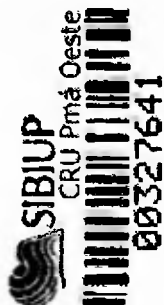


UNIVERSIDAD DE PANAMÁ

Centro Regional Universitario De Panamá Oeste

Facultad de Ciencias de la Educación
Programa de Maestría y Postgrado

CONOCIMIENTO Y MANEJO ADECUADO DE LA INTELIGENCIA EMOCIONAL
DE LOS (LAS) EDUCADORES (AS) DE LA ZONA ESCOLAR N°2 Y SU
EFECTIVIDAD EN EL PROCESO APRENDER – APRENDER DE LOS (LAS)
ESTUDIANTES.



POR

NYDIA MARÍA PERALTA ESPINOSA.



Trabajo de graduación para
optar al Título de Magistra
en Docencia Superior.

PANAMÁ, 2006

ÍNDICE

	PÁG.
Dedicatoria	viii
Agradecimiento	x
Introducción	xii

CAPÍTULO 1.0 EL PROBLEMA

1 1	Antecedentes del problema	2
1 2	Planteamiento del problema	3
1 3	Justificación de la investigación	3
1 4	Objetivos de la investigación	5
1 4.1	Objetivos Generales	5
1.4 2	Objetivos Específicos	5
1 5	Alcances y límites de la investigación	5
1 6	Hipótesis de la investigación	6

CAPÍTULO 2.0 MARCO TEÓRICO

2 1	Coordinación Regional de Educación de Panamá Oeste	8
2 1 1	Antecedentes	8
2 1 2	Importancia	8
2 1 3	Organización	9
2 2	Proceso de aprender - aprender	11
2 2 1	El nuevo concepto de enseñanza	12
2 2 2	El aprendizaje integral	14
2 3	Funciones del educador (a)	16
2.3 1	En relación con el entorno escolar	17
2 3 2	En relación con la sociedad	18
2 3 3	En relación con la escuela	19
2 3 4	En relación con él (la) educador (a) y el grupo-clase	22
2 3.4.1	Asesoría personal	24
2 3 4 2	Asesoría académica	25

2006

CRUDO

Domación

2 4	Él (la) educador (a) como persona en su quehacer educativo	26
2 4 1	La educación como actividad personal	27
2 4.2	Trascendencia de las actividades del (la) educador (a)	28
2 4 2.1	El aspecto emocional en la vida del educador (a)	29
2 4 2 2	Importancia de la salud mental del (la) educador (a)	30
2 4 2 2 1	Característica del individuo equilibrado	31
2 4 2 3	La salud mental y el desgaste emocional	33
2 4.2 3.1	La higiene mental y la escuela	35
2 4 2 3 2	La higiene mental y la familia	35
2 5	Inteligencia emocional	37
2 5 1	Antecedentes	41
2 5 2	Concepto	42
2 5 3	Importancia	43
2 5 4	Autoestima	46
2 5.5	Higiene mental	54
2 5 6	Elementos de la inteligencia emocional	56
2 5 6 1	Enfoque de la disciplina	58
2 5 6 2	Dimensión de la inteligencia emocional	60
2 5 6.3	Independencia, interdependencia, Jerarquización	63
2 5.6 4	Necesidades pero no suficiente	66
2.5.6 4.1	Genéricas	68
2 5 7	Las emociones	69
2 5 7 1	Salud emocional	72
2 5 7.2	Necesidades de las emociones	73
2 5.7.3	Funcionamiento	75
2.5 7 4	Manejo de las emociones	76
2 5.7.4.1	Reconocer y aceptar las emociones	80
2.5.7.4.2	Manejo de las propias emociones	81
2 5.7.5	Inteligencia emocional en el trabajo	83
2.5.7.5.1	El arte de la dirección	84
2.5 7 5.2	Un buen equipo	87
2.5.7.5.3	El optimismo	88
2.5.7.5 4	Motivación	91
2 5.7 6	Papel de la inteligencia emocional en el proceso aprender - aprender	93

