



Secretaría
de Educación
Gobierno de Puebla

**SECRETARÍA DE EDUCACIÓN PÚBLICA
UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL**



UNIDAD 212 TEZIUTLÁN

**El taller para Fomentar la Inteligencia Emocional en Alumnos de Cuarto
grado de Primaria**

PROYECTO DE INTERVENCIÓN E INNOVACIÓN

Que para obtener el título de:

Licenciada en Pedagogía

Presenta:

Tania Hernández Rivera

Teziutlán, Pue; junio 2021.



Secretaría
de Educación
Gobierno de Puebla

**SECRETARÍA DE EDUCACIÓN PÚBLICA
UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL**



UNIDAD 212 TEZIUTLÁN

**El taller para Fomentar la Inteligencia Emocional en Alumnos de Cuarto
grado de Primaria**

PROYECTO DE INTERVENCIÓN E INNOVACIÓN

Que para obtener el título de:

Licenciada en Pedagogía

Presenta:

Tania Hernández Rivera

Tutor:

Manuela Palafox Cardoso

Teziutlán, Pue; Junio, 2021.

DICTAMEN DEL TRABAJO DE TITULACIÓN

U-UPN-212-2021.

Teziutlán, Pue., 15 de Junio de 2021.

C.
Tania Hernández Rivera
Presente.

En mi calidad de Presidente de la Comisión de Exámenes Profesionales y después de haber analizado el trabajo de titulación, alternativa:

Proyecto de Intervención e Innovación

Titulado:

"El taller para Fomentar la Inteligencia Emocional en Alumnos de Cuarto Grado de Primaria"

Presentado por usted, le manifiesto que reúne los requisitos a que obligan los reglamentos en vigor para ser presentado ante el H. Jurado del Examen Profesional, por lo que deberá entregar un ejemplar y cinco cd's rotulado en formato PDF como parte de su expediente al solicitar el examen.



Mtro. Ernesto Constantino Marín Alarcón
Presidente de la Comisión

UNIDAD 212 TEZIUTLÁN

ECMA/scc*

INDICE

INTRODUCCIÓN

CAPITULO I PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

1.1 Circunstancias que rodean el tema9

1.2 Aspectos relevantes del tema14

1.3 Factores que inciden en el problema16

CAPITULO II LA INTELIGENCIA EMOCIONAL

2.1 Conceptualización de los autores22

2.2 Inteligencia emocional, intrapersonal e interpersonal23

2.3 Competencia emocional según Bisquerra 35

2.4 Influencia de la inteligencia emocional en el desarrollo de la persona..... 36

2.5 Las emociones y sus componentes..... 37

2.6 Aportes teóricos de Daniel Goleman sobre la inteligencia emocional 39

2.7 El taller como estrategia para fortalecer la inteligencia emocional..... 43

CAPITULO III CONTEXTUALIZACION DE LA PROPUESTA

3.1 Descripción de la comunidad y contexto escolar 50

3.2 Metodología del taller 52

CONCLUSIONES 64

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS58

INTRODUCCIÓN

Existen agentes fundamentales para el desarrollo del ser humano como lo son la familia, la escuela y la sociedad. Se considera que todo individuo nace en el seno de una familia, la cual debe proporcionar además de la alimentación, el cobijo, la afectividad y la seguridad para desarrollarse como persona y en la escuela debemos continuar el proceso de desarrollo personal, promocionando estrategias y facilitando situaciones en las que el niño se desenvuelva y se relacione con su contexto de la mejor manera. La labor y responsabilidad de los maestros no es solo enseñar conocimientos a los alumnos y alumnas, sino también contribuir al perfeccionamiento de cada uno de ellos, de modo que, fomentando el desarrollo emocional, nos aporta al contribuir con la construcción de una comunidad, sociedad, institución, agrupación etc. más consciente.

La intención del trabajo es fortalecer el desarrollo de la inteligencia emocional, en la vida de los alumnos de cuarto grado de primaria, que permitirá reconocer y controlar las emociones y sentimientos, así como desarrollar la capacidad para relacionarse de manera sana y efectiva es por eso que se propone el taller como estrategia de intervención. Dicha educación influirá positivamente en el desarrollo de la inteligencia cognitiva y el buen desarrollo en los diferentes ámbitos de la vida.

En la práctica, se puede encontrar niños que tienen desarrollada la inteligencia emocional, sin embargo, también se encuentran pequeños con un entorno familiar inestable, que evita o no ayuda al desarrollo de esta inteligencia, es así como los diferentes estilos de crianza influyen en este desarrollo, pues ocasiona que su desempeño en clase no sea igual.

Trabajar la inteligencia emocional, debe de ser una acción continua, que debe desarrollarse a lo largo de toda la vida y en todos los ambientes donde se relacione o socialice, es por eso que se considera la importancia de desarrollarla. En esta etapa escolar se encuentran implicados tanto agentes familiares como sociales que influyen en el desarrollo emocional de los niños. Es importante saber reconocer las emociones y sentimientos, identificar como se encuentran, aprender a encontrar equilibrio emocional, saber cómo regular las emociones y los sentimientos.

Este trabajo está estructurado en tres capítulos, el primero se centra en mostrar algunas investigaciones realizadas sobre la inteligencia emocional, así como de la relación que tiene el

campo, los factores que inciden, la pregunta de investigación, los objetivos, tanto general como específicos, así como la trascendencia que tiene.

En el segundo capítulo se plantea la teoría de diferentes autores como lo son Garner, el autor menciona que la inteligencia emocional es el producto de la unión de dos inteligencias, intrapersonal e interpersonal, y que según los autores Salovey y Mayer (1990) se considera, como la habilidad para manejar los sentimientos y emociones, discriminar entre ellos y utilizar estos conocimientos para dirigir los propios pensamientos y acciones. Igualmente podría decirse que es la capacidad de sentir, comprender, manejar y modificar estados emocionales propios y en otras personas, de tal modo que la convivencia y el entendimiento sean los mejores posibles. La referencia de la Inteligencia Emocional es relativamente nueva, ya que la primera de la que se tiene documentación data de 1990 con los autores antes mencionados, Salovey y Mayer; sin embargo, no fue hasta 1995 que David Goleman hizo más popular el término. De allí que muchos le atribuyan su nacimiento.

Otro autor importante sobre la investigación es R. Bisquerra ya que dentro de sus artículos y publicaciones sobre la inteligencia emocional presenta una serie de competencias sobre la emocionalidad, que son, conciencia emocional, regulación emocional, autonomía emocional, competencia social y competencias para la vida y el bienestar.

En el tercer capítulo se describen las características económicas, culturales y sociales que el municipio de Tétéles de Ávila Castillo tiene, ya que la aplicación de dicho trabajo se realizara en una de las instituciones que se encuentra en dicho lugar, es decir la escuela Primaria Everardo Vega Rodríguez, así como la descripción del salón de clases y el entorno educativo de la institución, el fundamento teórico del taller, sus etapas y la importancia que este tiene, de igual manera lo que se propone para resolver el problema, su importancia y el método de aplicación, así como las actividades a realizar y el tiempo destinado. Al final se encuentran las conclusiones y los referentes bibliográficos

Teniendo en cuenta que como objetivo general del trabajo es fortalecer la inteligencia emocional en alumnos de cuarto grado de primaria de la escuela Everardo Vega Rodríguez para favorecer la resolución de problemas socioemocionales

CAPÍTULO

I

PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

Las emociones forman y son parte fundamental e indispensable en la vida. Diariamente manejamos y convivimos con ellas, pero pocas veces nos preguntamos cómo se manejan, que influencia tienen sobre nuestras decisiones, somos realmente conscientes de estas. Es importante mencionar que toda emoción surge de un estado de ánimo, de un hecho, de una acción, de algún recuerdo, ya sea pasado, presente o futuro, inconsciente o conscientemente.

La educación emocional no había sido considerada importante en el desarrollo integral de los alumnos, pero actualmente estos aspectos emocionales han cobrado importancia, volviéndose factores centrales, promoviéndose en la educación con mayor intensidad. Si bien los aspectos intelectuales y cognitivos han absorbido casi de manera exclusiva toda la atención de la educación, la sociedad actual exige un cambio, centrada no solo en la transmisión de conocimientos académicos sino también potenciar el desarrollo emocional de los alumnos pues se requiere una educación integral.

1.1 Circunstancias que rodean el tema

Para comenzar ¿Qué es la educación emocional? es un modelo orientado a ayudar a las personas a mejorar el conocimiento de sus emociones, a desarrollar la conciencia emocional, a mejorar la capacidad de controlar las emociones, pero ¿Qué es una emoción? Las emociones son reacciones en un estado de ánimo, sus funciones sociales sirven para comunicar a los demás como nos sentimos, así como para influir y comprender a los demás

La clasificación de las emociones se divide en dos, básicas o primarias y estas incluyen sorpresa, miedo, alegría, tristeza e ira, pero dentro de estas se encuentran las complejas, que son la culpa, vergüenza, orgullo, celos, arrogancia. Las emociones positivas, son agradables y se experimentan cuando se logra una meta, en el disfrute y bienestar que proporciona la propia emoción y las emociones negativas, son desagradables, se experimentan cuando se bloquea una meta o se presenta frustración, también puede presentarse ante una amenaza o una pérdida y estas requieren de energía y de movilización para afrontar la situación de manera relativamente urgente.

El desarrollo emocional o afectivo se refiere al proceso por el cual el niño constituye su identidad (su yo) su autoestima, su seguridad, su confianza en sí mismo y en el mundo que lo rodea,

a través de las interacciones que establece con los demás, ubicándose como una persona única y distinta, a través de este proceso el niño puede distinguir las emociones, identificarlas, manejarlas, expresarlas y controlarlas

Autores como Jean Piaget en la teoría de las cuatro etapas del desarrollo cognitivo explica que los niños son capaces de reconocer las emociones positivas y negativas desde los primeros meses de vida. Alrededor del primer mes aparece la sonrisa en los bebés; a los tres meses sus reacciones son de llanto, experimentan emociones positivas como negativas; a partir de los 6 a 7 meses reaccionan ante lo desconocido, tensión, miedo; a los 8 meses los niños pueden identificar el significado emocional de la expresión facial de sus padres; al rededor los dos años los niños empiezan a comprender la emoción implícita como reír o llorar; a partir de los cuatro años, los niños son capaces de reconocer los sentimientos en personajes de cuentos, caricaturas, etc. además de comprender las situaciones que pueden provocar varias respuestas emocionales; a los 6 años los niños comprenden que situaciones desagradables producen las emociones negativas, así como las situaciones positivas que producen felicidad; entre los 11 y 15 años se establecen nexos de unión entre hechos y las emociones que generan, todo esto antes de llegar a la edad adulta, las personas ya han establecido los objetivos y creencias que consideramos importantes a la hora de hacer una evaluación de las situaciones que pueden generar emociones

En algunos de los países como lo es Argentina se ha incluido como parte fundamental el desarrollo de las habilidades emocionales, es así como, la educación emocional forma parte de una estrategia de promoción de la salud que tiene como objetivo mejorar la calidad de vida de las personas a partir del desarrollo de las habilidades emocionales, de igual manera, es importante que en el proceso enseñanza-aprendizaje se incluya el conocimiento y manejo de las emociones de manera integral, que permitirá “comprender y resolver conflictos sin violencia, el no recurrir a ningún tipo de drogas como salida para la solución de los problemas y así formar adultos capaces de resolver y vivir en un contexto social de respeto” (Lucas J. J. Malaisi, 2014, p. 28).

El autor y presidente del proyecto de educación emocional en Argentina Lucas J. J. Malaisi, presento como propuesta en las legislaturas, cámara de diputados y de senadores de la nación, la justificación del porque una ley que sustente la implementación del desarrollo de las emociones en la educación de sus ciudadanos, el autor afirma que “no es raro hoy en día escuchar noticias o saber de adolescentes que toman drogas, alcohol, roban, no respetan las normas, son

agresivos, se fugan del hogar, etc.” (Lucas J. J. M. 2014, p. 10). Tras todo lo expuesto anteriormente se obtuvo como resultado la aceptación de una ley de educación emocional dentro de la estructura y proyectos educativos de la nación en Argentina, para así solucionar los conflictos sociales que se presentan en el país.

En diferentes países del mundo como Noruega, Australia, Alemania, incluyendo Argentina, han decidido incluir las emociones dentro de sus programas de educación, no solo por el hecho de tener gran impacto en la sociedad, sino también por tener buenos resultados en la construcción y desarrollo interpersonal e integral de los alumnos. Estos proyectos a futuro, tienen la intención de crear y desarrollar alumnos que en la adolescencia puedan manejar diferente tipo de situaciones.

México es otro de los países que ha incluido la educación socioemocional en sus proyectos educativos, ya que los índices de violencia han ido en aumento. “En los últimos años se ha experimentado una escala de violencia entre las generaciones más jóvenes y se pueden atestiguar con la creciente falta de interés por parte de los alumnos para con las escuelas, así como una elevada tasa de abandono de estudios y un notable incremento de casos de suicidio” (CEAMEG, 2011)

“La gran diversidad cultural de México incluyendo las diferencias económicas y de género, han generado un paisaje social de desigualdad y violencia, según revela el creciente número de casos dados en las escuelas” (CEAMEG, 2011), estas variables se han tenido en cuenta en muchos de los análisis llevados a cabo sobre la actual situación educativa en México. La mayoría se centra en la necesidad de diseñar un programa articulado de educación emocional y social para el alumnado, docentes y familiares.

Diferentes han sido los proyectos implementados en México, tal como el de 1992 donde se inició una transformación educativa y una reorganización del sistema educativo nacional a través del Acuerdo Nacional Para La Modernización De Educación Básica, esta iniciativa perseguía el desarrollo de individuos comprometidos que fomentara y desarrollara las habilidades académicas tanto emocionales como sociales.

En 2002 se hizo un llamamiento a escala nacional con el propósito de “asegurar el desarrollo integral de los alumnos y capacitarlos para lograr mejorar los estándares de conocimientos y así desarrollar ciudadanos sensibles a los derechos humanos, la justicia y el

respeto” (SEP, 2011). Con la misma finalidad de las reformas pasadas, la reforma del plan de estudios 2004 pretendía transformar las practicas pedagógicas fortaleciendo el desarrollo académico, incluyendo los emocionales y sociales permitiendo equilibrar todos los niveles del sistema educativo. También se estableció como requisito indispensable, que “niños y las niñas fueran actores protagonistas de su propio proceso de aprendizaje incluyendo el ámbito emocional y social” (SEP, 2011)

Para poder lograrlo el sistema educativo tenía que reforzar las capacidades cognitivas de los alumnos y los procesos afectivos. Estaba previsto que este nuevo programa se ejecutara a nivel nacional en las escuelas públicas y privadas. De tal modo que “el desarrollo de las habilidades afectivas, sociales y cognitivas se convirtieron en un objetivo fundamental del proceso educativo, que debía iniciarse en preescolar” (UNESCO, 2011).

