



UNIVERSIDAD DE PANAMÁ
Centro Regional de Bocas del Toro
Facultad de Ciencias de la Educación
MAESTRÍA EN DOCENCIA SUPERIOR

**ESTUDIO DE LA NECESIDAD DEL MANEJO DE LAS EMOCIONES
EN LA FORMACIÓN DEL FUTURO LICENCIADO DE LA FACULTAD
DE EDUCACIÓN,
CENTRO REGIONAL DE BOCAS DEL TORO**

**Trabajo de Graduación para optar al Grado Académico de
Magíster en Docencia Superior**

Por

Sergio González Iglesias

Changuinola Julio, 2004

1431

obispo de antio

26 AGO 2004

74

POEMA

POEMA

DUEÑO DE MIS EMOCIONES

Hoy seré dueño de mis emociones.

Si me siento deprimido, cantaré.

Si me siento triste, reiré.

Si me siento enfermo, redoblaré mi trabajo.

Si siento miedo, me lanzaré adelante.

Si me siento inferior, vestiré ropas nuevas.

Si me siento inseguro, levantaré la voz.

Si siento pobreza, pensaré en la riqueza futura.

Si me siento incompetente, recordaré éxitos del pasado.

Si me siento insignificante, recordaré mis metas.

Hoy seré dueño de mis emociones.

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

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

Si siento complacencia, recordaré a mis competidores.

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

Si me siento todopoderoso, procuraré detener el viento.

Si alcanzo grandes riquezas, recordaré una boca hambrienta.

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

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

En definitiva, hoy seré dueño de mis emociones.

Og Mandino

AGRADECIMIENTO

AGRADECIMIENTO

Agradezco a Dios nuestro señor por la oportunidad que me ha dado de aprender, mejorar para ser cada día mejor persona.

Agradecimiento especial a la profesora **Bertilda de Velarde** por su guía, paciencia, apoyo, dirección y entrega, durante toda la realización de este trabajo

A la licenciada **Eloisa del Carmen Montilla** y a la profesora **Marianela Pitty** por su gran apoyo.

A todos los estudiantes de la Facultad de Ciencias de la Educación, Sede de Bocas del Toro, que participaron en el programa.

GRACIAS

DEDICATORIA

DEDICATORIA

A las personas más importantes en mi vida:

Mi esposa Heclya;

Mis hijas María Gabriel y Maricarmen.

INDICE

ÍNDICE

	Página
POEMA	iii
AGRADECIMIENTO	iv
DEDICATORIA	v
ÍNDICE	vi
ÍNDICE DE CUADROS	x
ÍNDICE DE GRÁFICAS	xi
PRESENTACIÓN	xii
INTRODUCCIÓN	xiii
RESUMEN	xiv
SUMMARY	xv
CAPÍTULO	
I INTRODUCCIÓN	
A. ASPECTOS GENERALES	2
1. Antecedentes del problema	4
1.1 Orígenes del concepto Inteligencia Emocional	6
1.2 Evolución del concepto Inteligencia Emocional	8
1.3 Aparición del concepto Inteligencia Emocional	9
1.4 Nuestra realidad sobre el problema	9
1.5 El manejo emocional y sus Implicaciones en el educador	14
2. Determinantes que afectan la respuesta emocional	16
2.1 Determinantes Psicológicas de la violencia	17
2.2 Determinantes sociales de la violencia	17
2.3 Determinantes familiares de la violencia	19
3. Estado del problema	19
4. Supuestos generales	21
5. Objetivos de la investigación	22
5.1 Objetivo general	22
5.2 Objetivos específicos	23
6. Alcance y limitaciones	24
6.1 Alcance	24
6.2 Limitaciones	25
B. JUSTIFICACIÓN	27
1. Importancia	27
II MARCO TEÓRICO	
A. DESAFÍOS DEL MANEJO DE LAS EMOCIONES PARA EL EDUCADOR	29
1. Definición emociones	29
2. Teoría de las emociones	31
2.1 Teoría James-Lange de las emociones	32
2.2 Teoría cognitiva de la emoción	33
2.3 Interacción fisiológica y cognitiva de la emoción	33
2.4 Teoría de Lazarus de las emociones	34
2.5 Teoría de Weiner de las emociones	36

	Página
3. Las funciones de las emociones en el ser humano	36
3.1 Funciones adaptativas de las emociones	37
3.2 Funciones sociales de las emociones	38
3.3 Teoría diferencial de las emociones	40
4. Elementos fisiológicos de la respuesta emocional	41
4.1 El papel del bulbo raquídeo en las emociones	41
4.2 El Sistema Límbico y amígdala: el cerebro emocional	42
4.3 Amígdala	42
4.4 Tálamo	43
4.5 Hipotálamo	43
4.6 La corteza cerebral	44
5. Bases biológicas de la emoción	44
6. Principios de relación entre emoción y la razón	45
7. Las emociones y la salud mental	47
7.1 Papel de las emociones en la salud mental	48
7.2 Las emociones y la salud mental	49
8. Beneficio de las emociones positivas en la salud	53
B. LA INTELIGENCIA EMOCIONAL	55
1. Definición del concepto inteligencia emocional	55
2. Los cinco elementos básicos de la inteligencia emocional	58
2.1 Reconocimiento de las propias emociones	58
2.1.1 Control de las emociones	59
2.1.2 Capacidad de motivarse a uno mismo	59
2.1.3 Empatía	59
3. Habilidades sociales	61
4. Importancia de la inteligencia emocional en el dominio de las emociones	61
5. Importancia de la inteligencia emocional para el Educador	62
5.1 Competencias del manejo de la inteligencia emocional en el educador	63
5.1.1 La inteligencia personal	63
5.1.2 La inteligencia interpersonal	65
6. El papel de las emociones en el proceso enseñanza-aprendizaje	66
6.1 Importancia del control de las emociones para la Higiene Mental del Educador	67
6.2 Aplicaciones del manejo emocional al currículo de la formación docente	68
III ASPECTOS METODOLÓGICOS	
A. TIPO DE ESTUDIO	74
B. HIPÓTESIS	76
C. DEFINICIÓN DE VARIABLES	76
1. Variable independiente	76
2. Variable dependiente	76
3. Definición conceptual	77
4. Definición operacional	80
5. Definición instrumental	81

	Página
D. FUENTES DE INFORMACIÓN	82
1. Fuentes de investigación primaria	82
2. Fuentes de información secundaria	82
3. Sujetos de la investigación	82
E. POBLACIÓN Y MUESTRA	83
1. Población	83
2. Muestra	84
F. INSTRUMENTO O DE MEDICIÓN	84
G. TÉCNICA DE INVESTIGACIÓN	85
H. DISEÑO	86
I. APLICACIÓN DE LA ENCUESTA	86
J. VALIDEZ DE LOS INSTRUMENTOS	87
K. PROCEDIMIENTO	87
L. TRATAMIENTO DE LA INFORMACIÓN	88
IV ANÁLISIS DE LOS RESULTADOS	
A. ANÁLISIS ESTADÍSTICOS	90
1. Cálculo de la "t" de student	90
2. Cálculo de la "t" de student Pre-test	91
3. Cálculo de la "t" de student Post-test	91
4. Cálculo de la Media Aritmética y Desviación Estándar Pre-test	93
5. Cálculo de la Media Aritmética y Desviación Estándar	95
V PROPUESTA DE UN PROGRAMA DE CAPACITACIÓN EN INTELIGENCIA EMOCIONAL PARA ESTUDIANTES DE LA FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN CENTRO REGIONAL DE BOCAS DEL TORO	
A. TÍTULO	108
B. INTRODUCCIÓN	108
C. FUNDAMENTACIÓN	109
D. OBJETIVO GENERAL	110
E. OBJETIVOS ESPECÍFICOS	110
F. METAS	111
G. CONTENIDOS	111
H. DURACIÓN	123
I. POBLACIÓN BENEFICIARIA (Destinatarios)	123
J. METODOLOGÍA O ESTRATEGIA	123
1. Estrategias de implementación	124
K. PLAN DE ACTIVIDADES	124
L. CRONOGRAMA DE ACTIVIDADES	125

ÍNDICE DE CUADROS

	Página
I. DISTRIBUCIÓN DE LOS ENTREVISTADOS POR GRUPO DE EDAD	79
II. DISTRIBUCIÓN DEL GRUPO EXPERIMENTAL SEGÚN GRUPOS DE EDAD	80
III. DISTRIBUCIÓN DEL GRUPO DE CONTROL SEGÚN EDADES	81
IV. DISTRIBUCIÓN DE LOS ENTREVISTADOS POR SEXO	82
V. DISTRIBUCIÓN DE LOS GRUPOS DE INVESTIGACIÓN POR SEXO	84
VI. PUNTAJE Y CLASIFICACIÓN OBTENIDA POR EL GRUPO EXPERIMENTAL DURANTE EL PRE-POST TEST	86
VII. PUNTAJE Y CLASIFICACIÓN OBTENIDA POR ÁREA EN EL GRUPO CONTROL DURANTE EL PRE-POST TEST CHANGUINOLA, 2002 (Consolidado)	88

ÍNDICE DE CUADROS

	Página
I. DISTRIBUCIÓN DE LOS ENTREVISTADOS POR GRUPO DE EDAD	96
II. DISTRIBUCIÓN DEL GRUPO EXPERIMENTAL SEGÚN GRUPOS DE EDAD	97
III. DISTRIBUCIÓN DEL GRUPO DE CONTROL SEGÚN EDADES	98
IV. DISTRIBUCIÓN DE LOS ENTREVISTADOS POR SEXO	99
V. DISTRIBUCIÓN DE LOS GRUPOS DE INVESTIGACIÓN POR SEXO	101
VI. PUNTAJE Y CLASIFICACIÓN OBTENIDA POR EL GRUPO EXPERIMENTAL DURANTE EL PRE-POST TEST	103
VII. PUNTAJE Y CLASIFICACIÓN OBTENIDA POR ÁREA EN EL GRUPO CONTROL DURANTE EL PRE-POST TEST CHANGUINOLA, 2002 (Consolidado)	105

INTRODUCCIÓN

INTRODUCCIÓN

Existe una gran preocupación por el aumento del comportamiento violento en Panamá y específicamente en nuestra provincia. Esta compleja y perturbadora situación tiene múltiples causas y a la vez estas causas se relacionan entre si, pero necesitan ser consideradas por todas las personas e instituciones que tienen que ver con el manejo de conductas de personas.

El mal manejo de las emociones lleva a las personas a conductas instintivas e irracionales, dentro de los cuales esta la agresión. Desde los tiempos remotos los filósofos habían dicho “La persona que no toma conciencia de sus propias emociones, y encuentra una modalidad propia para canalizarlas, es esclavizado por ellas”.

En el educador al igual que otro profesional , el manejo de las emociones, es un tema clave para el desarrollo de la persona. Se hace indispensable para lograrla un enfoque práctico basado en la dignidad de la persona humana que ayude a lograr la madurez en el trato con uno mismo y con los demás. Desde esta base es que se pueden construir relaciones humanas fructíferas en el proceso de enseñanza aprendizaje.

De aquí la importancia de este trabajo, ya que, ofrece la oportunidad al educador de adquirir habilidades en el manejo de las emociones, áreas de

mucha importancia en su formación y las cuales no se profundizan con los programas actuales. Este conocimiento permitirá al educador desempeñarse de manera más efectiva, tener mejores relaciones interpersonales, manejar mejor sus sentimientos y el de los demás, elementos claves para un buen desempeño docente. Estos principios permiten al educador recibir beneficios que no sólo podrán poner en práctica en el ámbito laboral, con sus estudiantes, sino también en su vida particular, social y familiar.

El presente trabajo se divide en 5 capítulos: el primero capítulo contiene una revisión en su conjunto sobre el tema, aspectos generales, antecedentes y sus determinantes, el estado del problema, los objetivos el alcance y la justificación del mismo. El segundo capítulo se describe el marco teórico de la investigación, Las diferentes teorías que explican el fundamento de las emociones, el concepto de inteligencia emocional, sus implicaciones y el papel que juega en el proceso de enseñanza aprendizaje. El tercer capítulo describe la metodología que se utilizó en la investigación, las variables, la población y la muestra, una descripción del instrumento de medición, así como el tratamiento de la información. El cuarto capítulo se refiere a los resultados y sus respectivos análisis. El quinto capítulo se presenta la propuesta del programa de capacitación en Inteligencia Emocional para los

**Estudiantes de la Facultad de Ciencias de la Educación Centro Regional de
Bocas del Toro.**

Finalmente presentamos los anexos que apoyan la necesidad del
entrenamiento emocional en para el futuro educador.

RESUMEN

RESUMEN

La necesidad del manejo y control de las emociones que fortalezcan la preparación de los estudiantes de la Facultad de Ciencias de la Educación del Centro Regional Universitario de Bocas del Toro, justifica los objetivos de esta investigación, al analizar e identifica las diferentes áreas de la inteligencia emocional para su desempeño docente.

La investigación cuasi experimental, tipo pre/post prueba, permitió la selección de dos grupos de estudiantes que cursaban la asignatura de Higiene Mental; uno como grupo experimental y el otro de control. Al primero se le aplicó el entrenamiento en el control y manejo de las emociones por espacio de seis semanas, midiendo ambos grupos con el Cuestionario de Inteligencia Emocional para observar la diferencia en los resultados.

Del análisis destacan los indicadores de los estudiantes que recibieron el entrenamiento en el manejo de las emociones al identificar cambios significativos en sus conocimiento y actitudes, en tres de las cinco áreas del la prueba de Inteligencia Emocional, a diferencia del grupo de control, que se mantuvo en los mismos parámetros de la línea base. Este indicador sustenta la propuesta de implementar programas y contenidos de la formación del futuro educador en estas área del conocimiento para un mejor desempeño docente.

SUMMARY

The necessity of the handling and control of the emotions that fortify the preparation of the students of the Faculty of Educational of the Science at University of Panamá in Bocas del Toro, justifies the objectives of this investigation, when analyzing and identiflying the different areas of Emotional Intelligence in it educational performance.

The experimental investigation, type pre/post test, allowed the selection of two groups of students who attended the subject of Mental Hygiene; one as the experimental group the other of control. To the first group of students we applied the control and handling of the emotions for six weeks, measuring both group with the Questionnaire of Emotional Intelligence to observe the difference in the results.

Through the analysis they emphasize the indicators of the students who received the training in the handling of the emotion when identiflying significant changes in their knowledge and attitudes. In three of the five areas of the test of the Emotional Intelligent, unlike the control group the parameters of the line bases stayed the same. This observation sustains the proposal to implementing programs and contents for

future formation of educator. These programs will lead towards the best educational performance.

INTRODUCCIÓN

INTRODUCCIÓN

Existe una gran preocupación por el aumento del comportamiento violento en Panamá y específicamente en nuestra provincia. Esta compleja y perturbadora situación tiene múltiples causas y a la vez estas causas se relacionan entre si, pero necesitan ser consideradas por todas las personas e instituciones que tienen que ver con el manejo de conductas de personas.

El mal manejo de las emociones lleva a las personas a conductas instintivas e irracionales, dentro de los cuales esta la agresión. Desde los tiempos remotos los filósofos habían dicho "La persona que no toma conciencia de sus propias emociones, y encuentra una modalidad propia para canalizarlas, es esclavizado por ellas".

En el educador al igual que otro profesional , el manejo de las emociones, es un tema clave para el desarrollo de la persona. Se hace indispensable para lograrla un enfoque práctico basado en la dignidad de la persona humana que ayude a lograr la madurez en el trato con uno mismo y con los demás. Desde esta base es que se pueden construir relaciones humanas fructíferas en el proceso de enseñanza aprendizaje.

De aquí la importancia de este trabajo, ya que, ofrece la oportunidad al educador de adquirir habilidades en el manejo de las emociones, áreas de mucha importancia en su formación y las cuales no se profundizan con los programas actuales. Este conocimiento permitirá al educador

desempeñarse de manera más efectiva, tener mejores relaciones interpersonales, manejar mejor sus sentimientos y el de los demás, elementos claves para un buen desempeño docente. Estos principios permiten al educador recibir beneficios que no sólo podrán poner en práctica en el ámbito laboral, con sus estudiantes, sino también en su vida particular, social y familiar.

El presente trabajo se divide en 5 capítulos: el primero capítulo contiene una revisión en su conjunto sobre el tema, aspectos generales, antecedentes y sus determinantes, el estado del problema, los objetivos el alcance y la justificación del mismo. El segundo capítulo se describe el marco teórico de la investigación, Las diferentes teorías que explican el fundamento de las emociones, el concepto de inteligencia emocional, sus implicaciones y el papel que juega en el proceso de enseñanza aprendizaje. El tercer capítulo describe la metodología que se utilizó en la investigación, las variables, la población y la muestra, una descripción del instrumento de medición, así como el tratamiento de la información. El cuarto capítulo se refiere a los resultados y sus respectivos análisis. El quinto capítulo se presenta la propuesta del programa de capacitación en Inteligencia Emocional para los Estudiantes de la Facultad de Ciencias de la Educación Centro Regional de Bocas del Toro.

Finalmente presentamos los anexos que apoyan la necesidad del entrenamiento emocional en para el futuro educador.

CAPÍTULO I
INTRODUCCIÓN AL ESTUDIO.

A. ASPECTOS GENERALES

La palabra emoción viene del latín *emovere*, que significa remover agitar o excitar. Las emociones dependen de la conciencia que tiene la persona de la importancia de una situación, y en cuyas respuestas intervienen los procesos cognitivos, de percepción y pensamiento.

Las respuestas emocionales pueden variar, desde los estados moderados tales como las alteraciones del carácter, hasta las pasiones intensas que desorganizan por completo la conducta.

La intensidad de las emociones va a estar en función de las evaluaciones subjetivas que la persona hace sobre la información recibida y cómo esta va a afectar su vida. Una emoción depende de lo que es importante para una persona, por lo que puede variar de un individuo a otro.

Investigaciones recientes han hecho impacto sobre el manejo de las emociones, el nuevo concepto conocido como *inteligencia emocional*, el cual incluye la habilidad para motivarse y persistir ante las frustraciones, controlar los impulsos y regular los estados de humor; evitar las degradaciones que obstaculizan la habilidad de pensar; desarrollar empatía con los demás y abrigar

esperanza, permiten un mejor proceso de adaptación del individuo a las exigencias del medio.

El manejo de la inteligencia emocional permite adquirir habilidades que son de aplicación a cualquier profesional, pero es en la docencia donde este dominio permite aplicaciones de grandes magnitudes.

El reto del docente en el desempeño de sus funciones se ha hecho cada vez más exigente, debe tratar de dominar sus emociones y lograr que éstas no afecten su labor, logrando que su desempeño sea más objetivo y efectivo. El mal manejo de las emociones en un aula de clases puede traer consecuencias desastrosas para cualquiera de las partes involucrada.

Es necesario que el futuro educador se inicie con el conocimiento del control de las emociones previniendo situaciones de consecuencias irreversibles a quienes participan del proceso de enseñanza aprendizaje.

Comprender los alcances de la Inteligencia Emocional permitirá desarrollar habilidades que harán un trabajo más productivo y beneficioso a corto y largo plazo.

1. Antecedentes del problema

En el proceso educativo, los conocimientos se trasladan como es obvio, de una persona a otra persona, pero cada persona es una entidad única que tiene respuestas intelectuales y a su vez emocionales y afectivas: Esto puede contribuir, pero también perjudicar la adquisición de conocimientos.

La interacción entre los seres humanos es el acto central de la vida humana, y es el acto central de la educación. Los especialistas en el estudio del comportamiento de todo el mundo coinciden en que el aprendizaje se da no sólo en una dimensión intelectual, sino también en una emocional y afectiva.

Durante muchos tiempo las emociones han sido consideradas poco importantes, dando más relevancia a la parte racional del ser humano, más aún, en el ámbito educativo, donde la dimensión emocional ha sido la gran olvidada, y por ende, el interés se ha centrado, casi exclusivamente, en el desarrollo cognitivo.

Sin embargo, si consideramos como objetivo fundamental en la tarea de educar el conseguir un desarrollo integral y equilibrado de la personalidad del alumno, no podemos dejar de lado el mundo de emociones y sentimientos, elementos de mucho valor para su futuro personal.

Conocer cómo se procesan las emociones, cómo evolucionan, su mecanismo de expresión, el papel en el aprendizaje y en las relaciones interpersonales dentro del proceso de enseñanza aprendizaje, son algunos de los aspectos de mayor importancia en los estudios de la psicología educativa actual.

Las emociones están presentes en el aula, la de los(as) alumnos(as) , y las del(la) educador(a); su interrelación emocional puede dar como resultado el crecimiento de ambas partes o el sufrimiento de algunos de ellas o de las dos.

Podemos incorporar los matices de las emociones a la práctica docente, a nuestra vida social, a nuestro ser, como una dimensión valiosa, desarrollando un trabajo más humano y profesional, o temer a nuestro mundo emocional y el que pueda expresar nuestro alumnado, no permitiendo la oportunidad de una formación más sólida, necesaria en la vida de todo ser humano.

Por ahora nadie nos lo va a exigir como norma, es una opción personal, pero la falta de conocimiento en este tema no nos permite una buena elección sobre el tópico, perjudicando enormemente el proceso educativo.

1.1 Orígenes del concepto inteligencia emocional

El término Inteligencia Emocional se refiere a la capacidad humana de sentir, entender, controlar y modificar estados emocionales en uno mismo y en los demás. Inteligencia emocional no es ahogar las emociones, sino dirigir las y equilibrarlas conscientemente.

El concepto de Inteligencia Emocional, aunque esté de actualidad, tiene a nuestro parecer un claro precursor en el concepto de Inteligencia Social del psicólogo Edward Thorndike (1920) quien la definió como "*la habilidad para comprender y dirigir a los hombres y mujeres, muchachos y muchachas, y actuar sabiamente en las relaciones humanas*".

Para Thorndike, además de la Inteligencia social, existen también otros dos tipos de inteligencias: la abstracta—habilidad para manejar ideas- y la mecánica- habilidad para entender y manejar objetos.

Un ilustre antecedente cercano de la Inteligencia Emocional lo constituye la teoría de 'las inteligencias múltiples' del Dr. Howard Gardner, de la *Universidad de Harvard*, quien plantea ("*Frames of Mind*", 1983) que las personas tenemos 7 tipos de inteligencia que nos relacionan con el mundo. A grandes rasgos, estas inteligencias son:

□ *Inteligencia Lingüística*: Es la inteligencia relacionada con nuestra capacidad verbal, con el lenguaje y con las palabras.

- **Inteligencia Lógica:** Tiene que ver con el desarrollo de pensamiento abstracto, con la precisión y la organización a través de pautas o secuencias.
- **Inteligencia Musical:** Se relaciona directamente con las habilidades musicales y ritmos.
- **Inteligencia Visual-Espacial:** La capacidad para integrar elementos, percibirlos y ordenarlos en el espacio, y poder establecer relaciones de tipo metafórico entre ellos.
- **Inteligencia Kinestésica:** Abarca todo lo relacionado con el movimiento tanto corporal como el de los objetos, y los reflejos.
- **Inteligencia Interpersonal:** Implica la capacidad de establecer relaciones con otras personas.
- **Inteligencia Intrapersonal:** Se refiere al conocimiento de uno mismo y todos los procesos relacionados, como auto-confianza y auto-motivación.

Esta teoría introdujo dos tipos de inteligencias muy relacionadas con la competencia social, y hasta cierto punto emocional: la Inteligencia Interpersonal y la Inteligencia Intrapersonal. Gardner (1999), definió a ambas como sigue:

"La Inteligencia Interpersonal se construye a partir de una capacidad nuclear para sentir distinciones entre los demás: en particular, contrastes en sus estados de ánimo, temperamentos, motivaciones e intenciones. En formas más avanzadas, esta inteligencia permite a un adulto hábil leer las intenciones y deseos de los demás, aunque se hayan ocultado..."

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

1.2 Evolución del concepto Inteligencia emocional

La historia de la inteligencia humana puede explicarse como el empeño del cerebro humano en buscar formas eficientes de comunicarse consigo mismo.

Cuando el primer ser humano trazó la primera línea, precipitó una revolución en la conciencia humana; una revolución cuyo estadio evolutivo más reciente está constituido por el mapa mental.

Una vez que los seres humanos se dieron cuenta de que eran capaces de exteriorizar sus "imágenes mentales" internas, la evolución fue más rápida. Con las primeras representaciones hechas por los primitivos aborígenes australianos en las cavernas, los trazos iniciales se fueron convirtiendo paulatinamente en pinturas. A medida que las civilizaciones evolucionaban, las imágenes comenzaron a condensarse en símbolos y, más tarde, en alfabetos y guiones; así sucedió con los caracteres chinos o los jeroglíficos egipcios. Con el

desarrollo del pensamiento occidental y la creciente influencia del imperio romano, se completó la transición de la imagen a la letra. Y posteriormente, a lo largo de dos mil años de evolución, el poder nada desdeñable de la letra adquirió primicia sobre la momentáneamente escarnecida imagen.

1.3 Aparición del concepto Inteligencia Emocional

En 1990, dos psicólogos norteamericanos, el **Dr. Peter Salovey** y el **Dr. John Mayer**, acuñaron un término cuya fama futura era difícil de imaginar. Ese término es 'inteligencia emocional'.

Hoy, a casi diez años de esa 'presentación en sociedad', pocas personas de los ambientes culturales, académicos o empresariales ignoran el término o su significado. Y esto se debe, fundamentalmente, al trabajo de **Daniel Goleman**, investigador y periodista del *New York Times*, quien llevó el tema al centro de la atención en todo el mundo, a través de su obra '*La Inteligencia Emocional*' (1995).

1.4 Nuestra realidad sobre el problema

A pesar de que existen leyes tendientes a eliminar el problema de la violencia intrafamiliar en Panamá, los reportes del uso de la violencia como mecanismo ante las dificultades entre las personas es cada vez más frecuente (**Ver Anexo 2**).

Algunos datos estadísticos nos hacen ver la gravedad creciente del problema en Panamá, según un reporte del I.M.U.P, en el año 2000, 31 mujeres fueron asesinadas por sus cónyuge, en nombre del amor. En los 4 primeros meses del año 2001 han sido atendidas 4,754 mujeres, por golpes.

Los casos de violencia intrafamiliar denunciados en la PTJ, en la República de Panamá en el año 1998 fueron 876, en el '99 ascendieron a 911 y en el 2000 a 1,011. [Comité de Análisis de Estadísticas Criminales, CONADEC]

En el Distrito de Panamá, durante el primer trimestre del 2001 se registraron 101 casos de violencia intrafamiliar, dándose el maltrato físico y psicológico en 72 de ellos. Del total de casos 92 de las sobrevivientes son mujeres y 9 son hombres, siendo las 'amas de casa' (casi un tercio de los casos) las que más ponen la denuncia. El parentesco del agresor con la sobreviviente era de cónyuge o esposo en el 87% de las denuncias. (Centro de Recepción de Denuncias de la PTJ).

De enero a junio del 2000 se registraron 459 delitos calificados "contra el pudor y la libertad sexual" (violación carnal, intento de violación, actos libidinosos, raptó, estupro, seducción, incesto y corrupción de menores), de los cuales 274 corresponden a violaciones y 70 casos a intento de violación. (Datos de la PTJ)

En los tres primeros meses del año 2001 la misma institución reportó la comisión de 240 "delitos contra el pudor y la libertad sexual", de los cuales 129 fueron violaciones, 55% de ellas cometidas contra menores de 18 años: De 0-4 años (3), de 5-9 (4), de 10 a 14 (43) y de 15 a 17 años (21). En el 80% de los casos el victimario era un familiar o conocido.

De acuerdo a reportes del departamento de estadística de la Caja del Seguro Social, en Panamá, durante el año 2001, se atendieron 26,448 casos de violencia intrafamiliar (VIF) a nivel nacional. De estos más del 80 por ciento involucraba a mujeres, el 18 por ciento eran niños y un 2 por ciento correspondían a hombres afectados por la violencia.

