow (1968), con su pirámide de Maslow donde realiza la jerarquización de las necesidades humanas en fisiología, seguridad, afiliación, reconocimiento y autorrealización; teoría psicológica que trabaja en función de la motivación y las necesidades del ser humano, que no es otra cosa que aquello que nos lleva a actuar tal y como lo hacemos, esta motivación está dirigida hacia un objetivo, tratando de cubrir ciertas necesidades ordenadas por importancia según el bienestar del individuo (Pirámide de Maslow: la jerarquía de las necesidades humanas, s.f.).

O la de Rollo May (1966) donde enfatiza importancia en la existencia, en como los seres humanos viven sus vidas con libertad, categorizando cinco etapas evolutivas en la formación de la personalidad, siendo estas: poder e inocencia, el daimon, ordinario, creatividad y renacimiento. Generándonos el dilema existencial del hombre originado en la capacidad de este para sentirse sujeto y objeto al mismo tiempo y así obtener una vida gratificante, no se puede ser solamente objeto a merced de impulsos, ni solamente sujeto sin conexión con la realidad y entregado a puras fantasías. La conciencia oscila entre ser sujeto y ser objeto, mi libertad radica en experimentar ambos polos, no en ser puro sujeto. (May, 2000)

Estos autores defendieron una visión positiva del ser humano, según la cual todos somos capaces de convertirnos en el tipo de persona que deseamos, es por ende que se hace necesario entrar en la teoría de la personalidad de Carl Rogers, ya que es un claro ejemplo de este optimismo vital llevado a la psicología y la filosofía, proponiendo algunas ideas sobre los procesos mentales en los que se enfatiza la libertad de los individuos a la hora de tomar el rumbo de sus vidas, donde los factores biológicos, ni los ambientales son determinantes en nuestro

comportamiento, la personalidad de cada persona se desarrollaba según el modo en el que él consigue ir acercándose a (o alejándose de) sus objetivos vitales, sus metas, ya que a través del desarrollo personal es como se forma el carácter y el modo de ser. (La Teoría de la Personalidad que propuso Carl Rogers, s.f.)

Para comprender esta perspectiva humanista tendremos que analizar la teoría humanista de Carl Rogers, donde se resalta la tendencia del organismo hacia el crecimiento personal, postulando: la visión holística y optimista del ser humano, el objetivo de la psicología humanista es comprender y mejorar la personalidad, todas las personas tienen un potencial de crecimiento y el fin de la persona es el desarrollo de las capacidades positivas, el eje vertebrador del comportamiento son los procesos motivacionales.

Para Rogers lo diferenciador de una persona sana con otra desadaptada es la calidad de la relación entre su yo (ideales, valores, expectativas, intereses) y su experiencia, la personalidad madura y equilibrada es el resultado del proceso de autorrealización, es decir el proceso de convertirse en persona. Esto supone cultivarse, crecer y madurar en armonía. Luego, aunque puede parecer un proyecto a largo plazo no es así, significa saber vivir el presente donde la autorrealización no es un fin si no un proceso, es saber disfrutar de la vida, aceptarse sin apartar la posibilidad de cambiar, valorar lo que uno piensa y siente, ser independiente, valorar las relaciones con los demás, sin someterse a sus expectativas, resolver adecuadamente los conflictos y sobre todo es aceptar la responsabilidad de la propia vida.

Es por tal motivo que autores como Pedro Galvis Leal (2002), recalca el concepto de educación como proceso colectivo, en el cual todos participamos, típico del abordaje rogersiano a la educación, se afirma:

que el hombre contribuye a dar forma a la construcción social a través de la acción concreta que realiza (...) en interacción con los hombres. Para comprenderle se le ha dividido en dimensiones (...) o se le parcela en lo que consideramos son sus elementos constitutivos (cuerpo, alma, inteligencia y sentimientos...) (Maurizia D' , 2004)

De acuerdo a lo anterior se puede sustentar que a través de las diferentes actividades desarrolladas en el Colegio Gimnasio Campestre Nueva Granada, se propició en los estudiantes acciones a partir de habilidades sociales, de reflexión, sensibilización, análisis de la información, trabajo individual y colaborativo, socializaciones a través del juego, de los socio-dramas y otras actividades creativas; obteniendo una comunicación más asertiva, mejorando las habilidades socio-emocionales y comportamentales que facilitaron el refuerzo del proceso en la IE, en el ámbito familiar y escolar.

### **Metodología**

El presente trabajo se realizó con un grupo de estudiantes del Colegio Gimnasio Campestre Nueva Granada de Tenjo – Cundinamarca, empleando la siguiente metodología:

#### **Tipo Cualitativo**

La metodología en el presente Trabajo de Grado está enmarcada dentro de los parámetros del enfoque de la investigación cualitativa.

Esta metodología utiliza la recopilación de la información sin medida numérica, de esta forma permite manifestar, mejorar o ajustar preguntas de investigación en el proceso de interpretación; en este Proyecto Social Aplicado el enfoque de la investigación cualitativa, permite que por medio de la observación de las actividades propuestas, podamos examinar a los estudiantes de la población objeto de estudio en reciprocidad dentro y fuera del aula de clase, apoyados estos

desde un análisis integral que tiene en cuenta la relación con el entorno y la integración con sus demás compañeros.

### **Diseño**

El Diseño de la investigación es de tipo no experimental, porque se observaron los sucesos presentados tal y como se dieron dentro de la intervención realizada; para éste caso se realizó la observación pertinente a la situación presentada, se buscó el contacto con los actores sociales internos de la institución a cuatro estudiantes del Colegio Gimnasio Campestre Nueva Granada, a los cuales se les practicó un test y una entrevista, en donde se realizó un análisis a la información que arrojó la prueba realizada.

La investigación no experimental es sistemática y empírica en la que las variables independientes no se manipulan porque ya han sucedido. Las inferencias sobre las relaciones entre variables se realizan sin intervención o influencia directa, y dichas relaciones se observan tal como se han dado en su contexto natural. (Hernández Sampieri, Fernández Collado, & Baptista Lucio, 1997, p. 207)

Este diseño se plantea de una forma empírica a partir de la experiencia y vivencia de los estudiantes, siendo esta una investigación metódica que se ajusta al proceso expuesto dentro del tema de la IE, donde la población no se manipula porque es un tema que ya se ha trabajado en otros procesos.

### **Enfoque Critico – Social**

Como vimos en la fundamentación teórica la optimización de la IE en la educación fortalece las reacciones socio-emocionales y comportamentales de los estudiantes en sus diferentes ambientes; por esta razón se utiliza como perspectiva un enfoque humanista que permitió el enriquecimiento de cada estudiante, es así que lo favoreció en su crecimiento personal,

influyendo las relaciones, volviéndolas más humanas, más afectivas, permitiendo ayudar a descubrir la naturaleza intrínseca de cada uno de ellos, aceptándola como es y reduciendo la ansiedad, el miedo y la autodefensa, lo que conlleva a una mejor relación del estudiante con el docente, donde este paso a ser un facilitador humanista.