Por ende se esperaba que los niños desarrollaran a partir del preescolar su autoconcepto, la capacidad de expresar sus sentimientos, regular sus emociones, resolver problemas y de verbalizar su estado de ánimo, así como sus emociones, lo cual les permitiría moderar sus comportamientos al mismo tiempo que interactuar con los demás, estas habilidades se agruparon en habilidades personales, emocionales y sociales (identidad personal, independencia, relaciones interpersonales) y en habilidades de lenguaje y comunicación (aprender a comunicar las necesidades propias a través del lenguaje).

En el área de las habilidades personales, emocionales y sociales, el objetivo era que los niños aprendieran a relacionarse pacíficamente con los demás y con la naturaleza, así como a “comunicarse de manera efectiva, fomentar el trabajo en equipo, que aprendieran formas armoniosas de entablar relaciones emocionales y personales, así como, desarrollar una identidad personal y social” (SEP, 2009).

En 2007 surge una nueva iniciativa, contemplada también desde el preescolar, aquí “los niños debían desarrollar su autoconcepto y expresaran sus sentimientos” (SEP, 2009) lo que da más relevancia a este proyecto es la inclusión de los valores sociales, tales como el respeto y la tolerancia, así mismo, que aprendieran a regular sus emociones y comportamientos, todo ello con el fin de que en la adolescencia estuvieran capacitados para saber combatir problemas de violencia y no caer en la drogodependencia entre otro tipo. Por consiguiente, los planes de estudio de educación primaria y secundaria introdujeron cursos de habilidades emocionales y sociales

mediante las asignaturas de ética y educación cívica, para fomentar compromisos y puntos de vista éticos relacionados con el desarrollo personal y social del alumnado.

De acuerdo con el informe de educación obligatoria en México, realizado en el 2018 por el Instituto Nacional de la Evaluación Educativa (INEE), en promedio el 8.7% de estudiantes de primaria y el 5.7% de secundaria declararon haber participado en acciones como robo, daño a las instalaciones, intimidación a compañeras o compañeros y peleas. Ante la presencia de estas y otras manifestaciones de violencia en las escuelas, el Programa Nacional de Convivencia Escolar (PNCE) considera importante continuar fortaleciendo el desarrollo de competencias socioemocionales en el alumnado, tales como la autoconciencia, regulación emocional, la autoestima, la empatía, la asertividad y la resolución de conflictos, que les permitan en situaciones de tensión o conflicto generar emociones, pensamientos, comportamientos, actitudes, valores y habilidades que favorezcan una convivencia pacífica, inclusiva y de respeto a los derechos humanos.

Las competencias socioemocionales permiten comprender, expresar y regular las emociones, a fin de mantener comportamientos que facilitan la interacción efectiva y satisfactoria en las relaciones con los demás; también dotan a las comunidades escolares de la capacidad para generar respuestas más adaptativas a su entorno, es decir, una actuación sensata, impulsiva, con empatía, respeto y tolerancia hacia el otro, anteponiendo el análisis de las consecuencias de las acciones para sí mismo y para los demás (PNCE, 2020, p.6).

En la actualidad la secretaria de educación pública y el programa nacional de convivencia escolar (PNCE) propone estrategias preventivas y formativas para desarrollar ambientes de aprendizaje y de gestión a la construcción de una cultura de paz y convivencia armónica, inclusiva y democrática. Los trabajos presentados en este proyecto tienen el objetivo de “desarrollar conocimientos, capacidades, actitudes y valores en las personas para resolver conflictos de manera pacífica, rechaza cualquier tipo de violencia y trata de generar condiciones hacia la paz, tanto a nivel personal como social” (PNCE, 2020, p.4)

Es importante reconocer que el trabajo con las competencias socioemocionales no es suficiente para eliminar la violencia que se origina en las condiciones de pobreza y de

discriminación sufrida por distintos grupos de población, cuyas condiciones sociales, étnicas, de género o situaciones familiares los colocan en una situación de vulnerabilidad. Por lo que el programa nacional de convivencia escolar, no solo proporciona herramientas para los alumnos, sino también, para padres de familia y agentes educativos.

Entre las instituciones que desarrollan tales programas cabe mencionar el centro nacional de evaluación para la educación superior (CENEVAL), la comisión mexicana de investigación (COMIE), el departamento de investigaciones educativas del CINVESTAV, el instituto nacional para la evaluación de la educación (INNE) y la Universidad Pedagógica Nacional (UPN). Estas instituciones han colaborado con la academia internacional de educación (AIE) y la oficina internacional de educación (OIE) en la creación de directrices académicas (Elver, 2003).

La mayoría de estas instituciones impulsan, apoyan y guían constantemente a las escuelas para que fomenten habilidades que permitan hacer frente a situaciones conflictivas e introduzcan en el aula espacios destinados a abordar tareas vitales incluyendo como hacer frente a la frustración y a la ansiedad, forjar y mantener relaciones personales, entablar una comunicación efectiva con los demás, identificar los estados emocionales y ser conscientes de las necesidades de los otros. Aunque algunos de los programas han dado resultados satisfactorios, la mayoría de los docentes no han logrado incorporar las habilidades emocionales y sociales como aparte integral del aprendizaje, tendiendo a separarlas de las dinámicas de clase.

Cabe mencionar que a pesar de estas valiosas iniciativas y la retórica convincente de las numerosas reformas y leyes que han impulsado la introducción de las habilidades emocionales y sociales en el sistema educativo mexicano, sigue careciendo de un plan de estudios integrado y coherente, incluyendo el desarrollo personal y profesional que permita a los docentes incorporar la educación emocional y social en los sectores de la enseñanza pública y privada, ya que, no hay muchas pruebas que corroboren que hayan sido tomados en cuenta en el diseño de los planes o de los programas de formación continua de los docentes, sin embargo si existen algunas directrices explícitas de cómo debería incorporarse la educación emocional y social a diario en el aula.

Es importante destacar que diversas organizaciones e instituciones civiles y académicas han aprendido actividades aisladas al respecto con el fin de proporcionar un programa educativo integral que incorpore habilidades emocionales y sociales, es necesario que las habilidades afectivas vayan acompañadas de la experiencia de aprendizaje y enseñanza, de tal modo que

alumnos y docentes puedan construir juntos espacios de aprendizaje dinámicos y creativos caracterizados por una comunicación respetuosa y asertiva, donde se brinden oportunidades para que los alumnos participen en la creación y adquisición de conocimientos. También es fundamental llevarlo más allá del aula y dotar a las familias de habilidades similares, para que también se mantengan y se practiquen en casa, creando así un ecosistema emocional y social sostenible.

Cada día las noticias demuestran la inseguridad y la degradación de la calidad de vida de las personas debido a una descontrolada irrupción de los impulsos; numerosos documentos muestran un aumento de la delincuencia, embarazos en adolescentes, depresión, suicidios, trastornos alimenticios etcétera, que demuestran que la sociedad tiene más efectos negativos que positivos; por lo tanto, retomando la postura del autor Tapia (1998), menciona que “el desarrollo emocional de los niños es ampliamente ignorado por el curriculum escolar. Quizá los problemas de las pandillas juveniles, el aumento de las tasas de suicidio juvenil, la depresión infantil y el comportamiento escandaloso de los estudiantes, son evidencias de esta negligencia” (p. 44).

La inteligencia emocional juega un papel importante en la educación de hoy en día, ya que a través de ella se logra desarrollar la motivación, el control de impulsos, la regulación de los estados de ánimo y el relacionarse con los demás. Todas estas capacidades permiten a las personas desarrollarse de una manera más efectiva y con mayor posibilidad de logro.

Recordando que “la inteligencia emocional es una forma de interactuar con el mundo que tiene muy en cuenta los sentimientos y engloba habilidades tales como el control de los impulsos, la autoconciencia, la motivación, el entusiasmo, la perseverancia, la empatía, la agilidad mental. Ellas configuran rasgos de carácter como la autodisciplina, la comparación o el altruismo, que resultan indispensables para una buena y creativa adaptación social”. (Daniel Goleman, 1995, p. 47).

1.2 Aspectos relevantes del tema

El autor R. Bisquerra considera que los fundamentos de la educación emocional se encuentran inmersos tanto en la pedagogía como en la psicología. Los aportes pedagógicos provienen desde los movimientos de la renovación pedagógica y sus diversos enfoques, escuela nueva, escuela activa, educación progresista etc., ya que todas estas propuestas se fundamentan en

la formación integral de la personalidad del niño y por ende en las competencias personales e interpersonales.

Los teóricos representantes de estos movimientos son Pestalozzi, Froebel, Dewey, Montessori, Freinet, Le Bon etc., estos autores postulaban el valor de la dimensión afectiva en la educación de los niños. Así, desde la educación emocional se pretende recoger todos los conocimientos desde una perspectiva actualizada para realizar innovaciones educativas que supongan cambios significativos en las finalidades y enfoques de la educación. Por otra parte, “los aportes de la psicología a la educación emocional se hallarían en la psicoterapia, las teorías de las emociones y las teorías de la inteligencia emocional” (Bisquerra, 2002, p. 34) sin embargo era necesario integrar la psicología social y la psicología evolutiva

Por consiguiente, la educación emocional es un modelo educativo orientado a ayudar a las personas a mejorar el conocimiento de sus emociones, a desarrollar la conciencia emocional, a mejorar la conciencia emocional, a mejorar la capacidad de controlar las emociones, y a fomentar una actitud positiva ante la vida

La educación socioemocional debe desarrollar las competencias emocionales, es decir “el conjunto de conocimientos, destrezas y aptitudes necesarias para ejercer una profesión, resolver problemas profesionales de forma autónoma y flexible y ser capaz de colaborar con el entorno profesional y en la organización del trabajo” (Bunk, 1994, p. 9), para contribuir en la personalidad integral de los individuos, incorporando los aspectos intelectuales y socioemocionales, de igual manera las prácticas en el aula y las estrategias cognitivas utilizadas, así como las habilidades de autocontrol que permita a los alumnos sobrellevar satisfactoriamente las relaciones personales. Esto implica fomentar actitudes positivas ante la vida, habilidades sociales, empatía, etcétera.

La inteligencia emocional es la habilidad para percibir, generar y acceder a emociones que faciliten el pensamiento para comprender el conocimiento emocional y para regular las emociones de manera efectiva permitiendo el crecimiento intelectual y emocional, a su vez, la capacidad de entender, controlar y modificar los estados anímicos propios y ajenos, es el uso inteligente de las emociones, hacer que intencionalmente las emociones trabajen para nosotros, utilizándolas de manera que nos ayuden a guiar conductas y procesos de pensamiento, a fin de un bienestar personal.

1.3 Factores que inciden en el problema

El papel del docente en la educación emocional es pieza fundamental, ya que, la actividad social constructiva entre alumno y docente se maximiza, es decir, las habilidades cognitivas y emocionales, pues permite un aprendizaje autónomo y permanente donde los alumnos pueden utilizar ese aprendizaje en situaciones y problemas más generales y significativos, no solo en el ámbito escolar. Todo esto es posible si se toma en cuenta que la intervención del docente es de gran ayuda en el proceso de la construcción de los conocimientos, de tal manera que sin la ayuda de este agente educativo es muy probable que los alumnos y alumnas no alcancen los objetivos educativos determinados. El ejemplo de los educadores se toma como un elemento importante para los alumnos, ya que en muchos casos se aprecia como un modelo a imitar.

En relación con lo anterior es conocido que “los estudiantes tienden a imitar y reproducir lo que hacen y dicen sus maestros, incluyendo los comportamientos, producto de sus emociones particularmente en los niños” (Martínez Otero, 2006, p. 24). La capacidad de identificar, comprender y regular las emociones es de gran importancia por parte de los docentes al igual que la salud mental, emocional y física de los alumnos ya que estos determinan para establecer relaciones de confianza y relaciones interpersonales positivas y constructivas con estos mismos, habiendo de su rendimiento académico más fructífero.

El papel de las instituciones educativas en la educación emocional según el autor Imbernon (1999), plantea que “la escuela no puede tener como único objetivo la transmisión de conocimientos, sino que también debe ocuparse de la educación de la persona tanto en los aspectos individuales como sociales” (p. 17). Al respecto menciona que “la escuela y el aula son contextos donde las personas se implican en actividades, asumen papeles y participan en relaciones sociales con contextos donde se desarrollan las capacidades no solo de tipo cognitivo sino también las de tipo afectivo, moral y social” (Imbernon, 1999, 29).

“La escuela suele ser un lugar para aprender materias académicas solamente, como lo son, las matemáticas, estudios sociales, literatura, donde las habilidades sociales y emocionales deben de ser aprendidas en otros espacios como la casa, la comunidad, etc.” (Elías Hunter y Kress, 2001, p. 18) los autores afirman que es indiscutible que la promoción de las habilidades de la inteligencia emocional implica esfuerzos adicionales y coordinados con los padres y las

comunidades, pues no deben de abordarse como si la inteligencia emocional y los aspectos académicos fueran vías incompatibles o que interfiere uno con el otro, sino que debe plantearse como un conjunto de esfuerzos académicos complementarios.

Christopher Clouder, los educadores saben desde siempre, para el alumnado no es suficiente con dominar conocimientos y habilidades de razonamiento lógico en el sentido académico tradicional; deben además ser capaces de elegir y utilizar esas habilidades y conocimientos de forma útil fuera del contexto estructurado de la escuela y del laboratorio. Porque estas elecciones están basadas en la emoción y en el pensamiento emocional.... Cuando los educadores no valoramos la importancia de las emociones de los estudiantes, estamos olvidando una fuerza fundamental del aprendizaje. Se podría decir de hecho que nos olvidamos del factor más importante del aprendizaje.¹ (Immordino-Yang, M. H. y Damasio, A. We Feel, Therefore We Learn: The Relevance of Affective and Social Neuroscience to Education. 2007).

Otro factor importante para desarrollar la inteligencia emocional proviene de las familias, donde los componentes fundamentales son los agentes involucrados en el entorno, refiriéndose a padres, hermanos, abuelos, etc. Dentro de esta se generan relaciones recíprocas que influyen en gran parte sobre la socialización y desarrollo de los miembros. Goleman (1996) sostiene que “la familia es la primera escuela de aprendizaje emocional y argumenta que el impacto que tiene este temprano aprendizaje es profundo, puesto que el cerebro del niño tiene su máxima plasticidad en esos primeros años de vida (pag. 78).