En la provincia de Bocas del Toro, de los 116 casos de violencia intrafamiliar (VIF) atendidos durante el año 2001 en los cuartos de urgencia, 74 eran mujeres, 54 niños y 8 hombres.

En la fiscalía del distrito de Changuinola durante el año 2001 se atendieron 51 casos de violencia intrafamiliar (VIF), de los cuales 31 eran mujeres, 13 niños y 7 hombres.

En la corregiduría del distrito de Changuinola, donde se atiende la mayoría de los casos de agresiones, no se lleva una estadística de manera

precisa, pero informan que de cada 10 casos atendidos, 6 tienen que ver con la violencia intrafamiliar .

Se debe destacar, que existen muchos casos ocultos, los cuales por temor, por presión o por alguna otra circunstancia no son denunciados o llevados a la atención requerida. Además por condiciones obvias, la mayoría de los casos atendidos sólo son los de violencia física.

Llama la atención los altos índices de violencias reportados cada día en los medios de comunicación, lo que sustentan la gravedad del problema y sus consecuencias en nuestra sociedad. **(Ver Anexo 2)**

En nuestro país se han realizado pocos estudios sobre el control y manejo emocional, a pesar que los casos de violencia han ido en aumento y que a diario vemos en los medios, mayor cantidad de casos en los cuales se involucra personas de todas las edades, niveles y estratos socioeconómicos.

En Panamá, el currículo de las materias hace énfasis en otras áreas necesarias en la formación del estudiante, pero desconoce la importancia de la inteligencia emocional como factor determinante en la formación del educador y el educando.

En materias en las que el estudio del manejo de las emociones pudiera ser de mucha aplicabilidad, es poco el contenido sobre este tema el que podemos encontrar.

Mientras en otros países, ya han comenzado a incluir dentro de su currículo para la formación de futuros profesionales, elementos sobre el conocimiento y manejo de las emociones, no sólo en el área de la educación, aún aquí, no se ha iniciado estudios que permitan la incorporación de estos conocimientos, para una mejor preparación del futuro educador.

Son pocas las oportunidades que tiene el educador de recibir una preparación sobre el manejo emocional. Algunos seminarios ofrecen temas sobre elementos de las relaciones humanas, pero la poca profundidad sobre el mismo hacen que la información adquirida tenga poca aplicabilidad en su vida personal y profesional.

La forma cómo el educador se forma tiene una influencia importante en su desempeño laboral. Su preparación, desde su base magisterial, contrariamente a lo que se piensa, afecta su expresión emocional como factor preponderante para su aplicación en el proceso de aprendizaje.

Los programas académicos que preparan al futuro docente, atenúan la exploración de los sentimientos y la necesidad de una identificación clara en el manejo de las emociones.

Algunas asignaturas, en la preparación del educador llevan a la adquisición de conocimientos relacionados con los sentimientos y su función en la conducta humana, pero carecen de una aplicación práctica en el manejo de las mismas.

Los sentimientos no pueden ser ignorados o minimizados en el proceso educativo. No podemos olvidar, que son parte de la existencia humana e inevitablemente se deben saber manejar para que en el proceso educativo faciliten la formación, y no se vuelvan un obstáculo al mismo.

Actualmente este conocimiento, con su respectiva oportunidad para un mejor manejo y control emocional no se observa en la formación actual.

Esto se ve reflejado en el desempeño de su actividad docente, creando un vacío que afecta la realidad de la educación actual.

1.5 El manejo emocional y sus implicaciones en el educador

Cualquier intercambio entre el educador y el alumno se da en un contexto emocional que facilita o dificulta la actitud y capacidad emocional del niño. Los educadores que no cuentan con la debida preparación en el manejo de las emociones, imposibilitan la adquisición de habilidades del alumno en su adaptación posterior. Las respuestas del educador al transmitir conocimientos o manejar la disciplina en el aula de clases, influye en el aprendizaje de sus alumnos (as).

Mantener el equilibrio emocional requerido en el salón, es una de las tareas más difíciles a las que el educador se enfrenta. La reacción de los alumnos(as), hace que su mensaje sea interiorizado de modo diferente y en distinto grado, no sólo de acuerdo con el desarrollo psicológico e intelectual, sino también según las vivencias emocionales, afectivas y sociales de cada uno de ellos /as.

El manejo de las emociones de manera inadecuada, por parte del educador, por una parte, conlleva a la no detección de sus propias respuestas, hecho este que afectará la relación docente alumno(a) desde sus inicios.

Esta deficiencia obstaculiza la buena relación entre los participantes en el proceso educativo, no existe una genuina comunicación, aislando elementos indispensables en su formación integral.

En algunos casos el educador induce al niño a reprimir sus emociones, acción contraproducente para la adquisición de una base sólida en su personalidad. Además la represión de los sentimientos, afecta el rendimiento y desmotiva al alumno, provocando altos niveles de ansiedad, que luego se traducen en dificultades relacionadas con el proceso de aprendizaje. Este hecho será una de las principales causas de dificultades presentadas en los niños, tanto en el entorno familiar, escolar como social.

2. Determinantes que afectan la respuesta emocional

Se entiende por determinante a aquellos aspectos de la realidad que influyen en la aparición de la conducta y que juegan un papel sobresaliente en su manifestación.

Existen una serie de determinantes que dificultan el manejo de las respuestas emocionales. Los educadores no escapan a ellas, teniendo sus repercusiones, tanto en su vida laboral como personal.

Las repercusiones pueden manifestarse tanto a corto, mediano y largo plazo, las cuales afectan tanto al docente como al alumno. La intensidad con que éstas se manifiestan son proporcionales a la severidad con que las determinantes se presenten en el individuo.

Las determinantes que más sobresalen y afectan la conducta emocional impidiendo que sean manejadas de manera más racional son: psicológicas, sociales y familiares.

2.1. Determinantes Psicológicas de la violencia

Los trastornos mentales y de personalidad, pueden llevar a ciclos de violencia en el individuo los cuales no sólo afectan al que la presenta, sino también a aquellos que lo rodean. Las personas con baja autoestima, escasa capacidad de empatía, depresión y altos grados de ansiedad, tienen dificultades para controlar sus impulsos. Estos elementos hacen que la persona desquiten sus frustraciones con los demás, creando los ciclos de violencia muy comunes en la actualidad.

La incapacidad de algunas personas para enfrentar los problemas, su inmadurez emocional, la falta de expectativas y su inseguridad extrema son otros de los factores psicológicos que motivan conductas violentas y de peligrosidad en la sociedad y que pueden ser manifestadas en cualquier ámbito en el que se desenvuelva la persona.

2.2. Determinantes sociales de la violencia

Es a partir de la crisis que prevalece en nuestra sociedad y la falta de respuestas a las necesidades sociales, que las personas se encuentren en situaciones difíciles. El individuo se frustra y se desquita con aquellas personas que lo rodean, no importando el tipo de relación que tenga con éstas.

Este comportamiento aumenta proporcionalmente a las dificultades que aparecen en relación a los cambios sociales, económicos y culturales de un país. Siempre los más afectados van a ser lo débiles, niños, mujeres y ancianos.

Aunque las investigaciones han encontrado que la conducta violenta no es propia de una determinada clase social, en aquellos grupos con alto grado de marginación, van a presentar mayor índice de violencia en entre sus miembros.

Adicionalmente, la sociedad ha desarrollado una cultura de castigo como solución a los problemas interpersonales. Desde la familia, en la cual el padre se le considera la máxima autoridad, con la facultad de normar y sancionar al resto de los miembros a través del castigo, hasta el resto de la sociedad donde las medidas punitivas son consideradas un elemento importante en la corrección de los transgresores de las leyes.

Esto lleva a justificar comportamientos agresivos que pueden manifestarse en cualquier ambiente, incluso en las escuelas donde el educador se convierte en la máxima autoridad del aula de clases.

La solución engañosa del castigo a los problemas conductuales, producen patrones repetitivos de conductas manifestados de generación en generación en la sociedad.

2.3 Determinantes familiares de la violencia

Como no existe una educación formal para ejercer la el rol de padre o madre de familia, se asumen comportamientos que en la mayoría de los casos están recubiertos de respuestas emocionales. La falta de una orientación adecuada a los miembros responsables de brindar la custodia a los menores, determina en gran medida, que las repuestas ante situaciones de problemas sean de manera agresiva.

Es en el seno familiar donde se inicia la formación del carácter de todo ser humano, debe existir un ambiente de equidad y respeto mutuo entre sus miembros. En ocasiones los tutores tratan a sus hijos como objetos de su propiedad, relegando las necesidades de ese ser que se forma.

El exceso o la falta en la satisfacción de las necesidades en el individuo, hace que tempranamente se frustren y esta pérdida puede tener sus

repercusiones en cualquier momento de su vida. Se inicia una cadena de comportamientos inadecuados que afectan a toda la sociedad.

3. Estado del problema

Los retos en el aula de clases a los cuales tiene que enfrentarse un educador o educadora son múltiples. Algunos están relacionados con el material, con los programas, situaciones administrativas, con la situación de aprendizaje, pero la mayoría se refieren a dificultades de respuestas entre el alumno y el maestro.

El inadecuado manejo de las respuestas emocionales en la relación interdependiente de ambos se convierte en un factor contraproducente en el aula de clases.

Cuando el educador no puede darle respuesta a tales dificultades o son inadecuadas, el proceso sufre consecuencias nefastas, ya que tanto educando como educador se ven afectados.

Los antecedentes personales del alumno sumado a su personalidad, harán que la forma de responder en el medio escolar sea única. Las

dificultades en el manejo del salón de clases se multiplican y se deterioran en el tiempo si no son atendidas adecuadamente.

El educador se enfrenta a un gran reto, manejarse a sí mismo y manejar al grupo, factor que produce alto grados de ansiedad y estrés. En la mayoría de los casos sus acciones están llenas de respuestas emocionales. Se afecta su salud física y mental, factor que a su vez trasmite a sus alumnos, produciendo un ciclo enfermizo que lleva a involucrar a todo el sistema.

El alto porcentaje tanto de educadores y alumnos afectados en esta relación es cada vez mayor. La proyección en futura de este fenómeno nos lleva a visualizar una sociedad cada vez más deteriorada.

El inadecuado manejo de las respuestas emocionales estas llevando a situaciones insospechables de violencia en nuestra sociedad. Los daños se dan a todos los niveles y en todas las esferas donde se desenvuelve el individuo.

La interrogante que se tiene es, si en verdad el inadecuado manejo de las emociones es la causa principal de los problemas de violencia que confronta nuestra sociedad en la actualidad.

4. Supuestos generales

Los programas académicos para la formación de educadores en el ámbito superior en Panamá, no cuentan dentro de sus contenidos con áreas que le permitan al estudiante los conocimientos necesarios en la identificación y manejo de sus emociones. El educador que se forma en la actualidad no recibe la preparación necesaria sobre el conocimiento y manejo de sus respuestas emocionales, y cómo estas pueden influir en el proceso de enseñanza aprendizaje.

Las consecuencias pueden ser muy negativas tanto para el educador como para el educando, y los daños solos pueden ser vistos a largo plazo y con signos poco visibles en ambos.

5. Objetivos de la investigación

La falta de programas y contenidos en el conocimientos y manejo de las emociones en la formación del educador en Panamá, crea limitaciones al proceso de enseñanza aprendizaje en nuestro país.

5.1 Objetivo general

- Analizar el manejo de las emociones en los estudiantes de la Facultad de Educación de la Universidad de Panamá, Centro Regional de Bocas del Toro en el curso de Higiene Mental para Educadores.
- Presentar la eficacia de un Programa de Inteligencia Emocional en estudiantes de la Facultad de Ciencias de la Educación de la Universidad de Panamá, Sede de Bocas del Toro, en el curso de Higiene Mental.
- Establecer la correspondencia entre el dominio de contenidos en el conocimiento de la Inteligencia Emocional en los estudiantes de la Facultad de Ciencias del Educación y su efecto en el manejo de sus emociones.

5.2 Objetivos específicos

- Identificar los principales factores emocionales que afectan al estudiante de educación a través de la aplicación de una prueba de inteligencia emocional.
- Aplicar un programa del manejo de la inteligencia emocional en educadores

- Diferenciar las distintas respuestas emocionales en los estudiantes de la Facultad de Educación de la Universidad de Panamá, Sede de Bocas del Toro.
- Determinar las áreas de la inteligencia emocional en la cuales los estudiantes de Educación presentan fortalezas y debilidades.
- Identificar los principales factores emocionales que afectan la profesión de la educación.
- Desarrollar en los estudiantes de educación habilidades para el manejo de las emociones.
- Comparar los resultados por áreas temáticas de inteligencia emocional en el grupo experimental con una post prueba.

6. Alcance y limitaciones

La productividad, la eficiencia y la factibilidad de los objetivos de la educación, están muy relacionadas con el bienestar psicológico y social del educador. Estos se relacionan directamente con el manejo de las respuestas emocionales en su vida. De aquí la importancia de adquirir conocimientos en el manejo emocional, que lo lleven a adaptarse a las situaciones cambiantes y complejas sin afectar su equilibrio o el de sus alumnos.

6.1 Alcance

La identificación clara de los propios sentimientos y de los demás en el educador para que se convierte en una herramienta de gran beneficio en el proceso de enseñanza aprendizaje, permitiendo así, un mejor manejo y control de aquellas áreas del docente que interviene en su adaptación psicológica, emocional y social en el aula.

Determinar en que medida el educador percibe las emociones negativas, que le producen desestabilización, y así poder enfrentarlas de una mejor manera.

Aprender a motivarse a sí mismo, debido a que el tipo de relación que existe en el medio educativo, son frecuentes los desánimos y frustraciones, para lo que necesita un control emocional, alcanzado únicamente con un entrenamiento específico.

6.2 Limitaciones

La existencia de esquemas mentales relacionados con la historia personal de cada ser humano, obstaculiza la adquisición de nuevas acciones y estrategias que faciliten su adaptación a las exigencias de la vida. Sumado a esto, la falta de una estructura más sólida que permita obtener mejores

conocimientos con respecto al manejo de sus emociones, establecen deficiencias en el conocimiento de este tema.

- La falta de programas específicos en el manejo de la inteligencia emocional aplicados a la educación hacen que este campo presente dificultades para las referencias y antecedentes que sirvan de guía al trabajo.
- Los antecedentes de cada participante, sus experiencias y vivencias personales desde sus primeros años de vida, así como factores culturales y sociales, establecen hábitos y actitudes que traen resistencia a los cambios posteriores en la adquisición de nuevos estilos de vida.
- El grado de veracidad de los sujetos al contestar los instrumentos, puede estar influenciado por factores situacionales, afectando los resultados de la investigación.
- El número limitado de variables que comprende el estudio, ya que no se toman en cuenta las múltiples factores que podrían influir en el desarrollo de la Inteligencia Emocional.

- La existencia de pocas investigaciones en el campo del manejo de la inteligencia emocional aplicada a los educadores, tanto a nivel nacional como a nivel internacional, disminuye el nivel de referencia que puedan apoyar la investigación.

B. JUSTIFICACIÓN

1. Importancia

La productividad, la eficiencia y la funcionalidad son unos de los objetivos a mediano y largo plazo en el proceso educativo, tienen mucho que ver con el bienestar del personal que los integra, lo cual está muy vinculado con las emociones que se producen en este medio en cada uno de los integrantes.

A través del conocimiento del manejo de las emociones, los educadores pueden asumir con conciencia absoluta el valor que agrega el control de las emocional a las estrategias para el logro con éxito de la ejecución de sus responsabilidades asignadas.

Este proceso facilita al educador adaptarse a situaciones cambiantes, complicadas y a manejar los obstáculos adecuadamente, sin afectar su equilibrio y el de los demás.

Pero, más allá de lo personal, el mejorar el manejo de las emociones tiene un papel relevante en la cultura educativa, ya que mejora la identificación de los sentimientos que el proceso produce en cada uno de los participantes, lo que esta estrechamente vinculado a la funcionabilidad y el éxito educativo.

El logro del dominio de las emociones, transmitir motivación e incrementar la participación de los alumnos en el proceso de enseñanza aprendizaje, tomar conciencia de las propias emociones y tratar de entender las emociones de los demás es una de las metas de este programa.

La adquisición de habilidades en el manejo de las emociones permite al educador desempeñarse de manera más efectiva, tener mejores relaciones interpersonales, manejar mejor sus sentimientos y el de los demás, elementos claves en la profesión docente para un buen desempeño. Estos principios permiten al educador recibir beneficios que no sólo podrán poner en práctica en el ámbito laboral, con sus estudiantes, sino también en su vida particular, social y familiar.

El diagnóstico, va a permitir la elaboración de una propuesta con la intención de mejorar el conocimiento y manejo de las emociones, elemento básico en la formación y actualización de los estudiantes de la Facultad de Educación Sede de Bocas del Toro y para el docente de esta región.

CAPÍTULO II
MARCO TEÓRICO

2. DESAFIOS DEL MANEJO DE LA EMOCIONES PARA EL EDUCADOR

La relación en el proceso de enseñanza aprendizaje supone un periodo crucial para modificar hábitos emocionales que previenen de la historia individual de cada estudiante.

Las lecciones emocionales más importantes se aprenden durante los seis primeros años tanto en casa como en la escuela, siendo el educador un importante modelo en su forma de reaccionar ante cada acontecimiento, para su adecuado desarrollo. Cualquier intercambio entre educadores y estudiante se da en un contexto emocional que facilita o dificulta la actitud y capacidad emocional del niño.

2.1 Definición Emociones

La palabra "emoción" procede del latín *motere* (mover) con el prefijo *e*, que se refiere mover hacia fuera. Trata de explicar la acción de cada emoción del ser humano.

En oposición a las emociones está la razón y el intelecto, los cuales funcionan como límite a las emociones del hombre y permiten gobernar su conducta de una manera racional.

La psicología actual ha abordado el tema de las emociones, tratando de definirlas y explicarlas, pero ha encontrado que es un tema muy difícil y complicado. Algunas veces se ha definido emoción igual que motivo, mientras que otros consideran que las emociones son muy diferentes a los motivos. Otros, las definen como cambios corporales, y aún otros, como sentimientos subjetivos experimentados por el individuo.

Para una definición completa, es necesario integrar tanto las conductas físicas como psicológicas en la respuesta emocional.

Las emociones son respuestas con múltiples características. En parte, las emociones se refieren a estados afectivos subjetivos, hacen que nos sintamos de alguna manera rabiosos o felices. Las emociones pueden ser respuestas de tipo biológicas, caracterizándose por manifestaciones fisiológicas que preparan al cuerpo para la adaptación a una situación.

Las respuestas emocionales en nuestro organismo entran en un estado de activación diferente al de las condiciones normales. Órganos como el corazón, el estómago, los músculos y otros, emiten respuestas diferentes a sus estados normales; ya sea por que se aceleran o disminuyen su función.

También las emociones se manifiestan como un conjunto de funciones, como el caso del hambre, la sed y las necesidades de autorregulación del cuerpo.

Las emociones tienen tres tipos de componentes básicos:

- La primera, es una respuesta externa que se hace al medio ambiente. Esta puede tomar la forma de cambios en la expresión facial, o hace intervenir manifestaciones conductuales de agresión.
- En segundo lugar, la respuesta emocional, está acompañada de cambios internos y fisiológicos en el organismo de la persona.
- La tercera es una respuesta subjetiva o sentimental ante una situación experimentada.

Cada respuesta producto de las emociones, nos prepara para enfrentar una situación, para atacarla o para huir de ella.

Reeve (1994) define las emociones como el constructo psicológico que une los aspectos subjetivos, fisiológicos, funcionales y expresivos ante una nueva situación o experiencia vivida por un individuo. (Pág. 321).

2.2 Teoría de las emociones

Múltiples teorías tratan de explicar las emociones y su influencia en la conducta humana, algunas hacen énfasis a los cambios corporales y su influencia

en la respuesta emocional y otras, a la respuesta meramente subjetiva de la emoción.

2.2.1 Teoría de James–Lange de las emociones

Reeve (1994), cita a James y Lange, explicó que los cambios corporales no siguen a la experiencia emocional, como se pensaba anteriormente, sino que son las experiencias emocionales las que se producen después de los cambios corporales. Según James, la vivencia de la emoción es la percepción de un patrón de activación corporal por lo que la secuencia de acontecimientos sería: estímulo- reacción fisiológica- emoción.

La teoría de James se basa en dos postulados fundamentales:

- El cuerpo reacciona de manera distinta a distintos estímulos fomentadores de emoción.
- Los estímulos no emocionales no fomentan cambios corporales.

El aumento de la actividad cardiovascular produce una emoción, la reducción de la actividad cardiovascular produce otra y la ausencia de los cambios en la actividad cardiovascular no producen emociones.

2.2.2 Teoría cognitiva de la emoción

Esta teoría trata de explicar el papel que juegan las cogniciones, o evaluaciones positivas o negativas, de manera instantánea del estímulo que se recibe. Esto viene a constituir una base importante para las emociones, estableciendo la secuencia para las emociones; percepción, evaluación experiencia subjetiva y acción.

Después de ser percibido el estímulo, (información, experiencia, acontecimiento), la segunda fase es la evaluación y cómo este puede afectar el propio bienestar del que lo recibe, esto da como resultado una consecuencia positiva o negativa, estableciéndose así, emociones negativas o positivas.

2.2.3 Interacción fisiológica y cognitiva de la emoción

La activación Fisiológica se entiende como un *arousal* generalizado y difuso, el cual define la intensidad pero no la cualidad de la emoción. Las características emocionales que enfrenta la persona estarán establecidas por el tipo de evaluación cognitivo que se haga de la situación o experiencia.

Martín (1999) plantea que la emoción puede ser generada de dos maneras:

Primero, la emoción se da después de evaluar un estímulo que genera emoción, la percepción de un estímulo emocional produce una cognición emocional y una activación fisiológica, ambos (la cognición emocional y la activación fisiológica) se unen para producir un estado emocional. La cognición emocional determina el tipo de emoción que se tiene mientras que la activación determina la intensidad de la emoción. En segundo lugar, la persona siente una activación que no puede explicar, cuando se produce el arousal, el corazón late con fuerza, las palmas de las manos empiezan a sudar, se tiene dolores estomacales. (Pág. 58)

2.2.4 Teoría de Lazarus de las emociones

Esta teoría desarrollada por A. A. Lazarus está constituida por cinco temas:

□ Principio de sistema. Una variable no es suficiente para explicar una emoción. En el origen de las emociones intervienen variables de personalidad y del medio. Todas ellas son interdependientes y constituyen un sistema.

□ Principio de proceso-estructura: las emociones expresan dos principios interdependientes: principio de proceso, las emociones cambian y presentan una gran variedad a lo largo del tiempo, dado que pueden darse cambios de significación en las relaciones entre persona y ambiente y principios de estructura; hay relaciones persona-entorno que son estables debido a la presencia de

estructuras psicológicas estables o, con más precisión, relaciones estables entre la persona y el ambiente.

□ Principio de desarrollo: las variables biológicas y sociológicas que influyen en las emociones, se desarrollan y cambian a lo largo de toda la vida. Los procesos emocionales no son los mismos a lo largo de las diferentes etapas de la vida, igualmente pueden cambiar a través de las especies.

□ Principio de especificidad: explica que, no hay una emoción sino diferentes tipos de emociones. Algunas son positivas y otras, negativas. El proceso emocional es distinto para cada emoción específica (ira, miedo, ansiedad, tristeza).

□ Principio de significación relacional: define a cada emoción por su significado relacional único y específico, quien se constituye en la clave del proceso emocional. Este significado se expresa en un conjunto de temas relacionales centrales para cada emoción específica, y que resume que los daños y beneficios presentes en cada relación persona- entorno se construyen a través de un proceso de evaluación.

La forma de enfrentarse a las emociones y la evaluación que se hace de los estímulos recibidos son producto de la personalidad y del ambiente en interacción. Lazarus denomina, *significación relacional*, a esa relación.

2.2.5 Teoría de Weiner de las emociones

Según Martin (1999) la consecuencia inmediata de un resultado es una respuesta emocional en función de su resultado. Después de un fracaso, las personas sienten frustración o tristeza. Esta respuesta emocional es el resultado de la evaluación primaria del resultado. Si el resultado es beneficioso o bueno, las emociones que surgen serán de felicidad, si el resultado es perjudicial o malo, la consecuencia será de tristeza. (Pág. 71).

En caso de fracaso, las dos dimensiones causales (foco y controlabilidad) producen cuatro emociones: la rabia, la compasión la vergüenza y la culpa.

2.3 Las funciones de las emociones en el ser humano

El significado de las emociones se inicia a partir de los trabajo de Charles Darwin titulados " La expresiones de las Emociones en el hombres y los animales". , en las que desarrolló la idea de que la evolución incidía tanto en las

características expresivas como en las características físicas como la altura y la posición de los ojos. Según Darwin, las características expresivas, igual que las características físicas tenían un significado funcional para el mecanismo al que se estaban adaptando. La utilización de alguna parte del cuerpo para defenderse o para satisfacer una necesidad, tienen un significado funcional. En el caso de los animales, enseñar sus garras o dientes para defenderse o en el humano, el enrojecimiento de la cara durante una pelea tiene una función de supervivencia, que se preservará a través del tiempo.

A través de este proceso, cada parte del cuerpo, en el caso de aquellas que transmiten expresiones emocionales se irán quedando y pasarán a formar parte de ese complejo mecanismo de adaptación. Las emociones tendrán así una gran cantidad de funciones en el ser humano, las cuales permitirán la subsistencia y la preservación de la especie.

2.3.1 Funciones adaptativas de la emociones

La conducta emocional tiene diferentes propósitos: protección, destrucción, reproducción, reintegración, afiliación, rechazo, explotación y orientación. Es por esto, que en el propósito de la protección, el miedo prepara el cuerpo para la conducta de retirada y huida. Para destruir algún aspecto del ambiente, como por ejemplo un enemigo, la rabia prepara el cuerpo para el

ataque. Para explorar el entorno, la anticipación provoca una sensación de curiosidad y prepara el cuerpo para que investigue. Para cada situación del ambiente, los seres humanos han desarrollado una reacción emocional adaptativa correspondiente. El significado funcional de las respuestas emocionales sería, entonces, la preparación emocional de las respuestas apropiadas a las exigencias concretas del medio. La función de la emoción viene a ser la preparación del organismo para que ofrezca una respuesta conductual apropiada a la situación o exigencia de la vida.

Desde un punto de vista funcional, **Reeve (1998)** plantea que las emociones no pueden ser clasificadas como buenas ni malas, tan solo beneficiosas para la adaptación del sujeto a las exigencias del medio. (Pág. 126).

2.3.2 Funciones sociales de las emociones

Las emociones, además de permitir la adaptación del individuo al entorno, también facilitan la adaptación del individuo al medio social en donde se desenvuelve.

Existe una gran cantidad de funciones sociales de las emociones dentro de las cuales **Reeve (1998)** plantea que

Las expresiones emocionales comunican la forma de sentirnos a los demás. Las expresiones emocionales son mensajes no verbales de comunicación. El ser humano desde pequeño aprende a comunicarse a través de las expresiones emocionales, en sus primeras etapas el ser humano se puede expresar el dolor, alegría, tristeza, ira, interés, asco y miedo de manera no verbal a través del uso de las respuestas emocionales. (Pág. 131)

Las expresiones emocionales regulan la manera en que los demás reaccionan ante nosotros. Las expresiones emocionales comunican al mundo social una información, la cual indicará cómo puede ser la conducta futura. Aquellas expresiones que expresan rabia, comunican una probabilidad de ataque, mientras que aquellas que expresan malestar, comunican una probable respuesta de llanto. Estas conductas dirigirán las reacciones en los demás.