La psicología humanista defendió una visión positiva del ser humano, según la cual todos somos capaces de convertirnos en el tipo de persona que deseamos ser, proponiendo algunas ideas sobre los procesos mentales en los que se enfatiza la libertad de los individuos a la hora de tomar el rumbo de sus vidas, donde los factores biológicos, ni los ambientales son determinantes en nuestro comportamiento, la personalidad de cada persona se desarrollaba según el modo en el que él consigue ir acercándose a (o alejándose de) sus objetivos vitales, sus metas, ya que a través del desarrollo personal es como se forma el carácter y el modo de ser.

Para comprender esta perspectiva humanista analizamos la teoría de Carl Rogers, donde se resalta la tendencia del organismo hacia el crecimiento personal, postulando: la visión holística y optimista del ser humano, el objetivo de la psicología humanista es comprender y mejorar la personalidad, todas las personas tienen un potencial de crecimiento y el fin de la persona es el desarrollo de las capacidades positivas, el eje vertebrador del comportamiento son los procesos motivacionales.

El enfoque psicológico de este Proyecto Social Aplicado se desarrolla a partir de la Psicología Positivista, por ser esta creada para encontrar lo positivo de las personas y potencializarlo, encontrando las fortalezas de cada uno e inspirar en la obtención de resultados satisfactorios. Esta básicamente fundada para aumentar la felicidad y el bienestar estimulando todos aquellos recursos positivos de los individuos.



## **Técnicas**

Para la recolección de la información de la intervención, se utilizaron como técnicas e instrumentos, como fueron: una cámara, formato del test de habilidades de Inteligencia Emocional, seguido del formato de una entrevista, técnicas conversacionales y socializaciones, acompañando todo el proceso de la ejecución del proyecto con la observación.

## **Instrumentos**

### **Observación Participante**

Se utiliza la observación ya que esta permite que el observador describa las situaciones que se están presentando, utilizando para ellos los cinco sentidos y relatando de forma escrita. La realización de esta intervención utiliza la observación durante todo el proceso como el instrumento más importante, haciendo una mirada activa, en la práctica del test, de la entrevista y del comportamiento en la realización de las actividades propuestas en este Proyecto Social Aplicado.

Esta observación estuvo acompañada de técnicas conversacionales, socializaciones, test, entrevistas, que permitieron en este proceso de intervención, aprender acerca de las acciones realizadas por los estudiantes en las actividades que se desarrollaron centralmente en un escenario natural, “dentro y fuera del aula de clase”, comprendiendo, entendiendo y encontrando respuestas del nivel de IE que presentan los estudiantes. Las herramientas que se utilizaron fueron cámara, formato de entrevistas y formato para la realización del test.

### **Test**

La finalidad del Test “Test de habilidades de Inteligencia Emocional”, representa y comprende la manera en que las personas suelen relacionarse normalmente; me conozco a mí mismo, se lo que pienso, lo hago y puedo motivarme a mí mismo para aprender, estudiar y poner

en práctica. Con la realización del Test no se pretende dar respuestas buenas, ni malas, solo encontrar que estas sean sinceras y que manifiesten un estilo propio en cuanto al modo acostumbrado de pensar, sentir y hacer. El mismo Test se realiza previo a la intervención y posterior a la ejecución total del proyecto, el Test responde al comportamiento sucedido, concebido o hecho a respuestas como: Nunca, Algunas Veces o Siempre, en la cual se marca con una cruz la que considere la persona. (Ocaña, 2010, p. 227)

### **Entrevista estructurada**

La entrevista es estructurada porque se siguieron preguntas al pie de la letra, permitiendo que el entrevistador realice un estudio, explore y detalle información por medio de preguntas estructuradas, que evidencien de forma precisa información de interés para la ejecución de esta intervención con el fin de corroborar la información obtenida a través de las técnicas mencionadas anteriormente.

Por medio de esta entrevista se pretende conocer ampliamente, si se conoce así mismo, si llega a acuerdos reflexivos cuando se presenta alguna situación negativa con sus compañeros, si prefiere trabajar solo o engrupo, como percibe que es la comunicación con sus compañeros de clase; creando de esta manera un espacio en el cual los estudiantes probablemente se expresen libremente, esta técnica se vincula de forma directa con la observación de los participantes ya que este modelo permite que suceda una plática entre semejantes, permitiendo que estos encuentros sean orientados hacia el conocimiento de las representaciones que tienen los estudiantes respecto de sus vidas, experiencias o situaciones en el cual accedemos a un mundo privado y personal de estos.

## **Población**

La población es la unión de todos los procesos, se define claramente con base en el planteamiento del problema, para el caso de esta intervención, el conjunto o grupo escogido fueron una población objeto de cuatro estudiantes, de estrato tres, de edades que se encuentran en un rango de los 10 y 12 años, tres estudiantes de género femenino y uno de género masculino, la conformación familiar en dos de los casos es nuclear, una extensa y otra monoparental, estudiantes de grado sexto del Colegio Gimnasio Campestre Nueva Granada. En este caso no es preciso generalizar los datos presentados, ya que fue una población dirigida, en la cual los estudiantes se seleccionaron de manera informal para el desarrollo de las actividades propuestas.

La población de este Proyecto Social Aplicado se determinó por conveniencia, ya que este no es un proceso automático, utiliza el método no probabilístico porque no cuenta con una plataforma de procedimientos de probabilidad, su estructuración depende de la toma de decisiones de los investigadores. (Hernández Sampieri, Fernández Collado, & Baptista Lucio, 1997) Afirman:

En los estudios cualitativos el tamaño de muestra no es importante desde una perspectiva no probabilística, pues el interés del investigador no es generalizar los resultados de su estudio a una población más amplia. Asimismo, se considerarán los factores que intervienen para "determinar" o sugerir el número de casos que compondrán la muestra. (p. 561)

## **Desarrollo de Actividades**

Para efectos de un mayor entendimiento de las acciones desarrolladas durante el proceso del Proyecto Social aplicado, se procederá a relacionar las actividades que se llevaron a cabo con los estudiantes a fin de dar respuesta a la pregunta de la intervención del proceso.

### **Actividad Número Uno**

**“La impresión emocional que brinda un documento escrito”**

***Objetivo:***

Generar en el estudiante, la emoción que se puede extraer en la realización de la lectura de un documento. Y lograr que el estudiante pueda conocer y manejar sus emociones, permitiéndole un mejor “control” de sus habilidades sociales y le ayude a fortalecer su crecimiento emocional.