Bach (2001) por su parte afirma que “el entorno familiar es donde el niño descubre por primera vez sus sentimientos, las reacciones de los demás, ante sus sentimientos y sus posibilidades de respuesta ante ambas cosas” (p. 114). La autora argumenta que los niños dejarán de expresar e incluso de sentir aquellas emociones que no sean captadas, aceptadas o correspondidas por sus padres, lo que empobrecerá y restringirá su registro emocional. En consecuencia, es importante que los padres sean capaces de estar en sintonía con las emociones de sus hijos, pues la manera en que los padres manejen sus propias emociones y reacciones ante las de sus hijos, determinará en gran medida las competencias emocionales futuras de sus hijos.

El núcleo familiar es el contexto donde los niños adquieren diversidad de creencias, actitudes y valores, así como los primeros vínculos, expresiones, regulaciones y relaciones afectivas que se generan en el contexto familiar estimulando y regulando el desarrollo socio-afectivo. Muchos autores coinciden con el impacto que tienen las relaciones familiares con el desarrollo emocional. La familia es el primer agente de socialización y es el primero en generar vínculos emocionales entre los cuidadores y el niño. “Es este el contexto donde el niño empieza a comprender las emociones, a expresarlas y a identificarlas, así como la autorregulación pues los primeros vínculos afectivos servirán de referencia en sus relaciones afectivas futuras” (Stormshak y otros 1996, p. 72).

Pake y colaboradores (1989) propusieron que la socialización parental se realiza mediante dos tipos de influencias, directas e indirectas. La socialización directa según los autores son los intentos de los padres para influir o corregir la conducta emocional de sus hijos, normalmente a través de la instrucción, es decir, orientado hacia la interpretación de las manifestaciones emocionales de los otros o apoyando la regulación emocional (puede ser, decirle que va a herir los sentimientos de una niña si se ríe de ella por alguna situación). La socialización indirecta es la influencia no explícita o intencional que modifica la conducta emocional del niño. Los niños observan las expresiones emocionales de los padres y aprenden por modelo o aprendizaje vicario, influyendo en el estilo afectivo de los niños. Posteriormente Parke (1994) añadió una tercera vía de influencia, 1) exposición indirecta con los parentales y familiares, 2) por enseñanza e instrucción, 3) por la estructuración de oportunidades del ambiente.

La expresividad emocional familiar incluye decisivamente en las competencias socioemocionales, dado que en la vida familiar se expone a los niños acontecimientos de diferentes intensidades emocionales, diversidad de estudios como los de Denham, Zoller y Couchoud (1994) han comprobado que

“una mayor proporción de manifestaciones positivas por parte de las madres se relaciona con los altos índices de expresividad positiva en los niños, logrando un mayor desarrollo de las capacidades para auto calmarse, y de responder positivamente a las necesidades de los otros. En cambio, la tristeza y la depresión materna se relaciona con los elevados niveles de tristeza en los hijos, mostrando mayor dificultad para regular las

propias emociones y desafección por las expresiones emocionales por los demás” (p. 110)

Igualmente, las relaciones sociales pueden ser una fuente de conflictos, tanto en la profesión como en la familia, comunidad y cualquier contexto en el que se desarrolle la persona. Estos conflictos afectan a los sentimientos, de tal forma que en ocasiones pueden llegar a producirse respuestas violentas incontroladas. Por otro lado, vivimos en una sociedad en la que continuamente estamos recibiendo estímulos que nos producen tensión emocional que conducen a una pérdida de salud y de la calidad de vida.

Así mismo, como lo destaca Bisquerra (2000), en esta sociedad de la información y de la comunicación de masas “se corre el peligro que las relaciones interpersonales queden sustituidas por las tecnologías de la comunicación y ello puede provocar un aislamiento físico y emocional del individuo” (p. 35). En el sentido de lo anteriormente expuesto, las instituciones, docentes, profesionales etc. deben preocuparse por la educación emocional y comprometerse a apoyar y promover programas orientados a tal fin, como talleres de desarrollo personal, técnicas de relajación, programas deportivos que permitan canalizar la agresividad, la depresión y el estrés, promoción de la convivencia y la solidaridad, entre otros. Igualmente, con el apoyo de los padres o cuidadores, debe prestarse atención a la programación televisiva que llega a los infantes y jóvenes, de manera que sea más formativa, orientadora y no promover patrones de conducta equivocados.

La importancia que se le ha dado a la inteligencia emocional en la actualidad es diversa, sin embargo, falta mucho que hacer puesto que en los salones de clase y en la vida cotidiana se observan conductas no adecuadas tanto con sus compañeros como con el docente y la familia es por tal razón se toma la inteligencia emocional como tema de investigación planteando la siguiente interrogante

¿Cómo desarrollar la inteligencia emocional en alumnos de cuarto grado de primaria de la escuela Everardo Vega Rodríguez para favorecer la resolución de problemas socioemocionales?

Y como objetivo general:

Fortalecer la inteligencia emocional en alumnos de cuarto grado de primaria de la escuela Everardo Vega Rodríguez para favorecer la resolución de problemas socioemocionales

Objetivos específicos:

Comprender a los otros de manera empática y establecer relaciones interpersonales de atención y cuidado con los demás, mirando más allá de uno mismo.

Aprender a autorregular las emociones, generar destrezas para solucionar conflictos de forma pacífica

CAPÍTULO

II

LA INTELIGENCIA EMOCIONAL

En este capítulo se explica la definición de la inteligencia proporcionada por diferentes autores, realizando una descripción de la teoría de las inteligencias múltiples propuestas por H. Gardner, para después profundizar en la definición de inteligencia emocional en el desarrollo integral de los individuos.

2.1 Conceptualización de los autores

El concepto general de inteligencia, proviene del latín *intelligentia*, según la real academia española lo define como la capacidad de percibir y controlar los propios sentimientos y saber interpretar los de los demás. El psicólogo y pedagogo suizo Jean Piaget (1936) en su obra *el nacimiento de la inteligencia en el niño* afirma que las categorías básicas del pensamiento se generan en los primeros años de vida. Desde el nacimiento del niño presenta una actividad sensorial y motriz que muestra los caracteres de la comprensión inteligente. Este estímulo puede ser la presencia o ausencia de un adulto con el que se sienta seguro. De tal modo que un bebé puede manifestar llanto cuando se encuentra solo y encontrar calma ante la presencia de otra persona.

También se puede observar que los niños menores de un año que reaccionan a los estímulos sensoriales con las respuestas motoras, proporcionando una respuesta de agrado, con una sonrisa y movimientos rápidos de manos y piernas, cuando su madre le sonríe, le acaricia o le habla, O bien, responde con un llanto cuando carece de dicho estímulo, es decir cuando la madre le retira el contacto físico, la expresión facial de alegría y se queda callada ante él.

Vigotsky (1978) menciona en su obra *El Desarrollo De Los Procesos Psicológicos Superiores* que “el aprendizaje humano presupone una naturaleza social específica y un proceso mediante el cual los niños acceden a la vida intelectual de aquellos que les rodean” (p. 25)

Vigotsky plantea que todo individuo aprende de diferente manera, si bien es cierto todo individuo aprende de diferente manera, también lo que los rodea, tanto en el ámbito familiar como el escolar. Es por ello que el profesor debe de ser consciente de que ellos mismos son modelos y referentes en el proceso de aprendizaje de cada niño. Tanto la actitud como la presencia del docente debe de ser un elemento motivador y atractivo para el alumnado. En relación a los escenarios, el

centro escolar o las instituciones deben presentarse como un lugar atractivo, donde el alumno acuda con ilusión y entusiasmo por aprender.

Para Thorndike la inteligencia de la persona dependía del comportamiento, de tal modo que la inteligencia podía clasificarse en inteligencia mecánica, inteligencia social e inteligencia abstracta. El psicólogo y filósofo John Dewey representante de la pedagogía progresista americana, también fue antecesor de Gardner. Dewey relaciona la inteligencia con el conjunto de habilidades que hemos de desarrollar para desenvolvernos en la vida. La pedagogía progresista o pragmática destaca la importancia de la enseñanza de habilidades y procedimientos para resolver los problemas que se nos presentan diariamente en el trabajo. En base al autor, los conocimientos y habilidades ayudan a los niños conforme el conocimiento y desarrollo en el aprendizaje.

El psicólogo Thurstone también considero que la inteligencia está formada por varias habilidades y capacidades relacionadas con la palabra, los números, la información y las relaciones abstractas. El autor recopiló las capacidades mentales primarias realizó una lista donde se reflejaban, la capacidad espacial, la velocidad perceptual, la capacidad numérica, la comprensión verbal, la memoria, la fluidez verbal y el razonamiento.

El autor Gardner (1983) realiza una primera definición de la inteligencia, estructurándola como “la capacidad de resolver problemas o crear productos, que sean valiosos en uno o más ambientes culturales” (p. 64). Postula también la teoría de las inteligencias múltiples, de tal modo que considera que la inteligencia está formada por el desarrollo de siete inteligencias. Todas estas independientes pero interrelacionadas.

El autor a partir de esta primera definición se apoya de una serie de estudios antropológicos y pruebas biológicas para poder analizar posteriormente que la inteligencia no es única y hereditaria, como anteriormente se había considerado. Además, considera que se ha abusado del concepto al tratar de medir la inteligencia con pruebas psicométricas y posteriormente catalogar a las personas dependiendo de esta medida o prueba.

2.2 Inteligencia emocional, intrapersonal e interpersonal

Los orígenes de la IE se encuentran en 1920, con el autor Edward Thorndike. Este autor identificó la Inteligencia Social y la definió como "la capacidad para comprender y dirigir a las personas [...] de actuar sabiamente en las relaciones humanas" (Thorndike 1920, p. 228). Robert

Thorndike y Saul Stern (1937) revisaron los intentos de E. Thorndike de medir la inteligencia social identificando tres áreas relacionadas con esta: la primera engloba la actitud de los individuos hacia la sociedad y sus componentes, la segunda tenía que ver con el conocimiento social y la tercera estaba relacionada con el grado de ajuste social del individuo.

Al final los autores concluyeron que “la inteligencia social es un conjunto de habilidades distintas o un conjunto de hábitos sociales y actitudes específicas de cada uno” (Thorndike y Stern, 1937, p. 275) y agregaron que esperaban que futuras investigaciones arrojaran luz sobre la naturaleza de la habilidad de cada uno para manejar y entenderse a sí mismo y a los demás. Años más tarde David Wechsler se refirió a elementos tanto “intelectuales” como “no intelectuales” que estaban incluidos en la capacidad global del individuo para actuar, pensar y tratar de manera efectiva con su ambiente. Los elementos a los que se refería eran factores afectivos, sociales y personales (Wechsler, 1943, 1958). De acuerdo a este planteamiento Wechsler expresó lo siguiente

“La cuestión principal es si el no intelecto, que son las habilidades afectivas y motivacionales, son admisibles como factores de la inteligencia general. Mi opinión ha sido que tales factores no son sólo admisibles, sino necesarios. He intentado mostrar, que, en adición al intelecto, hay también factores no intelectuales definidos que determinan el comportamiento inteligente. Si las observaciones anteriores son correctas, esto nos lleva a que no podemos esperar medir el total de la inteligencia, hasta que nuestros tests incluyan también algunas medidas acerca de los factores no intelectuales.” (Wechsler, 1943, p. 103).

En 1983 se publicó *Frames of Mind* de Howard Gardner, donde planteaba la teoría de las Inteligencias Múltiples. De estas inteligencias las que se relacionan con lo que Thorndike consideraba Inteligencia Social son la Interpersonal (que se refiere a la capacidad que tiene una persona para relacionarse con los otros de manera eficaz) y la Intrapersonal (la capacidad de analizar y entender quiénes somos, nuestras motivaciones y el conocimiento de nuestras destrezas y debilidades). Esta teoría supone el inicio del desarrollo de la noción de IE. En 1990 surge la primera definición y el modelo formal de IE con Salovey y Mayer.

Los autores Salovey y Mayer la describen como “una forma de inteligencia social que envuelve la habilidad de monitorear las emociones y sentimientos propios y ajenos, discriminar

entre ellos y utilizar esta información para guiar el pensamiento y las acciones o conducta propias” (Salovey y Mayer, 1990, p. 189). Años más tarde, estos autores modificaron su definición de IE poniendo más énfasis en aspectos cognitivos, considerando la IE como “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 proviniendo un crecimiento emocional e intelectual” (Mayer y Salovey, 1997, p. 4).

Es en 1995 cuando el término se populariza con el autor Daniel Goleman, quien tomando en cuenta investigaciones anteriores y habiendo estudiado el trabajo de Salovey y Mayer, publica su libro *Emotional Intelligence*. En él, D. Goleman expone que la IE es la herramienta que nos ayuda a interactuar con el mundo, que la misma envuelve sentimientos y habilidades como el control de los impulsos, la autoconciencia, la motivación, la perseverancia, la empatía, etc. También que la IE configura rasgos de carácter como la autodisciplina o la compasión, los cuales resultan indispensables para una buena adaptación social (Goleman, 1995).

H. Gardner (1983) denomina que la inteligencia emocional está formada por estas dos inteligencias como se mencionaba anteriormente, la inteligencia intrapersonal y la inteligencia interpersonal considera que la inteligencia intrapersonal es aquella inteligencia a través de la cual cada persona accede al conocimiento de su vida emocional y de sus sentimientos. Cuando una persona, posee una inteligencia, desarrolla la capacidad de discriminar y distinguir entre las emociones, es capaz de asignarle un nombre y puede recurrir a las emociones para poder dirigir la propia conducta.

Por otra parte, la inteligencia interpersonal es aquella inteligencia que nos aporta información sobre los estados de ánimo y la capacidad de sentir de los demás, nos permite conocer a las personas, sus deseos e intenciones. En la inteligencia interpersonal se incluye la sensibilidad hacia expresiones faciales, la voz, los gestos, las posturas corporales. Las personas con esta capacidad disfrutan realizando dinámicas grupales e intercambio de ideas con otros, además les gusta dirigir las conversaciones o acciones.

Ambas inteligencias, tanto intrapersonal como interpersonal, no se dan de modo aislado ni arbitrario, es un proceso continuo, relacionadas la una con la otra, Vigotsky (1978) adelantaba en su obra el desarrollo de los procesos psicológicos superiores que “un proceso interpersonal

queda transformado en otro intrapersonal” (p.5). con esto nos indica la importancia de las relaciones para el ser humano, la influencia que ejerce el entorno social y cultural que rodea al alumno, ejerciendo gran influencia en el proceso de enseñanza-aprendizaje.