2 6	Formación emocional en la escuela y la familia	96
2 6 1	Aceptación y reconocimiento	99
2 6 1 1	La educación indirecta (ejemplo de los padres y las madres)	99
2 6 1.2	La educación indirecta (ejemplo del (la) educador (a))	101
2 6 1 3	Estrategia para desarrollar la educación emocionalmente inteligente	103
2 6 2	Familias afectuosas capaces de compartir y resolver problemas	105
2 6 2 1	Preparar a los hijos para una actuación responsable	107
2 6 2 1 1	Expresar los sentimientos	108
2.6.2 1.2	Experiencias emocionales iniciales	109
2 6 2 1.3.	Equilibrio entre los deberes escolares y las tareas domésticas	110

CAPÍTULO 3.0 MARCO METODOLÓGICO

3 1	Tipo y diseño de la investigación	114
3 2	Sistema de variables	114
3 2 1	Variables	114
3 2 1 1	Variable independiente	114
3 2 1 2	Variable dependiente	114
3 2 2	Definición de variables	114
3 2 2 1	Definición conceptual	114
3 2 2 2	Definición instrumental	115
3 2 2 3	Definición operacional	115
3 3	Fuente de información	115
3 3 1	Población	116
3 3 2	Muestra	116
3 4	Técnicas e instrumento de datos	116

CAPÍTULO 4.0	
ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE RESULTADOS	117

CAPÍTULO 5.0 PROPUESTA

5 1 Propuesta para el conocimiento y manejo de la inteligencia emocional	126
5 2 Justificación	126
5 3 Descripción	126
5 4 Objetivos	127
5 4 1 Objetivos generales	127
5 4 2 Objetivos específicos	128
5 5 Costos	128
5.6. Módulos de capacitación	129
5 7 Cronograma de aplicación de propuesta	150
5 9 Procedimientos de ejecución de la propuesta	151
5.10 Conclusiones	154
5 11 Recomendaciones	157
5 12 Bibliografía	160
5 13 Anexos	167

ÍNDICE DE GRÁFICAS

Gráfica No 1	Distribución de los (las) docentes, según sexo y edad	119
Gráfica No 2	Distribución de los (las) docentes, según área de trabajo.	120
Gráfica No 3	Distribución de los (las) docentes, según turno laborado	121
Gráfica No 4	Opinión reflejada por los (las) docentes acerca del tema inteligencia emocional.	122
Gráfica No 5.	Opinión reflejada por la (supervisora, coordinadora y subdirector técnico docente) sobre los diferentes aspectos del tema inteligencia emocional.	124

DEDICATORIA

AGRADECIMIENTO

*Esta investigación está dedicada
muy cariñosamente a mis seres más
queridos:
mi madre Gumercinda,
mis hijos Edwin, y Edson. A Mi hija
Klaribel, y mis nietos Víctor Manuel y Thaís Gabriela.*

*Gracias le doy a DIOS por haberme
iluminado el camino hacia la
culminación de mi investigación, a las
Magistras: a mi asesora Gladys Barrios de Espinosa,
y Zoraida Vergara.*

INTRODUCCIÓN

INTRODUCCIÓN

El objetivo fundamental de esta investigación es la de conocer el manejo adecuado de la **inteligencia emocional** de los (las) educadores (as) de la zona N°2 y su efectividad en el proceso aprender-aprender de los (las) estudiantes.

La inteligencia emocional es un factor sumamente importante, que puede servir en un momento dado como indicador de las relaciones de todo ser humano. Las emociones positivas y negativas influyen en la salud más de lo que se supone, si no se tiene un desarrollo óptimo; pues no se estimula debidamente la inteligencia emocional.

Existe una relación directa entre el efecto y el desarrollo cerebral intelectual. La inteligencia emocional va depender de la vida en la niñez, que es cuando se va estructurando la personalidad.

Se ha dicho y con acierto, que las capacidades del ser humano son relevantes en cada nivel de su vida como profesional, ya sea en una empresa o institución. Pero estas mismas capacidades pueden sufrir **desgastes** hasta llegar a afectar el rendimiento laboral.