***Acciones desarrolladas:***

- Comprensión lectora.
- Mensaje intrínseco presentado.
- Socialización y aplicación a la vivencia cotidiana.
- Moraleja.

### **Actividad Número Dos**

**“Todo lo que puedo hacer con la palabra y con las emociones”**

***Objetivos:***

Facilitar en el estudiante el conocimiento de las emociones y los sentimientos para estimular el autoconocimiento y la expresión. También aprender a manejar las emociones, para de esta manera reforzar y estimular las habilidades que comprende la Inteligencia emocional y fortalecer el aprendizaje kinestésico.

***Acciones desarrolladas:***

- Estimular el autoconocimiento y la expresión adecuada al momento de experimentar con textos y palabras desconocidas.
- Reforzar el aprendizaje kinestésico a partir de la expresión del rostro al momento de expresar un texto.

- A partir de la obra de Rafael Pombo “El renacuajo paseador” los niños, las niñas y los jóvenes jugaran y empezaran a dialogar utilizando la expresión de los sentimientos.
- Frente a frente lo único que van a decir son los dos párrafos del renacuajo paseador uno de los dos empieza con una expresión (puede ser alegre) y el otro le contesta lo mismo con otra expresión (puede ser enojado).
- Seguidamente recibirán una palabra desconocida a la cual deberán encontrarle sinónimos y luego exponerlo a los compañeros del grupo, siempre deben premiar las emociones.

### **Actividad Número Tres**

#### **“Mejoramiento de las acciones realizadas en equipo”**

##### ***Objetivo:***

Desarrollar el trabajo en equipo, a partir del respeto y la comunicación, a través del conocimiento mutuo y el desarrollo de acciones de mejoramiento en lo relacional.

##### ***Acciones desarrolladas:***

- Por medio de esta actividad (video), se sensibilizará al estudiante para que mejore la comunicación en su aula de clase.
- Trabajo en equipo.
- Resultados que ayuden en su crecimiento diario.
- Que los estudiantes identifiquen los inconvenientes que se presentan al no tener una buena comunicación.
- Socializar que soluciones encuentran para mejorar la relación con los demás.

### **Actividad Número Cuatro**

**“De corazón un recorrido a la construcción de las habilidades que fortalecen la inteligencia emocional y el aprendizaje”**

***Objetivo:***

Identificar emociones y fortalecer el aprendizaje desde una mirada lúdica y creadora. Así mismo desarrollar habilidades de interpretación y relación.

***Acciones desarrolladas:***

- Leer y extraer los significados más representativos.
- Relacionar la palabra corazón con los valores humanos y las habilidades que apoyan la Inteligencia Emocional.
- En grupos construir un lema con la interpretación relacionada con el corazón desde la perspectiva de los valores humanos y las habilidades que apoyan la Inteligencia Emocional.
- Exponer y mostrar los lemas realizados.
- Con todo el curso salir a buscar el tesoro en el corazón de la institución.
- Socialización.

### **Actividad Número Cinco**

**“Taller vivencial de ayuda a los demás”**

***Objetivo:***

Conocer las opiniones derivadas del taller “la ayuda a los demás”. También lograr que el estudiante se interese en establecer acciones, que aplique en su entorno y el de los demás.

***Acciones desarrolladas:***

- Generar lluvia de opiniones.
- Sensibilizar y establecer que beneficios trae el ayudar a los demás.

- Proponer alternativas de mejoramiento social.
- Reflexionar sobre las acciones que debe incluir en su diario vivir.
- Proyectar a los estudiantes a una mejor convivencia con los demás.

### **Actividad número seis**

#### **“Cuatro acciones para fortalecer el trabajo en equipo desde la inteligencia emocional”**

##### ***Objetivos:***

Desarrollar actividades que fortalezcan el liderazgo, la comunicación, la confianza y la motivación, así como también el fortalecimiento del trabajo en equipo.

##### ***Acciones desarrolladas:***

- Actividad con la herramienta diccionario.
- Socializar en grupo pequeño.
- Relacionar la palabra correspondiente con el objeto más significativo.
- Expresar el porqué.
- Con los ojos vendados escucha activa y guía, trabajo de confianza.
- Rompecabezas.
- Socialización.

### **Proceso De Evaluación Inicial De Las Actividades Realizadas:**

Se socializa cada actividad por medio de reflexiones e inquietudes que los estudiantes formulan para apropiarse de herramientas de la IE influyendo de esta manera en su proceso socio-emocional y en su comportamiento, permitiendo de esta manera solucionar las posibles problemáticas presentadas que los ayuden a enfrentar sus problemas en el diario vivir.

## **Resultados y Análisis de la Intervención**

En el presente apartado se darán a conocer los principales hallazgos que se produjeron a raíz de la realización de este Proyecto Social Aplicado en el Colegio Gimnasio Campestre Nueva Granada. En la primera fase se procedió a categorizar las problemáticas presentes, determinando en qué áreas se hacía más importante la intervención emocional; esta fase evidenció la necesidad de los estudiantes por expresar sus opiniones y ser tenidos en cuenta, todo esto permitió establecer las actividades lúdico-educativas optimizando la IE, con miras a fortalecer sus reacciones en las habilidades socio-emocionales y comportamentales, brindándoles herramientas a estos, para que puedan sobre llevar dichas problemáticas.

En ese orden de ideas, se partió del diagnóstico, el cual se elaboró a través de la aplicación de la observación participante, el test y las entrevistas estructuras, con miras al fortalecimiento socio-emocional y comportamental de los estudiantes en sus diferentes ámbitos. Todo esto nos llevó gratificadamente a resultados positivos, ya que los estudiantes se empoderaron de una comunicación asertiva, al igual que en las relaciones interpersonales, mostrando mejor empatía entre estos, sus pares y los docentes, incrementando la convivencia sana en el colegio.

### **Diagnóstico**

Se realiza el diagnóstico por medio de una entrevista estructurada de tres preguntas, realizada por la psicóloga en formación, teniendo en cuenta los siguientes temas: conformación familiar, estado anímico y sociabilidad, ya que estos temas son sugeridos por la directora de la institución a intervenir, porque además son afines con la implantación de la IE para este Proyecto Social Aplicado; al mismo tiempo se realizó otra entrevista estructurada para la cual se tuvieron en cuenta patrones afines con la IE como fueron: me conozco a mí mismo, reflexiono en mi comportamiento con los demás, llevo a acuerdos, trabajo de manera individual o grupal y mi



comunicación es asertiva; con miras a reforzar en la autoestima, la motivación, la comunicación asertiva, el autocontrol de las emociones, para empoderar a los estudiantes en su estado socio-emocional, la empatía y las relaciones interpersonales dentro de su ámbito familiar y escolar. Finalmente se realizó el Test de las Habilidades de la Inteligencia Emocional, en el cual se buscaba conocer la forma en la que actúan y se relacionan habitualmente las personas. Luego de este procedimiento se analizó cada respuesta, obteniéndose los siguientes resultados:

### **Resultados de la aplicación de la primera entrevista estructurada de tipo informativo**

Los siguientes resultados parten de la primera entrevista estructurada, reflejando aspectos como; la conformación familiar, el estado de ánimo y la sociabilidad.