El modelo de la inteligencia emocional que propone Mayer y Salovey (1997) se organiza en cuatro bloques; percepción emocional, facilitación emocional, comprensión emocional y regulación emocional (p. 57). Goleman (1995) en inteligencia emocional diferencia entre la racional y la emocional. Considera que la inteligencia racional y la capacidad intelectual medida por el coeficiente y algunas de las habilidades que se desarrollan con la inteligencia emocional son; la capacidad de motivarnos, de controlar nuestros impulsos, regular nuestro estado anímico, empatizar y poder confiar en los demás (p. 63).

Por lo que D. Goleman considera que la inteligencia emocional consiste en conocerse a sí mismo, reconociendo las propias emociones, saber utilizar las emociones personales, aprender a motivarse a sí mismo, reconocer las emociones de los demás y lograr establecer relaciones saludables con otras personas. Goleman (1995) recopila las principales competencias personales que forman parte de la inteligencia emocional, estas competencias ya fueron recogidas y organizadas anteriormente por la definición de Salovey y basada en la teoría de las inteligencias múltiples de Gardner.

El modelo de Goleman presenta una combinación de habilidades basadas en la cognición, personalidad, motivación, emoción, inteligencia y neurociencia; es decir, incluye procesos cognitivos y no cognitivos (Goleman, 1998). Lo que lo diferencia de los demás modelos es que su teoría de rendimiento va dirigida mayormente al ámbito empresarial y se centra en el pronóstico de la excelencia laboral.

Este modelo consta de 5 habilidades básicas, conocer las emociones propias, tener conciencia de sí mismo, habilidad de manejar las emociones o de autorregularse, la habilidad para motivarse así mismo, la habilidad para reconocer las emociones de otros, empatía y la habilidad para manejar las relaciones y emociones ajenas. Estos dominios son desarrollados por el autor y se presentan como los siguientes factores, la autoconciencia consiste en el conocimiento de nuestras preferencias, sensaciones, estados y recursos internos. El automanejo se refiere al manejo de nuestros sentimientos, impulsos, estados y obligaciones internas. La conciencia social supone el reconocimiento de los sentimientos, preocupaciones y necesidades de otros. Por último, el manejo

de las relaciones es la habilidad para manejar bien las relaciones y construir redes de soporte social (Goleman, 1995, 1998).

2.3 Competencia emocional según Bisquerra

El autor Bisquerra (2003) postula que la competencia emocional hace referencia al “conjunto de conocimientos, capacidades, habilidades y actitudes necesarias para comprender, expresar y regular de forma apropiada los fenómenos emocionales” (p. 31). Retomando las propuestas anteriores y a partir del marco teórico sobre la educación emocional, se considerará la estructuración de las competencias emocionales que Bisquerra propone como básicas para la vida.

La conciencia emocional según Bisquerra (2003) la define como “la capacidad para tomar conciencia de las propias emociones y las de los demás” (pág. 15), incluyendo la habilidad para captar el clima emocional de un contexto determinado. Esta competencia pasa por reconocer, identificar y concientizar los propios sentimientos y emociones para poder darle el nombre que le corresponden, en lugar de sentirse bien o mal.

En segundo lugar, el autor plantea la regulación emocional y la define como la capacidad para manejar las emociones de forma apropiada. Esta segunda se refiere a la concienciación entre emoción, cognición y comportamiento. En base a esta competencia se establecen micro competencias las cuales son: expresión emocional apropiada, regulación de emociones y sentimientos, habilidades de afrontamiento, competencia para autorregular emociones positivas. La capacidad de la autorregulación pasa por diferentes etapas, como lo son la frustración, ira o impulsividad, y estas deben manejarse para que no dominen el comportamiento de la persona...

La tercera competencia es la autonomía emocional la cual se refiere como un conjunto de características y elementos relacionados con la autogestión personal, entre las que se encuentran la autoestima, actitud positiva ante la vida, responsabilidad, capacidad para analizar críticamente las normas sociales, la capacidad para buscar ayuda y recursos, así como la autoeficacia emocional. De esta competencia también se describen micro competencias, automotivación, autoeficacia emocional, responsabilidad, actitud positiva, análisis crítico de normas sociales, resiliencia. El uso apropiado de estas micro competencias, permite manejar de manera efectiva las emociones propias y las ajenas, permitiendo un mejor desarrollo en el entorno social.

La cuarta competencia es la competencia social según Bisquerra se refiere a la capacidad para mantener buenas relaciones con otras personas. Por lo tanto, implica dominar las habilidades sociales básicas, capacidad para la comunicación efectiva, respeto, aptitudes, asertividad, entre otros. Esta competencia también contiene micro componentes que son, dominar las habilidades sociales y básicas, respeto por los demás, practica de comunicación expresiva, compartir emociones, comportamiento prosocial y cooperación, asertividad, prevención y solución de conflictos, capacidad para gestionar situaciones emocionales. Todas estas competencias sociales promueven una mayor y eficiente relación en el entorno familiar, laboral, personal, y de más ámbitos, lo que promueve un mayor bienestar personal.

La competencia para la vida y el bienestar hace referencia donde el autor la define como “la capacidad para adoptar comportamientos apropiados y responsables para afrontar satisfactoriamente los desafíos diarios de la vida, ya sean personales, profesionales, familiares, sociales, de tiempo libre, etc.” Estas competencias permiten organizar de forma sana y equilibrada facilitando experiencias de bienestar y satisfacción. Las micro competencias de esta competencia son, fijar objetivos adaptativos, toma de decisiones, buscar ayuda y recursos, ciudadanía activa, participativa, crítica, responsable y comprometida, bienestar emocional, etc.

En cuanto a la perspectiva que proporciona el autor Bisquerra sobre la inteligencia emocional, menciona que la práctica adecuada y el desarrollo de la inteligencia emocional, posibilita a la persona y amplía la calidad de vida, ya que, a medida que identifica, comprende, maneja y regula sus emociones y esto permitirá mantener relaciones de manera exitosa.

2.4 Influencia de la inteligencia emocional en el desarrollo de la persona

Fernández Berrocal y Ruiz (2008) retoman el modelo teórico de Salovey mencionando que la inteligencia emocional es la capacidad del desarrollo y uso de las habilidades emocionales de cada individuo para lograr adaptarse al medio y solucionar los problemas que se le plantean diariamente.

Siguiendo con la postura de Fernández Berrocal y Ruiz (2008) afirman que el desarrollo de la inteligencia emocional proporciona beneficios tales que, alejan la posibilidad de aparición de problemas de conducta entre los alumnos en estas cuatro áreas: relaciones interpersonales, bienes psicológicos, rendimiento académico y la posible aparición de conductas inadecuadas.

La inteligencia emocional y las relaciones interpersonales son personas emocionalmente inteligentes, capaces de reconocer sus emociones y percibir las de los demás. La inteligencia emocional y bienestar psicológico, resalta la importancia de desarrollar un adecuado equilibrio psicológico. La inteligencia emocional está relacionada con un adecuado ajuste psicológico y emocional de cada persona. Ante una situación estresante la persona responderá con menor ansiedad si emplea las estrategias adecuadas para afrontar tal situación.

Inteligencia emocional y la aparición de conductas disruptivas: la aparición de un comportamiento disruptivo está relacionado un déficit emocional. Además, las relaciones interpersonales se ven afectadas si la persona es impulsiva y carece de habilidades para relacionarse adecuadamente con los demás.

Es por todo lo anterior planteado es que se considera que es de suma importancia tener en claro los aspectos que abarca la inteligencia emocional para que en la escuela/practica podemos acompañar el proceso de aprendizaje en los alumnos.

2.5 Las emociones y sus componentes

En el siguiente apartado se hace referencia al concepto de emoción, sus componentes y por qué se considera importante en el desarrollo de la inteligencia emocional. Rafael Bisquerra (2003) en la publicación educación emocional para las competencias básicas para la vida define la emoción como “un estado complejo del organismo caracterizado por una excitación o perturbación que predispone a una persona, es decir las emociones se genera como respuesta a un acontecimiento externo o interno” (p. 19).

Segura y Arcas (2007) en su obra educar las emociones y los sentimientos, introducción práctica al complejo mundo de los sentimientos definen las emociones como “impulsos que comportan reacciones automáticas y constituyen un conjunto innato de sistemas de adaptación al medio” (p. 22). De igual manera aportan la definición de sentimientos en bloques de información integrada; síntesis, experiencias anteriores, proyectos, del propio sistema de valores y de la realidad.

El doctor en medicina y neurociencia, Francisco Mora (2012) en su publicación la inteligencia emocional en la infancia y la adolescencia realizada por el observatorio FAROS Sant

Joan de Deu de Barcelona y en coordinada por Rafael Bisquerra, considera que “la emoción es ese motor que todos llevamos dentro, que nos mueve y nos empuja a vivir, a querer estar vivos en interacción constante con el mundo y con nosotros mismos” (Francisco Mora, 2021, p.14). En base con el autor, las emociones son internas y se dirigen hacia la acción cuando son movidas por estímulos externos como puede ser el ataque de un animal o mezcla de estímulos internos y externos como el desequilibrio que se produce en una persona.

Las emociones suponen respuestas motrices, cognitivas y fisiología de nuestro cuerpo frente a los estímulos que tienen carga emocional. Las emociones son respuestas con autonomía pues no se requiere de pensamientos y preceden a los sentimientos, ya que estos son la parte consiente de una emoción y forma parte del pensamiento en virtud a la experiencia. Segura y Arcas (2007), realizaron una distinción entre emoción y estado anímico. La emoción es interna, intensa y corta en cuanto a duración en el tiempo. En cambio, un estado anímico es más duradero, es decir sería todo aquello que nos queda cuando hemos vivido una experiencia, pero también contiene parte genética. Por lo que el estado anímico estaría mediatizado por la cultura y la propia persona.

Segura y Arcas (2007), mencionan que puede haber sentimientos que se parecen y podrían ser de la misma familia, aunque los denominemos de diferente manera. Los sentimientos pueden tener sus contrarios como la tristeza y la alegría. Carusso y Salovey (2005), diferencia entre la emociones primarias o básicas como la ira, el miedo, la tristeza y la alegría, de las emociones secundarias o emociones cohibidas que son la sorpresa, el amor, la vergüenza y la aversión, dado que estas últimas poseen un fuerte componente social y cultural.

Las emociones desagradables generan sentimientos negativos y es necesaria una guía para poder tratarlas, dado que se instalan en el ser humano durante un tiempo, en cambio sí favorecemos las experiencias positivas para las personas, surgirán los sentimientos positivos que son los que estimulan el aprendizaje en cada ser humano. De ahí que, se generaliza la expresión: aprendemos por la experiencia.

Rafael Bisquerra (2005) propone una concepción de la educación emocional como “un proceso educativo, continuo y permanente, que pretende potenciar el desarrollo de las competencias emocionales” (p. 61), todo ello encaminado hacia el aumento de la calidad de vida, bienestar personal y social de cada ser humano. Conforme el autor Rafael Bisquerra (2005), la educación emocional esta durante todo el proceso formativo de la persona, este proceso de

aprendizaje no se limita al periodo de enseñanza obligatoria, sino que está presente en la formación permanente y en el desarrollo integral de la persona durante toda la vida.

El autor también resume los objetivos de la educación emocional, entre los que se encuentran: adquirir un conocimiento de las propias emociones, identificar las emociones de los demás, desarrollar la habilidad para regular las propias, etc. El saber escuchar y la capacidad de empatía entre las habilidades socioemocionales destacadas por el autor para facilitar las relaciones sociales. De modo que, si fomentamos su implementación en el aula logramos crear un clima saludable y productivo.

D. Goleman (1995) menciona que la inteligencia emocional determina la capacidad para aprender el autocontrol, en cambio la competencia emocional hace referencia al grado de dominio de una habilidad dirigida hacia el mundo laboral. El concepto de inteligencia emocional parece estar de moda en las escuelas, pero debemos de reconocer que el desarrollo de la inteligencia emocional del ser humano es vital para su socialización y educación integral de los alumnos.

Goleman (1995) a su vez postula que la transmisión de la inteligencia emocional era tradicionalmente a través de la vida cotidiana, pero en esta sociedad de las nuevas tecnologías ha cambiado la forma en la que los alumnos trabajen la inteligencia emocional. Los padres, de hoy en día, dedican mayor cantidad de tiempo al trabajo que a la familia. Por lo que, al pasar nuestros alumnos más tiempo sin sus padres han de tomar referencias de otros modelos. De tal modo, que se considera que dejamos por parte del azar la educación emocional obteniendo resultados negativos a los deseados.

2.6 Aportes teóricos de Daniel Goleman sobre la inteligencia emocional

En los años noventa el concepto de inteligencia adquirió una dimensión amplia y realista, de esta surgieron conceptos como el de las inteligencias múltiples, en el que Edward Gardner (1993) aconsejaba apreciar a aquellos individuos con diversos estilos de aprendizaje y potenciales e introdujo la inteligencia interpersonal e intrapersonal. No obstante, quienes definieron por primera vez el concepto de I.E. como tal, fueron los trabajos de Salovey y Mayer (1990), Dipaolo y Salovey (1990), afirmando que la I.E. es "la capacidad de entender y controlar las emociones, discriminar entre ellas y utilizar esta información para guiar el pensamiento y las acciones de uno" (Salovey y Mayer, 1990, p. 12).

Aun así, no fue hasta 1995 cuando Daniel Goleman popularizó este concepto de inteligencia emocional tras el éxito de su "Best-Seller" mundial *Inteligencia Emocional*. Desde entonces, el constructor de I.E. ha evolucionado de forma indudable, actualmente no se considera el sistema emocional como un elemento perturbador de la inteligencia (Mestre y Fernández, Berrocal, 2007), sino como potenciadora de la misma. En la actualidad, la I.E. es un tema de gran importancia, convirtiéndose en objeto de interés y debate para muchos científicos, psicólogos y educadores.

Daniel Goleman dentro de su libro *Inteligencia Emocional* define, un conjunto de habilidades que estructura la inteligencia emocional, y menciona que hay cuatro dimensiones básicas que la vertebran, entre ellas destacan, el autocontrol, el entusiasmo, la perseverancia y la capacidad de motivarse a uno mismo la automotivación, la empatía. En la parte número de su libro en el tema número uno, el cerebro emocional, describe para que sirven las emociones, de igual manera relata una serie de situaciones que ayudan a entender como las emociones influyen tanto en las acciones como en las reacciones ante diferentes situaciones.