Las expresiones emocionales facilitan la interacción social. En el proceso de interacción social, en ocasiones son necesarios las expresiones emocionales que faciliten el contacto con otras personas, aunque no necesariamente, expresen el verdadero sentimiento del emisor. Si lo que se busca es el acercamiento de otra persona, se emiten expresiones como la sonrisa, la cual facilita este hecho.

El afecto facilita la conducta social. Bajo la influencia del afecto positivo, las personas tienen más probabilidades de presentar una conducta social beneficiosos para otros. La forma en se comporta el individuo ante los

demás, cuando se ha recibido afecto positivo de agrado, reflejan en sus respuestas apoyo o beneficio hacia los demás.

2.3.4 Teoría diferencial de las emociones

Izard (1977) en su teoría establece que las emociones están al servicio de las fuerzas que determinan las motivaciones de manera diferenciada. Se basa en cinco premisas centrales.

Existen diez emociones fundamentales, de las cuales el interés y la alegría son emociones fenómeno-lógicamente positivas. El miedo, la rabia, el asco, la angustia, el desprecio, la vergüenza y la culpa son emociones fenómeno-lógicamente negativas. La sorpresa es fenómeno-lógicamente neutral.

Cada una de estas diez emociones fundamentales se define en términos de sentimiento subjetivo único, su expresión facial, su tasa de descarga neural y la consecuencia que tiene en la conducta (Pág. 91).

2.4 Elementos fisiológicos de la respuesta emocional

El cerebro humano está formado por varias zonas diferentes que evolucionaron en distintas épocas. Estas primitivas partes del cerebro

humano siguen operando en concordancia con un estereotipado e instintivo conjunto de programas.

La parte más primitiva de nuestro cerebro, se encarga de los instintos básicos de la supervivencia -el deseo sexual, la búsqueda de comida y las respuestas agresivas.

Aun tenemos en nuestras cabezas estructuras cerebrales muy parecidas a las de los animales inferiores, éstas aún dirigen parte de nuestra conducta.

El sistema límbico, también llamado cerebro medio, es la porción del cerebro situada inmediatamente debajo de la corteza cerebral, y que comprende centros importantes como el tálamo, hipotálamo, el hipocampo, la amígdala cerebral, encargado de el control de las respuestas emocionales.

2.4.1 El papel del bulbo raquídeo en las emociones

La estructura del cerebro humano se ha formado gracias a la evolución que ha sufrido durante cientos de millones de años. En el cerebro humano existen aún zonas que son muy antiguas desde el punto de vista de su propio desarrollo histórico, las cuales se encuentran presentes en otros seres del reino animal.

Es el bulbo raquídeo la parte más antigua y primitiva del cerebro humano, esta surge como una prolongación de la médula espinal. El bulbo es responsable de funciones vitales, sobre las cuales no se puede influir de manera consciente, tales como la respiración y la regulación del metabolismo.

El bulbo raquídeo se encarga de dirigir los impulsos, instintos y reflejos, es por tal estructura que los recién nacidos disponen de reflejos.

También el bulbo raquídeo trabaja en relación con las otras áreas del cerebro que se han de desarrollar más tarde, lo que permite el aprendizaje de algunas actividades, pero luego se automatizan como funciones de esta estructura.

2.4.2 El Sistema límbico y amígdala: el cerebro emocional

El sistema límbico se refiere a un sistema cerebral que gestiona respuestas fisiológicas de las emociones y su asociación con la conducta. Incluye al tálamo, al hipotálamo y a la amígdala, así como parte de la formación reticular, el tronco cerebral y la corteza cerebral.

2.4.3 Amígdala

La amígdala es la parte no superficial del sistema límbico ubicado en la zona adyacente al hipocampo. La amígdala está asociada con la expresión y la

regulación emocional. La ligadura existente entre la amígdala y los sistemas físicos del cuerpo que son activados por la amígdala en asociación con las emociones pueden constituir una parte importante de la cognición, con la cual se instruye que los sistemas que participan de las emociones son parte de la "mente". Tanto la amígdala como el hipocampo se reflejan como órganos muy inestables a los flujos electromagnéticos, a tal punto que durante la cirugía craneana (por ejemplo), al estimularse alguno de ellos, se presenta el típico resultado en donde el paciente alega percibir presencias extrañas como son, distorsiones visuales y espaciales. Estas situaciones se han verificado tanto con señales muy simétricas y simples, como con patrones más complejos, en estos últimos resulta más notable sus efectos (**Pág. 191**).

2.4.4 Tálamo

El centro de integración del cerebro. Luego de ser considerado una parte de los ganglios basales, ahora se cataloga como una parte del diencefalo. Su ubicación central en el sistema nervioso central le permite el acceso a la información de todas las áreas sensoriales y su salida hacia el cerebro y los centros de control motor.

2.4.5 Hipotálamo

Es una parte del diencefalo considerado el ganglio maestro del sistema nervioso autonómico. Mantiene los niveles osmóticos adecuados de los fluidos corporales, el ritmo cardíaco y otras funciones, que logran la homeostasis

del interior del cuerpo. En caso de emociones exageradas, el hipotálamo se encarga de estabilizar las funciones afectadas.

2.4.6 La corteza cerebral

La corteza o el córtex es la materia gris encontrada en todas las áreas mayores del cerebro. Es la parte más voluminosa del sistema nervioso central, llamado a veces *cerebrum* en inglés, el cual se puede imaginar como el correlato neuronal para el pensamiento. La mayoría de las funciones cognitivas más avanzadas suceden en la corteza o córtex, incluyendo el procesamiento perceptual de las señales provenientes de los sentidos fisiológicos. A veces, esas funciones se realizan solamente en parte en la corteza; otras veces, se producen allí en su totalidad.

2.5 Bases biológicas de la emoción

En los seres humanos, la amígdala es un racimo de células interconectadas que se asientan sobre el tronco cerebral; son dos y se ubican a cada lado del cerebro. En el ser humano, la amígdala es relativamente grande si se la compara con la de otros animales. Estas estructuras límbicas se encargan principalmente del aprendizaje y el recuerdo del cerebro –es el depósito de la memoria emocional–; si se separara la amígdala del resto del cerebro, desencadenara una

incapacidad para apreciar el significado emocional de los acontecimientos – "ceguera afectiva".

Goleman (1995) plantea que de la amígdala dependen las emociones primarias. Las lágrimas en los seres humanos, por ejemplo, son desencadenadas por la amígdala. La amígdala funciona como una especie de central de monitoreo de alarmas, y en caso de presentarse una situación de emergencia, se conecta con los centros cerebrales más importantes y ordena el desencadenamiento de todas las funciones de respuesta defensiva y focaliza la atención cerebral en la elaboración de estrategias de supervivencia (**Pág. 105**).

2. 6 Principios de relación entre la emoción y la razón

Existen tres partes principales que independientemente cumplen con procesamientos definidos, aunque no independientes: el prosencéfalo en los humanos, el cual procesa la información sensorial del cuerpo analizándola e integrándola con la información previamente analizada de experiencias anteriores; también interviene en necesidades como el sueño, la termorregulación, la alimentación, la hidrorregulación y funciones reproductivas; por el tamaño y proporción en los seres humanos se le asocia con la inteligencia. El mesencéfalo tiene una función de apoyo en el control de las funciones motoras y sensoriales. El rombo-encéfalo ejerce un control directo sobre las funciones digestivas, respiratorias, circulatorias y el equilibrio corporal.

Según **Davidoff (1992)** la Corteza Cerebral es la estructura en la que se concentra gran parte de las capacidades de procesamiento de información de los humanos –abarca tanto el prosencéfalo como el mesencéfalo–. La corteza alcanza una proporción cercana a las tres cuartas partes del total de las neuronas del cerebro, se encuentra dividida en dos hemisferios –izquierdo y derecho– que a su vez se dividen en lóbulos –frontal, parietal, temporal y occipital–. "Se cree que el procesamiento de información en la corteza es estratificado. Los datos pasan de áreas primarias a áreas secundarias y, de ahí, a otras áreas de asociación más elevada" (**Pág. 174**).

Los lóbulos frontales son los encargados del análisis y la toma de decisiones con respecto a la información que recibe el cerebro. Los lóbulos frontales nos permiten recordar, sintetizar datos sensoriales e información emocional, interpretar información y manejar series de datos; nos posibilitan, además a planear alrededor de una serie de datos previos y establecer propósitos. Para **Goldman-Rakic y colaboradores (1983)** "algunos científicos creen que la esquizofrenia y la senilidad, que distorsionan el pensamiento, son causadas por niveles reducidos de dopamina –un neurotransmisor– en los lóbulos frontales". A los lóbulos frontales se los relaciona con la transmisión de impulsos a los músculos.

Los lóbulos parietales registran y analizan la información proveniente de la superficie –esterocepción– y del interior –propiocepción–; este tipo de funciones

se les conoce a su vez como de sentido sensorial o somatosensoriales. Los lóbulos parietales se encuentran intercomunicados con los lóbulos frontales a donde se conduce la información para su análisis.

Los lóbulos temporales deciden que parte de la información ambiental se registra y se almacena; también tienen la responsabilidad de archivar esa misma información. Estos lóbulos juegan un papel importante en la elaboración de juicios positivos o negativos de las experiencias. También trabajan información auditiva. Los lóbulos occipitales traducen principalmente información visual –corteza visual primaria– y participan en funciones más generales del procesamiento de información.

2.7 LAS EMOCIONES Y LA SALUD MENTAL

Una de las claves a la hora de comprender la repercusión de las emociones en la salud y/ o la enfermedad es la conceptualización del proceso emocional. En él aparecen dos filtros entre la situación interna o externa que desencadena el proceso y la manifestación de las emociones en el sujeto protagonista.

Primero, la evaluación valorativa modulará la activación emocional en sus componentes de experiencia subjetiva o sentimiento, expresión corporal, tendencia a la acción y cortejo de respuestas fisiológicas y además será el responsable del reajuste de las emociones acorde con las demandas del entorno;

pero, también, puede influir de manera que las emociones pierdan su valor adaptativo y se transformen en perjudiciales para la salud.

Segundo, la existencia de una activación y expresión emocional que se refiere a los mecanismos socioculturales de control emocional los cuales determinarán en gran medida los estilos de afrontamiento, es decir, las estrategias a las que cada persona pondrá en juego para responder ante las emociones.

2.71. Papel de las emociones en la salud mental

Las emociones se han estudiado, principalmente, por el papel adaptativo que ha jugado a través de la evolución del hombre. Gracias a las emociones se produce una activación que nos proporciona la energía necesaria para responder, rápidamente, a un estímulo que atente a nuestro bienestar físico o psicológico, permitiendo así, nuestra supervivencia.

Sin embargo, en los últimos años, se ha descubierto que las emociones pueden ser, también, perjudiciales para la salud, ya que influyen en la adquisición de ciertas enfermedades, perdiendo, en este sentido, su valor adaptativo.

Damasio, (1994) acepta que disturbios psicológicos leves o intensos pueden causar enfermedades corporales. Nuestras abuelas ya lo sabían: nos decían que la tristeza, la preocupación obsesiva y otros sentimientos podían dañar el corazón, provocar úlceras, arruinar el cutis y hacernos más vulnerables a las infecciones (Pág. 123).

Este vínculo entre las emociones y la salud, va mucho más allá de que ciertas emociones, las negativas, hagan más vulnerables a las personas a contraer una enfermedad, o que otras emociones, las positivas, favorezcan la recuperación de una dolencia. Con esta aseveración, se está estableciendo la relación mente-cuerpo.

Esto trae consigo todo un cambio en el tratamiento de enfermedades, ya que se deberá tomar en cuenta, como relevantes, los factores psicológicos de las personas enfermas, para de esa manera intervenir en sus emociones con el objetivo de mejorar la salud.

2.7.2 Las emociones y la salud mental

Algunos factores psicológico y emocionales puede desencadenar o agravar una amplia variedad de enfermedades en el ser humano, Sin embargo, la importancia relativa de los factores psicológicos varía ampliamente entre diferentes personas con el mismo trastorno.

Las emociones pueden obviamente afectar a ciertas funciones corporales como la frecuencia cardíaca, la sudación, los patrones del sueño y el ritmo de las evacuaciones intestinales. Por lo tanto, los estados emocionales puede causar síntomas físicos aunque no exista enfermedad orgánica.

López (1999) define la enfermedad como

Una alteración mas o menos grave en la fisiología o funcionamiento del cuerpo, y se puede definir salud estar libre de enfermedad, pero para nuestro efecto, la enfermedad no es únicamente dolor y la salud no es únicamente ausencia de enfermedad sino un proceso complejo de adaptación en el que confluyen factores biológicos, psicológicos y sociales. La salud del hombre es un proceso complejo sustentado sobre la base de un equilibrio entre factores biopsicosociales. Lograr que el hombre se adapte a su medio implica mantener la adecuada sincronización de las funciones de los sistemas de su organismo y en caso del surgimiento de un desbalance, esta adaptación depende del restablecimiento de ese equilibrio **(Pág 128)**.

La enfermedad afecta tanto al cuerpo como a la mente y ante todo debemos aceptarla para tomar la dirección y la responsabilidad de nuestra salud.

Una de las claves a la hora de entender la repercusión de las emociones en la salud es la conceptualización del proceso emocional. En él aparecen dos filtros entre la situación interna o externa que desencadena el proceso y la manifestación de las emociones en el sujeto.

Al respecto **Fernández-Abascal y Palmero** manifiestan que;

El primero de ellos, la evaluación valorativa, modulará la activación emocional en sus componentes de experiencia subjetiva o sentimiento, expresión corporal, tendencia a la acción y respuestas fisiológicas y será el responsable del reajuste de las emociones a las demandas del entorno; pero, también, puede ser el responsable de que las emociones pierdan su valor adaptativo y sean, entonces, perjudiciales para la salud. El segundo filtro, que actúa entre la activación y la expresión emocional, se refiere a los mecanismos socioculturales de control emocional que determinan en gran medida los estilos de afrontamiento, es decir, las estrategias que cada persona pone en juego para responder ante las emociones **(1999: 129)**.

En resumen, la función adaptativa de las emociones va a depender de la evaluación que la persona haga del estímulo, es decir, del significado que le dé a este, y la respuesta de afrontamiento que genere.

La salud humana es un complejo proceso sustentado en el equilibrio de factores biopsicosociales, es decir, una persona sana mantiene en equilibrio tanto su cuerpo como su mente en adaptación con su entorno.

De lo anterior se desprende, que existe una relación permanente entre mente y cuerpo, por consiguiente la falta de equilibrio en uno de ellos, afecta la estabilidad y el buen funcionamiento del otro.

Existen una infinita variedad de sistemas de comunicación entre el sistema nervioso central y el sistema inmunológico, denominados "sendas biológicas", las cuales según establece Goleman (1996: 213) la mente, las emociones y el cuerpo no están separados sino íntimamente interrelacionados. Se está descubriendo que los mensajeros químicos que operan más ampliamente en el cerebro y en el sistema inmunológico son aquellos que son más densos en las zonas nerviosas que regulan la emoción.

Vemos que el sistema nervioso no sólo se conecta con el sistema inmunológico, sino que es esencial para la función inmunológica adecuada.

Otra vía clave que relaciona las emociones y el sistema inmunológico es la influencia de las hormonas que se liberan con el estrés, plantea Goleman (1996) que "las catecolaminas (adrenalina y noradrenalina) y el cortisol, entre otras, obstaculizan la función de las células inmunológicas: el estrés anula la resistencia inmunológica, supuestamente en una conservación de energía que da prioridad a la emergencia más inmediata, que es una mayor presión para la supervivencia" (Pág 213).

También, las emociones y la salud se relacionan, cuando se está enfermo, nos volvemos emocionalmente frágiles, porque nuestro bienestar mental se basa, en parte, en la ilusión de invulnerabilidad. La enfermedad hace estallar esa ilusión, atacando la premisa de que nuestro mundo privado está a salvo y seguro. De pronto nos sentimos débiles, impotentes y vulnerables. La emoción predominante cuando estamos enfermos es el miedo.

La ansiedad es una emoción negativa, una perturbación provocada por las presiones de la vida diaria. Es la emoción la que mayor peso tiene como prueba científica al relacionarla con el inicio de una enfermedad y el curso de su recuperación.

Como todas las emociones, la ansiedad, tiene utilidad adaptativa: nos ayuda a prepararnos para enfrentarnos a algún peligro. Durante la tensión las

respuestas hormonales suprimen ciertas funciones inmunológicas, haciendo que las personas sean más susceptibles a los patógenos que causan los males infecciosos. Cuando la ansiedad persiste, las actividades inmunológicas pueden estar deprimidas.

La ansiedad disminuye la respuesta inmunológica y afecta al sistema nervioso simpático, investigaciones han demostrado efectos adversos en el sistema cardiovascular. Según Davidoff (1989) "mientras la hostilidad crónica y episodios repetidos de ira parecen poner a los hombres en un gran riesgo de enfermedad cardíaca, las emociones más mortales en las mujeres pueden ser la ansiedad y el temor. Lo que ocurre es que el sistema nervioso simpático activado hace que los riñones retengan sal, la cual altera la regulación de la presión arterial en las personas susceptibles, debido a las preocupaciones (Pág. 167).

2.8 Beneficio de las emociones positivas en la salud

Las pruebas de los efectos médicos adversos de la ira, la ansiedad y el estrés es innegable. Tanto la ira como la ansiedad, cuando son crónicas, pueden hacer que las personas sean más propensas a una serie de enfermedades. Pero si la perturbación emocional crónica en sus diversas formas es nociva, la variedad opuesta de emociones puede resultar beneficiosa. Muchos preconizan que la risa y el buen humor pueden ser herramientas efectivas para enfrentarse a la enfermedad. Al respecto López (1999) señala que "la capacidad de estar de buen humor le imprime un sentido de perspectiva a nuestros problemas. La risa

brinda una liberación física de las tensiones acumuladas y, por tanto, se espera que todo aquello que logre que el hombre se mantenga emocionalmente estable y lejos de experiencias desagradables pueda contribuir a que el sistema inmunológico funcione óptimamente" (Pág. 191).

Pese a lo anterior, investigaciones indican que las emociones positivas pueden resultar beneficiosas hasta cierto grado. Así como las emociones negativas hacen más vulnerables a las personas a contraer enfermedades, pero no las causan, las emociones positivas ayudan a sobrellevar la enfermedad y favorecen el proceso de recuperación, pero por sí solas no logran mejorar a la persona.

El optimismo y la esperanza también resultan beneficiosos. Las personas optimistas que tienen muchas esperanzas son más capaces de resistir circunstancias penosas, incluyendo las dificultades médicas. En cuanto al optimismo hay diversas explicaciones. Goleman (1996) expone que

Una teoría propone que el pesimismo conduce a la depresión, que a su vez interfiere en el sistema inmunológico, con la consiguiente vulnerabilidad a las enfermedades; el optimismo haría lo contrario. Otra explicación indica que puede tratarse de que los pesimistas descuidan su propia persona; algunos estudios han descubierto que los pesimistas fuman y beben más, y hacen menos ejercicios que los optimistas, son en general más descuidados con su salud. Podría resultar que la fisiología del optimismo es de cierta utilidad biológica para la lucha del organismo contra la enfermedad (Pág 219).

A. LA INTELIGENCIA EMOCIONAL

1. Definición del concepto Inteligencia emocional

El término inteligencia emocional se refiere a la capacidad de reconocer nuestros propios sentimientos, los sentimientos de los demás, motivarnos y manejar adecuadamente las relaciones que sostenemos con los demás y con nosotros mismos.

Una visión tradicional de la inteligencia es la planteada por Gardner (1993, 1995), quien la define como la "habilidad general que se encuentra en diferentes grados, en todos los individuos".

En la actualidad el término inteligencia no logra explicar grandes áreas de la actividad humana. Se plantea la teoría de las inteligencias múltiples. Definida por Gardner (1993, 1995) "como un conglomerado de aptitudes distintas y válidas para todas las culturas y momentos históricos".

Goleman (1996) plantea que tres de ellas: Verbal, lógico-matemática y espacial, corresponden con las tradicionales inteligencias académicas, pero además se definen otras: la musical, la corporal-cinestésica (habilidad para los movimientos corporales complejos), la intrapersonal (capacidad de autocomprensión), y la interpersonal (aptitud para comprender a los demás). Esta a su vez se subdivide en cuatro habilidades: liderazgo, capacidad de cultivar

relaciones, mantener amistades, resolver conflictos y destrezas en el tipo de análisis social (Pág. 220). A este respecto Goleman cita a Gardner (1996) y señala que el "núcleo de la inteligencia interpersonal incluye las capacidades para discernir y responder adecuadamente al humor, al temperamento y las motivaciones y los deseos de los demás" (Pág. 226).

Goleman (1996) expone que la Inteligencia emocional es aquella que "nos permite interactuar con los demás, trabajar en grupo, tolerar situaciones difíciles y de conflicto, fortalecer vínculos afectivos, establecer empatía social, controlar los impulsos y mantener niveles adecuados de humor. La carencia de las anteriores aptitudes es lo que en la actualidad se denomina como analfabetismo emocional" (Pág. 231).

Es así como cobra gran importancia una idea nueva que ha venido a ampliar el concepto de inteligencia, referida no-solo al cociente intelectual, sino también a la especial habilidad del ser humano para adaptarse y relacionarse socialmente, reconociendo sus emociones y las de los demás. La Inteligencia Emocional se encuentra relacionada con la manera en que identificamos, usamos, entendemos y administramos nuestras emociones, principalmente, con cómo las administramos. Desde este punto de vista, las emociones se consideran un recurso valioso a nuestra disposición, y de allí la importancia de prestarles la atención adecuada y administrarlás eficazmente.

La expresión "Inteligencia Emocional" fue acuñada hace algunos años por el psicólogo Peter Salovey, de Yale, y por John Mayer, de la Universidad de Yale de New Hampshire, para describir cualidades como la comprensión de los propios sentimientos, la comprensión de los sentimientos de otras personas y "el control de la emoción de forma que intensifique la vida". Su idea está a punto de pasar a formar parte del debate nacional en Estados Unidos, hábilmente abreviada como Cociente Emocional (EQ, siglas en inglés), gracias al libro de Daniel Goleman titulado *Inteligencia Emocional*.

Goleman (1995) define la Inteligencia emocional como las "habilidades que tienen los individuos para motivarse a sí mismos y persistir frente a las frustraciones, controlar los impulsos, regular los estados de humor, evitar que la ansiedad obstaculice la capacidad de pensar y el desarrollo de una empatía ante los sentimientos de los demás" (Pág. 239).

El coeficiente emocional podrá sustituir el coeficiente intelectual, ya que este último no puede predecir el nivel de éxito en la vida, como si lo puede hacer el coeficiente emocional. La Inteligencia emocional es una meta-habilidad, es decir la habilidad para adquirir nuevas habilidades, pues determina en que medida uno podrá utilizar correctamente otras habilidades que posee, incluyendo la inteligencia.

2. Los cinco elementos básicos de la Inteligencia emocional

A diferencia del cociente intelectual, que se calcula con las famosas pruebas Stanford-Binet, el coeficiente emocional no se presta a ninguna medida numérica. La inteligencia emocional es una cualidad compleja y de múltiples facetas que representan realidades tan intangibles como la conciencia de uno mismo, la comprensión, la perseverancia y la destreza social.

Sin embargo, algunos aspectos se pueden medir. Por ejemplo, el optimismo es una medida útil de la autoestima. Según Martin Seligman, psicólogo de la Universidad de Pensilvania. El modo en que las personas responden ante los contratiempos -de forma optimista o pesimista- es un indicativo bastante exacto de en qué medida tendrán éxito en el colegio, en los deportes y en algunas clases de trabajos.

Para lograr una medición más precisa de la inteligencia emocional es necesario que se tomen en cuenta los factores involucrados; reconocer las propias emociones, saber manejarlas, utilizar el potencial existente, ponerse en el lugar de otros y cómo crear y mantener las relaciones sociales.

2.1 Reconocimiento de las propias emociones

Entre los elementos que entran en juego al considerar la Inteligencia Emocional podemos citar principalmente la conciencia de sí mismo. Estar conscientes , y comprender profundamente nuestros sentimientos y emociones,

nuestras debilidades y fortalezas, nuestras necesidades y deseos, son los pasos fundamentales para el desarrollo de la Inteligencia Emocional.

Las personas que tienen una clara apreciación, aceptación, y comprensión de lo anterior, se encuentran en situación de ventajosa para utilizarlos a su favor. De esta manera señala Goleman (1995)

Las personas se transforman a sí mismas en personas capaces de evaluar las situaciones claramente sin llegar a ser demasiado críticos, ni tener expectativas irrealistas. Encuentran el equilibrio que les permite ser honesto consigo mismos y con los demás, y salir adelante ante cualquier situación que se les presente. Las personas que desarrollan un alto grado de conciencia de sí mismas, son capaces de reconocer sus sentimientos y como les afectan, a la vez que están conscientes del efecto de su comportamiento sobre las demás personas y su desempeño (Pág. 264).

Además nos facilita tomar en consideración los sentimientos de las demás personas involucradas en las situaciones que se nos presentan a diario, y nos coloca en una posición favorable al brindarnos una perspectiva más amplia de las consecuencias de nuestras acciones, y decidiéndolas de manera más inteligente.

2.1.1 Control de las emociones

El autocontrol se refiere a la capacidad de soportar los embates de las tormentas emocionales. El autocontrol ha sido considerado como una gran virtud desde los tiempos de Platón. El objetivo del control de las emociones no consiste tanto en su represión como en su proporción, en su adecuación a las circunstancias. Cuando las emociones son amordazadas generan apatía, mientras que si son desbordantes y persistentes se convierten en algo patológico.

Mantener en jaque nuestras emociones más conflictivas es la clave del bienestar emocional, ya que los sentimientos perturbadores que crecen intensamente o que perduran durante demasiado tiempo, socavan nuestra estabilidad. El arte de tranquilizarnos a nosotros mismos es una de las herramientas psicológicas fundamentales.

2.1.2 Capacidad de motivarse a uno mismo

En la medida que nuestras emociones obstaculizan o favorecen la capacidad de pensar, de planificar o de resolver problemas, también imponen los límites de nuestra capacidad para servirnos de nuestras facultades mentales innatas, determinando, de este modo, nuestros logros vitales. Y, en la medida que nos encontremos motivados por el entusiasmo y la satisfacción en lo que hacemos es posible contar con un empuje para conseguir nuestros objetivos. El control de los impulsos, la capacidad para demorar la gratificación al servicio de un determinado objetivo, desde resolver una ecuación hasta escribir un libro es, tal vez, la esencia de la autorregulación emocional.

2.1.3 Empatía

La empatía constituye la raíz fundamental del afecto. La capacidad de experimentar como se siente alguien juega un papel esencial en multitud de situaciones, desde el comercio y la empresa hasta la vida amorosa. La capacidad

para intuir los sentimientos de otra persona se asienta en la facultad de interpretar los canales de expresión no verbal: tono de voz, gesto, expresión facial. Cuando las palabras están en desacuerdo con uno de estos canales, la verdad emocional debe buscarse más en la forma en que se dicen las cosas que en su contenido. La empatía es la cualidad sobre la que se asienta la acción compasiva y altruista.

5.5 Habilidades sociales

El hecho de saber canalizar adecuadamente las emociones de otra persona requiere la maduración de dos habilidades emocionales fundamentales, el autocontrol y la empatía. Sobre estos cimientos se desarrollan las habilidades sociales de la gente. Estas son las competencias sociales que favorecen el trato con los demás y cuya carencia conduce al fracaso reiterado en el mundo social. La falta de estas habilidades puede conducir, incluso en las personas intelectualmente más brillantes, a la arrogancia, la insensibilidad y el desprecio a los demás.