#### ***Conformación familiar:***

De los cuatro estudiantes del proyecto, dos tiene familia nuclear, conformada por padres y hermanos. Uno de tiene familia extensa ya que convive con la madre y los hermanos y el otro tiene familia monoparental porque vive con los tíos o los abuelos. Esto indica que hay padres ausentes en las relaciones familiares, hecho importante en el nivel emocional, estado de ánimo y nivel de estrés de los estudiantes, ya que la familia es el agente socializador más influyente en el crecimiento del individuo.

#### ***Estado de ánimo:***

De los estudiantes intervenidos, la mayoría manifiesta tener buen estado anímico durante el transcurso del día. Sin embargo, uno de ellos manifiesta que su estado de ánimo a veces está condicionado por la forma como lo tratan en la casa y uno de ellos manifiestan que algunas veces se deprime porque no es tenido en cuenta por sus compañeros. Se conoce el estado de ánimo de los estudiantes para conocer si es agradable o desagradable, ya que este acompaña las situaciones

diarias del estudiante, mostrando sus matices afectivos, tratando de indagar cual es el ánimo dominante, correlacionado con la necesidad de conocer, entender y maleabilizar las emociones propias, empoderándolos para mejorar las relaciones interpersonales.

***Sociabilidad:***

De los estudiantes intervenidos, tres manifiesta tener buenas relaciones con los demás. Uno manifiesta tener algunos inconvenientes en su relación con sus semejantes. Este factor de la entrevista es para saber el grado de empatía, interacción y comunicación que tienen estos, ya que la interacción es considerada como la dimensión comunicológica que recupera en mayor medida el sentido originario del termino comunicación.

**Resultados de la aplicación de la segunda entrevista estructurada**

Se presenta la tabulación que corresponde a las respuestas dadas por los estudiantes intervenidos y un análisis cualitativo con base en las mismas.

Tabla 1  
*Tabla de resultado de la aplicación de la entrevista*

Pregunta	Sujeto 1	Sujeto 2	Sujeto 3	Sujeto 4
<b>Me conozco a mí mismo, se lo que pienso, lo que siento y lo que hago?</b>	Sí, soy un joven capaz de responder por mis actos, lo que pienso lo digo aunque se molesten o no	Sí, se lo que quiero, me conozco mucho, conozco mis defectos y muchas cosas	A veces usted sabe que todos los días no amanecemos del mismo genio y no falta el que le dañe el día a uno y le conteste mal y con	Sí, soy una persona malgeniada, y reconozco que por mi genio más de una vez me he metido en problemas, lo que pienso de alguien se

	los demás conmigo.	que me molestan pero a todo el mundo no se las digo.	respecto a lo que hago siempre creo hacer lo que más me conviene.	lo digo en la cara y por esa sinceridad también he tenido problemas a veces pienso que es mejor quedarse callada y evitar problemas.
<b>Llego a acuerdos reflexivos con otras personas cuando tenemos actitudes enfrentadas?</b>	Le expreso mi punto de vista, en él está si lo toma o sigue haciendo lo que le toca, pero si yo tengo la razón, hago respetar mi punto de vista.	Siempre defendiendo mis ideales, y si tengo la razón doy la lucha, siempre que empiezo una discusión lo hago para ganar si no estoy seguro de lo mío trato de no pelear.	Aquí siempre hay gente terca y uno colocarse a pelear con ellos es mejor llevarles la corriente así no tengan la razón.	No todas las veces porque aquí hay compañeros que si uno les lleva la contraria se hace enemigos de ellos y conmigo el que busca encuentra, pero tampoco sirvo para darle la razón a todo el mundo. Entonces mejor prefiero no meterme en nada de eso.

<p><b>Prefiere usted trabajar solo o en grupo?</b></p>	<p>Sí, prefiero trabajar solo porque hay mucha gente que no quiere hacer nada y le deja toda la responsabilidad a uno, igual me toca hacerlas entonces prefiero trabajar sola. Además en el colegio no nos dejan hacer trabajos en grupo.</p>	<p>Hay ocasiones en las cuales es mejor trabajar solo, por ejemplo a que es mejor estar solo así evita uno meterse en problemas y chismes, pero anteriormente si trabajaba uno mejor y todos muy bien.</p>	<p>Eso es relativo hay gente muy buena para hacer trabajos en grupo y son muy chéveres, pero a veces la verdad es difícil, entonces es mejor cada quien en lo suyo o lo que nos diga el profesor y así evita uno tener inconvenientes.</p>	<p>Aquí hablan mucho de que la unión hace la fuerza, pero solo en el salón porque no podemos hacer trabajos en grupo afuera del colegio, pero la verdad cada quien tira para su lado o para el que más le convenga, por eso es mejor cada quien por su lado y de esa manera evita uno muchas cosas, y como dice el dicho el que se cae solo, solo se levanta, al igual que es mejor estar solo que mal acompañado.</p>
<p><b>Me comunico bien con mis</b></p>			<p>Aquí uno no tiene amigos tiene</p>	

<b>compañeros con los que me relaciono en mi salón de clase?</b>	Usted sabe que uno no es monedita de oro para caerle a todo el mundo bien, hay personas a las que le caigo bien y otras a las que no pero en términos generales si tengo buenas amistades.	Hay compañeros complicados y creen siempre tener la razón y creen que uno debe hacer los que ellos dicen a todo momento.	Hay compañeros, pero no se puede confiar en nadie así como vienen a traer chismes igual llevan entonces es mejor quedarse uno calladito y lo que toque hacer se hace y si toca colaborarle a alguien se le colabora con el mayor de los gustos pero hasta allí no más.	No con todos, aquí solo tengo una sola persona con la que hablo del resto hay personas que preguntan por cosas y favores del estudio pero que yo le diga que aquí tengo amigos le diría que no, pues yo no puedo confiar en nadie.
--	--	--	--	--

Datos contenidos en la entrevista (Fuente: Elaboración propia)