Por ejemplo la tragedia que narra el autor sobre Matilda Crabtree, una niña de catorce años, que pretendía realizar una broma a sus padres ocultándose dentro del armario para asustarlos, al llegar la media noche Bobby el padre de la niña junto con sus esposa, regresaron a casa, escucharon ruidos extraños, por lo que el padre sin dudar tomo la pistola, empezó a dirigirse al dormitorio de su hija Matilda para averiguar lo que ocurría, cuando la pequeña salió gritando por sorpresa del interior del armario, teniendo como resultado una tragedia, ya que Bobby el padre de Matilda disparo tres veces, doce horas después Matilda fallece tras los disparos.

Es así como el autor menciona que el miedo lleva a proteger del peligro a la familia, el miedo fue lo que empujo a Bobby Crabtree a tomar la pistola y buscar al intruso que creía que merodeaba en su casa, pero también fue el miedo quien llevo a disparar antes de que pudiera percatarse quien era. Según afirman los biólogos evolucionistas, que este tipo de reacciones automáticas ha terminado inscribiéndose en el sistema nervioso para garantizar la vida durante un periodo largo y decisivo en la prehistoria humana pero más importante aún, por que cumplió con la tarea de la evolución, perpetuar las mismas predisposiciones genéticas.

De tal manera las emociones han sido grandes referentes a lo largo del proceso evolutivo, como bien menciona el autor en su libro las nuevas realidades, que se presentan en la civilización

moderna surgen a gran velocidad tal que deja atrás al lento paso de la evolución. Las primeras leyes y códigos éticos como el código de Hammurabi, los diez mandamientos del antiguo testamento, se consideran como intentos de refrenar, someter y domesticar la vida emocional, como lo explica el autor Sigmund Freud en su obra el malestar de la cultura, la sociedad se ha visto obligada a imponer normas externas destinadas a contener la desbordante manera de los excesos emocionales que brotan del interior del individuo

“Para bien o para mal las emociones y reacciones ante cualquier encuentro interpersonal no son el fruto exclusivo de un juicio exclusivamente racional, sino también parece arriesgarse en el remoto pasado ancestral. Y ello implica necesariamente la presencia de ciertas tendencias que, en algunas ocasiones, como ocurrió en el lamentable incidente en el hogar de los Crabtree” (D. Goleman, pág. 14)

En su apartado impulsos para la acción de igual manera el autor D. Goleman describe como las emociones en esencia son impulsos que llevan a las personas a actuar, es decir programas en el sistema que reaccionan de manera automática. La misma raíz etimológica de la palabra emoción proviene del verbo latino movere (que significa moverse), de tal modo que toda emoción implica una tendencia a acción. Como ejemplo se puede observar a los niños o a los animales para darse cuenta de que las emociones conducen a la acción; es solo en el mundo civilizado donde los impulsos básicos incitan a actuar. “la aparición de nuevos métodos para profundizar en el estudio del cuerpo y del cuerpo y del cerebro confirman cada vez con mayor detalle la forma en que cada emoción predispone al cuerpo a un tipo diferente de respuesta” (D. Goleman, pág. 14).

Goleman, 1995. El enojo aumenta el flujo sanguíneo haciendo más fácil empuñar un arma o golpear a un enemigo; también aumenta el ritmo cardíaco y la tasa de hormonas que, como la adrenalina, generan la cantidad de energía necesaria para cometer acciones vigorosas (p. 15). En el caso del miedo, la sangre se retira del rostro y fluye a la musculatura esquelética larga, como lo son las piernas y esto permita que favorezca la huida de un posible ataque. Al mismo tiempo el cuerpo se paraliza, si el hecho de ocultarse fuera una respuesta. Las conexiones nerviosas de los centros emocionales del cerebro y desencadenan una respuesta hormonal que pone al cuerpo en estado de alerta, sumiéndolo a la inquietud y predisposición para la acción, mientras que la atención se fija en la amenaza inmediata con el fin de evaluar la respuesta más apropiada.

La felicidad consiste en el aumento de la actividad en el centro cerebral que se encarga de inhibir los sentimientos negativos y de aquietar los estados que generan preocupación, al mismo tiempo que aumenta el caudal de energía disponible. Esta condición proporciona al cuerpo un estado de reposo, entusiasmo y disponibilidad para afrontar cualquier tarea que se esté llevando a cabo y fomentar de este modo la consecución de una amplia variedad de objetivos. El amor es otra de las emociones básicas, ya que genera el sentimiento de ternura y la satisfacción sexual activando el sistema nervioso parasimpático (el opuesto al fisiológico que da respuesta de lucha o huida, propia del miedo o la ira) la pauta de reacción parasimpática engloba un sinnúmero de reacciones que implican a todo el cuerpo y que dan lugar a un estado de calma y satisfacción que favorece la convivencia.

El gesto que expresa desagrado parece ser universal y transmite el mensaje de que algo resulta literal o metafóricamente repulsivo para el gusto o para el olfato. La principal función de la tristeza consiste en ayudar a asimilar una pérdida irreparable (como la pérdida de un ser querido o un desengaño). La tristeza provoca disminución de la energía y del entusiasmo por las actividades, especialmente las diversiones y los placeres, este encierro brinda la oportunidad de llorar una pérdida o una esperanza frustrada.

D. Goleman (1995) en los últimos diez mil años diversidad de avances se han consolidado y difundido por todo el mundo, al mismo tiempo que las brutales presiones que pesaban sobre la humanidad. Estas mismas presiones son las que convirtieron a las respuestas emocionales en un eficaz instrumento de supervivencia, pero, en la medida en que han ido desapareciendo, el repertorio emocional ha ido quedando obsoleto. Si bien, en un pasado remoto, un ataque de rabia podía suponer la diferencia entre la vida y la muerte, la facilidad con la que, hoy en día, un niño de trece años puede acceder a una amplia gama de armas de fuego ha terminado convirtiendo a la rabia en una reacción frecuentemente desastrosa.

Estas dimensiones responden a otro modo de entender la inteligencia pues va más allá de los aspectos cognitivos, tales como la memoria y la capacidad para resolver problemas. Hablamos ante todo de la capacidad de cada persona para dirigirse con efectividad hacia los demás y hacia nosotros mismos, es decir, de conectar con las emociones, de gestionarlas, de automotivarse, de

frenar los impulsos y de vencer las frustraciones. La inteligencia emocional empieza con la conciencia de uno mismo y también con la conciencia social. Es decir, cuando somos capaces de reconocer las emociones (y su impacto) en todo lo que nos rodea. Así mismo supone entender que gran parte de nuestros comportamientos y decisiones se basan en emociones.

El enojo aumenta el flujo sanguíneo a las manos, haciendo más fácil empuñar un arma o golpear a un enemigo; también aumenta el ritmo cardíaco y la tasa de hormonas que, como la adrenalina, genera la cantidad de energía necesaria para cometer acciones vigorosas. El miedo hace que la sangre se retire del rostro y fluya a las demás partes del cuerpo, como las piernas, al mismo tiempo, el cuerpo parece paralizarse, aun que seas por un instante, para calibrar, si se tratara de ocultarse. Las conexiones nerviosas de los centros emocionales del cerebro desencadenan una respuesta hormonal que pone al cuerpo en un estado de alerta, asumiendo y predisponiendo al cuerpo para la acción, mientras la atención se fija en la amenaza inmediata con el fin de evaluar la respuesta más apropiada.

“La felicidad consiste en el aumento en la actividad del centro cerebral que se encarga de inhibir los sentimientos negativos y de tranquilizar los estados que generan preocupación, al mismo tiempo que aumenta la energía. Esta condición proporciona al cuerpo reposo, entusiasmo y disponibilidad para afrontar cualquier tarea” (Daniel, Goleman, pág. 15.). El amor, los sentimientos de ternura y satisfacción sexual, activan el sistema nervioso parasimpático (opuesto fisiológico de la respuesta de huir o lucha, propia del miedo y de la ira).

2.7 El taller como estrategia para fortalecer la inteligencia emocional

La propuesta que se planea aplicar es un taller de educación emocional, que lleva por título conociendo las emociones, enfocado para niños de cuarto grado de educación primaria en la escuela Everardo Vega Rodríguez ubicada en el municipio de Tétéles de Ávila Castillo, Puebla, el taller está basado en las competencias socioemocionales que proponen anteriormente los autores, de igual manera se tomarán en cuenta los aprendizajes esperados propuestos por los diferentes agentes educativos de la actualidad, pues tanto las competencias de los autores como los objetivos propuestos por SEP coinciden en que los alumnos deben lograr desarrollar, percibir, expresar, comprender y regular las emociones tanto propias como ajenas.

Es importante mencionar que este taller de educación emocional no pretende desarrollar la inteligencia emocional en los alumnos de cuarto grado de primaria, pero si fortalecer las habilidades, ya que, para desarrollar la inteligencia emocional, se necesita más tiempo del establecido, ya que es un proceso continuo y permanente para lograr obtener aprendizajes realmente significativos.

Tomando en cuenta que desde el aula se deben fomentar situaciones que favorezcan en el desarrollo de aprendizajes socioemocionales tales como experimentar, reconocer, moderar, escucha, respetar las aportaciones y sentimientos de los demás etc. Así como buscar diferentes alternativas ante la diversidad de los problemas o situaciones mediante los conocimientos adquiridos. La metodología que se pretende aplicar ante todo debe de ser práctica, lúdica y participativa para posteriormente ser aplicada en los diferentes espacios o situaciones que los alumnos vivan o experimenten en los diferentes contextos sociales.

Citando al autor Ezequiel Ander-Egg el taller sirve para indicar un lugar, donde se trabaja, se elabora y se transforma algo para ser utilizado. también es una forma de enseñar, pero sobre todo de aprender, mediante la realización de algo, por el cual se lleva a cabo conjuntamente, es decir aprender haciendo en grupo. El taller tiene ciertas características y se apoya de determinados supuestos y principios de aprendizaje formulado por Froebel en 1826, en primer lugar, es un aprender haciendo, ya que los conocimientos se adquieren en la práctica.

Froebel (1826) “aprender una cosa viéndola y haciéndola es algo mucho más formador, cultivador y vigorizante que aprender simplemente por comunicación verbal de ideas” (p. 20). Esta estrategia de aprendizaje es un proceso mediante el cual un participante (aprendiz) emplea y adquiere los conocimientos en forma intencional como instrumento flexible para conseguir un fin en relación en relación con el proceso de aprender, solucionar problemas y satisfacer las necesidades o demandas académicas. Los objetivos particulares de cualquier estrategia de aprendizaje hacen referencia a la parte en la que se selecciona, organiza o se integra un nuevo conocimiento.

El aprender haciendo o aprender por descubrimiento implica, una superación de la actual división entre formación teórica y formación práctica, mediante una adecuada integración y globalización de ambas o a través de la realización de un proyecto de trabajo. Una alternativa a una enseñanza excesivamente libresco centrada en los contenidos ya elaborados, otorgando prioridad a

los objetivos mediante la utilización de una metodología de apropiación del saber. Que los conocimientos teóricos, métodos, técnicas y habilidades se adquieran en un proceso de trabajo (haciendo algo) y no mediante la entrega de contenidos.

Una formación a través de la acción/reflexión acerca de un trabajo realizado por los participantes del taller, en el que predomina el aprendizaje sobre la enseñanza. En general el taller reemplaza el mero hablar repetitivo, por hacer productivo en el que se aprende haciendo, pues todos tienen que aportar para resolver problemas concretos y para llevar a cabo determinadas tareas. Como consecuencia de ello los alumnos confrontan los problemas propios de una disciplina o de un quehacer profesional o bien con problemas vinculados con la vida del entorno.

Es una metodología participativa, activa y colaboradora (docentes y alumnos), en un aspecto central este sistema de enseñanza-aprendizaje se enseña y se aprende a través de una experiencia realizando conjuntamente en la que todos están implicados e involucrados como sujetos/agentes. También implica desarrollar actitudes y comportamientos participativos (formarse para poder participar) ambas son exigencias ineludibles para un buen funcionamiento del taller. Por otra parte, permite desarrollar una actitud científica ya que consiste en formular problemas y tratar de resolverlos, una vez desarrollado el reflejo investigador, es decir, se ha aprendido a hacer preguntas (relevantes, sustanciales y apropiadas) y apropiarse del saber.

Es un entrenamiento que tiende al trabajo interdisciplinado y al enfoque sistemático; por su misma naturaleza, el taller se transforma en un hecho, en un ámbito de actuación multidisciplinar, facilitando que se articulen e integren diferentes perspectivas en una tarea en específico es decir esfuerzo conocer y operar, asumiendo el carácter multifacético y complejo.

Los protagonistas del proceso de enseñanza-aprendizaje son tanto los docentes como los alumnos, organizados. Esto supone que no existen relaciones jerarquizados en el salón ni relaciones competitivas entre los alumnos, pues el taller exige definir los roles, tanto el educador como el educando, el docente tiene la tera de estímulo, animación, orientación, asesoría y asistencia. El educando se inserta en su proceso educativo, pues así se fomentan alumnos autónomos, desarrollando también la responsabilidad mediante situaciones-problemas relacionadas con la vida cotidiana

Según Ander Egg (1999) existen tres tipos de taller, el taller total, donde docentes y alumnos participan activamente en un proyecto, este es aplicado o desarrollado en niveles universitarios, superiores y Programas completos. Taller horizontal que engloba profesores y estudiantes que se encuentran en un mismo nivel u año de estudios; Este es aplicado o desarrollado en niveles primarios y secundarios y el taller vertical, este abarca todos los cursos sin importar el nivel o el año; estos se integran para desarrollar un trabajo o proyecto común y es aplicado o desarrollado en niveles primarios y secundarios. El taller que se empleará en la aplicación será el horizontal, ya que participan alumnos, docentes y estos se encuentran en un mismo nivel o año de estudios.

Para comprender la metodología pedagógica que maneja el taller se debe tener claro que, este tiene unos objetivos a cumplir para solucionar problemas que se presenten durante su desarrollo. El planteamiento de los roles de los profesores y alumnos deben ser elaborados teniendo claro que el trabajo debe ser desarrollado en equipo y que todos deben aportar en este independientemente de las tareas asignadas para desarrollar en grupo o individualmente. Todas las actividades deben estar enfocadas para dar solución a los problemas que presente cada área u disciplina de conocimiento o a los problemas relacionados con habilidades conocimientos y capacidades que se adquieren para obtener un buen desempeño dentro de una actividad profesional.