2.2 Importancia de la Inteligencia emocional en el dominio de las emociones

Lo primero que vislumbramos al hablar de inteligencia emocional es que nos estamos refiriendo al "manejo inteligente" de nuestras emociones. Ciertamente, el ser emocionalmente inteligentes no implica dar rienda suelta a

nuestra emocionalidad, sino el haber aprendido a moderar su expresión de manera constructiva para nosotros mismos y los demás.

Una de las habilidades que caracteriza a las personas que han desarrollado su inteligencia emocional es la autoconciencia emocional, es decir, la capacidad para darse cuenta, de modo preciso, del tipo de emociones que experimenta, pues lo cierto es sentir una emoción o sentimiento y otra, darse cuenta de las verdaderas emociones que pueden estar entremezcladas con aquéllas que exteriormente logramos percibir.

Respecto a la conciencia emocional, **Goleman (1995)** plantea que

Esta habilidad se basa en el reconocer y comprender las propias emociones; es decir, primero del estar consciente de lo que sentimos, reconociendo la naturaleza real del sentimiento externo. Segundo, comprender porque nos sentimos de determinada forma. Implica el saber diferenciar con claridad entre los sentimientos experimentados y la forma como se relacionan, el saber lo que se está sintiendo y por qué. (Pág. 269)

3. Importancia de la Inteligencia Emocional para el Educador

Las características particulares de la profesión docente exigen un gran control de las emociones, es necesario que el profesional de la docencia haga un análisis preciso de sus respuestas ante cualquier situación que se le presente.

La educación emocional del educador no va ser diferente a la de cualquier otro profesional, al respecto plantea **Goleman (1995)** que se trata de tener claro sus mecanismos de respuestas y poder ejercer cierto grado de control sobre ella,

tanto para beneficio propio como para aquellos con quienes interactúa, pero la actividad del educador, va a estar inmersa en un mundo de interacciones de estímulos y respuestas emocionales constantes lo que exige de este trabajo un alto grado de control para no afectarse así mismo o aquellos involucrados en el proceso (Pág. 271)

3.1 Competencias del manejo de la inteligencia emocional en el educador

La inteligencia emocional del educador se divide en dos áreas, una se refiere al aspecto de la inteligencia emocional personal y la otra está relacionada con el uso de la inteligencia emocional interpersonal.

3.1.1 La inteligencia personal

Está compuesta, a su vez, por una serie de competencias que determinan el modo en que el educador se conoce y se relaciona consigo mismo. Esta inteligencia comprende tres componentes cuando se aplica en el proceso de enseñanza aprendizaje:

Conciencia en uno mismo. Es la capacidad de reconocer y entender sus propias fortalezas, debilidades, estados de ánimo, emociones e impulsos, así como el efecto que éstos tienen sobre los demás y sobre el proceso. Esta competencia le permitirá llevar a juzgarse a sí mismo de forma realista, a ser consciente de sus limitaciones y admitir con sinceridad sus errores, los cuales son sensibles al aprendizaje y los dotará de un alto grado de auto-confianza.

Autorregulación o control de sí mismo. Es la habilidad del educador para controlar las emociones e impulsos para adecuarlos a los objetivos del aprendizaje, de responsabilizarse de sus propios actos, de pensar antes de actuar y de evitar los juicios prematuros . Debe ser sincero e íntegro, controlar el estrés y la ansiedad ante situaciones comprometidas y ser flexibles ante los cambios o las nuevas ideas del proceso.

Auto-motivación. Es la habilidad que el educador debe tener para mantenerse en continua búsqueda y persistencia en la consecución de los objetivos trazados , enfrentando problemas y encontrando soluciones. Esta competencia se manifiesta cuando el profesional muestra un gran entusiasmo por su trabajo y el logro de las metas, por encima de la simple recompensa

económica, con un alto grado de iniciativa, compromiso, y con optimismo en la concreción de los objetivos propuestos.

3.1.2 La inteligencia Interpersonal

Al igual que la anterior, esta inteligencia también está compuesta por otras competencias que determinan el modo en que el educador se relaciona con las demás personas en el proceso de enseñanza aprendizaje, entre ellas: empatía y habilidades sociales, de las cuales se hará una breve descripción, a continuación.

Empatía. Es la habilidad del educador para entender las necesidades, sentimientos y problemas del educando, poniéndose en su lugar, y respondiendo correctamente a sus reacciones emocionales. Debe ser capaz de escuchar a sus alumnos, entender sus problemas y motivaciones, que se anticiparse a las necesidades de los demás y aprovechar las oportunidades que ofrecen otras personas.

Habilidades sociales. Es el talento del educador en el manejo de las relaciones con los demás, en el saber persuadir e influenciar a los alumnos. Debe ser un excelente negociador, tener una gran capacidad para

liderar grupos y dirigir cambios, ser capaz de trabajar colaborando en un equipo y creando sinergias grupales.

4. El papel de las emociones en el proceso enseñanza-aprendizaje

El proceso educativo va a exigir un gran control por parte del educador, pero varios son los aspectos que entran en juego para que esto se logre de manera armoniosa. Por una parte los objetivos tienen dos vertientes, por un lado, ayudar a la persona y por otro, lograr con ella una buena relación que nos permita mantener o mejorar nuestra mediación como educadores. Por otro lado la relación, es un criterio referente a la continuidad o mejora de la conexión entre las personas que interactúan. El convertirse en alguien digno de confianza para los educandos, el que éstos acudan a él cuando tienen algún tipo de necesidades o, que valoren su compañía o su ayuda, es otra de las claves importantes en la eficacia de la actuación del educador. Esta relación ha de estar al servicio de los objetivos de la intervención.

Existen otros factores cuyos manejos están al alcance del educador que son aquellos que inciden en la mejora de los propios recursos personales y educativos. Entre ellos existe uno que se convierte en la herramienta más útil que tenemos a mano: el modo de dirigimos a las personas y la manera de afrontar los conflictos.

El tipo de respuesta que demos ante la relación educativa va a depender del manejo de estos factores. Se recomienda al educador un control asertivo que

consistirá en auto-afirmar sus propios derechos, sin dejarse manipular y sin manipular a los demás. Esto supone la búsqueda de la calidad en las relaciones, tomando como apoyo la honestidad, el reconocimiento de los límites y las posibilidades propias y ajenas, el interés por conjugar la consecución de objetivos con el mantenimiento o la mejora de la propia autoestima y la de los demás.

Se habla de derecho asertivo en el sentido de que cualquier ser humano, puede asumir libremente la decisión y/o responsabilidad derivada de su ejercicio. Ningún ser humano puede obligar a otro ser a no equivocarse o a sentir una determinada emoción. En último caso, se le puede pedir que asuma las consecuencias derivadas de ello.

En el proceso de enseñanza aprendizaje el objetivo último de la relación de ayuda no es lograr a toda costa que la persona realice determinadas acciones que son de utilidad, desde el punto de vista del educador. Lo que el educador busca es que la persona desarrolle su capacidad para valorar y optar por aquello que le ayude realmente.

4.1 Importancia del control de las emociones para la Higiene Mental del Educador

Una persona que maneja sus emociones no las niega, sino que es capaz de disfrutar de la riqueza de sentirlas y, además, hace lo posible por ponerlas al servicio de su propio bienestar y de los que están cerca.

Un educador que quiera convertir sus relaciones educativas en verdaderas relaciones de ayuda ha de manejar cuidadosamente sus propias emociones, expresarlas cuando sea pertinente y del modo adecuado. Con esta actitud ofrecerá un modelo que realmente ayudará al crecimiento emocional de los educandos.

4.2 Aplicaciones del manejo emocional al currículo de la formación docente

Este dominio permite al educador orientar a los niños y jóvenes para que construyan progresivamente conocimientos, que pasen de estados elementales o primitivos a estados más elaborados o complejos.

Este campo permite estudiar los factores biológicos individuales, las interrelaciones familiares, sociales y ambientales que comprenden la vida psíquica y comportamental del educando, que llevan a una madurez afectiva apropiada.

Permite al docente estudiar los ventajas y problemas de los diferentes agentes socializadores, como la familia, la comunidad los medios de comunicación, las instituciones educativas, que influyen en la conducta humana.

El dominio de las teorías y estudios sobre los efectos de la utilización del premio o castigo, de las relaciones verticales y las concertadas; la importancia de permitir la expresión de la agresividad en las interacciones grupales, para evitar

problemas psíquicos y llevar a que los estudiantes comprendan la necesidad de acordar una escala de valores que permita una convivencia equilibrada entre las personas.

El aspecto **Formativo**, en este campo o nivel de la educación integral del educador busca una apropiación o internalización de actitudes, hábitos, compromisos, actuaciones y valoraciones que le permitan desenvolverse apropiadamente, con seguridad y éxito en su vida profesional.

El desarrollo de este nivel busca la autoestima, las actuaciones responsables, justas, racional, productivas, solidarias, democráticas, y pacíficas en todos los momentos para que sean aplicados al proceso de enseñanza aprendizaje.

CAPÍTULO III
ASPECTOS METODOLÓGICOS

A. TIPO DE ESTUDIO

El diseño de investigación es cuasi experimental, tipo pre/post-prueba con grupo de control. Incorpora la administración de la prueba Cuestionario de Inteligencia Emocional a los dos grupos que conformaron el experimento.

Además es cuasi experimental, por el hecho de que se aplicó el programa de Inteligencia Emocional a grupos previamente conformados, y no de manera aleatoria como lo son los salones de clase.

Los diseños que carecen de un control experimental absoluto de todas las variables relevantes debido a la falta de aleatorización ya sea en la selección al azar de los sujetos o en la asignación de los mismos a los grupos "experimental" y "control"; que siempre incluyen una preprueba para cotejar la equivalencia entre los grupos, y que no necesariamente poseen dos grupos (el experimental y el control), son conocidos con el nombre de cuasiexperimentos (**Hernández Samperi y Otros (2000)**)

En este caso se utilizó un diseño de mediciones sucesivas con pre-prueba y post-prueba con grupo control.

Los sujetos designados se les administró simultáneamente la pre-prueba (Cuestionario), un grupo recibió el tratamiento experimental de seis semanas

(Módulo de Inteligencia Emocional), y otro no recibió la intervención, el cual se llamó grupo control; finalizada la intervención se les administró simultáneamente a ambos grupos una post-prueba. El diseño se plantea así:

RG 1	01	X	02
RG 2	03	-	04

En el primer registro (RG1), se mide la variable en condiciones normales (01), luego se aplica el tratamiento (X), se vuelve a medir la variable con el fin de determinar la diferencia entre la primera y la última medición (02). Esto no permite determinar con certeza la causalidad del tratamiento en la variable observada, descartado la influencia de otras variables en el momento del tratamiento.

Se incluye otro grupo(RG2), el cual participará sin que se les aplique el tratamiento (valor nulo de la variable independiente). Se le hace un registro inicial (03), luego de la fase experimental se vuelve a aplicar la prueba (04).

Al respecto **Hernández Sampieri y Otros (2000)** señalan que un estudio es experimental con pre-post prueba y grupo control cuando,

"El diseño incorpora la administración de pre-pruebas a los grupos que componen el experimento ..., después a éstos se les administra simultáneamente la pre-prueba, un grupo recibe el tratamiento experimental y otro no (es el grupo control); y finalmente se les administra, también simultáneamente una post-prueba" (Pág. 142).

Este tipo de estudio controlado, permite recoger la información del grupo experimental que recibe la intervención, para ser comparada con el grupo control, que no recibe el tratamiento.

B. HIPÓTESIS

"La adquisición de conocimientos a través de una capacitación permitirá el fortalecimiento de habilidades y mentales emocionales, favoreciendo la capacidad de sentirse satisfechos consigo mismos, y por ello su productividad".

Hi: Aquellos grupos de estudiantes que reciban la instrucción teórico-práctica en el manejo de las emociones tendrán cambios significativos en el dominio y manejo de sus respuestas emocionales.

Ho: Aquellos grupos de estudiantes que reciban la instrucción teórico-práctica en el manejo de las emociones no tendrán cambios significativos en el dominio y manejo de sus respuestas emocionales.

C. DEFINICIÓN DE VARIABLES

1. Variable Independiente

"Instrumentación Teórico – Practico del Manejo de las emociones"

2. Variable dependiente

Cambios significativos en el reconocimiento y manejo de las emociones en los estudiantes que cursan la materia de Higiene Mental para Educadores de la Facultad de Educación Sede de Bocas del Toro, en su desempeño docente.

3. Definición conceptual

Variable : Instrumentación Teórico – Práctico del Manejo de las Emociones. Preparación para recibir información en el reconocimiento y manejo de las emociones.

□ **Teórico Práctico:** Conjunto de conocimientos que la preparación en la preparación para recibir la información en el reconocimiento y manejo de las emociones.

□ **Emociones:** Estado que nos mueve, dirige, inhibe y que afecta tanto a las cogniciones como a la conducta y al propio estado biológico de las personas.

□ **Incrementar:** Se refiere al cambio de actitud y de conocimiento de las respuestas emocionales, a través de una mejor identificación y aplicación en su vida personal.

□ **Desempeño docente:** Es la capacidad que tienen el profesional de la educación en la realización de sus actividades educativas tanto con los alumnos, el despliegue de sus capacidades pedagógicas, su emocionalidad, responsabilidad laboral y la naturaleza de sus relaciones interpersonales con alumnos, padres, directivos, colegas y representantes de las instituciones de la comunidad.

□ **Reconocimiento y Manejo de las emociones:** Es la capacidad de controlar y regular los sentimientos de uno mismo y de los demás y utilizarlos como guía del pensamiento y de la acción. Se conoce como La Inteligencia Emocional involucra un amplio número de habilidades y rasgos de personalidad, involucrando las siguientes habilidades:

- **Auto-conocimiento:** Conocer las propias emociones, reconocer un sentimiento mientras ocurre en nosotros.

Este elemento se refiere a que el individuo sea capaz de hacer una apreciación y dar nombre a cada una de las propias emociones. Sobre este elemento se fundamentan los demás componentes de la inteligencia emocional, se refiere a saber por qué se siente como se siente. De esta manera podrá

manejar sus emociones controlarlas y dirigir las de manera consciente hacia objetivos más beneficiosos tanto para él como para aquellos con quien interactúa.

Involucra, percibir las señales emocionales, a identificarlas claramente por su nombre y a aceptarlas. Para que este paso pueda tener efecto, debemos poner atención cuidadosa a nuestras respuestas, siendo consciente del mundo exterior para no dejarse dominar por él.

Se trata de observar y realizar desde fuera las respuestas emocionales de manera objetiva y neutral, sin emitir juicios sobre ellas. Esto hará que se activen las conexiones neo-corticales, haciendo que este tipo de respuesta se debilite.

- **Autorregulación:** Guiar las emociones, manejar sentimientos para que sean adecuados.

Significa dirigir respuestas emocionales, tales como la ira, el miedo, la tristeza, conduciéndolas o sustituyendo los patrones de comportamiento primario, por conductas aprendidas y civilizadas.

- **Auto-motivación:** Controlar la propia motivación, ordenar emociones al servicio de un objetivo que se desea alcanzar.

Significa aprender a esforzarse en cada situación que enfrente en la vida, con perseverancia, tener confianza en uno mismo y ser capaz de sobreponerse a las derrotas.

Se debe tener la capacidad de auto-motivarse, una actitud optimista ante las adversidades convirtiendo las tareas en retos y no como obstáculos. Sacar fuerza de voluntad y capacidad de sacrificarse por un objetivo más elevado, manteniendo un rendimiento intelectual con independencia de del cociente intelectual.

- **Empatía:** Reconocer emociones de los demás. Habilidad para detectar las sutiles señales sociales que indican los que otros necesitan o quieren.

Requerir de la predisposición a admitir las emociones, escuchar con atención y ser capaz de comprender pensamientos y sentimientos que no se hayan expresado verbalmente.

- **Habilidades Sociales:** Manejar las emociones ante los demás.

Ser capaz de crear y cultivar las relaciones, reconocer los conflictos y soluciones, reconocer el tono adecuado y percibir los estados de ánimo de en una relación

4. Definición Operacional

La medición se hará a través de la Prueba de "Inteligencia Emocional", marcando en la casilla correspondiente la opción de su preferencia. Las opciones Todo el tiempo (4) y Buena parte del tiempo (3), significarán el alto dominio que tiene el sujeto sobre el manejo de sus emociones. Las respuestas Indeciso (2), Casi nunca (1) y Nunca (0), significarán la falta de dominio que tiene el sujeto sobre el manejo de su emociones en cada una de las cinco áreas (Reconocimiento de las emociones, Manejo de las emociones, Utilización del potencial existente, Empatía y Manejo de las Relaciones Interpersonales.

5. Definición Instrumental

La prueba consta de 50 items con una escala estimativa, divididos en cinco áreas con diez items en cada una, aplicada a los grupos control y experimental. Todos los términos están definidos por las respuestas que den los sujetos a los reactivos correspondientes a los conceptos de cada área

(Auto-conocimiento, Auto-regulación, Auto-motivación; Empatía y Habilidades Sociales). (Ver Anexo 3).

Las respuestas de "Todo el tiempo" tendrá un valor de 4, "Buena parte del tiempo" un valor de 3, "Indeciso" un valor de 2, "Casi nunca" un valor de 1 y "Nunca" un valor de 0. Las puntuaciones máxima serán de 40 por área y de 200 en la totalidad del cuestionario.

D. FUENTES DE INFORMACIÓN

1. Fuentes de Información secundaria

- Información obtenida por el Cuestionario de Inteligencia Emocional, aplicados a los sujetos de la investigación.

2. Fuentes de Investigación primaria

- Diccionario de Psicología
- Enciclopedia de Psicopedagogía
- Libros
- Folletos
- Manuales sobre Inteligencia Emocional.

3. Sujetos de la investigación

- **Estudiantes de la materia de Higiene Mental para Educadores de la Facultad de Ciencias de la Educación Centro Regional de Bocas del Toro, turno vespertino y nocturno.**

E. POBLACIÓN Y MUESTRA

1. Población

La población de la Universidad de Panamá, Sede de Bocas del Toro es de 1,564 estudiantes. De estos la Facultad de Ciencias de la Educación cuenta en la actualidad con 901 estudiantes.

La población ha estudiada es los estudiantes de la Facultad de Ciencias de la Educación, Sede Bocas del Toro, 901 estudiantes, que representa el 58% de la población total de la misma.

UNIVERSIDAD DE PANAMÁ SEDE DE BOCAS DEL TORO, POBLACIÓN ESTUDIANTIL DE LA FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN, AÑO 2001

POBLACIÓN ESTUDIANTIL						
Año 2001						
FACULTADES	TOTAL	%	SEXO			
			Hombre	%	Mujer	%
Ciencias de la Educación	901	58	179	20	722	89

Fuente: Datos de archivo, Sede Universitaria de Bocas del Toro 2001, estructurados para este cuadro.

2. Muestra

Por la factibilidad de la aplicación de los instrumentos de medición se tomó una muestra de tipo censal, sucesivas, que permite la medición antes y después (Ander Egg pag. 184). Para esto se seleccionó a los dos grupos de estudiantes graduandos de la Facultad de Educación de la Universidad de Panamá, Sede de Bocas del Toro, quienes cursaban la materia de Higiene Mental para Educadores.

Por lo tanto, la muestra se configuró con la totalidad de los y las estudiantes que asistieron al curso de Higiene Mental para Educadores, grupo vespertino (control) y grupo nocturno (experimental).

El grupo Experimental se compone de los **26 estudiantes** del grupo vespertino, el grupo control de **26 estudiantes** del grupo nocturno, para un total de 52 estudiantes, lo que representa el 6% de la totalidad de la Facultad de Educación.

F. INSTRUMENTO DE MEDICIÓN

Se utilizará como instrumento de medición el Cuestionario para la Evaluación de la Inteligencia Emocional. El cuestionario consta de 50 preguntas, distribuidas en 5 áreas, Auto-conocimiento, Autorregulación, Auto-motivación, Empatía y Habilidades Sociales.

En la prueba se presentan situaciones de interacción en la que se solicita a los y las discentes que respondan a una sola opción, en función de cuál sería la que mejor se adecue a su estilo habitual de respuesta.

Esta prueba se valora con **Goleman, (1997)** 0 a 4 en función del grado de acercamiento a la respuesta emocionalmente inteligente, siguiendo las orientaciones propuestas por **Schoenfeldt (1984)** y **Goleman (1997)**. Aquellas que más se acerquen a las respuestas emocionalmente inteligentes tendrán una puntuación de cuatro (4), a medida que se aleje de la respuesta

emocionalmente inteligente su puntuación irá disminuyendo hasta llegar a la puntuación de cero (0).

G. TÉCNICA DE INVESTIGACIÓN

Se utilizó como técnica de investigación el análisis bibliográfico, la validación del instrumento y el estudio del programa curricular de la carrera de licenciatura en educación de la Universidad de Panamá.

H. DISEÑO

Se utilizó la lógica cuantitativa, porque su principal objetivo fue indagar la incidencia y los valores que manifiestan las variables, solo brinda la descripción; y la cualidades, ya que se analizó todos los factores que influyeron dentro del contexto en que se desarrollaron las situaciones brindando explicaciones sobre el tema. Así lo confirma **Hernández Sampieri y Otros (2000)** cuando plantea que "la ventaja de este diseño es que el experimentador puede verificar los posibles efectos de la preprueba sobre la postprueba" (Pág. 145). Donde se utiliza la media desviación estandar y la "t" de Student. Esta es una prueba para evaluar si dos grupos difieren entre sí de manera significativa. Donde la hipótesis de investigación propone que sí existe la diferencia entre los grupos y la nula propone lo opuesto.

La comparación se realiza sobre una variable que ha sido aplicada como estímulo experimental. En este caso el programa manejo de las emociones.

I. APLICACIÓN DE LA ENCUESTA

Cada estudiante al nivel de pre-prueba, fue pareado con el mismo estudiante del nivel de post-prueba, para evaluar los cambios a través del tiempo, por lo que fue necesario la asignación de un número de codificación en cada encuesta, después de que ésta fue aplicada.

Esto permitió parear las encuestas pre y post prueba para cada estudiante, manteniéndolos de manera anónima.

J- VALIDEZ DE LOS INSTRUMENTOS

La validación de los instrumentos se realizó principalmente en el marco teórico de la categoría "validez de contenido" utilizando el procedimiento de criterio de expertos calificados, que determinaron la adecuación muestral de los ítems de los instrumentos.

K. PROCEDIMIENTO

Para esta investigación se seleccionó a los dos grupos de estudiantes que reciben la materia de Higiene Mental, uno, actuó como grupo experimental y el otro, como grupo control. A ambos grupos se les aplicó la pre-prueba, la cual consiste en el Cuestionario de Inteligencia Emocional. Permitiendo establecer la línea base de la investigación.

Se explicó las características del cuestionario, así como el mecanismo para ser llenado. No hubo tiempo límite para la contestación del cuestionario, sólo se permitió consultas al aplicador. Cada estudiante respondió marcando con una "X" en cada ítem, pero escogiendo el nivel en el que cree estar su respuesta, el cual puede ser de 0 a 4.

Luego se aplicó el programa de Inteligencia Emocional al grupo experimental. Esta fase tuvo una duración de seis semanas. Al finalizar el programa se procedió a la aplicación de la post-prueba a ambos grupos (Cuestionario de Inteligencia Emocional).

L. TRATAMIENTO DE LA INFORMACIÓN

El análisis de la información se hará utilizando el programa de computadora EPI- INFO 6.04d para la captura de los datos y EXCEL versión 2000 de Windows Xp, para el cálculo estadístico de los mismos.

CAPÍTULO IV
ANÁLISIS DE LOS RESULTADOS

A. ANÁLISIS ESTADÍSTICOS

1. Cálculo de la t de student

Se utilizará esta prueba estadística para evaluar si los dos grupos (control-experimental) difieren entre sí de manera significativa respecto a sus medias, y así poder aprobar o rechazar la hipótesis que guía el estudio.

Hipótesis a probar:

Hi: Aquellos grupos de estudiantes que reciban la instrucción teórico-práctica en el manejo de las emociones tendrán cambios significativos en el dominio y manejo de sus respuestas emocionales.

Ho: Aquellos grupos de estudiantes que reciban la instrucción teórico-práctica en el manejo de las emociones no tendrán cambios significativos en el dominio y manejo de sus respuestas emocionales.

Una vez tabulados y procesados los datos del pre test y el post test aplicados a los grupos de estudiantes, se aplicó "t" de student para hacer el análisis paramétrico respectivo.

2. Cálculo de la "t" de student Pre-test

$$t = \frac{\bar{X}_1 - \bar{X}_2}{\sqrt{\frac{S_1^2}{N_1} + \frac{S_2^2}{N_2}}} = \frac{116 - 100.846}{\sqrt{\frac{(10.56)^2}{26} + \frac{(12.57)^2}{26}}}$$

$$t = \frac{15.154}{\sqrt{\frac{111.513}{26} + \frac{11.378}{26}}}$$

$$t = \frac{15.154}{4.289 + 4.97} = \frac{15.154}{\sqrt{9.207}} = \frac{15.154}{3.1515}$$

$$t = 4.994$$

$$\begin{aligned} gl &= (N_1 + N_2) - 2 \\ &= (26 + 26) - 2 \\ &= 52 - 2 \\ gl &= 50 \end{aligned}$$

Grupos	\bar{X}	Diferencia entre \bar{X}	gl	.05	.01	
Control	116	15.154	50	1.6707	2.390	t = .05 (4.994 > 1.6701) = .01 (5.354 > 2.390)
Experimental	100.846					

Los resultados indican que el grupo control obtuvo mejores resultados en el pre-test que el grupo experimental. Así lo probó la t de student al mostrar que existían diferencias significativas respecto a sus medias.

Este indicador es favorable para el estudio, ya que el grupo experimental resultó tener menos dominio de sus emociones, dando mayor confiabilidad a los resultados que se obtenga en el post-test después que este grupo reciba la

intervención de los cinco módulos (5) en las áreas básicas de Inteligencia Emocional sobre manejo y control de las emociones.

3. Cálculo de la "t" de student Post-test

$$t = \frac{X_1 - X_2}{\sqrt{\frac{S_1^2}{N_1} + \frac{S_2^2}{N_2}}} = \frac{158.65 - 112.2}{\sqrt{\frac{(12.6)^2}{26} + \frac{(10.21)^2}{26}}} = \frac{47.704}{\sqrt{6.106 + 4.009}}$$

$$= \frac{47.704}{\sqrt{10.115}} = \frac{47.704}{3.180}$$

$$t = 15.001$$

$$gl = (N_1 + N_2) - 2 = (26 + 26) - 2 = 52 - 2 = 50$$

$$gl = 50$$

Grupos	\bar{X}	Diferencia entre X	gl	.05	.01	Prueba de la H
Control	112.2	46.45	50	1.6759	2.403	t = .05 (15.001 > 1.6759)
Experimental	158.65					t = .01 (14.8355 > 2.403)

Los resultados estadísticos del post test aplicados al grupo control y experimental destacó que existía diferencia significativa respecto a sus medias. El grupo experimental que recibió la intervención de los cinco (5) módulos en las áreas básicas de Inteligencia Emocional sobre manejo y control de las emociones demostró reconocer mayor control de sus emociones, que el grupo control que no tuvo acceso a esta información, lo cual implica que se acepta la hipótesis del estudio.