Tabla 2

*Análisis a las preguntas de la entrevista*

Número de Ítem	Análisis
----------------	----------

<p><b>Me conozco a mí mismo, se lo que pienso, lo que siento y lo que hago?</b></p>	<p>Se evidencia en sus respuestas: afirman conocerse a sí mismos, saben lo que piensan, sienten y lo que hacen; sin embargo a partir de la observación y las socializaciones posteriores, se ve que tienen bajo nivel en su autoestima, confianza, control emocional, por lo cual se orientan a entender claramente quienes son y donde encuentran seguridad.</p>
<p><b>Llego a acuerdos reflexivos con otras personas cuando tenemos actitudes enfrentadas?</b></p>	<p>Se evidencia que su comunicación no es asertiva, ya que cada uno de ellos piensa en sí mismos antes que en comunidad, por lo cual no llegan a acuerdos reflexivos, llevando a un maltrato no tangible pero evidente debido a su mala comunicación, conllevando a desconfianzas y malos entendidos que generan una mala convivencia. Se orienta a los estudiantes a potencializar la comunicación asertiva, confianza, relación interpersonal, empatía, tolerancia, reflexión y socialización sin juicios, para una sana convivencia.</p>
<p><b>Prefiere usted trabajar solo o en grupo?</b></p>	<p>Las respuestas a esta pregunta refuerzan lo que se encontró en la anterior; la falta de confianza y de una comunicación asertiva, nos demuestran el individualismo y pese a que trabajan constantemente en un entorno comunitario, prefieren trabajar individualmente, dejándonos ver que falta reforzar el trabajo en equipo y la</p>

	<p>comunicación asertiva. No todos servimos para trabajar en equipo, pero si es claro que, en el colegio, lo que los enriquece y fortalece son los buenos resultados que surgen a partir de la buena disposición de todos y del trabajo en equipo. Se orientó y reforzó la comunicación asertiva, el trabajo colaborativo, la expresión corporal, la confianza, el liderazgo y mejora de la escucha.</p>
<p><b>Me comunico bien con mis compañeros con los que me relaciono en mi salón de clase?</b></p>	<p>La mayoría responden que se relacionan dependiendo las personas, que no todos les caen de la misma manera, que hay personas con las que tienen que cuidar lo que dicen, al igual que los dos temas anteriores, el refuerzo de la práctica se debe realizar con base en la confianza, el liderazgo, la comunicación asertiva, la buena escucha y la motivación, con el fin de encontrar un ambiente en el aula tranquilo y dinámico.</p>

Datos contenidos de la entrevista (Fuente: Elaboración propia)

### **Resultados de la aplicación del Test de Habilidades de Inteligencia Emocional**

Se efectuó un análisis al resultado del Test de Inteligencia Emocional, que se elaboró bajo parámetros cualitativos con base en las respuestas. Es así que esta prueba realizada antes de la intervención y posterior a la misma, nos muestra una puntuación promedio de sesenta y dos puntos, la cual indica que los estudiantes, tienen un nivel de Inteligencia Emocional MEDIO-ALTO, dicho esto no es una mala puntuación, pues indica que los estudiantes si saben quiénes

son, cómo se emocionan, manejan los sentimientos y descubren todo esto en los demás. Las relaciones con los demás las llevan bajo control, empleando de esta manera las habilidades para saber cómo se sienten y como se sienten los demás. El resultado promedio de uno de los estudiantes estuvo en ochenta y cinco puntos, lo que nos dice que este estudiante tiene un nivel de inteligencia emocional MUY ALTO, es una persona consiente de quien es, maneja muy bien la inteligencia emocional, sabe cuáles son los objetivos a seguir, cuales sus emociones, sabe valorarse así mismo, maneja muy bien los estados emocionales, su comunicación es eficaz y sabe solucionar conflictos interpersonales.

Sin embargo, como ya lo expusimos la observación en las diferentes sesiones evidencia un bajo nivel de autoestima, confianza, tolerancia, comunicación asertiva, empatía y relaciones interpersonales. Dejándonos ver este test no tiene una medición muy precisa para evaluar la IE de los estudiantes.

Después de trabajar todas las baterías que se desarrollaron en la presente intervención, se evidencia que no es demasiado el cambio que presentaron en la IE los estudiantes, no se incrementó.

#### **Análisis de resultado de las actividades:**

Se realizaron las siguientes actividades; La impresión emocional que brinda un documento escrito, Todo lo que puedo hacer con la palabra y con las emociones, Cuatro acciones para fortalecer el trabajo en equipo desde la inteligencia emocional, con las cuales se buscó llevar a los estudiantes de la muestra a la reflexión, sensibilización, trabajo individual y colaborativo, discusiones grupales, donde el juego, el socio-drama y la creación, reforzaron su proceso en la Inteligencia Emocional. Al finalizar cada actividad se realizó una socialización que permitió favorecer la metodología participativa la cual facilitó el mejoramiento de habilidades y destrezas



comunicativas, las seis actividades realizadas durante el proyecto, permitieron fortalecer el aprendizaje visual, auditivo, táctil, kinestésico individual y grupal. Como resultado de las pruebas realizadas y las diferentes actividades se evidencia que ellos creen conocerse a sí mismo, sin embargo, se ve que no tienen claro el control de sus emociones, mucho menos reconocen las emociones de los demás.

En cuanto al proceso de socialización, los estudiantes logran desahogarse dejando entre ver sus falencias sociales, comunicacionales y empáticas frente a los demás, lo que permitió que esta intervención les brindara herramientas para potencializar la sana convivencia. Cada actividad propuesta nos permitió optimizar la motivación, empatía, autoestima, trabajo en equipo, comunicación asertiva, descubriendo emociones inexistentes para ellos, pero inherentes en cada ser. En las socializaciones posteriores a las actividades se evidencio que los estudiantes mejoraron comportamiento, rendimiento académico, elevaron su nivel de compromiso en la casa y el colegio, se vieron mejor aceptados por sus pares y docentes, estos últimos argumentan un mejor desempeño de sus educados, permitiendo que la labor desarrollada refleje los resultados esperados.

### **Conclusiones**

A lo largo de este Proyecto Social Aplicado, se ha expuesto la importancia de la IE y su repercusión en el ámbito escolar. Logrando consolidar un programa eficaz para el fortalecimiento de la IE, a través del planteamiento de actividades que buscaban la optimización de las habilidades y competencias tanto cognitivas como socio-emocionales y comportamentales, por medio de la motivación, la empatía, la comunicación asertiva, las relaciones interpersonales, la confianza, la seguridad emocional, la autoestima, la sensibilización, la reflexión, el trabajo individual y colaborativo, generando un entorno amigable y social para tener una sana

convivencia y la felicidad de aprender. Por todo esto es que la intervención evidencia el incremento de la IE sobre los estudiantes intervenidos, e indirectamente en algunos de sus pares como lo manifestaron los docentes.