El docente transfiere conocimientos y ayuda al estudiante en su trabajo de aprender a aprender por medio de actividades planeadas, articuladas y sistematizadas hacia la realización de algo, esta actividad consiste en” aprender haciendo “interactuando con los otros por medio de un trabajo cooperativo. El taller por medio de su sistema didáctico nos enfoca hacia la relación de “la teoría y la práctica” para la solución de problemas, pero para esto es necesario “comprender” los problemas que se están analizando, estudiando u evaluando.

Una de las características relevantes del taller es la metodología, en este sentido, Mercedes Sosa (2002) plantea una propuesta para administrar y estructurar un taller pedagógico. Las cuales son un buen apoyo para saber qué tipo de características deben ser tenidas en cuenta al momento de diseñar y aplicar un taller. Según Sosa (2002) considera que hay que tener en cuenta los siguientes elementos; Planeación para prever el futuro del taller a mediano y largo plazo esto se debe hacer teniendo en cuenta los temas, las personas participantes, el lugar, el tiempo y los recursos que se van a usar para llevarlo a cabo. Organización es la distribución y el manejo de todos

los componentes del taller, como los participantes y sus respectivas funciones dentro del grupo, los recursos, el tiempo y el lugar. Dirección en este caso se establece un coordinador quien está encargado de coordinar el proceso para que se dé el aprendizaje. Es un facilitador para la elaboración significativa del taller. Coordinación en este caso el coordinador debe coordinar que las actividades no se repitan, que no se pierda el tiempo, que cada tallerista cumpla con su labor asignada y que los recursos sean bien utilizados. Control y Evaluación este elemento consiste en controlar que se desarrolle el taller según los términos en que fue planeado, esto se puede hacer al final de cada actividad con el fin de reflexionar y extraer ideas sobre el proceso y así asegurar el aprendizaje final.

La autora recalca que para la evaluación de un taller que hace parte de un proceso investigativo es necesario usar la medición para asignar una cantidad al proceso medido y compararla con un patrón para después si hacer la evaluación completa del taller y comprobar si los objetivos se lograron o en qué medida se alcanzaron. Esta evaluación puede ser aplicada desde la autoevaluación, la coevaluación o heteroevaluación.

En cuanto a la estructura del taller la autora plantea unos pasos para desarrollar el taller de manera correcta, es decir, presentación para empezar cada taller, siempre se debe hacer unas preguntas iniciales las cuales los talleristas se comprometen a resolver durante el proceso, luego se debe hacer una presentación previa de los objetivos que se buscan cumplir, la metodología para aclarar las reglas del taller y el proceso que se va a llevar y por último se deben mostrar los recursos que se van a utilizar durante el proceso para el desarrollo del taller. Clima psicológico para desarrollar un taller es adecuado contar con un buen espacio y crear el mejor ambiente de trabajo mediante dinámicas de integración o sensibilización dentro del grupo de participantes, es adecuado hacerlo al inicio del taller.

En el caso del taller sobre TIC podría ser significativo hacer un repaso de cada sesión al iniciar la siguiente, con el fin de saber cómo va el proceso de cada participante y conocer su experiencia con las actividades autónomas y lo más importante, si están en la capacidad de avanzar con el taller. Distribución de grupos: teniendo en cuenta que en el taller el saber se construye no solo haciendo, sino en grupo, es decir de manera cooperativa, es necesario organizar a los participantes en grupos facilitándoles la oportunidad de relacionarse con los demás compartiendo e intercambiando habilidades, conocimientos e intereses.

Cada grupo tendrá una función y cada persona tendrá una labor designada para el desarrollo eficaz del taller. Desarrollo temático: en este paso se desarrolla el tema concreto, para esto se pueden llevar a cabo diferentes dinámicas con el fin de resolver las preguntas planteadas al inicio o para cumplir con los objetivos específicos del taller. Estas dinámicas deben tener una organización por parte del coordinador y deben permitir a los participantes expresar sus dudas, opiniones, ideas y sentimientos frente al proceso que están llevando para desarrollar el taller. Síntesis: en este paso el coordinador después de haber terminado con el desarrollo temático hace un repaso o retroalimentación de la sesión sobre las actividades realizadas, con el fin de saber cuáles son las opiniones y percepciones que surgieron en los talleristas y así darles la oportunidad de expresar las nuevas ideas que surgieron a través del desarrollo del taller. Luego se abre otro espacio, para ir escribiendo observaciones y reflexiones finales del proceso. Evaluación: la evaluación del taller debe hacerse sobre el contenido el cual se refiere, al aprendizaje que adquirieron los participantes sobre el tema y la metodología se evalúa para establecer la calidad del proceso y los resultados del taller como estrategia educativa.

Mercedes Sosa G. (2002) afirma que “la técnica del taller es muy apropiada para generar aprendizaje significativo, porque, le permite al participante manipular en el buen sentido de la palabra el conocimiento. Por eso la evaluación de contenido, apunta a medir el conocimiento que aprehendieron los participantes del taller” (p. 19).

Es por eso que tomando en consideración las características que propone el autor sobre el taller, se dio a la tarea de estructurar uno en base a los criterios establecidos o proporcionados por los autores, es decir, el taller que se pretende implementar tiene una duración de una semana, por lo cual cada actividad tendrá una duración de aproximadamente una hora, los integrantes del taller serán los alumnos de cuarto grado de primaria de la escuela Everardo Vega Rodríguez del municipio de Tételes de Ávila Castillo, Puebla.

CAPÍTULO
III

CONTEXTUALIZACIÓN DE LA PROPUESTA

En este capítulo se encuentra la información general, tanto de la institución educativa donde se aplicará el taller (escuela Everardo Vega Rodríguez), así como el salón de clases, por cuantos alumnos se integra el aula, características físicas del aula y también características que se creen importantes de la población del municipio de Tételes de Ávila Castillo, ya que se considera importante conocer el contexto donde se desarrollan los niños, es decir la cultura de los habitantes, etc.

3.1 Descripción de la comunidad y contexto escolar

El municipio de Tételes de Ávila Castillo se localiza en la parte Noreste del Estado de Puebla. Dentro de la Sierra Norte o Sierra de Puebla. Existen algunos cerros o lomas de poca altura, destacando los cerros Tamacazintépetl, al noreste, Chignautla, Tzompatitlán, Coscaistac y Otzomal. De igual manera colinda con los municipios de Yaonáhuac, Hueyapan, al Este con Chignautla, al Sur con Atempan y al Oeste con Yaonáhuac y Tlatlauquitepec y cuenta con una superficie de 9.83 kilómetros cuadrados.

En 2015, la población en Tételes de Ávila Castillo fue de 5,869 habitantes (45,8% hombres y 54,2% mujeres). En el mismo año el 47,1% de la población se encontraba en situación de pobreza moderada y 15,6% en situación de pobreza extrema. La población vulnerable por carencias sociales alcanzó un 12,1%, mientras que la población vulnerable por ingresos fue de 7,36%.

En 2015, 21,7% del total de viviendas de Tételes de Ávila Castillo tuvieron acceso a internet (345 viviendas), 92,1% poseía al menos un televisor (1,463 viviendas), 28,7% aseguraba tener un computador (455 viviendas) y 78,8% adquirió al menos un teléfono móvil (1,252 viviendas). Del total de viviendas solo el 16,6% contaba con los 4 elementos de conectividad (264 viviendas). Según datos del Censo Económico 2019, los sectores económicos que concentraron más unidades económicas en el municipio fueron Comercio al por Menor, Industrias Manufactureras y Otras Actividades como servicios de alojamiento temporal y de preparación de alimentos y bebidas.

Las actividades económicas que hacen que la localidad sea prospera principalmente es el cultivo de papa, maíz, frijol como también el cultivo de fruticultura pues sobresalen el aguacate, manzana, ciruela y pera. En relación con la ganadería cuenta con ganado bovino, caprino, porcino y equino principalmente, además se cuenta con ganado vacuno lechero. En la industria el municipio cuenta con herrerías, panaderías, estéticas, tiendas de ropa, pollerías, tortillerías y sastrerías, cinco maquiladoras textiles, una fábrica de aguardiente, una de tabiques y dos marmolerías, así como una de lapidas, y de pisos en azulejo.

En el comercio local se han incrementado establecimientos comerciales, como abarrotes y materiales para la construcción, carnicerías, vinaterías, papelerías, expendios de frutas y legumbres, misceláneas, tortillerías, vidrierías, molinos de nixtamal, autolavados, veterinarias y farmacias, es importante mencionar que cuenta con servicios tales como reparación de llantas y cámaras, salones de belleza y peluquerías, mecánico automotor, talleres de reparación de aparatos eléctricos de uso doméstico, hoteles, restaurantes y fondas de cocina económica. El municipio también cuenta con un hospital, panteón y auditorio municipal.

Tételes de Ávila Castillo cuenta con centros educativos que van desde el preescolar hasta nivel superior, de estos se pueden mencionar, que existen 5 preescolares generales y 1 indígena, 4 primarias generales, 2 secundarias, una es telesecundaria la una es general, 1 bachillerato general y 1 escuela de educación superior (escuela normal Carmen Serdán). La escuela donde se pretende aplicar el taller es la escuela primaria Everardo Vega Rodríguez, es una institución pública ubicada en la calle Perfecto Hernández, Numero 8, cuenta con un total de 140 alumnos, localizada en el centro del municipio, cuenta con 6 docentes y un director, de estos 6 docentes uno tiene la función de subdirector. El salón de cuarto grado de primaria está compuesto por un total de 24 alumnos, es un grupo mixto y heterogéneo formado por un total de 11 alumnos y 13 alumnas.

En relación a su infraestructura cuenta con 5 salones, una cancha deportiva de básquetbol techada, con gradas, una plaza cívica donde se realizan los eventos institucionales y otra cancha de futbol empastada, cuenta con áreas verdes y jardines, sanitarios con lava manos y agua potable, estos se dividen en niñas y niños, se cuenta con electricidad, al igual que un comedor que tiene funcionamiento por las tardes y por las mañanas ya que la escuela está dividida en dos turnos, vespertina y matutina, cabe destacar que es con diferente administración y maestros, pues cada escuela tiene su propia matricula y nombre, por último una cooperativa donde los alumnos pueden

comprar diversidad de productos. Los salones de clase cuentan con medidas de 8 de largo por 6 de ancho, dentro del aula los alumnos se encuentran agrupados en mesas con tres a cuatro integrantes, material didáctico, pizarrón, plumones, libros de textos, cañón para proyectar, etc.

También se puede destacar que los padres en su mayoría trabajan en jornadas completas o medias, pero regularmente tienen horarios completos, por lo que los pequeños se quedan a cargo de otras personas o integrantes de la familia, en relación a su profesión existen diversidad de profesiones, pues nos podemos encontrar con padres con licenciatura, maestría o doctorado y otros laborando como obreros en maquilas o amas de casa etc. Mostrando diversidad de cultura.

3.2 Metodología del taller

En este apartado se desarrolla la metodología y las diversas estrategias que se emplean en el taller de educación emocional. Se comienza por recordar que se ejecutara una metodología variada ya que se tienen en cuenta los diferentes estilos de aprendizaje, así como la diversidad y la individualidad del alumnado. Por lo que, las actividades y lo que conlleva el taller está planeado para que se adapte a las características de los alumnos. A la misma vez, el aprendizaje se trasladará a otros contextos, es decir, aquello que se ha aprendido en el aula se trasladara a otros ambientes como lo es, en casa, la familia, el parque, con los amigos, en el patio con los compañeros de clase y otros alumnos de la escuela etcétera.

Los educadores tienen la posibilidad de activar los sentidos con el día a día, tanto de los alumnos como de ellos mismos. Una de las mejores maneras para comprender situaciones adversas es a través de la empatía. También recordemos que imitando generalizamos gestos, lenguaje verbal y no verbal, así como la postura corporal. Dado el tiempo y la intensidad de exposición al alumnado, el maestro es un modelo a imitar. En el desarrollo emocional del alumnado, está implicado el total del equipo educativo, no solo el tutor o maestro, también el resto del alumnado, el medio social y el total del personal del centro escolar son modelos y entidades emocionales relacionales.

El docente debe proporcionar seguridad y confianza, de modo que actúe de mediador para regular la intervención de los alumnos, aportar ideas y estrategias ante las situaciones y posibles conflictos planteados. Además, el maestro debe comunicarse con los alumnos de modo cercano, cordial, coherente, aportando a la vez, mostrando efectividad para que se sientan valorados.

Para el reforzamiento de la inteligencia emocional, se empleará una serie de estrategias lúdicas y vivenciales, tales como: análisis de imágenes, escucha de música de diferentes estilos, lectura y escucha de poesías, juegos y dinámicas de grupo, planteamiento de preguntas abiertas para fomentar la creatividad e imaginación etc. Con este tipo de preguntas, así como videos los alumnos podrán imaginar lo que está ocurriendo, así como identificar las emociones que están presentes y como actuarían en esta situación pues se reflexiona sobre la situación y se fomenta la empatía. En la escuela se pueden implementar y realizar ejemplos de situaciones en las que las emociones están implicadas en el desarrollo las personas en tales situaciones simuladas de la vida real. Por último, la labor será la de transferir aprendizajes emocionales en la vida diaria de los alumnos y poder emplearlos cotidianamente para hacer de los alumnos personas empáticas, reflexivas que analicen situaciones de riesgo y afrontar de mejor manera los problemas.

Para trabajar el autoconocimiento y el perfil emocional de cada niño, se realizara un diario personal donde cada alumno pondrá un escrito sobre las emociones, entre las rutinas diarias se puede mencionar que se incluye el pase de lista, preguntando como se sienten el día de la clase, preguntar si algún compañero faltó, indagar el porqué de su inasistencia y preguntar telefónicamente su estado, se revisaran las tareas o actividades a realizar en clase, entre todo el grupo organizarse y cumplir con las actividades del día.

Por lo tanto, con la aplicación de un taller se pretende que los alumnos desarrollen un nivel de educación emocional y alcanzar un óptimo control de las habilidades cognitivas y socioemocionales, ya que estas influyen en el proceso individual del aprendizaje, así como en el rendimiento escolar de cada alumno. Se ha pensado que el momento de llevar a cabo este taller sea durante un espacio en el curso escolar, con una duración aproximadamente de una semana. El tiempo a dedicar en cada sesión se establecerá en las actividades planificadas. Por lo tanto, se pretende que los alumnos logren desarrollar un nivel de competencia emocional y alcanzar un óptimo control y comprensión de las emociones.