El rechazo afectivo, en el aula de clases puede ser imprevisible o desmotivador, puesto que repercute seriamente en la capacidad de el (la) estudiante, de dominar sus miedos y de resolver problemas, en suma saber enfrentar la vida. A menudo dichas experiencias influyen negativamente en los (las) alumnos (as), lo cual es crucial en el desarrollo de su personalidad; pues los (las) estudiantes privados de afectos por parte de sus educadores (as) presentan de igual forma un pobre desarrollo afectivo lo que puede demostrar, entre otras cosas, que la educación que el (la) docente imparta en el aula

escolar es parte importante y decisiva en los procesos de desarrollo emocional de los (las) alumnos (as), como complemento de la efectuada en el hogar

Es evidente entonces, que no basta que una persona sea muy inteligente si no sabe manejar sus propias emociones

En la práctica educativa se presentan situaciones de estudiantes que confrontan problemas de conducta y aprendizajes en las aulas de clases, es aquí donde juega un papel preponderante el (la) educador (a) en el conocimiento y manejo de la inteligencia emocional.

A este propósito se dirige la presente investigación, la cual está conformada por cinco (5) capítulos, donde el primer capítulo titulado **el problema** presenta los antecedentes del problema, el planteamiento, la justificación, los objetivos, el alcance y limitación, como también la hipótesis de la investigación. El segundo capítulo el **marco teórico**, el cual se refiere a la **inteligencia emocional**, , tercer capítulo el **marco metodológico**, describe el tipo y diseño de la investigación, el sistema de variables, la fuente de información y la técnica e instrumentos de los datos. El **análisis e interpretación de datos** se encuentra en el cuarto capítulo, el quinto capítulo presenta la **propuesta modular de capacitación** relacionada con el conocimiento y manejo adecuado de la inteligencia emocional de los (las) educadores (as). La cual esta compuesta por cuatro módulos.

-Primer módulo. Las características de la inteligencia emocional.

-Segundo módulo. La inteligencia emocional en el liderazgo de una institución.

-Tercer módulo. La personalidad

-Cuarto módulo. Las emociones

Además cuenta con una bibliografía, conclusiones, recomendaciones y anexos.

Mientras más y mejor conozca el educador (a) las capacidades de los y las estudiantes, tendrá mejores elementos de juicio para evaluarlos (as), dentro de patrones de justicia y comprensión. Esto a su vez podría contribuir a disminuir las causas de fracasos

RESUMEN

Pais: Panamá

Título de la Tesis: CONOCIMIENTO Y MANEJO ADECUADO DE LA INTELIGENCIA EMOCIONAL DE LOS (LAS) EDUCADORES (AS) DE LA ZONA N°2 Y SU EFECTIVIDAD EN EL PROCESO APRENDER – APRENDER DE LOS (LAS) ESTUDIANTES.

Año: 2004 – 2006

Autor (a): Nydia Maria Peralta E.

Publicación:

Vicerrectoría de Investigación y Postgrado

Maestría en Docencia Superior, 2006.

Definición Conceptual:

Inteligencia Emocional, emociones, autoestima, personalidad, higiene mental, salud emocional

Descripción

El estudio se realizó en el distrito de La Chorrera de los dieciocho (18) corregimiento se tomaron en cuenta ocho (8) corregimientos pertenecientes a la Zona escolar N° 2 de educación; donde participaron Docentes, Directivos, Coordinador, Subdirector Técnico Docente , Supervisor.

Fuente Bibliográfica

En la bibliografía se contemplan titulo sobre la Inteligencia Emocional.

Contenido

Sustentación sobre el Conocimiento y manejo adecuado de Inteligencia Emocional de los (as) educadores (as) de la zona escolar N° 2, y su efectividad en el proceso aprender – aprender de los (as) estudiantes.

Incluye la metodología de la investigación y aspectos de ésta tales como población, muestra, instrumentos de datos.