Cabe destacar la importancia de mantener como objetivo educativo el desarrollo de la IE en los estudiantes por varias razones a saber: la importancia de una formación integral que incluya el desarrollo de los aspectos emocionales y de relación interpersonal. Evidenciando que el rendimiento académico está profundamente relacionado con los aspectos emocionales, manteniendo relaciones de dependencia e influencia mutua. Ya que, como psicóloga en formación, al igual que los docentes tenemos una enorme repercusión en el desarrollo de las habilidades emocionales de los estudiantes, tanto a través del ejemplo en el trato directo como de la utilización de la IE en los diferentes ámbitos de la vida, que en este caso contribuyen a crear un clima institucional emocionalmente saludable. Y por último porque la vida emocional es un ámbito, al igual que las materias tradicionales, pueden ser controladas con mayor o menor destreza requiriendo un singular conjunto de habilidades para cada estudiante. Como ser capaz de motivarse y persistir frente a las decepciones, controlar el impulso de las gratificaciones, regular la emoción, mostrando empatía, mejorando la comunicación asertiva y manteniendo la esperanza en situaciones difíciles o adversas, aunado a la resolución de futuros conflictos.

### **Recomendaciones**

Una vez realizado el análisis de los resultados, se hace necesario la implantación de un programa eficaz en la IE a través de actividades que busquen el fortalecimiento de la autoestima, confianza, empatía, relaciones interpersonales, reflexión, sensibilización, comunicación asertiva, trabajo individual y grupal, conociendo, comprendiendo y controlando las emociones, y así optimizar y potencializar las habilidades socio-emocionales y comportamentales de los

estudiantes, con miras a tener una sana convivencia en el ambiente familiar y escolar. Se recomiendan no desmejorar el proceso de implantación de la IE para que de esta manera no disminuya el logro emocional de los estudiantes.

Es una tarea prioritaria incluir más modelos o programas de la IE, creando estrategias que permitan desarrollar actividades que incrementen la motivación intrínseca de los estudiantes fuera y dentro del aula de clase, proporcionando y generando actividades que mejoren la IE de los estudiantes, y de esta manera tener una institución en la cual reine la sana convivencia y el buen comportamiento, influenciada y apoyada con acciones de reflexión, sensibilización, trabajo individual y colaborativo, optimizando de esta manera las habilidades sociales.

Se recomienda que los docentes fomenten el desarrollo de la Inteligencia Emocional en sus diferentes sesiones de trabajo ya que ellos son los principales líderes emocionales y multiplicadores de los estudiantes, este logro se construye incluyendo dentro de su proceso académico actividades como el juego, los socio-dramas, socializaciones, actividades lúdicas, recreativas y creativas, que empoderan al estudiante y que sienta la felicidad de aprender.

Se recomienda implantar la IE en cualquier institución educativa por ser esta una herramienta primordial en el aprendizaje y en las reacciones positivas de las habilidades socio-emocionales y comportamentales ya que esta, mejora las relaciones interpersonales de los estudiantes en el ambiente familiar y escolar. La IE debería ser una herramienta que se utilice de manera transversal al currículo académico.

Se recomienda al momento de realizar otro ejercicio de este orden, aplicar un test diferente al pre test, ya que se incurre en ese error, acepto que no debí haber utilizado la misma prueba de test antes y después de la intervención, ya que esto pudo invalidar el trabajo.

### Bibliografía

- Extremera, N., & Fernandez-Berrocal, P. (2003). La Inteligencia Emocional en el Contexto Educativo: Hallazgos Científicos de sus Efectos en el Aula. *Revista de Educación*. Malaga, España. Recuperado el 21 de Agosto de 2016, de <http://www.mecd.gob.es/dctm/revista-de-educacion/articulosre332/re3320611443.pdf?documentId=0901e72b81256ae3>
- Extremera, N., & Fernandez-Berrocal, P. (2005). La Importancia de Desarrollar la Inteligencia Emocional en el Profesorado. *Revista Iberoamericana de Educación (ISSN: 1681-5653)*. Recuperado el 29 de Agosto de 2016, de <file:///C:/Users/Janina/Downloads/759Extremera.PDF>
- Extremera, N., & Fernandez-Berrocal, P. (2005). La Inteligencia Emocional y la Educación de las Emociones desde el Modelo de Mayer y Salovey. *Revista Interuniversitaria de Formación del Profesorado*. Malaga, España. Recuperado el 29 de Agosto de 2016, de [http://emotional.intelligence.uma.es/documentos/pdf61modelo\\_de\\_mayer\\_salovey.pdf](http://emotional.intelligence.uma.es/documentos/pdf61modelo_de_mayer_salovey.pdf)

Feandalucia. (Enero de 2011). La Inteligencia Emocional. *Revista Digital para Profesionales de la Enseñanza*. Obtenido de Feandalucia:

<http://www.feandalucia.ccoo.es/docu/p5sd7866.pdf>

García Fernández , M., & Giménez-Mas, S. (2010). La Inteligencia Emocional y sus Principales Modelos: Propuesta de un Modelo Integrador. *Esspiral. Cuadernos del Profesorado*.

Almería, España. Recuperado el 20 de Agosto de 2016, de

<file:///C:/Users/Janina/Downloads/Dialnet->

[LaInteligenciaEmocionalYSusPrincipalesModelos-3736408%20\(8\).pdf](LaInteligenciaEmocionalYSusPrincipalesModelos-3736408%20(8).pdf)

Gardner, H. (2001). Estructuras de la Mente, La Teoria de las Inteligencias Múltiples. (F. d.

Ltda, Ed.) Bogotá, Colombia. Recuperado el 29 de Agosto de 2016, de

[http://educreate.iacat.com/Maestros/Howard\\_Gardner\\_-\\_Estructuras\\_de\\_la\\_mente.pdf](http://educreate.iacat.com/Maestros/Howard_Gardner_-_Estructuras_de_la_mente.pdf)

Goleman, D. (1996). *Inteligencia Emocional*. Kairós.

Hernández Sampieri, R., Fernández Collado, C., & Baptista Lucio, P. (1997). *Metodología de la Investigación* (4a edición ed.). Mexico: Mc Graw Hill Interamericana. Obtenido de

[https://competenciashg.files.wordpress.com/2012/10/sampieri-et-al-metodologia-de-la-investigacion-4ta-edicion-sampieri-2006\\_ocr.pdf](https://competenciashg.files.wordpress.com/2012/10/sampieri-et-al-metodologia-de-la-investigacion-4ta-edicion-sampieri-2006_ocr.pdf)

*La Teoría de la Personalidad que propuso Carl Rogers*. (s.f.). Recuperado el 19 de Mayo de

2017, de Psicología y Mente: <https://psicologiaymente.net/psicologia/teoria-personalidad-carl-rogers>

Martínez Varcárcel, N. (Mayo de 2004). Los Modelos de Enseñanza y la Práctica de Aula.