Los objetivos que se pretenden alcanzar se encuentran plasmados en cada una de las actividades de la clase, así como la forma de evaluar los resultados de los alumnos, de igual manera los materiales didácticos se encuentran en la planeación, puesto que algunos materiales se solicitan una o dos clases antes para que los alumnos cumplan con lo requerido y logren desarrollar y trabajar

en la sesión. A continuación, se describen las actividades que se plantean para este taller de educación emocional:



Secretaría de Educación Pública
 Universidad Pedagógica Nacional
 Unidad 212 Teziutlán, Puebla
 Escuela primaria Everardo Vega Rodríguez



C. C. T.: 21DPR02401

Grado: 4° Grupo: B

Taller “El mundo de las emociones”

Nombre de la actividad:	Los monstruos	Fecha de aplicación: //	Numero de sesión: 1
Propósito de la sesión: que las y los alumnos identifiquen y reconozcan sus emociones			
Campo o área: competencias socioemocionales			
Recursos didácticos: Materiales reciclados (botellas, cartón, papel, cajas, latas, tapas de botellas de plástico, tela, botones, entre otros). Pegamento y tijeras. Pinturas o colores. Bocinas, laptop.			
<p>Inicio (15 minutos) Se pedirá a los alumnos que se sienten en la posición cuerpo de montaña (cabeza erguida, espalda derecha, cuerpo relajado, manos sobre los muslos, ojos cerrados suavemente). Se tocará una canción o melodía (durante un minuto) y se solicitará que, cuando el sonido pare, levanten la mano y se muevan de sus lugares.</p>	<p>Desarrollo (20 minutos) Posteriormente se pedirá una lluvia de ideas para que los alumnos identifiquen emociones, como miedo, tristeza, envidia, celos, enojo y frustración, y reconozcan situaciones en que se detonan y sus respuestas. Se organizará a los alumnos en equipos de cuatro integrantes. Cada equipo personificará como monstruos las emociones mencionadas. Los monstruos se elaborarán con los materiales reciclados (que se pedirán con una semana de anticipación).</p>	<p>Cierre (25 minutos) Una vez terminados los monstruos, se pedirá a los estudiantes que escriban tres pensamientos que los alimenten. Es decir, los pensamientos que generan o refuerzan las emociones aflitivas, impidiendo que se experimente la calma necesaria para regular la emoción. Por ejemplo, frustración (“¡Siempre es lo mismo! ¡Nunca lo logro!”) o celos (“¡A mi hermano lo quieren más que a mí, a él lo dejan hacer lo que quiere!”). al finalizar se pedirá a los equipos que representen a sus monstruos y los pensamientos que los alimentan.</p>	
Evaluación	Instrumento: Rubrica		

Rubrica De Evaluación

Tema: Autorregulación
 Actividad: Los monstruos
 Asignatura: Educación socioemocional
 Campo: Socioemocional

ASPECTOS A EVALUAR	Nivel 4	Nivel 3	Nivel 2	Nivel 1	Puntos
Autoconocimiento	Tiene dominio sobresaliente de su cuerpo y su conducta, sus fortalezas, limitaciones y potencialidades	Tiene dominio satisfactorio sobre el conocimiento de su conocimiento de su cuerpo y su conducta	Tiene dominio básico sobre su conocimiento de su cuerpo y su conducta	Tiene dominio insuficiente sobre su conocimiento de su cuerpo y su conducta	
Empatía	Tiene dominio sobresaliente sobre la construcción de relaciones interpersonales, legitima las emociones, los sentimientos y las necesidades de otros.	Tiene dominio satisfactorio sobre la construcción de relaciones interpersonales (es decir se lleva muy bien con sus compañeros),	Tiene dominio básico sobre la construcción de relaciones interpersonales	Tiene dominio insuficiente sobre la construcción de relaciones interpersonales	
Autorregulación	Tiene dominio sobresaliente sobre la regulación de sus propios pensamientos, sentimientos y conductas, expresa emociones, modera los impulsos y tolera la frustración, experimenta emociones positivas y no aflictivas	Tiene dominio satisfactorio sobre la regulación de sus propios pensamientos, sentimientos y conductas, expresa emociones, modera los impulsos, experimenta emociones positivas	Tiene dominio básico sobre la regulación de sus propios pensamientos, sentimientos y conductas, de tal manera que no expresa totalmente sus emociones	Tiene dominio insuficiente sobre sus conductas, sentimientos y pensamientos pues regularmente se tienen quejas de su actitud	



Taller “El mundo de las emociones”

Nombre de la actividad:	El diario	Fecha de aplicación:	Numero de sesión: 2
Propósito de la sesión: que alumnas y alumnos expresen lo que es y siente, es decir conocerse para expresar sus pensamientos, emociones, y autorregularse.			
Campo o área: competencias socioemocionales			
Recursos didácticos: Libreta nueva o reciclada, colores, pegamento, diamantina, marcadores de colores, imágenes, fotografías, dibujos,			
<p style="text-align: center;">Inicio (15 minutos)</p> <p>Es importante mencionara que se solicitara a los estudiantes previamente un cuaderno nuevo o reciclado que usaran como diario, de igual manera imágenes, fotografías de cualquier personaje que les guste, pegamento, tijeras, colores, dibujos, brillantina, etc.</p> <ul style="list-style-type: none"> • después se reproducirá un video sobre El diario de Ana Frank https://youtu.be/Q6JX7IoXdh0?t=353 • En brevedad se explicará al grupo el uso de recursos para expresar emociones, como la composición musical, la pintura, la escritura, el cine, la danza o el teatro. También se explicará el propósito de utilizar un diario, por ejemplo: <p>“Cada uno de ustedes tendrá un diario donde podrán escribir lo que deseen; será un medio de expresión de sus emociones. En él pueden incluir dibujos, ilustraciones, o fotografías. Es un objeto personal y privado, solo para ustedes”</p>	<p style="text-align: center;">Desarrollo (20 minutos)</p> <p>Posteriormente se pedirá que decoren la portada del diario como quieran, con fotografías, imágenes, dibujos y otros materiales, como botones, brillantina, tela, etcétera.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Antes de empezar a escribir en el diario se adopta la postura cuerpo de montaña, tres respiraciones profundas y reconoce cómo se encuentran tus emociones. • se escribirá en primera persona singular. Por ejemplo: “Hoy me siento triste porque me enoje con Silvia”, “Hoy fue un día muy alegre porque celebramos el cumpleaños de Juan Carlos”. • se escribirá regularmente en el diario. • los alumnos deberán buscar un momento del día para sentarte en un lugar tranquilo en donde nadie los interrumpa. • se guardará junto al diario un lápiz y colores. 	<p style="text-align: center;">Cierre (25 minutos)</p> <p>Para terminar la sesión y retroalimentar, se pedirá la participación de 4 alumnos que quieran comentar que entendieron del video y el propósito o función de un diario, si alguna vez han tenido un diario, y si les gusta la idea de tener uno.</p> <ul style="list-style-type: none"> • los alumnos se llevarán el diario a casa y día con día escribirán en él. 	
Evaluación:		Instrumento: Rubrica	

Rubrica De Evaluación

Tema: Autorregulación

Actividad: El diario

Asignatura: Educación socioemocional

Campo: Socioemocional

	Nivel 4	Nivel 3	Nivel 2	Nivel 1	Puntos
Autoconocimiento	Tiene dominio sobresaliente de su cuerpo y su conducta, sus fortalezas, limitaciones y potencialidades	Tiene dominio satisfactorio sobre el conocimiento de su conocimiento de su cuerpo y su conducta	Tiene dominio básico sobre su conocimiento de su cuerpo y su conducta	Tiene dominio insuficiente sobre su conocimiento de su cuerpo y su conducta	
Empatía	Tiene dominio sobresaliente sobre la construcción de relaciones interpersonales, legitima las emociones, los sentimientos y las necesidades de otros.	Tiene dominio satisfactorio sobre la construcción de relaciones interpersonales (es decir se lleva muy bien con sus compañeros),	Tiene dominio básico sobre la construcción de relaciones interpersonales	Tiene dominio insuficiente sobre la construcción de relaciones interpersonales	
Autorregulación	Tiene dominio sobresaliente sobre la regulación de sus propios pensamientos, sentimientos y conductas, expresa emociones, modera los impulsos y tolera la frustración, experimenta emociones positivas y no aflictivas	Tiene dominio satisfactorio sobre la regulación de sus propios pensamientos, sentimientos y conductas, expresa emociones, modera los impulsos, experimenta emociones positivas	Tiene dominio básico sobre la regulación de sus propios pensamientos, sentimientos y conductas, de tal manera que no expresa totalmente sus emociones	Tiene dominio insuficiente sobre sus conductas, sentimientos y pensamientos pues regularmente se tienen quejas de su actitud	



Nombre de la actividad:	Intercambio de siluetas	Fecha de aplicación: //	Numero de sesión: 3
Propósito de la sesión: que los alumnos conozcan el concepto de empatía y su importancia para el cuidado de sí mismo y de los demás			
Campo o área: competencias socioemocionales			
Recursos didácticos: gises de colores, patio escolar			
<p>Inicio (25 minutos)</p> <p>Previamente a la sesión se pedirá a los alumnos gises de colores</p> <p>Se organizará a los alumnos por parejas, se les invitará a salir al patio donde dibujarán sus siluetas con ayuda de sus pares, eligiendo diferentes posturas para el marcado de ellas. Al finalizar, cada uno le colocará a su silueta el nombre y le dirá a su pareja tres características de ella o él (que no sean físicas).</p> <p>Se solicitará que los pares se coloquen en la silueta de su compañera o compañero, no en la propia, tratando de imitar su postura, de tal forma que traten de ajustarse a la silueta de su pareja.</p> <p>Se pedirá que se mantengan en ellas unos segundos y cerrando los ojos, trataran de imaginar cómo sería ser su compañera o compañero (pueden ayudarse con las características que se escucharon de ellos), posteriormente se solicitará que realicen dos respiraciones profundas (inhalan y exhalan en 4 tiempos), que abran sus ojos y se pongan de pie, poco a poco, para formar un círculo entre todos. Cuando el grupo esté en círculo, se realizarán las siguientes preguntas ¿Les gustó hacer una silueta? ¿Cómo se sintieron al no ocupar su silueta, sino la de su pareja? ¿Fue fácil estar al interior de otra persona? ¿Podieron imaginarse ser su compañera o compañero?</p>	<p>Desarrollo (30 minutos)</p> <p>Para dar continuidad a la actividad, se realizará un debate donde se analicen situaciones como, por ejemplo: Carolina le dejó de hablar a Fernanda porque su mamá es trabajadora doméstica.</p> <p>Se dividirá al grupo en dos, la primera mitad defenderá la actitud de Carolina, la otra mitad la rechaza, el debate termina cuando las argumentaciones se repitan.</p> <p>Para finalizar, se preguntará si estuvieron de acuerdo con la postura que les tocó defender y si no, cómo le hicieron para poder mostrar empatía aun cuando no estaban de acuerdo con la situación que les tocaba defender.</p>	<p>Cierre (25 minutos)</p> <p>Se le pedirá al grupo, que, de manera voluntaria, compartan algunas situaciones donde hayan sido empáticos con alguien, por ejemplo: cuando dan gracias a su mamá por prepararles sus alimentos, cuando ayudan a una compañera o compañero, si se cae en el patio de la escuela, cuando guardan silencio si el personal docente les está explicando algo. Enfatizando la importancia de que la empatía permite que reconozcan y respeten las emociones, opiniones y formas de ser de las personas con las que conviven, para de esta forma poder establecer relaciones cordiales y de cuidado entre ellos.</p>	
Evaluación:	Instrumento: rubrica		

Rubrica De Evaluación

Tema: Empatía

Actividad: El intercambio de siluetas

Asignatura: Educación socioemocional

Campo: Socioemocional

	Nivel 4	Nivel 3	Nivel 2	Nivel 1	Puntos
Autoconocimiento	Tiene dominio sobresaliente de su cuerpo y su conducta, sus fortalezas, limitaciones y potencialidades	Tiene dominio satisfactorio sobre el conocimiento de su conocimiento de su cuerpo y su conducta	Tiene dominio básico sobre su conocimiento de su cuerpo y su conducta	Tiene dominio insuficiente sobre su conocimiento de su cuerpo y su conducta	
Empatía	Tiene dominio sobresaliente sobre la construcción de relaciones interpersonales, legitima las emociones, los sentimientos y las necesidades de otros.	Tiene dominio satisfactorio sobre la construcción de relaciones interpersonales (es decir se lleva muy bien con sus compañeros),	Tiene dominio básico sobre la construcción de relaciones interpersonales	Tiene dominio insuficiente sobre la construcción de relaciones interpersonales	
Autorregulación	Tiene dominio sobresaliente sobre la regulación de sus propios pensamientos, sentimientos y conductas, expresa emociones, modera los impulsos y tolera la frustración, experimenta emociones positivas y no aflictivas	Tiene dominio satisfactorio sobre la regulación de sus propios pensamientos, sentimientos y conductas, expresa emociones, modera los impulsos, experimenta emociones positivas	Tiene dominio básico sobre la regulación de sus propios pensamientos, sentimientos y conductas, de tal manera que no expresa totalmente sus emociones	Tiene dominio insuficiente sobre sus conductas, sentimientos y pensamientos pues regularmente se tienen quejas de su actitud	



Secretaría de Educación Pública
 Universidad Pedagógica Nacional
 Unidad 212 Teziutlán, Puebla
 Escuela primaria Everardo Vega Rodríguez
 C. C. T.: 21DPR02401
 Grado: 4° Grupo: B
 Taller “El mundo de las emociones”



Nombre de la actividad:	Me pongo en el lugar del otro	Fecha de aplicación: //	Numero de sesión: 4
Propósito de la sesión:			
Ámbito o dimensión de desarrollo: Empatía	Campo o área: Socioemocional	Recursos:	Hojas blancas o de color, cuaderno, lápiz, goma, colores, laptop, cañón, video,
Aprendizajes esperados:			
<p>Inicio (15 minutos) Se pedirá a los alumnos que se sienten en la posición cuerpo de montaña (cabeza erguida, espalda derecha, cuerpo relajado, manos sobre los muslos, ojos cerrados suavemente). Se tocará una canción o melodía (durante un minuto) y se solicitará que, cuando el sonido pare, levanten la mano y se muevan de sus lugares. También se les pedirá a algunos compañeros que completen la siguiente frase: “Me pongo en el lugar del otro cuando...”</p>	<p>Desarrollo (25 minutos) Posteriormente se explicará a los estudiantes que los seres humanos pensamos y sentimos diferente. y para tener una convivencia armónica es importante aprender a reconocer o preguntar lo que siente y piensa el otro, y no asumir que sienten y piensan como uno mismo. Ponerse en el lugar de la otra persona implica aprender a observar sus gestos, expresiones y movimientos, escuchar lo que dice, tratar de imaginar y sentir lo que siente, entender lo que le pasa y por qué le pasa. Si se es capaz de detenerse a pensar lo que le pasa al otro, la comunicación se facilita, así como establecer relaciones de aprecio, cuidado y respeto. Posteriormente se proyectará un video sobre “que es la empatía” https://youtu.be/q9wd09wkkCs?t=114</p>	<p>Cierre (20 minutos) Para finalizar se harán grupos de tres integrantes y se pedirá a los alumnos invente un caso donde alguna persona de su misma edad, experimenta una injusticia provocada por sus compañeros, pueden utilizar ideas como las que muestra el video.</p>	
Evaluación:	Instrumento: Rubrica		