PRETEST

Grupo 1					Grupo 2				
X_i	f	X_i	fx	fx^2	X_i	f	X_i	fx_i	fx_i^2
93.5 - 98.5	1	96	96	9216	74.5 - 79.5	1	77	77	5929
98.5 - 103.5	1	101	101	10201	79.5 - 74.5	0	82	0	0
103.5 - 108.5	4	106	424	44944	84.5 - 89.5	4	87	348	30276
108.5 - 113.5	6	111	666	73926	89.5 - 94.5	3	92	276	25392
113.5 - 118.5	6	116	696	80736	94.5 - 99.5	4	97	388	37636
					99.5 - 104.5	3	102	306	130445
118.5 - 123.5	2	121	242	29282	104.5 - 109.5	6	107	642	68694
123.5 - 128.5	2	126	252	31752	109.5 - 114.5	3	112	336	37632
128.5 - 133.5	2	131	262	34322	114.5 - 119.5	0	117	0	0
133.5 - 138.5	1	136	136	18496	119.5 - 124.5	1	122	122	14884
138.5 - 143.5	1	141	141	19881	124.5 - 129.3	1	127	127	16129
	N = 26		= 3016	= 352756		N = 26		= 2622	= 267784

4. Cálculo de la Media Aritmética y Desviación Estándar Pretest

\bar{X}	S	\bar{X}	S
$\bar{X} = \frac{\sum fx}{N}$	$S = \sqrt{\frac{\sum fx^2}{N} - \bar{X}^2}$	$\bar{X} = \frac{\sum fx}{N}$	$S = \sqrt{\frac{267784}{26} - 100.846^2}$
$\bar{X} = \frac{3016}{26}$	$S = \sqrt{\frac{352756}{26} - (116)^2}$	$\bar{X} = \frac{2622}{26}$	$S = \sqrt{10299.384 - 10169.915}$
$\bar{X} = 116$	$S = \sqrt{13567.538 - 13456}$	$\bar{X} = 100.846$	$S = \sqrt{129.469}$
	$S = \sqrt{111.538}$		$S = 11.378$
	$S = 10.56$		

POST TEST

Grupo Control					Grupo Experimental				
X_1	f	X_1	fx	fx^2	X_1	f	X_1	fx	fx^2
86.5 - 91.5	3	89	267	23763	142.5 - 147.5	1	145	145	21025
91.5 - 96.5	2	94	188	17672	147.5 - 152.5	9	150	1350	202500
96.5 - 101.5	1	99	99	9801	152.5 - 157.5	5	155	775	120125
101.5 - 106.5	4	104	416	43264	157.5 - 162.5	3	160	480	76800
106.5 - 111.5	4	109	436	47524	162.5 - 167.5	3	165	495	81675
111.5 - 116.5	1	114	114	12996	167.5 - 172.5	2	170	340	57800
116.5 - 121.5	6	119	714	84966	172.5 - 177.5	0	175	0	-----
121.5 - 126.5	3	124	372	46128	177.5 - 182.5	3	180	540	97200
126.5 - 131.5	1	129	129	16641					
131.5 - 13.6	1	134	134	17956					
	N= 26		= 2869	= 320711		N= 26		= 4125	= 657125

5. Cálculo de la Media Aritmética y Desviación Estándar Post test

\bar{X}	S	\bar{X}	S_i
$\bar{X} = \frac{\sum fx_1}{N}$	$S_i = \sqrt{\frac{\sum +fx^2}{N} - \bar{X}^2}$	$\bar{X} = \frac{\sum fx_2}{N}$	$S_i = \sqrt{\frac{\sum +fx^2}{N} - \bar{X}^2}$
$\bar{X} = \frac{2869}{26}$	$S_i = \sqrt{\frac{320711}{26} - (110.346)^2}$	$\bar{X} = \frac{4125}{26}$	$S_i = \sqrt{\frac{657125 - (158.652)^2}{26}}$
$\bar{X} = 110.346$	$S_i = \sqrt{12335 - 12176.239}$	$\bar{X} = 158.65$	$S_i = \sqrt{25274.038 - 251169.82}$
	$S_i = \sqrt{158.7996}$		$S_i = \sqrt{104.21}$
	$S_i = 12.601$		$S_i = 10.208 = 10.21$
	$S_i = 12.6$		

$$t = \frac{\bar{X}_1 - \bar{X}_2}{\sqrt{\frac{S_1^2}{N_1} + \frac{S_2^2}{N_2}}}$$

$$t = \frac{-47.66}{\sqrt{8.45}}$$

$$t = \frac{110.10 - 157.76}{\sqrt{\frac{(11.26)^2}{25} + \frac{(9.19)^2}{25}}}$$

$$t = \frac{-47.66}{2.91} = -16.38$$

$$t = \frac{-47.66}{\sqrt{\frac{126.79}{25} + \frac{84.46}{25}}}$$

$$t = \frac{-47.66}{\sqrt{5.07 + 3.38}}$$

$$gl = (N_1 + N_2) - 2$$

$$gl = 50$$

$$1.87 - 1.6707$$

gl	.05	.01
50	1.6759	2.403
	15.001 > 1.6759	15

PRE TEST**Grupo Experimental**

$$\bar{X} = 100.846 \quad N_1 = 26$$

$$S = 11.378$$

Grupo Control

$$\bar{X} = 116.74 \quad N_1 = 27$$

$$S = 10.56$$

POST TEST

$$\bar{X} = 158.65 \quad N_1 = 28$$

$$S = 10.21$$

$$\bar{X} = 110.346 \quad N_1 = 25$$

$$S = 12.6$$

$$t = \frac{115.74 - 99.21}{\sqrt{\frac{(14.02)^2}{267} + \frac{10.91}{26}}}$$

$$t = \frac{16.53}{\sqrt{7.28 + 4.25}}$$

$$t = \frac{16.53}{\sqrt{\frac{1965.04}{27} + \frac{119.03}{28}}}$$

$$t = \frac{16.53}{\sqrt{11.53}}$$

$$t = \frac{16.53}{3.40} = 4.86$$

gl	.05	.01
53	1.6759	2.403
	4.994 > 1.6759	4.994 > 2.403

$$gl = 26 + 26 = 52 - 2 = 50$$

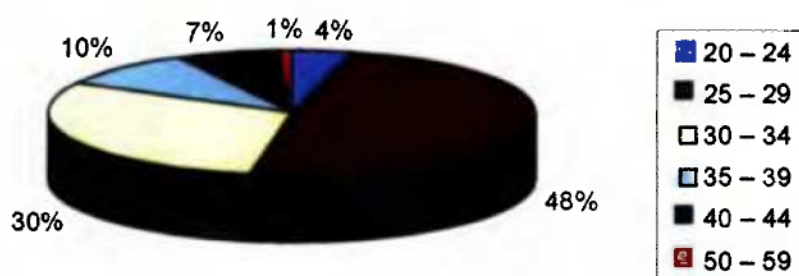
CUADRO 1. DISTRIBUCIÓN DE LOS ENTREVISTADOS POR GRUPO DE EDAD

Grupo de edad	Cantidad	Porcentaje
Total	104	100
20 – 24	4	3.8
25 – 29	51	49.0
30 – 34	31	29.8
35 – 39	10	9.6
40 – 44	7	6.7
50 – 59	1	1.0

Fuente: encuestas.

El mayor porcentaje de la población se agrupa entre los 25 y 34 años de edad (78.5 %) Con una edad promedio de 30.2 años para toda la muestra.

GRAFICA 1. DISTRIBUCIÓN DE LOS ENTREVISTADOS POR GRUPO DE EDAD.



Fuente: Cuadro I.

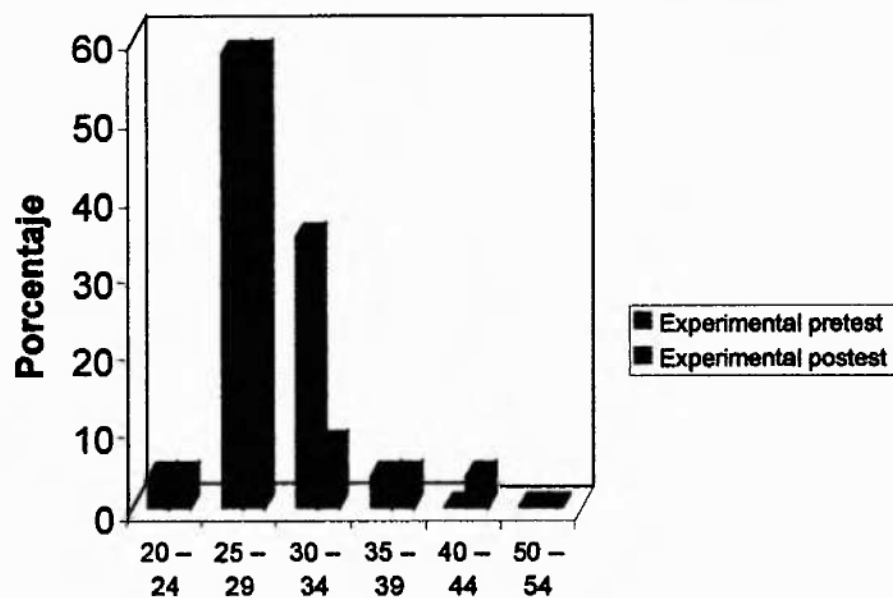
CUADRO 2. DISTRIBUCIÓN DE LOS GRUPOS DE INVESTIGACIÓN SEGÚN GRUPOS DE EDAD.

Grupo de Edad	Total		Control pretest		Control posttest		Experimental pretest		Experimental posttest	
	#	%	#	%	#	%	#	%	#	%
Total	104	100.0	26	25.0	26	25.0	26	25.0	26	25.0
20 - 24	4	3.8	1	3.8	1	3.8	1	3.8	1	3.8
25 - 29	51	49.0	11	42.3	10	38.5	15	57.7	15	57.7
30 - 34	31	29.8	7	26.9	7	26.9	9	34.6	8	7.7
35 - 39	10	9.6	4	15.5	4	15.5	1	3.8	1	3.8
40 - 44	6	6.7	3	11.5	3	11.5	0	0.0	1	3.8
50 - 54	1	1.0	0	0.0	1	3.8	0	0.0	0	0.0

p = 0.645

Fuente: encuestas

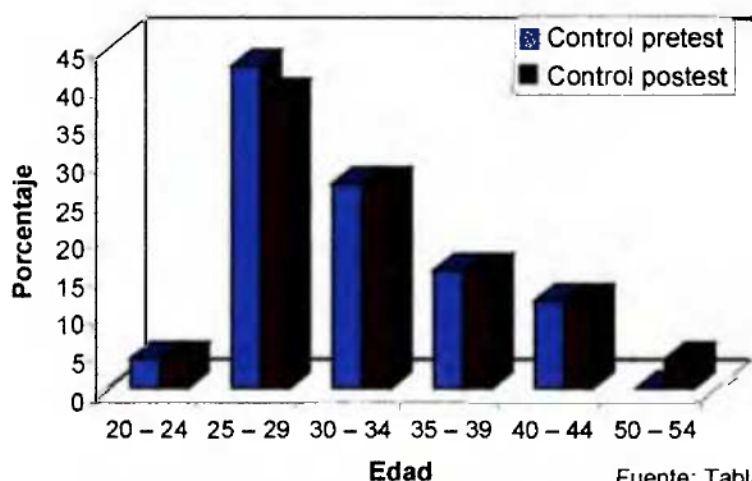
GRÁFICA 2. DISTRIBUCIÓN DEL GRUPO EXPERIMENTAL SEGÚN EDADES



Fuente: Tabla III

Edad

GRÁFICA 3. DISTRIBUCIÓN DEL GRUPO DE CONTROL SEGÚN EDADES



No hay diferencias significativas respecto a la edad entre los grupos experimental y control. El mayor porcentaje de la población se encuentra entre los 25 y 34 años con 18 estudiantes en el grupo control, lo que representa un 69.2 % y con 24 estudiantes en el grupo experimental, lo que representa un 92.3 %, con respecto al mismo intervalo de edades. La edad promedio en el grupo control fue de 31.4 años, y de 28.9 en el grupo experimental.

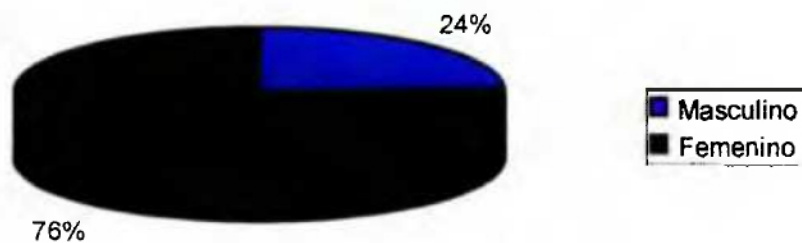
CUADRO 3. DISTRIBUCIÓN DE LOS ENTREVISTADOS POR SEXO

Sexo	Cantidad	Porcentaje
Total	104	100
Masculino	25	24
Femenino	79	76

Fuente: encuestas

La mayoría de las personas entrevistadas eran del sexo femenino, 79 casos, lo que representa un 76% de la muestra y 25 casos del sexo masculino, lo que representa un 24% de la población total.

GRAFICA 4. DISTRIBUCIÓN DE LOS ENTREVISTADOS POR SEXO



Fuente: Cuadro II.

CUADRO 4. DISTRIBUCIÓN DE LOS GRUPOS DE INVESTIGACIÓN SEGÚN SEXO.

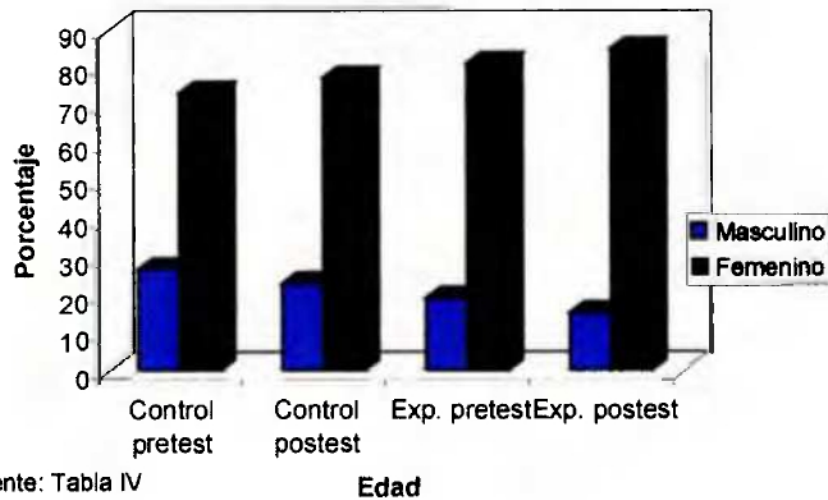
Grupo de Investigación	Total		Sexo			
			Masculino		Femenino	
	#	%	#	%	#	%
Total	104	100.0	25	24.0	79	76.0
Control pretest	26	25.0	9	36.0	17	21.5
Control posttest	26	25.0	9	36.0	17	21.5
Exp. pretest	26	25.0	4	12.0	23	29.1
Exp. posttest	26	25.0	4	12.0	23	27.8
p = 0.0906						

Fuente: encuestas

No hay diferencias significativas respecto al sexo entre los grupos experimental y control. En el grupo control 9 eran del sexo masculino, lo que representa un 34%, y en el grupo experimental 4 eran del sexo masculino, lo que representa un 15%. En el grupo control 17 eran del sexo masculino, lo que representa un 65%, y en el grupo experimental 23 eran del sexo femenino, lo que representa un 88% de la población.

La distribución de la muestra por sexo detecta que es mayoritariamente femenina, es correspondiente al comportamiento de la matrícula en la carrera de educación.

GRÁFICA 5. DISTRIBUCIÓN DE LOS GRUPOS DE INVESTIGACIÓN SEGÚN SEXO



CUADRO 5. PUNTAJE Y CLASIFICACIÓN OBTENIDA POR EL GRUPO EXPERIMENTAL DURANTE EL PRE TEST EN CADA UNA DE LAS ÁREAS

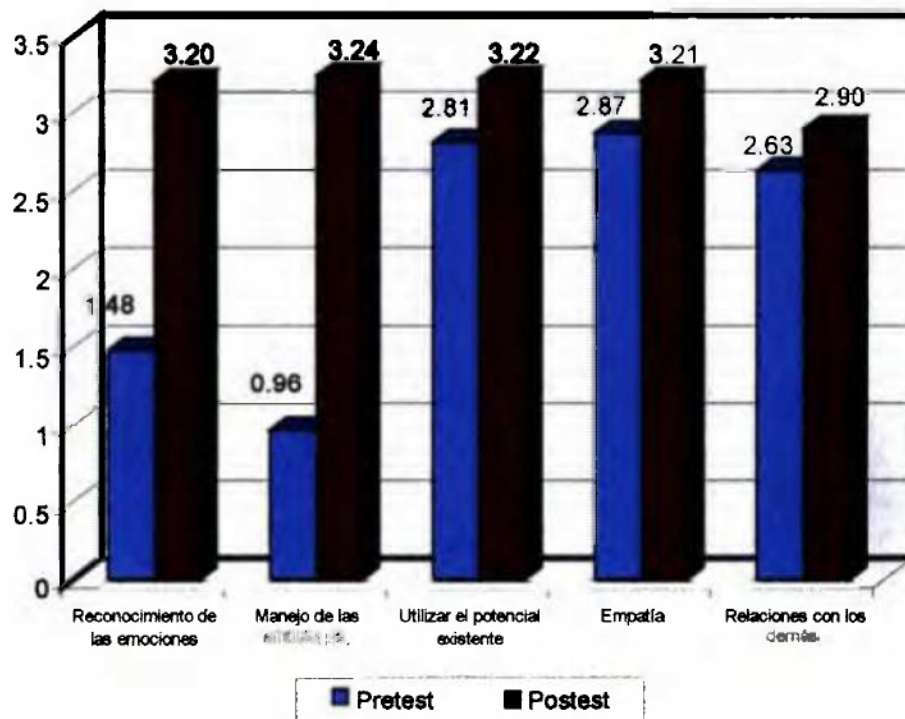
Áreas	TET	BPDT	I	CN	N	T	%	Promedio
	4	3	2	1	0			
Reconocimiento de las emociones	4	153	88	168		413	36.87	1.48
Manejo de las Emociones	-	18	100	151		269	24.02	0.96
Utilizar el potencial existente	52	540	188	23	-	803	71.69	2.81
Empatía	8	315	214	58		595	53.12	2.87
Relaciones con los demás	16	546	166	10	-	738	65.87	2.63
Total	80	1572	706	410		2818	(50.32 %)	1.98

CUADRO 6. PUNTAJE Y CLASIFICACIÓN OBTENIDA POR EL GRUPO EXPERIMENTAL DURANTE EL POST TEST EN CADA UNA DE LAS ÁREAS

Áreas	TET 4	BPT 3	IND 2	CN 1	N	T	%	Promedio
Reconocimiento de las emociones	280	522	32	-	-	834	80.19	3.20
Manejo de las Emociones	267	543	32	-	-	842	81.05	3.24
Utilizar el potencial existente	272	552	16	-	-	840	80.66	3.22
Empatía	252	582	6	-	-	840	80.77	3.21
Relaciones con los demás	76	606	76	-	-	758	72.88	2.90
Total	1147	2805	162	-	-	3354	79.11	3.20

Los resultados estadísticos de la comparación del pre test y el post test aplicados al grupo experimental destacó que existía diferencia significativa respecto a los promedios de sus respuestas. En el pre test la tendencia del grupo era de 1.98 (Indeciso), y luego de la intervención en el manejo de las emociones el post test indicó 3.20 (Buena Parte del Tiempo). Esto valida la hipótesis, en la cual se establece que los estudiantes que reciban la instrucción teórico- práctica en el manejo de las emociones tendrán cambios significativos en el dominio y manejo de sus respuestas emocionales.

GRÁFICA 6. PUNTAJE Y CLASIFICACIÓN OBTENIDA POR AREA EN EL GRUPO EXPERIMENTAL DURANTE EL PRE Y POSTEST. CHANGUINOLA, 2002 (CONSOLIDADO)



Fuente: Cuestionario de Inteligencia Emocional, Estudiantes de la Facultad de Educación, Sede Bocas del Toro, 2002.

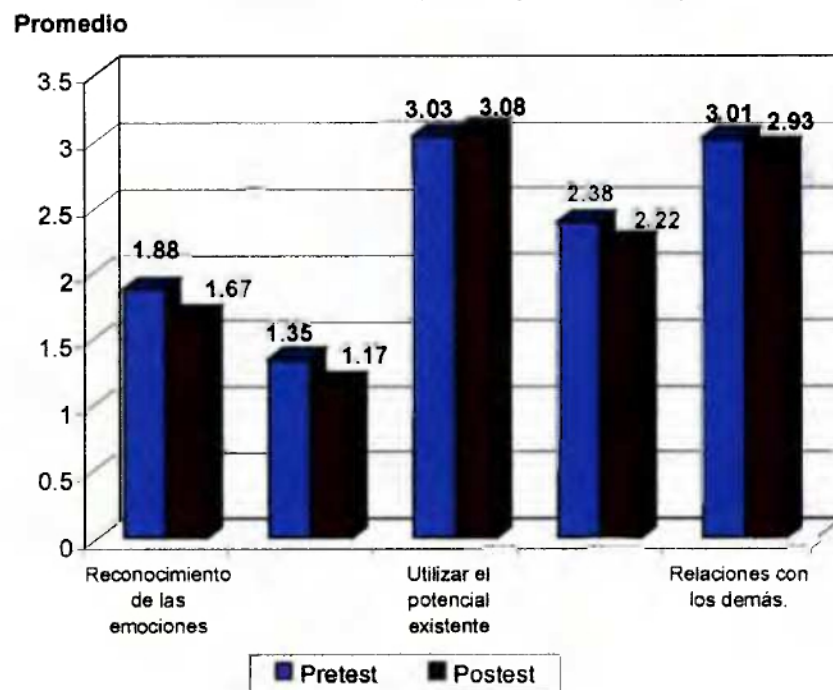
CUADRO 7. PUNTAJE Y CLASIFICACIÓN OBTENIDA POR EL GRUPO CONTROL DURANTE EL PRETEST EN CADA UNA DE LAS ÁREAS (Consolidado)

Áreas	TT 4	BPT 3	INL 2	CB 1	°N	T	%	Promedio
Reconocimiento de las emociones	48	186	154	98	(9)	486	46.75	1.88
Manejo de las Emociones	-	33	176	142	(18)	351	33.75	1.35
Utilizar el potencial existente	188	564	28	8	-	788	75.77	3.03
Empatía	56	264	284	16	-	620	59.62	2.38
Relaciones con los demás	168	540	72	2	-	782	75.19	3.01
Total	460	1587	714	266	27	3027	58.21	2.33

CUADRO 8. PUNTAJE Y CLASIFICACIÓN OBTENIDA POR EL GRUPO CONTROL DURANTE EL POST TEST EN CADA UNA DE LAS ÁREAS (Consolidado)

Áreas	TET 4	BPT 3	IND 2	CN 1	N	T	%	Promedio
Reconocimiento de las emociones	112	63	146	114	24	435	41.8	1.67
Manejo de las Emociones	-	24	102	177	24	303	29.1	1.17
Utilizar el potencial existente	196	558	46	1	-	801	77.02	3.08
Empatía	36	264	230	48	-	578	55.5	2.22
Relaciones con los demás	132	531	100	-	-	763	73.3	2.93
Total	476	1140	624	340	48	2880	55.3	2.16

GRÁFICA 7. PUNTAJE Y CLASIFICACIÓN OBTENIDA POR ÀREA EN EL GRUPO CONTROL DURANTE EL PRE Y POSTEST. CHANGUINOLA, 2002 (Consolidado)



Fuente: Cuestionario de Inteligencia Emocional, Estudiantes de la Facultad de Ciencias de la Educación Sede de Bocas del Toro, 2002.

Los resultados estadísticos referentes al pre test y el post test aplicados al grupo control destacó que no existía diferencia significativa respecto a los promedios de sus respuestas. En el pre test la tendencia del grupo era de 2.33 (Indeciso), y luego de la intervención en el post test indicó 2.16 (Indeciso). Lo que indica que se mantuvo la condición de las respuestas de los sujetos.

El grupo experimental que recibió la intervención de los cinco (5) módulos en las áreas básicas de Inteligencia Emocional sobre manejo y control de las emociones demostró tener mayor control de sus emociones, que el grupo control que no tuvo acceso a esta información, lo cual implica que se acepta la hipótesis del estudio.

Los resultados muestran que las áreas donde existió mayor efectividad del programa de inteligencia Emocional, lo fueron El Reconocimiento de las Emociones y Manejo de las Emociones.

Las áreas en las que el programa de Inteligencia Emocional tuvo menor efecto lo fueron Utilizar el Potencial Existente , Empatía y Relaciones con los Demás.

A pesar de que el efecto fue menor en estas tres últimas áreas, se dio un cambio, pero a menor escala que en las dos primeras áreas, por lo que se puede observar el efecto del programa de Inteligencia Emocional en la totalidad de las áreas. **(Ver Anexo 4)**

CAPÍTULO V

**PROPUESTA DE UN PROGRAMA DE CAPACITACIÓN EN INTELIGENCIA
EMOCIONAL PARA ESTUDIANTES DE LA FACULTAD DE CIENCIAS DE LA
EDUCACIÓN SEDE DE BOCAS DEL TORO**

A. TÍTULO

"La Inteligencia Emocional, Componentes Básicos para el Manejo y Control de las Emociones".

B. INTRODUCCIÓN

En el ser humano las emociones responden a circunstancias y a entradas específicas con combinaciones de reacciones mentales y fisiológicas. Las reacciones mentales son parte de sus experiencias y conocimientos. Las respuestas fisiológicas varían, pero involucran al sistema respiratorio, cardiovascular y otros sistemas corporales.

Los afectos, emociones o sentimientos son procesos que le aportan a las experiencias de la vida mental de cada persona en particular, una manera única, individual y privada de ser vividas.

Así, la emoción es "un estado de ánimo caracterizado por una conmoción consecutiva a impresiones, ideas o recuerdos, la cual produce fenómenos viscerales que percibe el sujeto y con frecuencia se traduce en gestos, actitudes u otras formas de expresión".

El término Inteligencia Emocional se relaciona con la capacidad de reconocer los propios sentimientos, igualmente los de los demás, con la finalidad de utilizarlos como guía del pensamiento y de la acción, por ejemplo, para auto motivarse o manejar adecuadamente las relaciones que se mantienen con las demás personas."

Con base en Inteligencia Emocional se puede determinar el modo como cada persona se relaciona y entiende el mundo; teniendo en cuenta las actitudes y los sentimientos, engloba habilidades como el control de los impulsos, la autoconciencia, la canalización de las emociones, la confianza, el entusiasmo, la empatía, la persistencia frente a las frustraciones, la práctica de la gratificación prolongada; el motivar a otros ayudándolos a que se desarrollen aprovechando los propios talentos y consiguiendo su compromiso con respecto a los objetivos e intereses comunes.

C. FUNDAMENTACIÓN

La formación integral del educador es una de las metas de la educación superior en nuestro país, por ello, en su preparación debe recibir los elementos más importantes que le permitan una mejor adaptación a esta difícil profesión.

Los casos de violencia han ido en aumento y a diario vemos en los medios, mayor cantidad de casos en los cuales se involucra personas de todas las edades, niveles y estratos socioeconómicos.

La formación del docente en Panamá, el currículo de las materias hace énfasis en otras áreas de necesarias en la formación del estudiante, pero desconoce la importancia de la Inteligencia Emocional como factor determinante en la formación.

En la materia de Higiene Mental para Educadores que se imparte en la Facultad de Ciencias de la Educación, el estudio del manejo de las emociones

podría ser de mucha aplicabilidad, pero sus programas no incorporan dichos contenidos a profundidad.

Uno de los retos más difíciles, será poder encaminar sus estados emocionales, de manera positiva en su relación docente.

Se hace necesario la integración de programas que permitan la preparación sobre el conocimiento y manejo de las emociones, de manera tal que tanto él como profesional de la educación y sus alumnos salgan beneficiados en este proceso.

En la actualidad, los programas tanto académicos como de formación profesional ofrecen pocas oportunidades para que el docente adquiera las herramientas necesarias en el control y manejo de sus emociones.

D. OBJETIVO GENERAL

Fortalecer la preparación del estudiante de educación mediante la incorporación del programa de manejo de las emociones a su formación profesional.

E. OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Instrumentar al docente para manejar situaciones emocionales para resolver conflictos en el aula de clases.
- Identificar los principales factores emocionales que afectan la profesión docente.

- Aplicar un programa de manejo de la Inteligencia Emocional en estudiantes de la facultad de Ciencias de la Educación Sede de Bocas del Toro.
- Desarrollar en los estudiantes de educación habilidades para el manejo de las emociones.
- Implementar programas sobre el manejo de las emociones para educadores.

F. METAS

Las metas de esta propuestas pueden definirse de esta manera:

- ✓ Que sea implementado como seminario de capacitación para estudiantes de la Facultad de Ciencias de la Educación.
- ✓ Que se incorpore al currículo de formación superior del estudiante de educación.
- ✓ Que la cobertura abarque todos los estudiantes de la Facultad de Ciencias de la Educación.
- ✓ Que sea implementados como seminario de formación para educadores.

G. CONTENIDOS

Programa Manejo de las Emociones. Este programa esta compuesto de 5 módulos los cuales abarcan las áreas básicas de la Inteligencia Emocional. Su implementación permite la adquisición de conocimientos sobre las emociones, su funcionamiento y su aplicabilidad a la vida personal y profesional del educador

El primer módulo Reconocimiento de las Emociones: Se refiere a conocer las propias emociones y a la vez reconocer un sentimiento mientras ocurre en nosotros. En esta fase el sujeto será capaz de hacer una apreciación y dar nombre a cada una de las propias emociones.

El segundo módulo Manejo de las Emociones: Se refiere a que la persona aprenda a regular las emociones, manejar sentimientos para que sean adecuados, sustituyendo los patrones de comportamiento primario, por conductas aprendidas y civilizadas.

El Tercer módulo la Utilización del Potencial Existente: El sujeto aprende a controlar la propia motivación, ordenar emociones al servicio de un objetivo que se desea alcanzar, esforzándose en cada situación que enfrente en la vida, con perseverancia, llevándolo a tener más confianza en sí mismo para sobreponerse a las derrotas.

El cuarto Módulo Empatía: Se refiere a la identificación de las emociones de los demás. El sujeto aprende a escuchar con atención y ser capaz de comprender pensamientos y sentimientos que no se hayan expresado verbalmente.

El quinto módulo Relaciones Interpersonales: Se refiere a el manejo de las emociones para el las relaciones de conflictos interpersonales.

UNIVERSIDAD DE PANAMÁ
SEDE DE BOCAS DEL TORO
PROGRAMA DE INTELIGENCIA EMOCIONAL



MODULO I : INTRODUCCIÓN AL ESTUDIO DE LAS EMOCIONES

Objetivo General: Reconocer nuestras propias Emociones, sus efectos, fortalezas y debilidades en las relaciones con los demás

tema 1: Las Emociones y sus características

Objetivos específicos	Contenidos	Actividades	Estrategias Metodológicas	Recursos Didácticos	Duración	Evaluación
Definir el concepto de emoción y sus factores que intervienen.	1. Concepto de emoción - La respuesta emocional 2. Clasificación de las emociones - Positivas - Negativas 3. Manifestaciones de las Emociones - Físicas - Psicológicas - Sociales - Las emociones y las sensaciones 4. Las Emociones como medio de Comunicación - El mensaje de las emociones - Las expresiones y las emociones - Emociones y sentimientos.	- Exposición audiovisual - Exposición de película sobre las emociones - Discusión de grupo - Estudio de Caso - Ejercicio de observación en casa	Activa, participativa, meta cognitiva	- Material Impreso - Filminas - Proyector - Película - Televisor	3 horas	- Prueba formativa Prueba de conocimiento

ODULO I : Introducción al estudio de las Emociones**Objetivo General:** Reconocer nuestras propias Emociones y sus efectos, nuestras fortalezas y debilidades en nuestras relaciones con los demás.**tema 2: Funciones de las Emociones**

Objetivos específicos	Contenidos	Actividades	Estrategias Metodológicas	Recursos Didácticos	Duración	Evaluación
Identificar los mecanismos psico-físicos de las emociones y su utilidad en nuestras vidas.	<ol style="list-style-type: none">Las Emociones como sistema de señales.<ul style="list-style-type: none">- Las emociones y su relación con la realidad.Componentes psicológicos que determinan las emociones.Las manifestaciones fisiológicas de las emociones.<ul style="list-style-type: none">- Las hormonas y los neurotransmisoresEfectos de las emociones en el ser humano.<ul style="list-style-type: none">- Sentimientos y sensaciones- Intelecto y emociones.- Las competencias emocionales	<ul style="list-style-type: none">- Exposición del tema.- Discusión de grupo.- Estudio de caso.- Ejercicio de percepción en casa.	Activa, participativa, meta cognitiva	<ul style="list-style-type: none">- Material Impreso- Filminas- Proyector- Película- Televisor	3 horas	<ul style="list-style-type: none">- Prueba formativa- Prueba de conocimiento

MODULO II : INTRODUCCIÓN A LA INTELIGENCIA EMOCIONAL**Objetivo General:** Estudiar la Inteligencia Emocional y su aplicación.**tema 1: ¿Qué es la Inteligencia Emocional**

Objetivos específicos	Contenidos	Actividades	Estrategias Metodológicas	Recursos Didácticos	Duración	Evaluación
Descubrir las habilidades prácticas de la inteligencia emocional.	1. Origen de Inteligencia Emocional - Límites y alcances de la Inteligencia Emocional. - Cómo se desarrolla la Inteligencia Emocional. 2. Aplicaciones de la Inteligencia Emocional. 3. Los 5 niveles de la Inteligencia Emocional. 4. Control de las Emociones con la Inteligencia Emocional. 5. Funciones de las Emociones. 6. Tipos de respuesta según el grado de Inteligencia Emocional.	- Aplicación del Test de Inteligencia emocional. - Exposición audiovisual. - Ejercicio de percepción en casa	Activa, participativa, meta cognitiva	- Material Impreso - Filminas - Proyector - Diapositivas	4 horas	- Prueba formativa (Prueba de conocimientos)

MODULO II : INTRODUCCIÓN A LA INTELIGENCIA EMOCIONAL**Objetivo General:** Estudiar la Inteligencia Emocional y su aplicación.**tema 2: Autoconocimiento Emocional e Inteligencia Emocional**

Objetivos específicos	Contenidos	Actividades	Estrategias Metodológicas	Recursos Didácticos	Duración	Evaluación
Aplicar las habilidades que imponen la inteligencia emocional y las relaciones sociales y afectivas	1. Autoconciencia Emocional. - El lenguaje de las Emociones. 2. Autoobservación y reconocimiento de las emociones. - Identificar y clasificación de las emociones. Tipos de Emociones. - Expresión de las Emociones. - Orígenes de las Emociones. - Causas internas y externas	- Exposición audiovisual - Práctica en grupo sobre control de las emociones - Role-Playing sobre expresión de las emociones. - Estudio de Caso - Ejercicio de autoconciencia. - Ejercicios de observación en casa.	Activa, participativa, meta cognitiva	- Material Impreso - Filmillas - hojas blancas. - Tablero	4 horas	- Prueba formativa (Prueba de conocimientos)

MODULO III : MANEJO DE LAS EMOCIONES**Objetivo General:** Modificar el manejo de las emociones**Tema 1: El control Emocional**

Objetivos específicos	Contenidos	Actividades	Estrategias Metodológicas	Recursos Didácticos	Duración	Evaluación
Aumentar bienestar físico y emocional a través del control de las emociones.	1. Técnicas de control Psico-físico. - La Respuesta de Relajación. - La Respiración completa. 2. Uso de los Mecanismos de ajuste o defensa. 4. Aplicación de la autoconciencia. - Aplicación de Actitudes positivas ante los problemas.	- Ejercicios Psicosfísicos de relajación. - Ejercicios psicofísicos de respiración. - Práctica de control Emocional. - Aplicación del uso de mecanismos de defensa.	Activa, participativa, meta cognitiva	- Material Impreso - Audio cassetes - Filminas. - Hojas blancas	4 horas	- Prueba formativa (Exposición grupal)

MODULO III : MANEJO DE LAS EMOCIONES**Objetivo General:** Modificar el manejo de las emociones**tema 2: Manejo de las emociones negativas**

Objetivos específicos	Contenidos	Actividades	Estrategias Metodológicas	Recursos Didácticos	Duración	Evaluación
Controlar las emociones negativas	<ol style="list-style-type: none">1. Distorsión del pensamiento.<ul style="list-style-type: none">- Orígenes de la distorsión del pensamiento.- Las emociones negativas y su influencia en la conducta.- Bloqueo de los pensamientos.2. Elementos conscientes e inconscientes en las emociones negativas.3. La tolerancia a la frustración.4. El autocontrol.<ul style="list-style-type: none">- Posposición de la frustración.- Manejo de la ira y el comportamiento agresivo.- La impulsividad.- Retraso de la gratificación	<ul style="list-style-type: none">- Discusión de grupo sobre material "Emociones Negativas"- Role-Playing con prácticas de reestructuración cognitiva.- Taller de ejercicios de autocontrol.- Tarea y práctica en casa.	Activa, participativa, meta cognitiva	<ul style="list-style-type: none">- Material Impreso- Audio cassetes- Filminas.- Hojas blancas	4 horas	<ul style="list-style-type: none">- Prueba formativa (Exposición gr



MODULO IV : AUTOESTIMA

Objetivo General: Manejar la Autoestima en la conducta diaria.

tema 1: Autoestima y Autoconcepto

Objetivos específicos	Contenidos	Actividades	Estrategias Metodológicas	Recursos Didácticos	Duración	Evaluación
Identificar los componentes de la autoestima y la conducta diaria.	<ol style="list-style-type: none">1. Autoestima2. Autoconcepto.<ul style="list-style-type: none">- Definición.- Formación.- Componentes3. Autoaceptación.<ul style="list-style-type: none">- Aspectos positivos y negativos en la Autoaceptación.- Compensación de las debilidades.4. Las expectativas realistas.<ul style="list-style-type: none">- Planeación individual.Programa de vida.- Clasificación de la Autoestima.5. Asertividad.<ul style="list-style-type: none">- Derechos individuales.presión de grupo.-Agresividad y pasividad.- La Manipulación- Manejo de la manipulación	<ul style="list-style-type: none">- Discusión del material " La Autoestima".- Role-Playing y práctica de reestructuración cognitiva.- Taller de ejercicios de autoestima.- Práctica sobre la asertividad y presión de grupo.	Activa, participativa, meta cognitiva	<ul style="list-style-type: none">- Material Impreso- Audio cassetes- Papel rotafolio- Hojas blancas.- Marcadores	4 horas	<ul style="list-style-type: none">- Prueba form (Cuestionario Manejo de las Emociones)

MODULO IV : AUTOESTIMA**Objetivo General:** Manejar la Autoestima en la conducta diaria.**tema 2: La Motivación**

Objetivos Específicos	Contenidos	Actividades	Estrategias Metodológicas	Recursos Didácticos	Duración	Evaluación
Describir los elementos de la motivación	1. Componentes de la motivación. - Motivo, entusiasmo, confianza, optimismo, persistencia y resistencia. 2. Tipos de motivos. - Biológicos, psicológicos y sociales. 3. Los elementos de la motivación. - Motivación, necesidades y posibilidades. 4. Motivación intrínseca y extrínseca. 5. Desarrollo de los recursos emocionales de la motivación.	- Discusión del material "Origen de los motivos". - Role-Playing y práctica de reestructuración cognitiva. - Taller de clasificación de los motivos. - Práctica sobre técnicas psicológicas sobre el desarrollo de la motivación.	Activa, participativa, meta cognitiva	- Material Impreso - Audio cassetes - Papel rotafolio - Hojas blancas. - Marcadores	3 horas	- Prueba forma (Exposición en grupo)

MODULO V : EMPATÍA**Objetivo General:** Reconocer las emociones en los demás.**tema 1: Empatía y relaciones sociales**

Objetivos específicos	Contenidos	Actividades	Estrategias Metodológicas	Recursos Didácticos	Duración	Evaluación
Identificar las respuestas conductuales y emocionales de las personas.	1. Las respuestas externas en los individuos. - Respuestas físicas. - Lenguaje no verbal. - Roles externos. - La expresión de las emociones. 2. Escucha y comprensión empática. - La comunicación empática. - Exteriorización de sentimientos y sensaciones. 3. Diferencia de comunicación y expresiones Responsabilidad en la actuación. Alcance de nuestras acciones.	- Discusión del material " Conducta Empática". - Role-Playing y práctica de lenguaje verbal y no verbal. - Taller sobre las respuestas empáticas en la comunicación.	Activa, participativa, meta cognitiva	- Material Impreso - Audio cassetes - Papel rotafolio - Hojas blancas. - Marcadores	3 horas	- Prueba formativa (Exposición en grupo)

MODULO V : EMPATÍA**Objetivo General:** Reconocer las emociones en los demás.**tema 2: Comunicación empática**

Objetivos específicos	Contenidos	Actividades	Estrategias Metodológicas	Recursos Didácticos	Duración	Evaluación
Aplicar técnicas de comunicación empática.	1. La comunicación empática. - Pensamientos en la comunicación empática. 2. Comunicación entre hombre y mujeres. - Comunicación y mensajes del yo. - Actitudes y prejuicios en la comunicación. - La autoapertura en la comunicación. 3. Las virtudes empáticas. - Honestidad, humildad, aceptación, tolerancia, gratitud, esperanza, compasión, perdón en la comunicación empática. - La empatía en la Inteligencia Emocional.	- Discusión del material " Conducta Comunicación y Empatía". - Role-Playing y práctica de la comunicación empática. - Taller sobre comunicación y lenguajes del yo.	Activa, participativa, meta cognitiva	- Material Impreso - Audio cassetes - Papel rotafolio - Hojas blancas. - Marcadores	3 horas	- Prueba formativa (Exposición en grupo)

H. DURACIÓN

El programa esta estipulado para un mínimo de 40 horas, dependiendo del número de actividades que se programe, pero puede llegar hasta 80 horas de ser necesario.

I. POBLACIÓN BENEFICIARIA (Destinatarios)

La población beneficiaria se divide en dos fases:

- ✓ Primera fase: A los estudiantes de la Facultad de Ciencias de la Educación Sede de Bocas del Toro.
- ✓ Segunda fase: A todos los Educadores de la provincia de Bocas del Toro.

J. METODOLOGÍA O ESTRATEGIA

Este programa puede ser implementado de las siguientes maneras:

- ✓ Como seminario: Dirigido a estudiantes de la facultad de educación, o educadores en ejercicio, ya que estos anualmente necesitan capacitarse en diversas áreas del proceso educativo.
- ✓ Módulo curricular: Destinado a fortalecer el programa curricular de la materia de Higiene Mental para Educadores de la Facultad de Ciencias de la Educación de la Universidad de Panamá.

1. Estrategias de Implementación

✓ Primero, se debe coordinar con La Universidad de Panamá, para la implementación del seminario de Inteligencia Emocional, para los estudiantes de la Facultad de Ciencias de la Educación.

✓ Segundo, coordinar con la Facultad de Ciencias de la Educación para la integración del módulo de Inteligencia Emocional a todos los profesores de la Universidad de Panamá, Sede de Bocas del Toro.

✓ Tercero, ofertar a la Dirección Nacional de Perfeccionamiento al Docente del Ministerio de Educación para la implementación del Seminario de Inteligencia Emocional a todos los educadores del área.

✓ Cuarto, evaluación del programa y su modificación para adecuaciones futuras.

K. PLAN DE ACTIVIDADES

- Presentar el programa a la Universidad de Panamá, Sede de Bocas del Toro, a través de la Facultad de Ciencias de la Educación. La Dirección Nacional de Formación y Perfeccionamiento al Educador del Ministerio de Educación, para su inserción en la programación anual de seminarios de esa institución.

- Pre- inscripción en la Universidad de Panamá.
- Publicidad y divulgación del programa sobre manejo de las emociones.
- Confección de folletos de para el programa.

M. MARCO INSTITUCIONAL

El programa del seminario se instaurará a través de la Universidad de Panamá, en coordinación con la Facultad de Ciencias de la Educación, Sede de Bocas del Toro.

N. PRESUPUESTO

PRESUPUESTO	
Descripción	Costo
Personal	
1. Instructor	300.00
Total	300.00
Materiales	
1. Folletos	90.00
2. Hojas blancas	3.00
3. Láminas de Acetato	30.00
4. Copias	20.00
5. Lápices	5.00
6. Hojas de rotafolio	10.00
Total	158.00
Equipos, mobiliario	
1. Televisor	Disponible en la Institución
2. VHS	Disponible en la Institución
3. Cassettes	Disponible en la Institución
4. Proyector de Filminas	Disponible en la Institución
5. Multimedia y computadora	Disponible en la Institución
Total	-----
Refrigerios	150.00
Subtotal	808.00
Imprevistos	50.00
Gran Total	858.00

O. FINANCIAMIENTO

El financiamiento de los seminarios se obtendrá de las siguiente manera;

- ✓ El cobro de B/ 30.00 por cada participante
- ✓ El apoyo de las instituciones participantes (Ministerio de Educación, Universidad de Panamá).
- ✓ En algunos colegios, a través de la partida de la Ley 13 que permite el apoyo económico para el perfeccionamiento docente.

Se espera recaudar un monto de B/ 900.00, por las inscripciones de los participantes, por ello los seminarios son autofinanciables.

P. FACTIBILIDAD Y VIABILIDAD

En la provincia se cuenta con 5 psicólogos los cuales pueden recibir el adiestramiento en el programa de Inteligencia Emocional. Tanto los colegios del área, como las universidades cuentan con la infraestructura y el equipo necesario para la realización del programa.

El número de educadores de la provincia y el estudiantado de la Facultad de Ciencias de la Educación de la Sede de Bocas del Toro, ofrecen la oportunidad para adquirir la población necesaria para la factibilidad del proyecto.

Por una parte la necesidad urgente de programas relacionados en el área del manejo de las emociones y su aplicación en la educación, y por otro la continua preparación que debe recibir el docente, hacen que este programa tenga una consistencia en el tiempo.

Q. CONTROL Y EVALUACIÓN

**UNIVERSIDAD DE PANAMA
SEDE DE BOCAS DEL TORO
EVALUACIÓN SEMINARIO TALLER
“ INTELIGENCIA EMOCIONAL”**

Fecha: _____

Conteste hasta que punto este seminario ha respondido a sus necesidades y expectativas.

Escala de calificación: 4 = Muy de acuerdo, 3 = De acuerdo, 2 = En desacuerdo, 1 = Muy en desacuerdo.

A. Utilidad y relevancia del seminario.

- | | |
|---|---------|
| 1. Los temas presentados son útiles para el manejo de las emociones | 4 3 2 1 |
| 2. La información presentada en el seminario es relevante a las funciones del educador. | 4 3 2 1 |

B. Metodología del curso

- | | |
|--|---------|
| 3. Las presentaciones se efectuaron con claridad. | 4 3 2 1 |
| 4. Las interrogantes del grupo se explicaron en forma satisfactoria. | 4 3 2 1 |
| 5. El apoyo audiovisual era efectivo | 4 3 2 1 |
| 6. Recibí las indicaciones pertinentes por parte del coordinador. | 4 3 2 1 |

C. Aspectos Organizativos

- | | |
|---|---------|
| 8. El lugar cumplió con los requisitos para el desarrollo de las actividades. | 4 3 2 1 |
| 9. Se cumplió con el tiempo programado. | 4 3 2 1 |
| 10. Recomendaciones que puede usted ofrecer: _____ | |

R. DESCRIPCIÓN DE LOS MECANISMOS DE INSTRUMENTACIÓN DEL PROYECTO EN LA INSTITUCIÓN

Para la implementación del programa, la institución debe brindar el apoyo necesario para lograr su funcionalidad y continuidad.

El aporte de recursos, por un lado, y la disponibilidad de los participantes le darán el soporte para que el programa tenga una aplicación y difusión necesaria.

Se debe contar con un grupo no mayor de 30 personas para que haya una mayor participación de cada uno de los participantes.

Cada integrante recibe el programa en el cual se describen sus objetivos y condiciones bajo las cuales los participantes deberán estar, además el material de apoyo que permite que los contenidos y las dinámicas puedan ser identificadas y aplicadas.

Cada contenido tiene un período de discusión y luego las dinámicas que complementan cada tema. La duración de cada contenido debe ser más o menos de 4 horas, el cual puede ser segmentado en períodos más cortos adecuándoles a las exigencias del grupo.

Cada dinámica debe permitir la participación de todos los miembros del grupo para una mejor funcionalidad del programa.

Después de cada contenido habrá un período de evaluación, el cual permitirá hacer los cambios necesarios que permitan una mejor comprensión de los temas.

BIBLIOGRAFÍA DE LA PROPUESTA

1. **Carnegie, Dale.** Cómo hablar bien en público e influir en los hombres de negocios. Barcelona, Edhasa. 1969.
2. **Cofer, Charles N.** Motivación y Emoción, DDB. 8a. ed. España, 1984.
3. **Cooper Robert, Sawat Ayman.** La Inteligencia Emocional aplicada al liderazgo y a las organizaciones. Editorial Norma. Bogotá, Colombia. 1998.
4. **Covey, Stephen:** Los 7 hábitos de la gente altamente afectiva. Ed. Paidós. Barcelona, 1997
5. **Crostóbal, Pilar:** Controlar las emociones: técnicas para alcanzar el equilibrio vital. Barcelona Editora Ariel S. A. 1998.
6. **Dantzer , Raúl.** Las emociones, Barcelona: Paidos. .1989
7. **Doris Martín, Karín Boeck,** Qué es Inteligencia Emocional. Editorial EDAF, Madrid, 1999.
8. **Goleman, Daniel** El Punto Ciego. Psicología del autoengaño. Madrid, Plaza&Janés. 1997.
9. **GOLEMAN, Daniel.** La Inteligencia Emocional. Santafé de Bogotá: Javier Vergara Editor S.A., 1996.
10. **Goleman, Daniel.** La Práctica de la Inteligencia Emocional | Ediciones Kairós, Barcelona, España 1999

11. Goleman, Daniel. La inteligencia Emocional en la Empresa, Editora Javier Vergara Bogotá 1996.
12. Kirst, Werner y Diekmeyer, Ulrich. Mejore sus relaciones. Bilbao, Edit Mensajero. 1990.
- 13.. Marías, Julián: La educación sentimental. Alianza Ed. Madrid, 1992.
14. Phillips, Maya, Cómo Lograr la Excelencia Emocional. Editorial EDAF, Madrid, 1999.
15. Ryback David. Trabaje con su Inteligencia Emocional. Editorial EDAF. Madrid, España, 1998.
16. Vallejo-Nágera, J. Antonio. Conócete a ti mismo. Barcelona, Grupo Correo de Comunicación. 1990.
17. Wainwright, Gordon Ramdolph. El lenguaje del cuerpo. Madrid, Editorial Pirámide. 1987

CONCLUSIONES

CONCLUSIONES

- ✓ La similitud de edades y de sexo entre los grupo experimentales y de control permitió obtener resultados estadísticamente más significativos, ya que al hacer comparaciones se obtuvo más precisión en los resultados.
- ✓ No hay diferencia significativa entre los grupos control y experimental cuando se les aplicó el pretest. La tendencia de las respuestas es similar en ambos grupo en cada una de las cinco áreas.
- ✓ Existe diferencia significativa entre ambos grupos cuando se aplicó el postest. La tendencia en el grupo Control esta en Casi Nunca e Indeciso y en el grupo Experimental es hacia Buena parte del Tiempo. Por lo que se determina que hubo cambios significativos con la aplicación del programa de inteligencia emocional.
- ✓ Los resultados estadísticos de la comparación del pre test y el post test aplicados al grupo experimental destacó que existía diferencia significativa respecto a los promedios de sus respuestas, lo que demuestra que el programa tuvo su efecto en el grupo de manera positiva. A diferencia del grupo control, el cual mantuvo su puntuación.

- ✓ El análisis de los resultados luego del entrenamiento emocional permite observar los cambios en la identificación y manejo de las respuestas emocionales, evidenciando la efectividad del programa en los participantes.

- ✓ Las áreas en las que el programa de manejo de las emociones tiene mayor efecto es en el conocimiento de las emociones, control de las emociones y empatía.

- ✓ Las áreas en las que el entrenamiento emocional tuvo menor efecto fue en la utilización del potencial existente y en las relaciones con los demás

- ✓ La efectividad del programa depende en gran medida de los antecedentes de cada uno de los participantes, los cuales pueden afectar negativa o positivamente los resultados.

- ✓ Todo educador debe prepararse en el manejo de sus emociones para permitir un desempeño docente más efectivo.

- ✓ La aptitud emocional en el educador es una megahabilidad que determina lo bien que podemos utilizar cualquier otro talento, incluido su intelecto puro.

- ✓ A mejor manejo de las emociones en el educador , mejor será el proceso de enseñanza aprendizaje.

- ✓ Se observa deficiencia en el manejo de las emociones en el futuro educador lo que puede afectar su desempeño docente.
- ✓ Se observa deficiencia en el manejo de las emociones en el futuro educador lo que puede afectar su desempeño docente.
- ✓ En Panamá y específicamente en Bocas del Toro, no existen instituciones ni programas de prevención de la conducta violencia, lo que hace que este problema vaya en aumento.
- ✓ Cada vez más se hace necesario la formación y capacitación del manejo de las emociones a todos los niveles de nuestra sociedad.

RECOMENDACIONES

RECOMENDACIONES

- ✓ Las respuestas emocionales en el educador, al igual que otras habilidades, necesitan de un entrenamiento, para que puedan ser utilizadas de una manera óptima en el momento y lugar adecuado.
- ✓ Los programas de entrenamiento en inteligencia emocional para el educador deben trabajar la empatía, la identificación de sentimientos, el control de impulsos, la cooperación y sociabilidad para permitirle el desarrollo de habilidades socialmente responsables, mantener el dominio de las propias emociones y tener una actitud optimista en su trabajo.
- ✓ Es necesario que se establezcan programas de entrenamiento emocional como parte de la educación superior del educador o como curso de su preparación profesional.
- ✓ Se recomienda incluir, como parte del programa de la materia de Higiene Mental para Educadores, un módulo de Inteligencia Emocional.
- ✓ Es necesario que se establezcan medidas más precisas para el control de la violencia en cualquier ámbito de la sociedad.
- ✓ Las instituciones deben llevar un registro más preciso de las estadísticas de los casos de violencia en Panamá.
- ✓ Es necesario que exista una coordinación interinstitucional para tratar el problema de la violencia en Panamá.

- ✓ Los programas destinados al control de la violencia, deben abarcar todos los estratos y de nuestra sociedad, para que tenga una mejor funcionalidad.
- ✓ La Universidad de Panamá debe ser una de las instituciones puntales, donde surjan los programas de prevención de la violencia en Panamá, haciendo énfasis en el control emocional.
- ✓ Es necesario que la Universidad de Panamá coordine y promulgue seminarios y docencias continuas sobre el manejo de las emociones para prevenir la violencia.

BIBLIOGRAFÍA

BIBLIOGRAFÍA

- ARANA, Juan Manuel.** Manual de Prácticas de Motivación y Emoción.
Salamanca: Universidad Pontificia. 1996.
- BALLESTEROS JIMENEZ, Santiago y GARCÍA RODRIGUEZ, Buenaventura,**
Procesos psicológicos básicos. Madrid: Universitas S.A. 1996
- BANYARD, Paris. y otros.** Introducción a los Procesos Cognitivos. Barcelona:
Editora Ariel S.A., 1995.
- COFER, Charles N.** Motivación y Emoción, DDB. 8a. ed. España, 1984.
- COOPER, Robert y SAWAT, Ayman.** La Inteligencia Emocional aplicada al
líderazgo y a las organizaciones. Editorial Norma. Bogotá, Colombia.
1998.
- COVEY, Stephen.** Los 7 hábitos de la gente altamente afectiva. Ed. Paidós.
Barcelona, 1997
- CROSTÓBAL, Pilar.** Controlar las emociones: técnicas para alcanzar el
equilibrio vital. Barcelona Editora Ariel S. A. 1996.
- DAMASIO, Antonio.** El error de Descartes. Edit, Andres Bello, Santiago de
Chile, 1994.
- DANTZER, Raúl.** Las emociones, Barcelona: Paidos. 1989
- DASSEN, Rodolfo y FUSTINONI, Osvaldo.** Sistema nervioso. Editorial El
Ateneo. Buenos Aires, 1977.