Además contiene cuadros en las que reflejan los datos obtenidos. De igual forma se presentan gráficos de barra, de pastel

Metodología

La investigación es de tipo descriptiva, ya que permite describir un fenómeno tal como se da en su entorno natural.

Cuenta también con conclusión, recomendación y anexos

INTRODUCTION

INTRODUCTION

The main target of this investigation is the one to know the suitable handling emotional intelligence in the educators of zone two, and its effectiveness in the process to learn to learn in the students

Emotional intelligence is an extremely important factor, that it can in a while serve how indicator in the relations of all human being. The positive and negative emotions influence in the health more than what it assumes, but if it not isn't has an optimal development, because emotional intelligence is not stimulated properly.

A direct relation between the effect and intellectual cerebral development exists. Intelligence depends on the life of the childhood when it is structured the personality, consequently the objective of this investigation talks about to valorize the knowledge and handling that have educational about emotional intelligence and the its effectors in the process education-learning.

One has said and with success, that the capacities of the human being are excellent in each level of their life, like professional, or in a company or institution. But these same capacities can be taken until getting to affect the labor yield.

The effective rejection, in the classroom can be, unforeseeable or desmotivate since it repels seriously in the capacity of the student, to dominate its fears and to solve problems, in extreme knowledge to face the life. Frequently many experiences influence negatively in the feelings of the students, which is crucial in the development of its personality; then the deprived students of affection on the part of their educators present/display a poor affective development similarly what can demonstrate, among other things, that the

education that the educational one distributes in the classroom is important and decisive part in the processes of emotional development of the students, as complement of the carried out one in the home

It is evident then, that it is not enough that a person is very intelligent but must handle its own emotions. Actually educative situations of students appear who confront problems of conduct and learning in the classroom, it is here where a preponderant paper plays the educator in the knowledge and handling of emotional intelligence and its effectiveness in the process education - learning.

To intention will go this investigation, which this conformed of five chapters, where the first chapter describes the problem of the investigation, the second is the conceptual frame, the chapter third talks about the methodology frame; next the analysis and data processing is framed in the chapter fourth, the fifth chapter appears the modular proposal of qualification related to the knowledge and suitable handling of the educators of emotional intelligence. All these obtained findings will allow to exposition of conclusions and recommendations.

While and more better it knows the educator the capacities the student, it has better elements of judgment to evaluate them, within patterns of justice and understanding. This could as well diminish the causes of scholastic failures.

SUMMARY

Country Panama

Title of the thesis: CONOCIMIENTO Y MANEJO ADECUADO DE LA INTELIGENCIA EMOCIONAL DE LOS (LAS) EDUCADORES (AS) DE LA ZONA N°2 Y SU EFECTIVIDAD EN EL PROCESO APRENDER – APRENDER DE LOS (LAS) ESTUDIANTES

Year: 2004 – 2006

Author: Nydia Maria Peralta

*Vicerrectory of Investigation and Postdegree
Masters in Superior Teaching, 2006*

Conceptual definition

Emotional intelligence, emotions, selfconfidence, personality, mental hygiene, emotional health

Description

The study was made in La Chorrera town, from of 18 groups of judges were taken into account 8 groups of judges pertaining to the scholastic zone of education number 2, where they participated masterful, directive, coordinating, technical assistant director educational, supervisor.

Bibliographical source

In the bibliography had contemplated titles in emotional intelligence

Content

This sustenation is about knowledge and suitable handling of the emotional intelligence of the teachers of the scholastic zone number 2, and its effectiveness in the process to learn - to learn of the students.

It includes the methodology of the investigation and aspects like: population, shows and instruments of data

In addition, it contains pictures in which reflected the collected data.

Methodology

The investigation is descriptive type, since it's able to describe a phenomenon as one occurs in its natural surroundings.

Also it account with conclusion, recommendation and annexed.