Murcia, Español. Recuperado el 21 de Agosto de 2016, de

<http://www.um.es/docencia/nicolas/menu/publicaciones/propias/docs/enciclopediadidacticarev/modelos.pdf>

- Maurizia D' , A. (2004). Inteligencias en diferentes enfoques teóricos. Reflexiones para pensarlas en el contexto educativo. *Revista Electronica "Actualidades Investigativas en Educacion*. Recuperado el 20 de Mayo de 2017, de <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=44740107>
- May, R. (2000). *El dilema del hombre* (2a ed.). Barcelona: Gedisa. Recuperado el 19 de Mayo de 2017, de <https://es.scribd.com/doc/183799850/El-Dilema-Del-Hombre-Rollo-May>
- Moleno Moreno, C., Safz Vicente, E., & Esteban Martínez, C. (1998). Revision Histórica del Concepto de Inteligencia: Una Aproximación a la Inteligencia Emocional. *Revista Latinoamericana de Psicología*. Valencia, España. Recuperado el 29 de Agosto de 2016, de <http://www.redalyc.org/pdf/805/80530101.pdf?>
- Ocaña, J. A. (2010). *Mapas Mentales y Estilos de Aprendizaje (Estrategias de Aprendizaje)*. San vicente: Club universitario. Recuperado el 17 de Agosto de 2016, de [https://books.google.es/books?id=6DVI3Z\\_MY6EC&pg=PA227&lpg=PA227&dq=me+conozco+a+mi+mismo,+s%C3%A9+lo+que+pienso,+lo+que+siento+y+lo+que+hago+tes+t&source=bl&ots=yRt2erfU2z&sig=i-ogBL\\_h4kAYe9r7T-nZB6vHswA&hl=es&sa=X&ved=0ahUKEwiLvsiWxuDSAhXIaRQKHR9PCBQQ6AE](https://books.google.es/books?id=6DVI3Z_MY6EC&pg=PA227&lpg=PA227&dq=me+conozco+a+mi+mismo,+s%C3%A9+lo+que+pienso,+lo+que+siento+y+lo+que+hago+tes+t&source=bl&ots=yRt2erfU2z&sig=i-ogBL_h4kAYe9r7T-nZB6vHswA&hl=es&sa=X&ved=0ahUKEwiLvsiWxuDSAhXIaRQKHR9PCBQQ6AE)
- Pirámide de Maslow: la jerarquía de las necesidades humanas*. (s.f.). Recuperado el 19 de Mayo de 2017, de Psicología y Mente: <https://psicologiaymente.net/psicologia/piramide-de-maslow>
- Redacción El Tiempo. (26 de Abril de 1991). Tenjo Aspira a Convertirse en el Municipio Piloto de Cundinamarca. *El Tiempo*. Recuperado el 19 de Febrero de 2016, de <http://www.eltiempo.com/archivo/documento/MAM-72161>
- Vaello Orts, J. (2012). *El Clima de Clase: Problemas y soluciones*. (U. d. València, Ed.) Valencia, España. Recuperado el 29 de Agosto de 2016, de

[transformar.com/wp-content/uploads/2012/08/clima\\_clase\\_problemas\\_y\\_soluciones-vaello.pdf](http://transformar.com/wp-content/uploads/2012/08/clima_clase_problemas_y_soluciones-vaello.pdf)

## Anexos

### Anexo A. Test de Habilidades De Inteligencia Emocional

#### TEST DE HABILIDADES DE INTELIGENCIA EMOCIONAL

Las preguntas que encontraras en este TEST se refieren a la manera de actuar que tiene habitualmente con las personas con las que sueles relacionar. No existen respuestas buenas ni malas, sino respuestas sinceras que deben reflejar tu estilo, tu modo habitual de pensar, hacer y sentir.

La manera de responder es la siguiente. De acuerdo con que cada comportamiento (pregunta) te ocurra o lo hagas NUNCA, ALGUNAS VECES o SIEMPRE, colocas una cruz en la casilla correspondiente.

PREGUNTAS	NUNCA	ALGUNAS VECES	SIEMPRE
1. Me conozco a mí mismo, sé lo que pienso, lo que siento y lo que hago.			
2. Soy capaz de automotivarme para aprender, estudiar, aprobar, conseguir algo.			
3. Cuando las cosas me van mal mi estado de ánimo aguanta bien hasta que las cosas vayan mejor.			
4. Llego a acuerdos razonables con otras personas cuando tenemos posturas enfrentadas.			
5. Sé qué cosas me ponen alegre y qué cosas me ponen triste.			
6. Sé lo que es más importante en cada momento.			
7. Cuando hago las cosas bien me felicito a mí mismo.			
8. Cuando los demás me provocan intencionadamente soy capaz de no responder			
9. Me fijo en el lado positivo de las cosas, soy optimista.			
10. Controló mis pensamientos, pienso lo que de verdad me interesa.			
11. Hablo conmigo mismo, en voz baja claro.			
12. Cuando me piden que diga o haga algo que me parece inaceptable me niego a hacerlo.			
13. Cuando alguien me critica injustamente me defiendo adecuadamente con el diálogo.			
14. Cuando me critican por algo que es justo lo acepto porque tienen razón.			
15. Soy capaz de quitarme de la mente las preocupaciones que me obsesiona.			
16. Me doy cuenta de lo que dicen, piensan y sienten las personas más cercanas a mí (amigos, compañeros, familiares...)			
17. Valoro las cosas buenas que hago.			
18. Soy capaz de divertirme y pasármelo bien allí donde esté			
19. Hay cosas que no me gusta hacer pero sé que hay que hacerlas y las hago.			
20. Soy capaz de sonreír.			
21. Tengo confianza en mí mismo, en lo que soy capaz de hacer, pensar y sentir.			
22. Soy una persona activa, me gusta hacer cosas.			
23. Comprendo los sentimientos de los demás.			
24. Mantengo conversaciones con la gente.			
25. Tengo buen sentido del humor.			
26. Aprendo de los errores que cometo.			
27. En momentos de tensión y ansiedad soy capaz de relajarme y tranquilizarme para no perder el control y actuar apresuradamente.			
28. Soy una persona realista, con los ofrecimientos que hago, sabiendo qué cosa puedo cumplir y qué no me será posible hacer.			
29. Cuando alguien se muestra muy nervioso/a o exaltado/a le calmo y la tranquilizo			
30. Tengo las ideas muy claras sobre lo que quiero.			
31. Controló bien mis miedos y temores.			
32. si he de estar solo estoy, y no me agobia por eso.			
33. Formo parte algún grupo o equipo de deporte o de ocio para compartir intereses o aficiones.			
34. Sé cuáles son mis defectos y cómo cambiarlos.			
35. Soy creativo, tengo ideas originales y las desarrollo.			
36. Sé qué pensamientos son capaces de hacerme sentir feliz, triste, enfadado/a, altruista, angustiado/a			
37. Soy capaz de aguantar bien la frustración cuando no consigo lo que me propongo.			
38. Me comunico bien con la gente con la que me relaciono.			
39. Soy capaz de comprender el punto vista de los demás.			
40. Identifico las emociones que expresa la gente de mi alrededor.			
41. Soy capaz de verme a mí mismo/a desde la perspectiva de los otros.			
42. Me responsabilizo de los actos que hago.			
43. Me adapto a las nuevas situaciones, aunque me cueste algún cambio en mi manera de sentir las cosas.			
44. Creo que soy una persona equilibrada emocionalmente.			
45. Tomo decisiones sin dudar ni titubear demasiado.			