Rubrica De Evaluación

Tema: Empatía

Actividad: Me pongo en el lugar del otro

Asignatura: Educación socioemocional

Campo: Socioemocional

	Nivel 4	Nivel 3	Nivel 2	Nivel 1	Puntos
Autoconocimiento	Tiene dominio sobresaliente de su cuerpo y su conducta, sus fortalezas, limitaciones y potencialidades	Tiene dominio satisfactorio sobre el conocimiento de su conocimiento de su cuerpo y su conducta	Tiene dominio básico sobre su conocimiento de su cuerpo y su conducta	Tiene dominio insuficiente sobre su conocimiento de su cuerpo y su conducta	
Empatía	Tiene dominio sobresaliente sobre la construcción de relaciones interpersonales, legitima las emociones, los sentimientos y las necesidades de otros.	Tiene dominio satisfactorio sobre la construcción de relaciones interpersonales (es decir se lleva muy bien con sus compañeros),	Tiene dominio básico sobre la construcción de relaciones interpersonales	Tiene dominio insuficiente sobre la construcción de relaciones interpersonales	
Autorregulación	Tiene dominio sobresaliente sobre la regulación de sus propios pensamientos, sentimientos y conductas, expresa emociones, modera los impulsos y tolera la frustración, experimenta emociones positivas y no aflitivas	Tiene dominio satisfactorio sobre la regulación de sus propios pensamientos, sentimientos y conductas, expresa emociones, modera los impulsos, experimenta emociones positivas	Tiene dominio básico sobre la regulación de sus propios pensamientos, sentimientos y conductas, de tal manera que no expresa totalmente sus emociones	Tiene dominio insuficiente sobre sus conductas, sentimientos y pensamientos pues regularmente se tienen quejas de su actitud	



Nombre de la actividad:	Mi estrella	Fecha de aplicación://	Numero de la sesión: 5
--------------------------------	--------------------	-------------------------------	-------------------------------

Propósito de la sesión: que las y los alumnos fortalezcan su autoestima por medio de la opinión positiva hacia los demás, para valorar sus cualidades.

Campo o área: competencias socioemocionales

Recursos didácticos: Lápices y/o colores, tijeras. Dos hojas blancas por alumno. Una cinta adhesiva por grupo.

<p>Inicio (20 minutos) Escribir el nombre de cada alumno en un papelito y colocar todos en una bolsa transparente. Organizar al grupo, formando un círculo y colocarse en el centro de los alumnos, mostrar a los alumnos que dentro de la bolsa transparente se encuentra un papelito que corresponde a cada uno de ellos.</p> <p>Comentar con el alumnado que cada vez que saquen un papelito, deberán decir algunas cualidades de la niña o niño que salga seleccionado, por ejemplo: eres muy alegre, eres inteligente, corres muy rápido, etc. Es importante resaltar durante la sesión que valorar a los demás fortalece la autoestima; esta actividad ofrece la oportunidad de conocer los aspectos positivos que ven y piensan los demás acerca de uno mismo.</p>	<p>Desarrollo (20 minutos) Para continuar, se repartirá a cada quien una hoja blanca, en la cual se pedirá que dibujen una estrella y que escriban su nombre al centro. posteriormente deberán escribir, en cada pico de la estrella, los aspectos positivos nombrados por sus compañeros. Si es necesario, el docente ayudara a los alumnos a escribir tales cualidades.</p> <p>Se pedirá que decoren o coloreen sus estrellas. Para colocarlas en algún lugar del salón o colgársela durante el resto del día para recordar las características y cualidades que poseen y que los hacen únicos y valiosos. Para finalizar el desarrollo de la clase se pedirá que entre los alumnos se den un abrazo grupal</p>	<p>Cierre (25 minutos) Para finalizar la sesión se proyectará un video llamado “habilidades y cualidades de cada persona” https://youtu.be/Weqf_zatJcY?t=182 los alumnos deberán identificar con ayuda del video cuales son sus habilidades y las representaran mediante un dibujo o una oración que empiece de la siguiente manera</p> <p>Mi habilidad es... Posteriormente pegaran en el pizarrón la hoja donde dibujaron o escribieron su habilidad o sus habilidades.</p> <p>Al final, se realizarán las siguientes preguntas y se comentarán en el salón de clases: ¿Me gustó la actividad? ¿Qué me habría gustado que me dijeran, pero nadie lo escribió? ¿Me ven mis compañeros de la misma forma que me veo yo? ¿Qué descubrí acerca de mí?</p>
--	--	---

Evaluación	Instrumento: Rubrica
-------------------	----------------------

Rubrica De Evaluación

Tema: Autoconocimiento

Actividad: Mi estrella

Asignatura: Educación socioemocional

Campo: Socioemocional

	Nivel 4	Nivel 3	Nivel 2	Nivel 1	Puntos
Autoconocimiento	Tiene dominio sobresaliente de su cuerpo y su conducta, sus fortalezas, limitaciones y potencialidades	Tiene dominio satisfactorio sobre el conocimiento de su conocimiento de su cuerpo y su conducta	Tiene dominio básico sobre su conocimiento de su cuerpo y su conducta	Tiene dominio insuficiente sobre su conocimiento de su cuerpo y su conducta	
Empatía	Tiene dominio sobresaliente sobre la construcción de relaciones interpersonales, legitima las emociones, los sentimientos y las necesidades de otros.	Tiene dominio satisfactorio sobre la construcción de relaciones interpersonales (es decir se lleva muy bien con sus compañeros),	Tiene dominio básico sobre la construcción de relaciones interpersonales	Tiene dominio insuficiente sobre la construcción de relaciones interpersonales	
Autorregulación	Tiene dominio sobresaliente sobre la regulación de sus propios pensamientos, sentimientos y conductas, expresa emociones, modera los impulsos y tolera la frustración, experimenta emociones positivas y no aflictivas	Tiene dominio satisfactorio sobre la regulación de sus propios pensamientos, sentimientos y conductas, expresa emociones, modera los impulsos, experimenta emociones positivas	Tiene dominio básico sobre la regulación de sus propios pensamientos, sentimientos y conductas, de tal manera que no expresa totalmente sus emociones	Tiene dominio insuficiente sobre sus conductas, sentimientos y pensamientos pues regularmente se tienen quejas de su actitud	

CONCLUSIONES

Para comenzar, la función que el docente tiene y la más importante a consideración es la de preparar a niños para la vida, es decir, los próximos ciudadanos que a futuro renovaran la sociedad. La escuela como los actores sociales son los responsables de desarrollar futuras generaciones, de formar alumnos integrales y seguros; La importancia que tiene incluir y fortalecer la educación emocional en el aula, es una alternativa para combatir los problemas emocionales, temperamentales, psicológicos, sociales, que en la actualidad se suscitan, pues diversos estudios, como la implementación de proyectos en diferentes países, ha comprobado que, si se desarrolla una sana integridad física y psicológica los resultados serán, personas con estados emocionales saludables que, con el paso de los años, y al llegar a la adolescencia, evitara que estos mismos caigan en situaciones de drogadicción, suicidios, enfermedades mentales, etc.

Tomando a consideración la opinión de expertos como Daniel Goleman, Rafael Bisquerra, Segura y Arcas entre otros, mencionan la importancia de desarrollar competencias socioemocionales y como al desarrollarlas las personas mejoran la calidad de vida, pues son más conscientes de lo que las emociones causan en uno mismo y en las personas ajenas. Algunas de las dificultades que se presentaron para realizar el trabajo, fueron muchas, ya que a pesar de que existen autores que respaldan la información, el contexto, las etapas, las características, la sociedad, las costumbres, los estilos de crianza, la situación actual, etc. Han sido y serán obstáculos que eviten ejecutar o ampliar este tema, ya que la mayoría de escuelas están enfocadas en desarrollar las habilidades mentales más que emocional, es verdad que en la actualidad se empieza a notar ese interés por incluir las emociones en la educación, ya que las mismas condiciones que se viven lo requiere.

De igual manera las fortalezas que pretende el trabajo son las de ayudar a formar alumnos con inteligencia emocional, que sean seguros de sí mismos, de expresar las emociones que sienten, de ayudar a los demás si creen que están en alguna situación difícil, desarrollar la empatía, que sean conscientes de que sus acciones o comentarios pueden lastimar a los demás, que si agreden a un compañero no solo lo está lastimando psicológicamente sino posiblemente para toda su vida; Son muchos los beneficios con los que cuentan desarrollar la inteligencia emocional, ya que desde pequeños aprenderán a manejar situaciones emocionales; ahora bien a futuro podrán ser unos adolescentes que entiendan y reconozcan las situaciones problemáticas tanto emocionales como

sociales, pues no caerán en dependencias emocionales, relaciones tóxicas, modismos, no tomarán decisiones sin pensar antes en las consecuencias,

Es por eso que, se recalca que la educación se debe implementar de manera complementaria, oportuna y eficaz, no se debe separar lo emocional de lo mental, ya que el interés por desarrollar una inteligencia emocional no solo beneficiará a unos cuantos alumnos, sino a toda una sociedad, puesto que implementando estos elementos y dándole la importancia que proporcionan tanto autores como el mismo gobierno ayudarán a formar jóvenes, alumnos, niñas y niños no tomen el suicidio como salida fácil, de igual forma los problemas personales no serán un obstáculo para entrar en el mundo de las drogas, pues se colaborará en crear personas más conscientes de su integración física y psicológica, así como de sus acciones.

Es importante mencionar que tanto docentes como padres de familia tienen influencia en desarrollar esta inteligencia, ya que como bien sabemos, la familia es el primer lazo entre individuos y sociedad, puesto que de ella se aprende mucho, como lo son valores, costumbres, creencias etc. En relación al docente es importante mencionar que es una figura a imitar por parte de los alumnos, es un ejemplo a seguir, es el agente que influirá en desarrollar tanto la inteligencia cognitiva como emocional, de igual manera la importancia que tienen el taller es la de fortalecer la inteligencia emocional, pero desde una perspectiva más dinámica, no solo con ayuda de teoría, sino involucrar a los alumnos en su aprendizaje vivencial, que descubran que las emociones pueden trabajar para nosotros y no ser controlados por ellas, de igual manera aprender a tener una comunicación asertiva, ya que es fundamental para tener una buena comunicación, no solo con los amigos sino también con los padres y madres de familia.

Las actividades planeadas en el taller tienen como finalidad que entre las actividades aprendan a autorregularse, conozcan más la empatía y el trabajo en equipo, así como el desarrollo de la conciencia y de cómo las diferentes situaciones emocionales pueden ayudar o perjudicar sino son pensadas con racionalidad.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Ander-Egg, Ezequiel. El taller una alternativa para la renovación pedagógica. Editorial Magisterio Río de la Plata. Buenos Aires. Argentina quinta edición. 2005

Bisquerra, R. (2003). Educación emocional y competencias básicas para la vida. Revista de investigación educativa.

Bisquerra, R. (Coord.), Punset, E., Mora, F., García, E., López-Cassa, E., Pérez-González, J.C., Lantieri, L., Nambiar, M., Aguilera, O., Segovia, N. Planellsx, O. (2012). ¿Cómo educar las emociones? La inteligencia emocional en la infancia y la adolescencia.

Bisquerra, R. (2005). La educación emocional en la formación del profesorado. Revista interuniversitaria de formación del profesorado. 19 (3), 95-114. Recuperado de <http://www.redalyc.org/pdf/274/27411927006.pdf>

Bisquerra, R. (2005). La educación emocional en la formación del profesorado. Revista interuniversitaria de formación del profesorado. 19 (3), 95-114.

Carusso, D. R. y Salovey, P. (2005). El directivo emocionalmente inteligente. La inteligencia emocional en la empresa.

Delors, J. (1996). Los cuatro pilares de la educación. La educación encierra un tesoro. París: Edición Unesco

Faure, P. (1976). Estudios generales. La enseñanza personalizada. Orígenes y evolución. Revista de educación, 247.

Fernández-Berrocal, P. y Extremera, N. (2005). La inteligencia emocional y la educación de las emociones desde el modelo de Mayer y Salovey. Revista interuniversitaria del profesorado, 19 (3) 63-93.

Fernández-Berrocal, P., Extremera, N., Palomera, R., Ruiz-Aranda, D., Salguero, Jose M., Cabello, R. (2011). Inteligencia emocional. 20 años de investigación y desarrollo. II congreso internacional de inteligencia emocional. Santander: Fundacion Marcelino Botin.

Fernández-Berrocal, P. y Ruiz, D. (2008). La inteligencia emocional en la educación. Revista electrónica de investigación psicoeducativa, 6 (15) 421-436.

Garner, H. (1983). Frames of mind: The theory of multiple intelligences. New York: Basic Books. (Traducción al castellano: inteligencias múltiples: la teoría en la práctica. Barcelona: Paidós, 1995).

Goleman, D. (1995). Emotional Intelligence. New York: Bantam Books. (traducción al castellano: la inteligencia emocional. Madrid: Kairos, 1996).

Mayer, J.D. y Salovey, P. (1997). What is emotional intelligence? Emotional development and emotional intelligence: educational implications. New York: Basic books.

Ortega, P. y Minguéz, P. (2001). Los valores en la educación. Barcelona: Ariel educación.

Piaget, J. (1936). La naissance de intelligence chez enfant. De la chaux el Niestle. (traducción al castellano: el nacimiento de la inteligencia en el niño. Barcelona: Critica, 1985).

Salovey, P. y Mayer, J.D. (1990). Emotional intelligence. *Imagination, cognition and Personality*, 9, 185-211.

Segura, M. y Arcas, M. (2007). Educar las emociones y los sentimientos: introducción practica al complejo mundo de los sentimientos. Madrid: Narcea.

Vigotsky L.S. (1978). El desarrollo de los procesos psicológicos superiores. Barcelona: Critica.