CAPÍTULO 1.0

CAPÍTULO 1.0 EL PROBLEMA

1.1. Antecedentes del problema

La inteligencia emocional es un tema de gran relevancia y trascendencia para la vida emocional del docente, sometido constantemente a realizar labor psicoterapeuta, muchas veces sin tener el adecuado conocimiento; ya que las situaciones que viven los (as) estudiantes, así lo exigen. Puesto que él (la) docente como ser humano también trae consigo una historia personal que muchas veces limita la efectividad del proceso aprender a aprender.

Es importante señalar que un (a) docente con traumas no resueltos constituye en muchas ocasiones un obstáculo en el desarrollo del proceso en mención, ya que se podría bloquear la interacción alumno (a) docente. Por ello realizamos una serie de investigaciones bibliográficas en las bibliotecas Simón Bolívar de la Universidad de Panamá y Lorenzo Victoria en el Centro Regional Universitario de Panamá Oeste en las que descubrimos que no existen trabajos de investigación sobre Inteligencia Emocional, y mediante una entrevista realizada a la supervisora encargada de la zona escolar N° 2 Rosa Amelia Córdoba y a la supervisora encargada del Departamento de capacitación durante el período 2003, se pudo constatar a través de la misma la inexistencia de capacitación acerca del conocimiento y manejo de la inteligencia emocional dirigida a los (las) docentes de la zona escolar N° 2.

Daniel Golman en el libro La Inteligencia Emocional ha llamado la atención sobre la importancia del tema emocional, el cual ha sacado el tema del estricto Claustro Académico (que en la mayoría de los casos es lo que impera tal vez por los niveles de desconocimiento que se tienen), ya que la inteligencia es mucho más que una determinada función de la mente humana medida en términos de C. I. El ser humano a la hora de actuar de alguna manera y de tomar

determinadas decisiones, no lo hace encaminado (a) por su inteligencia cognitiva, sino sólo, por impulsos de emociones y sentimientos que deben ser guiados, orientados, controlados y expresados mediante dictado de una sana inteligencia emocional

De lo antes expuesto se corrobora que él (la) docente que forma seres humanos en potencia amerita mucha formación en éste sentido. Afortunadamente la Dirección Regional de Educación de Panamá Oeste, en estos momento se está planificando dictar seminarios en módulos sobre la inteligente emocional, ya que según las estadísticas observadas se reflejan muchos fracasos escolares y se podría presumir que con un (a) docente preparado (a) emocionalmente se contribuiría a minimizar dichos fracasos y a cimentar una sociedad basada en valores trascendentales.

1.2. Planteamiento del problema:

Orientar al educador (a) sobre el conocimiento y manejo de la inteligencia emocional, la cual repercute en la Educación Nacional de manera positiva en las estrategias de aprender - aprender de los (las) estudiantes y del docente; por ello se plantea el problema de este estudio. ¿Contribuirá a fortalecer la efectividad del proceso aprender – aprender de los estudiantes en el conocimiento y manejo que tenga el (la) educador (a) de la inteligencia emocional?

1.3. Justificación de la investigación

La responsabilidad que tiene el (la) educador (a) frente a la educación constituye uno de los más controversiales problemas ante la sociedad, dada la diversidad de factores que se conjugan en el proceso educativo.

El (la) educador (a) día a día juega un papel fundamental en la motivación educativa de sus estudiantes, es por ello que el conocimiento de la realidad social, económica y afectiva de el (la) alumno (a) es de suma importancia en la

creación del clima que favorezcan el proceso aprender a aprender ya que desde sus inicios el (la) **estudiante** debe ir encaminado a desde ser el ciudadano que **responda necesidades** y aspiraciones sociales.

Es evidente que en el aula de clases se dan las acciones interpersonales; pues no siempre ese (a) educador (a) se encuentra en situaciones adecuadas, las mismas se pueden atribuir a los cambios sociales y emocionales que viven constantemente tanto los (las) estudiantes y los (las) docentes.