- DAVIDOFF**, Linda L. Introducción a la psicología. México: McGraw Hill, 1992.
- DAVIS**, Martin. Técnicas de autocontrol emocional. Barcelona: Martínez Roca, 1990
- DORIS** Martín y **BOECK**, Karin. Qué es Inteligencia Emocional. Editorial EDAF, Madrid, 1999.
- EISNER**, Elliot W. Procesos Cognitivos y Currículum. Barcelona Editorial Martínez Roca, 1987
- FELDMAN**, Robert. Psicología, con aplicaciones a los países de habla hispana. México: McGraw Hill, 1999.
- FERNÁNDEZ-ABASCAL**, Enrique García. Coordinador. Manual de Motivación y Emoción. Madrid: Centro de Estudios Ramón Areces. 1995.
- FERNÁNDEZ SEARA**, J. L. MPS. Escala de motivaciones psicosociales. Madrid: TEA. 1987.
- GOLEMAN**, Daniel. La Práctica de la Inteligencia Emocional I. Ediciones Kairós, Barcelona, España 1999
- GOLEMAN**, Daniel. El Punto Ciego. Psicología del autoengaño. Madrid, Edit Plaza&Janés. 1997.
- GOLEMAN**, Daniel. La Inteligencia Emocional. Santafé de Bogotá: Javier Vergara Editor S.A., 1996.
- GUIDANO** F., Vittorio. El Sí-Mismo en Proceso. Barcelona: Eds. Paidós, 1994.

- HERNÁNDEZ SAMPIERI, Roberto; FERNÁNDEZ COLLADO, Carlos y BAPTISTA LUCIO, Pilar.** Metodología de la Investigación, Segunda Edición Editorial Mc Graw Hill, México, 2000.
- KIRST, Werner y DIEKMEYER, Ulrich.** Mejore sus relaciones. Bilbao, Editorial Mensajero. 1990.
- LEWIS GLASS, Arnold y JAMES HOLYOAK, Keith.** Cognition. New York: Random House, 1986.
- LÓPEZ, Martha.** La Psiconeurología. Madrid, España, Editorial Alianza, 1999.
- MARÍAS, Julián.** La educación sentimental. Alianza Ed. Madrid, 1992
- MARTÍN, Doris.** Qué es Inteligencia Emocional. Editorial EDAF, Madrid, 1999.
- MORA, Francisco.** El Cerebro Sintiente. Editorial Ariel, Barcelona, 2000.
- PHILLIPS, Maya.** Cómo Lograr la Excelencia Emocional. Editorial EDAF, Madrid, 1999.
- SNELL, Richard S.** Neuroanatomía Clínica, Editorial Médica Panamericana Santafé de Bogotá, Colombia, 1997
- RYBACK David.** Trabaje con su Inteligencia Emocional. Editorial EDAF. Madrid, España, 1998.
- SHAPIRO, Lawrence.** La Inteligencia Emocional para Niños, Editora Vergara, Buenos Aires Argentina, 1997.
- RISO, Walter.** Depresión. Medellín (Col.): Eds. Gráficas Ltda., 1990.
- VEGA, Manuel.** Introducción a la Psicología Cognitiva. Madrid (España): Alianza Editorial, 1994.

REEVE, Johnmarshall. "Motivación y Emoción". Editorial Mc Graw-Hill, México, 1994.

SIMMONS Steve y SIMMONS, John. Como medir la Inteligencia Emocional. Editorial EDAF. Madrid España. 1998.

THOMPSON, Richard F. Introducción a la Psicología Fisiológica , Editora Harla S.A. México 1995

VALLEJO-NÁGERA, J. Antonio. Conócete a ti mismo. Barcelona, Editora EDAF Madrid Comunicación 1990

WAINWRIGHT, Gordon Ramdolph. El lenguaje del cuerpo. Madrid, Editorial Pirámide. 1987.

WARREN, Howard C. Diccionario de Psicología. Fondo de Cultura Económica México 1994

Encarta 2000. Microsoft .

<http://reme.uji.es/remesp.html>

ANEXOS

Anexo1**LA ASAMBLEA LEGISLATIVA DECRETA:****CAPITULO I****DISPOSICIONES PENALES**

Artículo 1. El Artículo 209 del Código Penal queda así:

Artículo 209: El que con conocimiento de los vínculos que lo unen, sostenga relaciones sexuales, utilizando sus órganos, otras partes del cuerpo o cualquier objeto, en los genitales u otros orificios naturales, con parientes por consanguinidad o por adopción en línea recta ascendente o descendente, y en línea colateral hasta el segundo grado, será sancionado con prisión de 3 a 5 años.

Artículo 2. Adiciónese al Título V del Código Penal, El Capítulo V denominado " De la Violencia Intrafamiliar y el Maltrato de Menores". Este Capítulo comprende los Artículos 215 A, 215 B, 215 C, y 215 D.

Artículo 3. Adiciónese el Artículo 215 A al Código Penal así:

Artículo 215 A. El miembro de una familia que agrede física o psicológicamente, a otro, será sancionado con 6 meses a 1 año de prisión, o con medida de seguridad curativa, o con ambas.

En caso de agresión psicológica, debidamente comprobada por el médico psiquiatra forense, el agresor primario será sancionado con la aplicación de medida de seguridad curativa, conforme al Artículo 115 del Código Penal, debidamente vigilada por el Departamento de Corrección.

En caso de incumplimiento de la medida de seguridad curativa, el juez podrá sustituirla por prisión de 6 meses a 1 año.

Para los efectos de este capítulo, son miembros de una familia, las personas naturales unidas por el vínculo de parentesco o matrimonio, y quienes convivan con ellos de manera permanente. Con exclusión de aquellos cuya convivencia esté fundada en vínculos de carácter contractual.

Artículo 4. Adiciónese el Artículo 215 B al Código Penal así:

Artículo 215 B. Si la conducta descrita en el artículo anterior produce el debilitamiento permanente de un sentido o de un órgano, o una señal visible a

simple vista y permanente en el rostro; o si inferida a mujer encinta apresura el alumbramiento, la sanción será de 2 a 4 años de prisión.

Artículo 5. Adiciónese el Artículo 215 C del Código Penal así:

Artículo 215 C. El que maltrate a un menor será sancionado con prisión de 1 a 6 años.

Las siguientes conductas tipifican el maltrato a menores:

Causar, permitir o hacer que se le cause daño físico, mental o emocional, incluyendo lesiones físicas ocasionadas por castigos corporales.

Cometer, inducir o ayudar a que se cometa abuso contra él,, u otros actos lascivos o impúdicos, aunque no impliquen acceso carnal.

Utilizarlo o inducir a que se le utilice, con fines de lucro, en la mendicidad, en fotografías, películas pornográficas o en propaganda o publicidad no apropiada para su edad.

Emplearlo en trabajos prohibidos o contrarios a la moral, o que pongan en peligro su vida o salud.

Imponerle trato negligente y malos tratos que puedan afectarle en su salud física o mental.

Artículo 6. Adiciónese el Artículo 215 D al Código Penal así:

Artículo 215 D. El funcionario público o el particular que tenga conocimiento de la ejecución de un hecho tipificado como violencia intrafamiliar de menores, y no ponga en conocimiento de las autoridades la comisión del delito, será sancionado con 50 a 150 días multa.

En caso de no probarse la comisión del delito, el funcionario público o el particular quedará exento de cualquier responsabilidad legal por razón de la denuncia.

Artículo 7. El Artículo del Código Penal queda así:

Artículo 216. El que tenga acceso sexual con personas de uno u otro sexo, utilizando sus órganos genitales u otras partes de su cuerpo, o introduciendo cualquier objeto en los genitales, boca o en el ano de la víctima, será sancionado con prisión de 3 a 10 años, en los siguientes casos:

Quando se use violencia o intimidación

Quando la persona ofendida se hallare privada de razón o de sentido, o cuando por enfermedad física o mental o por cualquier otra causa no pueda resistir.

Quando la víctima se encuentre detenida o presa o confiada al culpable para vigilarla o conducirla de un lugar a otro, y

Con persona de uno u otro sexo que no hubiere cumplido 14 años, aunque no concorra ninguna de las circunstancias expresadas anteriormente.

Artículo 8. Derogase el Artículo 217 del Código Penal

Artículo 9. El Artículo 219 del Código Penal queda así:

Artículo 219. El que tenga acceso carnal con una mujer doncella, mayor de 14 años y menor de 18, con su consentimiento, será sancionado con prisión de 1 a 3 años.

Si mediase promesa de matrimonio, o si el hecho lo comete un pariente, ministro de culto que la víctima profese, tutor, maestro o encargado, por cualquier título, de la educación, guarda o crianza de la víctima, la pena se aumentará hasta el doble.

Artículo 10. El Artículo 220 del Código Penal queda así:

Artículo 220. El que sin la finalidad de lograr acceso carnal ejecute actos libidinosos en perjuicio de persona, de uno u otro sexo, mediante violencia o intimidación, o cuando la víctima no hubiese cumplido 14 años o no pudiese resistir, será sancionado con prisión de 3 a 6 años.

La sanción se aumentará de una tercera parte de la mitad, si concurre segundo de las circunstancias establecidas en el párrafo segundo del Artículo 219.

Artículo 11. El Artículo 225 del Código Penal queda así:

Artículo 225. En los casos de los Artículos 219 y 222, quedará extinguida la acción o la pena, según sea el caso, cuando el autor contraiga matrimonio con la ofendida. Los efectos de la extinción alcanzan a todos los partícipes.

Artículo 12. El Artículo 226 del Código Penal queda así:

Artículo 226. El que corrompa o facilite la corrupción de una persona menor de 18 años, practicando con ella un acto impúdico, o induciéndola a practicarlo o presenciarlo, será sancionado con prisión de 2 a 4 años.

Artículo 13. El Artículo 227 del Código Penal queda así:

Artículo 227. En los casos del artículo anterior, la sanción será elevada de un tercio a la mitad, cuando:

La víctima fuere menor de 12 años.

El hecho fuere ejecutado con propósitos de lucro.

El hecho fuere ejecutado por medio de engaño, violencia, abuso de autoridad, o cualquier otro medio de intimidación o coerción y,

El autor fuere pariente cercano, tutor o encargado de la educación, dirección, guarda o custodia de la víctima.

Artículo 14. El Artículo 230 del Código Penal queda así:

Artículo 230. El que se hiciere mantener, aunque sea parcialmente, por una persona que ejerza la prostitución, será sancionado con prisión de 2 a 4 años.

CAPITULO II

DISPOSICIONES PROCESALES

Artículo 15. El Artículo 1978 del Código Judicial queda así:

Artículo 1978. Los delitos de raptó, estupro, corrupción de menores y ultraje al pudor son de procedimiento de oficio, pero no se instruirá sumario sino por querrela de la persona agraviada, cualquiera que sea su edad, de su representante legal, si es menor, o de la persona que sobre ella ejerza la guarda, aunque no sea tutora ni curadora legal.

La querrela no se admitirá si la persona agraviada presenta después de un mes la ejecución del hecho, y tampoco cuando el representante legal de la persona agraviada, o quien sobre ella ejerza la guarda, la presenta después de tres meses de haber tenido conocimiento de la comisión del delito, si se encuentra en el país, y de un año si se encuentra en el exterior.

Se considera guardador a quien tuviere a su cargo, por cualquier motivo el cuidado del menor.

Sin embargo, la instrucción se iniciará sin necesidad de querrela en los siguientes casos:

Quando el hecho haya causado la muerte de la víctima o haya sido acompañado de otro delito que tenga señalada pena restrictiva de la libertad y que pueda investigarse de oficio.

Quando el hecho se cometa en lugar público, y

Quando se cometa abusando de la patria potestad o de la autoridad de tutor o curador, o por persona a cuyo cargo esté, por cualquier motivo, la víctima del delito.

Artículo 16. Adiciónese al Artículo 1984 – A al Código Judicial, así:

Artículo 1984-A. En los casos de violencia intrafamiliar procede el desistimiento por parte de la persona afectada cuando sea mayor de edad, siempre y cuando concurren las siguientes condiciones:

Que el acusado no sea reincidente en este delito u otros delitos dolosos contemplados en la Ley penal panameña.

Que el acusado presente certificado de buena conducta anterior y evaluación por dos (2) médicos psiquiatras o de salud mental, nombrados por el Ministerio Público.

Que el acusado se someta a tratamiento por un equipo multidisciplinario en salud mental, bajo vigilancia del juez de la causa.

CAPITULO III UNIDADES ESPECIALIZADAS PARA LA ATENCIÓN DE VICTIMAS DEL MALTRATO Y VIOLENCIA INTRAFAMILIAR

Artículo 17. Todos los centros de salud, cuartos de urgencias, centros médicos u hospitales, clínicas y consultorios, ya sean público o privados, dentro de sus horarios regulares de labores, deberán atender todos los casos de violencia intrafamiliar y maltrato de menores.

Quienes laboran en estas instituciones no podrán negar la atención médica y hospitalaria a las víctimas de violencia intrafamiliar y maltrato de menores, sin perjuicio de que posteriormente puedan ser remitidos a otros

centros para su atención continuada, siempre que su traslado no implique riesgos para su salud o integridad.

Artículo 18. Los médicos, paramédicos y el personal que laboran en las instituciones mencionadas en el artículo anterior, deberán documentar, mediante formulario distribuido por el Ministerio de Salud, el historial médico, los hallazgos clínicos, el diagnóstico y la Incapacidad provisional del paciente que declara haber sido víctima de violencia intrafamiliar o maltrato a menores.

El formulario en mención será enviado al Instituto de Medicina Legal, dentro de las cuarenta y ocho (48) horas siguientes a la atención del paciente, para que el Instituto evalúe el informe médico allí contenido y continúe el trámite que corresponda para las sumarias que al afecto se realicen.

El certificado de incapacidad final deberá indicar la incapacidad laboral y la incapacidad física hasta su recuperación, o las lesiones permanentes que resultaren de la agresión.

Artículo 19. El Órgano Ejecutivo reglamentará por conducto del Ministerio de Salud y con la asesoría del Ministerio Público, el diseño de los formularios preimpresos con la información necesaria y el número de copias requeridas para registro de las agresiones ocasionadas por violencia intrafamiliar o maltrato de menores, cuyo original debidamente firmado con el sello respectivo deberá ser remitido a la autoridad competente.

El instituto de Medicina Legal recibirá los formularios completados en las instituciones de salud, y los distribuirá expeditamente a las agencias de instrucción de turno que corresponda, según la competencia, sin perjuicio de someterlos posteriormente a reparto. En caso de menores se remitirán al juez de menores, según proceda.

Artículo 20. Las entidades privadas o profesionales independientes que atiendan a víctimas de violencia intrafamiliar y del maltrato de menores que califiquen como sujetos de patrocinio procesal gratuito, podrán deducir de sus declaraciones de renta el costo de la atención.

A tal efecto, la cuenta correspondiente deberá estar debidamente documentada y aprobada por el juez de la causa.

Prestarán mérito ejecutivo, en el caso del sector privado, las cuentas presentadas como costos de atención a las víctimas de la violencia intrafamiliar y del maltrato de menores.

Artículo 21. El Ministerio de Salud organizará centros públicos especializados en la atención a las víctimas de la violencia intrafamiliar y del maltrato de menores en los hospitales regionales y nacionales y en otros lugares que lo requieran.

Artículo 22. Las víctimas de violencia intrafamiliar y del maltrato de menores, podrán ser referidos por las instituciones de salud para continuar su atención y protección temporal, si fuere necesario.

El Ministerio de Salud normará toda la materia inherente a los centros especializados.

Artículo 23. Los centros especializados funcionarán las veinticuatro (24) horas del día, todos los días del año. Deberán contar, como mínimo, con personal idóneo, en las ramas de medicina, tales como traumatología, pediatría, geriatría, ginecología, psiquiatría así como de psicología, enfermería, odontología social; igualmente con las unidades de protección policial que sean necesarias. Estos centros deberán trabajar en estrecha colaboración con el Ministerio Público.

Artículo 24. Se confeccionarán listas de profesionales idóneos en las especialidades mencionadas en el artículo anterior, para que colaboren en calidad de peritos o expertos, y como auxiliares de la justicia en los juzgados y agencias del Ministerio Público. Los honorarios aprobados por el agente del Ministerio Público o juez que hubiese ordenado un peritaje, no generarán impuesto sobre la renta.

CAPITULO IV DISPOSICIONES ADMINISTRATIVAS

Artículo 25. El Ministerio de Educación tomará las medidas adecuadas, a fin de desarrollar programas educativos en el nivel primario y secundario, relacionados con la responsabilidad familiar.

Artículo 26. La presente Ley modifica los Artículos, 209, 216, 219, 220, 225, 226, 227 y 230 del Código Penal modifica el Artículo 1978 del Código Judicial. Adiciona al Título V del Código Penal del Capítulo V contentivo de los Artículos 215 A, 215 B, 215 C y 215 D: adiciona el Artículo 1984-A al Código Judicial, y deroga el Artículo 217 del Código Penal y demás disposiciones que le sean contrarias.

Artículo 27. Esta ley comenzará a regir a partir de su promulgación.

Anexo 2**LA VIOLENCIA EN PANAMÁ****La Prensa, 20 de junio de 2003****Estudiante asesina a compañero****URANIA CECILIA MOLINA**

planas@prensa.com

LA CHORRERA, Panamá. —Un estudiante del Instituto Profesional y Técnico de La Chorrera (IPTCH) asesinó a un compañero de una puñalada, durante una rifa que ambos sostuvieron.

Luis Alexis Cedeño fue el estudiante que murió. El nombre del homicida no fue revelado por la Policía.

Según fuentes policiales, los estudiantes se encontraban en la parada de buses en la vía Panamericana, a la altura del supermercado Extra, en El Coco de La Chorrera, cuando iniciaron una discusión. El agresor sacó un cuchillo y le metió una puñalada en la tetilla izquierda, ante las miradas atónitas de los presentes.

Algunos de los presentes corrieron a darle los primeros auxilios al herido y lo trasladaron al hospital chorrerano Nicolás A. Solano, donde murió.

La Policía Nacional detuvo al responsable de la muerte de Cedeño, quien se declaró confeso, pero no explicó por qué lo hizo.

El homicida quedó a órdenes de la Policía de Menores y hoy será trasladado al Juzgado Seccional de Menores.

No es la primera vez que un estudiante del IPTCH hiere a un compañero. El año pasado ocurrieron tres casos, y los objetos que se usaron fueron destornilladores y otras herramientas que utilizan los estudiantes para las prácticas de las materias vocacionales impartidas.

La prensa 20 de junio de 2003**Proyecto contra violencia intrafamiliar****SADY TAPIA G.**

stapia@prensa.com

El Banco Interamericano de Desarrollo (BID) y el Gobierno llevarán a cabo un proyecto para combatir la violencia intrafamiliar en el país.

El director general de Salud, Esteban Morales, dijo que el programa será dirigido a las áreas donde se determine que existan mayores problemas de violencia intrafamiliar.

Morales añadió que dicho proyecto es apoyado por el BID mediante un préstamo, consistente en la contratación de organismos extrainstitucionales para que vayan a las comunidades a atender los diferentes casos presentados.

Explicó que se busca dar orientación, mediante una consejería, tanto a la víctima como al agresor.

Entre el aporte del BID y el Gobierno, la suma que se invertirá en el programa asciende a 40 millones de dólares.

Morales indicó que la organización extrainstitucional que sea contratada recibirá 25 dólares al año por cada persona que proteja de la violencia intrafamiliar.

Según cifras de la Fiscalía Primera Especializada en Asuntos de Familia y el Menor, en los primeros cinco meses del año pasado se presentaron 463 casos (400 contra mujeres y 63 contra hombres) de violencia intrafamiliar.

Iglesia Católica pide reflexión ante incremento de la violencia en Coclé

.....
Elena Valdez

El Panamá América 20 de marzo de 2003

Coclé. El aumento de casos de violencia en la provincia de Coclé preocupa a la Iglesia Católica, la que ha hecho un llamado de reflexión para evitar que más inocentes sufran de golpes y daños que pueden ser irreparables.

El monseñor de la diócesis de Penonomé, Uriah Ashley, comentó a este medio su preocupación por el aumento en casos de violencia en especial a la mujer, la que celebraba ayer precisamente su día, sin que en esta provincia se hiciera un verdadero reconocimiento.

Según Ashley, en las últimas semanas se han registrado casos de mujeres abusadas por sus esposos y otros hombres que desconocen el respeto que se merece cualquier ser humano. Indicó que es lamentable que hombres con corbata maltraten a sus esposas y se comporten en la sociedad como si nada estuviera pasando.

Señaló que en un día como ayer debió por lo menos resaltarse a nivel de la provincia el valor de la mujer coclesana por celebrarse su día, "no se qué pasó con los grupos cívicos y autoridades de la provincia", comentó. Ashley le envió un reconocimiento a las mujeres del mundo por la labor que estas desempeñan e hizo el llamado a la reflexión para que no aumenten los casos de maltrato a la mujer.

Este medio conoció que el Consejo Municipal de Aguadulce realizó el pasado 7 de septiembre un acto de reconocimiento a la mujer aguadulceña por celebrarse ayer su día, sin embargo, por parte de la gobernación y otros consejos no se conoció que se efectuarán actividades.

Los casos de violencia intrafamiliar han aumentado en Coclé y aunque no se nos han dado aún estadísticas de las mujeres maltratadas, se conoció que el porcentaje es grave y muchos casos no se denuncian. Fuentes de entero crédito señalaron que ya se han dado casos de hombres "supuestamente honorables y con corbata" que maltratan a sus esposas.

Se duplican denuncias de violencia intrafamiliar

.....
Gustavo A. Aparicio O.

El Panamá América 6 de abril de 2003

Las denuncias por violencia intrafamiliar se han duplicado este año, según datos estadísticos de la Red Nacional contra la Violencia Dirigida a la Mujer y la Familia, cuyos integrantes pidieron que el problema se convierta en un tema de Estado.

De acuerdo con Gladys Miller, presidenta de la Red Nacional contra la Violencia Dirigida a la Mujer y la Familia, durante el primer semestre del año se han presentado un sinnúmero de denuncias de violencia social e intrafamiliar, que incluyen casos de violaciones, incestos, maltrato físico y la explotación sexual comercial contra adolescentes.

Estas agresiones en su mayoría han sido dirigidas contra las niñas y las mujeres, y en su mayoría el agresor es un hombre.

Explicó que a mayo de este año se han producido en la Fiscalía Primera Especializada en Asuntos de Familia y el Menor 400 denuncias por agresiones contra el sexo femenino, a diferencia de las 513 hechas en todo el año 2001. Mientras que las agresiones a personas del sexo masculino hasta mayo de este año son 63 y un total de 68 en todo el año 2001.

Detalló que en la Fiscalía Segunda Especializada en Asuntos de Familia y el Menor se han producido entre el año 2001 y lo que va del año 2002, un total de mil 52 casos de violencia intrafamiliar en la que las personas afectadas son del sexo femenino. Mientras que 210 corresponden al sexo masculino.

Manifestó además que en el Hospital del Niño, en lo que va del año, se han atendido 57 denuncias para el sexo femenino y 47 para el masculino, respectivamente, a diferencia de las 97 y 69, respectivamente, registradas el año pasado.

En tanto que en el Hospital Santo Tomás, se han atendido 250 casos de violencia intrafamiliar en personas del sexo femenino y 55 del sexo masculino, comparado con los 407 y 67 casos registrados el año pasado, respectivamente.

Según el pronunciamiento de las organizaciones de defensa de los derechos de la mujer y la niñez, se requieren crear medidas efectivas que en realidad respondan a las necesidades de las mujeres y de la niñez y que contrarreste efectivamente las violaciones a sus derechos elementales.

Instituto de La Mujer

Las cifras del horror

Luz Aleyda Terán
Trabajadora Social

En Panamá los tres problemas más frecuentes que causan divorcios por mutuo consentimiento y por separación de hecho son: a) mala comunicación; b) relación extramatrimonial por parte del marido, y c) maltrato físico y psíquico por parte del marido. [Russo, Angela (1999)]

En el año 2000, 31 mujeres fueron asesinadas por sus cónyuge, en nombre del amor. En los 4 primeros meses del año 2001 han sido atendidas 4,754 mujeres, por golpes.
Los casos de violencia intrafamiliar denunciados en la PTJ, en la República de Panamá en el año 1998 fueron 876, en el '99 ascendieron a 911 y en el 2000 a 1,011. [Comité de Análisis de Estadísticas Criminales, CONADEC]

En el Distrito de Panamá, durante el primer trimestre del 2001 se registraron 101 casos de violencia intrafamiliar, dándose el maltrato físico y psicológico en 72 de ellos. Del total de casos 92 de las sobrevivientes son mujeres y 9 son hombres, siendo las 'amas de casa' (casi un tercio de los casos) las que más ponen la denuncia. El parentesco del agresor con la sobreviviente era de cónyuge o esposo en el 87% de las denuncias. [Centro de Recepción de Denuncias de la PTJ]

De enero a junio del 2000 se registraron 459 delitos calificados "contra el pudor y la libertad sexual" (violación carnal, intento de violación, actos libidinosos, raptó, estupro, seducción, incesto y corrupción de menores), de los cuales 274 corresponden a violaciones y 70 casos a intento de violación. [Datos de la PTJ]

En los tres primeros meses del año 2001 la misma institución reportó la comisión de 240 "delitos contra el pudor y la libertad sexual", de los cuales 129 fueron violaciones, 55% de ellas cometidas contra menores de 18 años: De 0-4 años (3), de 5-9 (4), de 10 a 14 (43) y de 15 a 17 años (21). En el 80% de los casos el victimario era un familiar o conocido.

En el año 1998 se registraron 633 niños en las calles y ya en el primer trimestre del año 2000 se registró 200 niños y niñas encontrados en la calle, y 340 en el segundo, lo que casi duplica la cifra en la mitad del tiempo. [Casa Esperanza]

El 20% de la población más rica en Panamá consume aproximadamente 15 veces más que el 20% más pobre. De igual manera el 20% más rico de la población tiene ingresos que son 45 veces mayores que los ingresos medios del 20% más pobre. [Datos del Banco Mundial]

El 49% de los hogares jefaturados por mujeres (de un total 482 mil), están en condiciones de extrema pobreza y el 22% a nivel de pobreza, con ingresos inferiores a los 400 balboas. [CODIM/FORO MUJER Y DESARROLLO: 2000]

Sólo hay seis (6) Fiscalías especializadas en Asuntos de la Familia y el Menor en todo el país: tres en el Distrito Capital, una en San Miguelito, otra en Chorrera y una en Veraguas, con pocos recursos humanos, poco especializado, además sus procesos penales son lentos, largos y a veces raros.

La Prensa, 28 de junio de 2003

Se agrava violencia en las escuelas

Urania Cecilia Molina
especial para la prensa
planas@prensa.com

Un nuevo caso de violencia escolar se vivió ayer en La Chorrera, cuando un menor de seis años recibió una golpiza por parte de otros estudiantes, hasta quedar inconsciente, ante la mirada impávida de transeúntes y transportistas.

Se trata del niño César Eduardo Abad García, quien cursa el primer grado en la Escuela Federico Velásquez, del sector Naos, en Barrio Balboa, quien debió ser ingresado en el Hospital Nicolás Solano.