**CORRECCIÓN**

A las respuestas NUNCA le corresponden 0 puntos

A las respuestas ALGUNAS VECES le corresponden 1 punto

A las respuestas SIEMPRE le corresponden 2 puntos

**PUNTUACIONES**

Entre 0 y 20 puntos: MUY BAJO

Entre 21 y 35 puntos: BAJO

Entre 36 y 45 puntos: MEDIO-BAJO

Entre 46 y 79 puntos: MEDIO-ALTO

Entre 80 y 90 puntos: MUY ALTO

**EL SIGNIFICADO DE LAS PUNTUACIONES****MUY BAJO**

Con esta puntuación debes saber que todavía no conoces suficientemente qué emociones son las que vives, no valoras adecuadamente tus capacidades, que es seguro que las tienes. Son muchas las habilidades que no pones en práctica, y son necesarias para que te sientas más a gusto contigo mismo y las relaciones con la gente sean satisfactorias. Este programa de trabajo te podrá ser de gran ayuda para aumentar tus habilidades de inteligencia emocional.

**BAJO**

Con esta puntuación tus habilidades emocionales son todavía escasas. Necesitas conocerte un poco mejor y valorar más lo que tú puedes ser capaz de hacer. Saber qué emociones experimentas, cómo las controlas, cómo las expresas y como las identificas en los demás es fundamental para que te puedas sentir bien, y desarrollar toda tu personalidad de una manera eficaz. Este programa tratará de ayudarte a mejorar.

**MEDIO-BAJO**

Casi lo conseguiste. Con esta puntuación te encuentras rayando lo deseable para tus habilidades emocionales. Ya conoces muchas cosas de lo que piensas, haces y sientes y, posiblemente, de cómo manejar tus emociones y comunicarte con eficacia con los demás. No obstante, no te conformes con estos puntos conseguidos. El programa de trabajo que ahora inicias pretende que mejores un poco más en tu INTELIGENCIA EMOCIONAL.

**MEDIO-ALTO**

No está nada mal la puntuación que has obtenido. Indica que sabes quién eres, cómo te emocionas, cómo manejas tus sentimientos y cómo descubres todo esto en los demás. Tus relaciones con la gente las llevas bajo control, empleando para ello tus habilidades para saber cómo te sientes tú, cómo debes expresarlo y también conociendo cómo se sienten los demás, y qué debes hacer para mantener relaciones satisfactorias con otras personas.

**MUY ALTO**

Eres un superhéroe de la emoción y su control. Se diría que eres número 1 en eso de la INTELIGENCIA EMOCIONAL. Tus habilidades te permiten ser consciente de quién eres, qué objetivos pretendes, qué emociones vives, sabes valorarte como te mereces, manejas bien tus estados emocionales y, además, con más mérito todavía, eres capaz de comunicarte eficazmente con quienes te rodean, y también eres único/a para solucionar posconflictos interpersonales que cada día acontecen. De todos modos, adelante con el programa Desarrollando LA INTELIGENCIA EMOCIONAL.

## Anexo B. Formato De Entrevista 1

DIAGNÓSTICO  
PROYECTO SOCIAL APLICADO  
"INTELIGENCIA EMOCIONAL DENTRO DEL AULA DE CLASE"



### **Conformación Familiar**

Tiene Familia padres y hermanos  
Convive con madre y hermanos  
Vive con tíos o abuelos

### **Estado animico**

Buen estado de ánimo  
Estado de ánimo condicionado  
Algunas veces se deprime

### **Sociabilidad**

Tiene buenas relaciones con los demás  
Manifiesta algunos inconvenientes al relacionarse  
No socializa con nadie

## Anexo C. Formato De Entrevista Dos

**ENTREVISTA**  
**PROYECTO SOCIAL APLICADO**  
**"INTELIGENCIA EMOCIONAL DENTRO DEL AULA DE CLASE"**



+ <b>NOMBRE:</b> <b>CURSO:</b>	
PREGUNTAS	RESPUESTAS ESTUDIANTE
1. ¿Me conozco a mí mismo, se lo que pienso, lo que siento y lo que hago?	
2. ¿Llego a acuerdos reflexivos con otras personas cuando tenemos actitudes enfrentadas?	
3. ¿Prefiere usted trabajar solo o en grupo?	
4. ¿Me comunico bien con mis compañeros con los que me relaciono en mi salón de clase?	

# Anexo D. Resultados Del Test de Habilidades De Inteligencia Emocional

The image shows two pages of a test result sheet for 'Pamela Alvarado'. The left page is the 'PREGUNTAS' (Questions) section, and the right page is the 'RESULTADOS' (Results) section. The results are marked with 'X' in the 'RESPUESTA' column. The test is titled 'TEST DE HABILIDADES DE INTELIGENCIA EMOCIONAL'.

The image shows two pages of a test result sheet for 'Pamela Alvarado'. The left page is the 'PREGUNTAS' (Questions) section, and the right page is the 'RESULTADOS' (Results) section. The results are marked with 'X' in the 'RESPUESTA' column. The test is titled 'TEST DE HABILIDADES DE INTELIGENCIA EMOCIONAL'.

The image shows two pages of a test result sheet for 'Pamela Alvarado'. The left page is the 'PREGUNTAS' (Questions) section, and the right page is the 'RESULTADOS' (Results) section. The results are marked with 'X' in the 'RESPUESTA' column. The test is titled 'TEST DE HABILIDADES DE INTELIGENCIA EMOCIONAL'.

The image shows two pages of a test result sheet for 'Pamela Alvarado'. The left page is the 'PREGUNTAS' (Questions) section, and the right page is the 'RESULTADOS' (Results) section. The results are marked with 'X' in the 'RESPUESTA' column. The test is titled 'TEST DE HABILIDADES DE INTELIGENCIA EMOCIONAL'.



### Anexo F. Fotos de la Intervención