Cabe destacar que la situación emocional por la cual pasa el (la) docente diariamente en el aula escolar no es en la mayoría de los casos la más indicada para que se produzca un aprendizaje significativo, por parte de los (las) estudiantes ya que se da la falta de hábitos de estudio, la agresividad y todos los factores sociales a los que este educador (a) tiene que adaptar su actividad educativa. Pero también es importante la relación con sus compañeros (as), administrativos, con los padres y madres de familia

Es de sumo interés recalcar que el (la) docente tiene que ser un agente activo de cambio, el cual debe estar en capacidad de desarrollar una serie de estrategias y habilidades necesarias para incrementar el aprendizaje entre los (las) estudiantes en el aula de clases. De igual manera estar consciente de la importancia que tiene el (la) educador (a) al brindar todo el esfuerzo posible y su mayor capacidad, así como también su propia iniciativa y conocimiento para lograr que el (la) estudiante se convierta en una figura motivadora dentro del aula de clases, que pueda asegurar el logro del éxito en sus labores escolares.

Es por ello, que el (la) docente tiene la necesidad de adquirir nuevos conocimientos en el ámbito de la **educación emocional** por medio de seminarios continuos, charlas, conferencias dirigidas, talleres, entre otros. Los mismos le pueden ayudar a su desarrollo como profesional. Puesto que si el (la)

educador (a) se valora y se acepta a sí mismo, es capaz de aceptar, comprender y ayudar a los demás

1.4. Objetivos de la investigación

1.4.1. Objetivos generales

- Valorar el nivel de conocimiento y manejo de la inteligencia emocional que tienen los (as) educadores (as) en el proceso aprender a aprender.
- Conocer la utilización de la inteligencia emocional de los docentes con miras al desarrollo del proceso de aprender a aprender de los (as) estudiantes.
- Establecer la relación que existe entre el proceso aprender – aprender y el desarrollo de la inteligencia emocional de los (las) educadores (as).
- Determinar la forma adecuada de utilizar la inteligencia emocional por el y la docente en su desempeño.

1.4.2. Objetivos específicos

- Revisar las actividades que se han realizado encaminadas a orientar al docente en el conocimiento y manejo de la inteligencia emocional.
- Identificar los niveles de conocimientos y manejo de la inteligencia emocional que tienen los (las) educadores (as).
- Establecer las características que debe poseer todo (a) docente que tenga conocimiento y manejo adecuado de la inteligencia emocional.

1.5. Alcance y límites de la investigación

Esta investigación se realizará en el distrito de La Chorrera, el cual cuenta con un total de dieciocho (18) corregimientos que son: El Arado, Barrio Balboa, Barrio Colón, Guadalupe, Herrera, La Represa, Mendoza, Playa Leona, Los Díaz, Feuillet, Arosemena, El Coco, Iturralde, Hurtado, Santa Rita, de los cuales tomaremos los siguiente ocho (8) para nuestra investigación que pertenecen a la zona escolar N° 2, en ella participarán docentes, directivos, coordinador, supervisor

Limitación de la investigación

- Las limitaciones encontradas se deben a la falta de documentos sistematizados en relación a la inteligencia emocional de los educadores (as)
- Podemos mencionar además el tiempo, ya que muchas veces ocurren circunstancias imprevistas, en que no se pueden cumplir con los horarios planificados para el trabajo de investigación.

Delimitación de la investigación

Se tomará en cuenta para nuestra investigación la zona escolar N° 2 perteneciente a la Dirección Regional de Panamá Oeste. Específicamente en ocho corregimientos del distrito de La Chorrera

1.6. Hipótesis de la investigación

La efectividad del proceso aprender = aprender de los (as) estudiantes que asisten a los centros educativos de la zona escolar N°.2 depende en gran medida del nivel de conocimiento y manejo de la inteligencia emocional que tienen los (las) educadores (as).