El incidente ocurrió a eso de las 5:00 p.m. El niño había salido de su escuela y esperaba a su hermano en la parada de autobuses. En ese instante, un grupo de

compañeros del segundo grado del mismo plantel lo rodeó. Los otros muchachitos comenzaron a golpearlo a puños y puntapiés hasta que Abad García perdió el sentido.

Un policía que pasaba por el lugar intervino: tomó al niño en sus brazos y llamó para que fuese enviada una ambulancia del cuerpo de bomberos para que fuera llevado al hospital.

Según versiones de testigos, la agresión fue resultado de la rivalidad surgida en los chicos del segundo grado, quienes habían perdido un juego con los de primer grado en horas de la mañana.

Al conocer los pormenores de la golpiza, que pudo ser mortal, los educadores del plantel optaron por convocar a una asamblea, el lunes 30, para tratar sobre el incidente, ante lo que parece ser una agudización de la violencia que amenaza con generar más agresiones en el distrito.

Esta semana, un joven de cuarto año del Instituto Profesional y Técnico de La Chorrera asesinó de dos puñaladas a un compañero de quinto, en una parada de buses.

Alarma por violencia escolar

TEOFILO A. GONZALEZ

Y BORIS GOMEZ

planas@prensa.com

DAVID, Chiriquí.— El atentado con arma de fuego que el pasado lunes sufrió el docente Alfonso De Gracia, por parte de uno de sus alumnos del Instituto Profesional y Técnico, mantiene conmocionada a la comunidad educativa y principalmente a los docentes de este plantel, quienes rechazan cualquier justificación al evento.

Mientras que De Gracia se debate entre la vida y la muerte en la sala de cuidados intensivos del Hospital Regional de David, medio centenar de compañeros y familiares suyos, por segundo día consecutivo se apostaron frente a la iglesia Sagrada Familia de la ciudad de David, en una vigilia por su pronta recuperación.

El médico especialista Julio Osorio destacó que desde el momento de ser baleado el estado clínico de De Gracia es "muy crítico, grave" y considerando las lesiones internas ocasionadas por el proyectil que sigue alojado en su cráneo, la vida del docente continúa en peligro.

Después de lamentar el hecho registrado en el IPT, el director provincial de Educación, Gertrudis Rodríguez, hizo un llamado a la reflexión a la comunidad educativa y ciudadanía en general, advirtiendo que el desafortunado evento es reflejo de la realidad del entorno social de esta región.

Rodríguez informó que el IPT permanecerá cerrado hasta que la directora y el consejo de docentes del plantel consideren que se puede reanudar las clases.

El funcionario dijo comprender la preocupación de los padres y estudiantes graduandos, pero advirtió que la gravedad de los hechos obliga a mantener

cerrado este plantel, hasta que se restablezcan las condiciones de seguridad y el clima emocional de docentes y estudiantes.

Al menos, el 45% de más de mil casos atendidos en los primeros meses de operación del Centro de Recepción Denuncias de Chiriquí corresponden a violencia doméstica e infracciones cometidas por menores de edad, destacó una fuente del Ministerio Público.

La alta incidencia de delitos de violencia y crímenes por parte de menores de edad y el impacto que tienen en el sistema de justicia demuestra la necesidad de agilizar la creación de fiscalías especiales que atiendan estos casos, destacó la fuente.

Entretanto, el fiscal segundo superior, Fernando Fabián Gutiérrez, dijo que el menor de edad que abaleó a su profesor el pasado lunes debe ser juzgado y condenado como adulto en menos de 5 meses, si no será liberado, dijo.

Y esto es así, explicó, porque un menor de edad solo puede ser detenido preventivamente por cinco meses. Gutiérrez teme que la falta de recursos no permita instruir rápidamente la investigación.

"Si el docente fallece, el cargo será de homicidio", dijo el fiscal, quien además, señaló que la ley de menores los protege erróneamente y les da prerrogativas procesales.

Puso como ejemplo tres casos de homicidios cometidos por pandillas y donde los victimarios son menores de edad. De no terminarse a tiempo los procesos, estos menores podrían quedar libres.

Estudiante dispara a su profesor

**BORIS GOMEZ
ESPECIAL PARA LA PRENSA**

planas@prensa.com

DAVID, Chiriquí. -Un estudiante de 16 años le disparó ayer a su profesor, porque le ordenó ponerse la corbata.

El profesor Alfonso de Gracia recibió un disparo en la cabeza y desde anoche permanece en coma, recluso en la sala de Cuidados Intensivos del Hospital Regional de David.

El incidente, que mantiene entre la vida y la muerte al docente, de 36 años de edad, se registró ayer a la una y 40 de la tarde en el colegio Instituto Profesional y Técnico de David.

El joven confesó haber disparado. "Me dijo que me pusiera la corbata y que no iba a entrar a su clase, por lo que yo actué", confesó el chico.

"Está muy grave", dijo el neurocirujano de turno Oscar Austin, quien explicó que el proyectil entró por la parte trasera de la cabeza y se mantiene dentro del cráneo. "Entró por la región occipital y no ha salido. Esperamos estabilizarlo para luego buscar el mejor procedimiento, pero está muy grave" el docente, declaró el galeno.

Algunos testigos explicaron que el joven entró al salón del quinto año de electricidad y cuando el profesor pasaba lista le disparó por la espalda.

El menor vive en La Estrella de Bugaba, a 40 minutos de la ciudad de David. La policía lo encontró a las 2 y 25 de la tarde cuando viajaba en un autobús con destino a su casa.

El joven confesó que siempre tenía problemas con el profesor, quien una vez lo llevó hasta la Dirección por no usar la corbata.

El arma que usó el estudiante es de calibre 22.

Anexo 3
CUESTIONARIO DE INTELIGENCIA EMOCIONAL

"Cuestionario que permite la identificación de las respuestas emocionales".
Dirigido a Estudiantes de educación de la Universidad de Panamá. Las
respuestas aquí emitidas serán de uso exclusivo en la investigación, se
mantendrá la confidencialidad.

Edad ____ años

Sexo H__ M__

Indique con una "X" en la casilla en que medida usted piensa o siente de sí mismo

	Todo el tiempo 4	Buena parte del tiempo 3	Indeciso 2	Casi Nunca 1	Nunca 0
Reconocimiento de las emociones					
1. Puedo identificar mis respuestas emocionales					
2. Puedo darle nombre a mis respuestas emocionales					
3. Reconozco cuando son emociones negativas y positivas.					
4. Reconozco los cambios físicos de mis emociones.					
5. Se hasta dónde pueden llegar mis respuestas emocionales.					
6. Identifico las causas de mis respuestas emocionales.					
7. Pongo atención a mis respuestas emocionales.					
8. Reconozco mis cambios de humor.					
9. Puedo describirme con facilidad.					
10. Influye en mi conducta lo que otros piensan de mi.					
Manejo de las emociones.					
11. Puedo clasificar mis emociones.					
12. Puedo controlar mis emociones.					
13. Observo detenidamente los cambios de mis emociones.					

14. Busco alternativas a mis emociones negativas.					
15. Aprendo de mis respuestas emocionales.					
16. Puedo expresar libremente mis emociones.					
17. Puedo separar las emociones negativas de las positivas.					
18. Tengo estrategias ante mis respuestas emocionales.					
19. Analizo mis respuestas antes de emitirías.					
20. Canalizo mis emociones hacia actividades provechosas.					
Utilizar el potencial existente					
21. Soy perseverante en mis tareas.					
22. Disfruto del trabajo que realizo.					
23. Tengo confianza en mi mismo.					
24. Me sobrepongo a las derrotas.					
25. Tengo control en la espera de una gratificación.					
26. Analizo bien una respuesta antes de emitirla.					
27. La mayoría del tiempo todo me va bien.					
28. Resuelvo mis problemas con facilidad.					
29. Trato de enfrentar mis problemas.					
30. Trato de dar lo mejor de mí en el trabajo.					
Empatía					
31. Presto atención a las emociones de los demás.					
32. Me preocupo por los problemas de los demás.					
33. Trato de ponerme en el lugar de otro cuando expresa sus					

problemas.					
34. Cuando hablo pongo atención a las respuestas corporales de los demás.					
35. Escucho atentamente cuando otro expresa sus problemas.					
36. Me es fácil ayudar a otros.					
37. Me identifico con las causas de los demás.					
38. Me agradan los trabajos donde tengo que compartir problemas de otros.					
39. Me entristece el llanto de otro.					
40. Me alegra la felicidad de los demás.					
Relaciones con los demás.					
41. Mis amistades son duraderas					
42. Me agrada estar en reuniones sociales					
43. Me es fácil hacer amigos					
44. Soy percibido como una persona agradable.					
45. Puedo confiar en mis amistades					
46. Me desagrada estar solo					
47. Me agrada la mayoría de los amigos que tengo					
48. Mantengo buenas relaciones con mi familia					
49. Disfruto más estando con mis amigos					
50. Me es fácil iniciar una conversación con un extraño.					

Anexo 4

PUNTAJE Y CLASIFICACIÓN OBTENIDA POR PREGUNTA EN EL GRUPO EXPERIMENTAL DURANTE EL PRE TEST EN CADA UNA DE LAS ÁREAS.

**Pre-test Experimental Area 1
(Reconocimiento de las Emociones)**

Area	TET	BPDT	I	CN	N	4	3	2	1	0	T	%	Promedio
1	4	3	2	1	0								
1	1	20	4	3	-	4	80	8	3	-	75	66.96	2.68
2	-	1	5	19	3	-	3	10	19	-	32	28.57	1.14
3	-	-	3	21	3	-	-	8	21	-	27	24.32	1.0
4	-	2	3	21	2	-	6	6	21	-	33	29.46	1.18
5	-	-	5	21	2	-	-	10	21	-	21	18.75	0.75
6	-	1	4	20	3	-	3	8	20	-	31	27.68	1.11
7	-	1	3	23	1	-	3	6	23	-	32	28.57	1.14
8	-	3	4	20	1	-	9	8	20	-	37	33.03	1.32
9	-	4	8	16	-	-	12	16	16	-	44	39.28	1.57
10	-	19	5	4	-	-	57	10	4	-	71	63.39	2.53
Total	1	51	38	168	15	4	153	88	168	-	403	36.87	(1.48)

**Pre-test Experimental Area 2
(Manejo de las emociones)**

Area	TET	BPDT	I	CN	N	4	3	2	1	0	T	%	Promedio
2	4	3	2	1	0								
11	-		4	20	3	-	-	8	20	-	28	25.22	1.03
12	-	1	7	16	4	-	3	14	16	-	33	29.46	1.18
13	-	-	5	16	7	-	-	10	16	-	26	23.21	0.93
14	-	-	5	14	9	-	-	10	14	-	24	21.42	0.86
15	-	2	4	18	4	-	6	8	18	-	32	28.57	1.14
16	-	2	7	14	5	-	6	14	14	-	34	30.36	1.21
17	-	-	4	12	12	-	-	8	12	-	20	17.86	0.71
18	-	-	5	12	11	-	-	10	12	-	22	19.64	0.79
19	-	1	4	16	7	-	3	8	16	-	27	24.11	0.96
20	-	-	5	13	10	-	-	10	13	-	23	20.54	0.82
Total	4	6	50	151	72	-	18	82	151	-	269	24.02%	0.96

**Pre-test Experimental Area 3
(Utilizar el Potencial Existente)**

Area	TET	BPDT	I	CN	N	TE	BT	I	CN	N			%
3	4	3	2	1	0								
21	2	21	2	3	-	8	63	4	3	-	78	69.65	2.78
22	2	21	4	1		8	63	8	1	-	80	71.43	2.86
23	3	20	5	-		12	60	10	-	-	82	75.89	2.92
24	1	21	6	-		4	63	12	-	-	79	70.54	2.82
25	-	12	16	-		-	36	32	-	-	68	60.71	2.42
26	-	7	15	6		-	21	30	6	-	57	50.89	2.03
27	2	12	13	1		8	36	26	1	-	71	63.39	2.53
28	1	16	13	-		4	48	26	-	-	70	69.65	2.79
29	1	24	3	-		4	72	6	-	-	82	73.21	2.92
30	1	24	1	2		4	72	2	2	-	80	71.43	2.85
Total	13	180	94	23		52	540	188	23	-	803	71.69	2.87

**Pre-test Experimental Area 4
(Empatía)**

Area	TET	BPDT	I	CN	N	4	3	2	1	0	T	%	Promedio
4	4	3	2	1	0								
31	-	3	16	10		-	9	32	10	-	51	45.54	1.76
32	-	3	13	11	1	-	9	28	11	1	46	41.07	1.64
33	-	1	13	13	1	-	3	26	13	1	42	37.5	1.5
34	-	1	14	8	5	-	3	28	8	5	39	34.82	1.39
35	-	3	14	10	1	-	9	28	10	1	47	41.96	1.67
36	-	17	9	2	-	-	51	18	2	-	71	63.39	2.53
37	1	12	13	1	1	4	36	26	1	1	67	59.82	2.39
38	-	21	6	1	-	-	63	12	1	-	76	67.96	2.71
39	1	22	4	1	-	4	66	8	1		79	70.54	2.82
40	-	22	5	1	-	-	66	10	1		77	68.75	2.75
Total	2	105	107	58	9	8	315	214	58		595	53.12	2.87

**Pre-test Experimental Area 5
(Relaciones con los Demás)**

Área 5	TET 4	BPDT 3	I 2	CN 1	N 0	TE	B	I	CN	N	T	%	Promedio
41	-	19	9	-	-	-	57	18	-	-	75	66.96	2.67
42	-	18	9	1	-	-	54	18	1	-	73	65.18	2.6
43		15	10	2	-	-	45	20	2	-	67	59.82	2.39
44	-	14	14	-	-	-	42	28	-	-	70	62.5	2.59
45	-	16	11	1	-	-	48	22	1	-	71	63.39	2.54
46	2	19	7	-	-	8	57	14	-	-	79	70.54	2.82
47	1	18	8	1	-	4	54	16	1	-	75	66.96	2.68
48	1	25	2	-	-	4	75	4	-	-	83	74.11	2.96
49	-	24	4	-	-	-	72	8	-	-	80	71.43	2.86
50	-	14	9	5	-	-	42	18	5	-	65	58.03	2.31
Total	4	182	83	10	-	16	546	166	10	-	738	658	2.63

Pre-test Grupo Experimental (Consolidado)

Áreas	TET 4	BPDT 3	I 2	CN 1	N 0	T	%	Promedio
Reconocimiento de las emociones	4	153	88	168		413	36.87	1.48
Manejo de las Emociones	-	18	100	151		269	24.02	0.96
Utilizar el potencial existente	52	540	188	23	-	803	71.69	2.81
Empatía	8	315	214	58		595	53.12	2.87
Relaciones con los demás	16	546	166	10	-	738	65.87	2.63
Total	80	1572	706	410		2818	50.32%	1.98

PUNTAJE Y CLASIFICACIÓN OBTENIDA POR PREGUNTA EN EL GRUPO CONTROL DURANTE EL PRE TEST EN CADA UNA DE LAS ÁREAS.

Pre-test Grupo Control Area 1

(Reconocimiento de las Emociones)

Área	TET	BPT	IND	CN	N	T	%	Promedio
1	4	3	2	1	0			
1	36	51	-	-	-	87	83.65	3.3
2	4	15	24	8	-	51	49.03	1.96
3	-	39	22	2	-	63	60.57	2.4
4	-	6	18	14	-	38	36.537	1.46
5	-	3	20	14	1	37	35.576	1.4
6	-	-	16	15	3	31	29.807	1.19
7	-	6	14	15	2	35	33.65	1.35
8	-	12	18	11	1	41	39.42	1.64
9	-	18	14	12	1	44	42.30	1.69
10	8	36	8	7	1	59	56.73	2.27
Total	48	186	154	98	9	486	46.73	1.88

Pre-test Grupo Control Area 2

(Manejo de las emociones)

Área	TET	BPT	IND	CN	N	T	%	Promedio
2	4	3	2	1	0			
11	-	6	24	11	1	41	38.42	1.58
12	-	-	18	15	1	33	31.73	1.32
13	-	3	16	16	1	35	33.65	1.35
14	-	3	16	16	1	35	33.65	1.35
15	-	6	16	15	1	37	35.57	1.42
16	-	12	14	13	2	39	37.5	1.5
17	-	-	18	13	4	31	29.80	1.19
18	-	-	20	13	3	33	31.73	1.32
19	-	-	18	15	2	33	31.73	1.32
20	-	3	16	15	2	34	32.69	1.31
Total		33	176	142		351	33.75	1.35

Pre-test Grupo Control Area 3

(Utilizar el potencial existente)

Área	TET	BPT	IND	CN	N	T	%	Promedio
3	4	3	2	1	0			
1	24	60	-	-	-	84	81.73	3.23
2	24	57	-	-	-	81	77.84	3.11
3	24	54	2	1	-	81	77.84	3.11
4	24	57			-	81	77.84	3.11
5	8	63	4	1	-	76	73.08	2.92
6	12	51	8	2	-	73	70.19	2.80
7	12	83	2	1	-	78	75.00	3.00
8	8	60	6	1	-	75	72.12	2.88
9	20	60	-	1	-	81	77.84	3.11
10	32	39	6	1	-	78	75.00	3.00
Total	188	564	28	8	-	788	75.77	3.03

Pre-test Grupo Control Area 4

(Empatía)

Área	TET	BPT	IND	CN	N	T	%	Promedio
4	4	3	2	1	0			
1	8	9	40	1	-	58	55.77	2.23
2	4	9	34	5	-	52	50.00	2.00
3	-	15	34	4	-	53	50.96	2.03
4	-	12	38	3	-	53	50.96	2.03
5	-	12	38	3	-	53	50.96	2.03
6	4	18	38	-	-	60	57.69	2.50
7	4	21	36	-	-	61	58.65	2.35
8	12	42	18	-	-	72	69.23	2.88
9	12	63	4	-	-	79	75.96	3.03
10	12	63	4	-	-	79	75.96	3.03
Total	56	264	284	16	-	620	59.62	2.38

Pre-test Grupo Control Area 5

(Relaciones con los Demás)

Área	TET	BPT	IND	CN	N	T	%	Promedio
3	4	3	2	1	0			
21	16	54	8	-	-	78	75	3
22	12	60	4	1	-	77	74.03	2.96
33	12	54	10	-	-	76	73.08	2.96
24	12	48	14	-	-	74	71.15	2.85
25	12	45	16	-	-	73	70.19	2.80
66	16	54	8	-	-	78	75	3
27	16	60	4	-	-	80	76.92	3.07
88	36	48	2	-	-	86	82.69	3.30
29	24	57	2	-	-	83	79.81	3.19
30	12	60	4	1	-	77	74.03	2.96
Total	168	540	72	2	-	782	75.19	3.01

Pre-test Grupo Control

(Consolidado)

Areas	TT	BPT	INL	CB	°N	T	%	Promedio
	4	3	2	1				
Reconocimiento de las emociones	48	186	154	98	(9)	486	46.75	1.88
Manejo de las Emociones	-	33	176	142	(18)	351	33.75	1.35
Utilizar el potencial existente	188	564	28	8	-	788	75.77	3.03
Empatía	56	264	284	16	-	620	59.62	2.38
Relaciones con los demás	168	540	72	2	-	782	75.19	3.01
Total	460	1587	714	266	27	3027	58.21	2.33

PUNTAJE Y CLASIFICACIÓN OBTENIDA POR PREGUNTA EN EL GRUPO EXPERIMENTAL DURANTE EL POST TEST EN CADA UNA DE LAS ÁREAS.

Post-test Grupo experimental Area 1

(Reconocimiento de las Emociones)

Área	TET	BPT	IND	CN	N	T	%	Promedio
1	4	3	2	1	0			
1	32	54	-	-	-	86	82.69	3.30
2	44	42	2	-	-	88	84.61	3.38
3	36	51	-	-	-	87	83.65	3.34
4	36	51	-	-	-	87	83.65	3.34
5	24	48	8	-	-	80	76.92	3.07
6	12	54	10	-	-	76	73.00	2.90
7	40	45	2	-	-	87	83.65	3.34
8	24	60	-	-	-	84	80.76	3.23
9	16	54	8	-	-	78	75.00	3.00
10	16	63	2	-	-	81	77.88	3.11
Total	280	522	32	0	0	834	80.19	3.20

Post-test Grupo experimental Area 2

(Manejo de las Emociones)

Área	TET	BPT	IND	CN	N	T	%	Promedio
2	4	3	2	1	0			
11	36	48	16	-	-	86	82.69	3.30
12	32	48	2	-	-	84	80.76	3.20
13	28	51	4	-	-	83	79.81	3.19
14	32	51	4	-	-	85	81.73	3.26
15	28	57	2	-	-	85	81.73	3.26
16	20	57	-	-	-	81	77.88	3.11
17	32	54	4	-	-	86	82.69	3.36
18	20	63	-	-	-	83	79.80	3.19
19	32	54	-	-	-	86	82.69	3.36
20	24	60	-	-	-	84	80.76	3.20
Total	267	543	32			843	81.05	3.24

Post-test Grupo experimental Area 3

(Utilizar el Potencial Existente)

Área 3	TET 4	BPT 3	IND 2	CN 1	N 0	T	%	Promedi o
21	20	63	-	-	-	83	78.81	3.19
22	24	60	-	-	-	84	80.76	3.20
23	32	54	-	-	-	86	82.69	3.30
24	24	57	2	-	-	83	79.80	3.19
25	20	48	10	-	-	78	75.00	3.00
26	32	54	-	-	-	86	82.69	3.30
27	32	51	2	-	-	85	81.73	3.26
28	20	60	2	-	-	82	78.80	3.15
29	36	51	-	-	-	87	83.65	3.34
30	32	54	-	-	-	86	82.69	3.30
Total	272	552	16	-	-	840	80.66	3.22

Post-test Grupo experimental Area 4

(Empatía)

Área 4	TET 4	BPT 3	IND 2	CN 1	N 0	T	%	Promedi o
31	24	60	-	-	-	84	80.76	3.20
32	20	63	-	-	-	83	79.81	3.19
33	40	48	-	-	-	88	84.61	3.38
34	44	42	2	-	-	88	84.61	3.38
35	32	54	-	-	-	86	82.69	3.33
36	12	69	-	-	-	81	77.88	3.11
37	16	63	2	-	-	81	77.88	3.11
38	20	60	2	-	-	82	78.80	3.15
39	20	63	-	-	-	83	79.80	3.19
40	24	60	-	-	-	84	80.76	3.30
Total	252	582	6	-	-	758	80.77	3.21

Post-test Grupo experimental Area 5

(Relaciones con los demás)

Área 5	TET 4	BPT 3	IND 2	CN 1	N 0	T	%	Promedio
41	12	60	6	-	-	78	75.00	3.00
42	8	60	8	-	-	76	73.00	2.90
43	12	39	20	-	-	71	68.30	2.70
44	8	36	24	-	-	68	65.38	2.60
45	12	48	14	-	-	74	71.10	2.80
46	4	72	-	-	-	76	73.00	2.90
47	4	72	2	-	-	78	75.00	3.00
48	8	72	-	-	-	80	-	3.07
49	-	75	2	-	-	77	74.00	2.90
50	8	72	-	-	-	80	76.90	3.07
Total	76	606	76	-	-	758	72.88	2.90

Post-test Grupo Experimental

(Consolidado)

Areas	TET 4	BPT 3	IND 2	CN 1	N	T	%	Promedio
Reconocimiento de las emociones	280	522	32	-	-	834	80.19	3.20
Manejo de las Emociones	267	543	32	-	-	842	81.05	3.24
Utilizar el potencial existente	272	552	16	-	-	840	80.66	3.22
Empatía	252	582	6	-	-	840	80.77	3.21
Relaciones con los demás	76	606	76	-	-	758	72.88	2.90
Total	1147	2805	162	-	-	3354	79.11	3.20

PUNTAJE Y CLASIFICACIÓN OBTENIDA POR PREGUNTA EN EL GRUPO CONTROL DURANTE EL POST TEST EN CADA UNA DE LAS ÁREAS.

Post-test Grupo Control Area 1

(Reconocimiento de las Emociones)

Área 1	TET 4	BPT 3	IND 2	CN 1	N 0	T	%	Promedio
1	56	6	6	-	-	69	85.58	3.42
2	4	3	20	11	2	41	39.42	1.84
3	-	3	22	13	1	38	36.54	1.46
4	-	3	20	13	2	36	34.54	1.38
5	-	3	14	17	1	34	34.62	1.31
6	-	3	161	14	3	33	32.69	1.32
7	-	3	14	14	4	31	31.73	1.19
8	-	3	14	13	5	30	29.81	1.15
9	-	3	14	13	5	30	28.85	1.15
10	-	9	6	6	1	73	70.17	2.80
Total	112	63	146	114	24	435	41.83	1.67

Post-test Grupo Control Area 2

(Manejo de las Emociones)

Área 2	TET 4	BPT 3	IND 2	CN 1	N 0	T	%	Promedio
11	-	3	10	16	4	29	27.88	1.12
12	-	-	10	18	3	28	26.92	1.08
13	-	-	14	16	3	30	28.85	1.15
14	-	-	12	19	1	31	29.81	1.19
15	-	3	14	17	1	34	32.69	1.31
16	-	3	10	19	1	32	30.77	1.23
17	-	3	12	16	3	31	29.81	1.19
18	-	3	6	20	2	29	27.88	1.12
19	-	3	8	17	4	28	26.92	1.08
20	-	6	6	19	2	31	29.81	1.19
Total	-	24	102	177	24	303	29.13	1.17

Post-test Grupo Control Area 3

(Utilizar el Potencial Existente)

Área3	TET 4	BPT 3	IND 2	CN 1	N 0	T	%	Promedio
21	28	57	-	-	-	85	81.73	3.26
22	24	57	2	-	-	83	79.81	3.19
23	28	54	2	-	-	84	80.77	3.23
24	24	51	4	-	-	79	75.76	3.04
25	24	54	4	-	-	82	78.85	3.15
26	20	45	10	-	-	76	73.03	2.92
27	16	57	6	1	-	79	75.96	3.04
28	12	60	6	-	-	78	75.00	3.00
29	8	63	6	-	-	77	74.04	2.96
30	12	60	6	-	-	78	75.00	3.00
Total	196	558	46	1	-	801	77.02	3.08

Post-test Grupo Control Area 4

(Empatia)

Área4	TET 4	BPT 3	IND 2	CN 1	N 0	T	%	Promedio
31	4	12	32	5	-	53	50.96	2.04
32	-	18	28	6	-	52	50.00	2.00
33	-	15	28	7	-	50	48.08	1.92
34	-	15	24	9	-	48	46.15	1.85
35	-4	12	24	9	-	49	47.12	1.88
36	4	15	26	7	-	52	50.00	2.00
37	8	18	30	3	-	59	56.73	2.27
38	4	45	18	1	-	68	65.38	2.61
39	4	54	12	1	-	71	68.27	2.73
40	8	60	8	-	-	76	73.08	2.92
Total	36	264	230	48	-	578	55.58	2.22

Post-test Grupo Control Area 5

(Relación con los demás)

Area5	TET 4	BPT 3	IND 2	CN 1	N 0	T	%	Promedi o
41	4	63	8	-	-	75	72.12	2.88
42	-	63	10	-	-	73	70.19	2.81
43	4	57	12	-	-	73	70.19	2.81
44	-	66	8	-	-	74	71.15	2.85
45	8	51	14	-	-	73	70.19	2.81
46	12	42	18	-	-	72	68.27	2.77
47	24	45	10	-	-	79	75.96	3.04
48	52	27	8	-	-	87	83.65	3.35
49	16	57	6	-	-	79	75.96	3.04
50	12	60	6	-	-	78	75.00	3.00
Total	132	531	100	-	-	763	73.37	2.93