CAPÍTULO 2.0
MARCO TEÓRICO

CAPÍTULO 2.0

MARCO TEÓRICO

2.1. Coordinación Regional de Educación de Panamá Oeste

La Dirección Regional de Educación de Panamá Oeste, está situada en el corregimiento Balboa, distrito de La Chorrera. Inició sus labores el 1 de abril de 1974 como oficina subsidiaria de la Dirección Provincial de Educación de Panamá, con el objetivo de descentralizar el funcionamiento del Sistema Educativo en las áreas de la Administración Técnico Docente y la Social Cultural

2.1.1 Antecedentes

La Sede de la Dirección de Educación de Panamá Oeste, inicialmente estuvo instalada en el primer piso del edificio del Banco Nacional de Panamá, sucursal de La Chorrera, luego fue trasladada debido a las precarias condiciones físicas, a la Casa Cultural del Municipio de La Chorrera, posteriormente fue ubicada frente al ministerio de Obras Pública y actualmente se encuentra instalada en el edificio Galerías Otero que se encuentra en la avenida de Las Américas.

La Dirección de Educación de Panamá Oeste, es ascendida a la categoría de Dirección Regional de Educación en el año 1986, incluyendo desde el Distrito de Arraiján (que estaba siendo atendido por la Dirección Provincial de Educación de Panamá Centro) hasta el distrito de San Carlos.

2.1.2. Importancia

La Dirección Regional de Educación de Panamá Oeste es la columna vertebral que impulsa las tareas de controlar eficaz y eficientemente el rol académico y social

Cabe destacar que esta institución es el enlace entre el Ministerio de Educación (central) y el nivel institucional, ya que tiene como función velar que las políticas y fines de la educación se concreten en todos los centros educativos

2.1.3. Organización

La Dirección Regional de Panamá Oeste está conformada por nueve (9) zonas escolares organizadas de la siguiente manera:

Zona escolar N° 1-A, distrito de Arraiján: conformada por quince (15) centros educativos unigrado, los cuales cuentan con un (a) supervisor.(a) con una población estudiantil de once mil seiscientos veintisiete(11,627), atendida por cuatrocientos setenta y siete (477) educadores (as). Cuenta con un director y un (a) subdirector (a) según matrícula del período escolar 2004

Zona escolar N° 1-B, distrito de Arraiján: cuenta con dieciocho (18) centros educativos (unigrado), cuatro multigrados (4), con una matrícula total de seis mil seiscientos noventa y dos estudiantes (6,692) y cuatrocientos sesenta y nueve (469) educadores (as), supervisados (as) por un (a) supervisor (a) según matrícula 2004

Zona escolar N° 2, distrito de La Chorrera: formada por siete (7) centros educativos (unigrado) y doce (12) centros educativos (multigrados), doscientos treinta y ocho (238) educadores (as) una población estudiantil de cinco mil ochocientos setenta y seis (5,876), un (a) supervisor (a) según matrícula del año lectivo 2004.

Zona escolar N° 3, distrito de La Chorrera. integrada por doce (12) centros educativos (unigrado), ocho (8) (multigrados), doscientos setenta y cuatro (274) docentes, seis mil ciento treinta y nueve (6,139) estudiantes, un (a) (a) supervisor (a) según matrícula del año 2004.

Zona escolar N° 4, distrito de La Chorrera. conformada por seis (6) centros educativos (unigrado), trece (13) centros (multigrados), ciento ochenta y seis (186) educadores, con una matrícula de cuatro mil doscientos sesenta y cuatro (4.264) y un (a) supervisor (a) según matrícula del año 2004.

Zona escolar N° 5, distrito de Capira: con seis (6) centros educativos (unigrado), once (11) centros (multigrados), una matrícula de mil seiscientos sesenta y seis (1,666) educandos, doscientos ochenta y nueve (289) educadores (as), un (a) supervisor (a) según matrícula 2004.

Zona escolar N° 6, distrito de Capira: con mil quinientos setenta y siete (1,577) en veinticuatro (24) centros educativos cuatro (4) unigrado, veinte (20) multigrados, atendidos por setenta y ocho (78) docentes y supervisados por un (a) docente según matrícula del año 2004.

Zona escolar N° 7, distrito de Capira: representada por un (a) supervisor(a), setenta y siete (77) educadores, con una matrícula de dos mil doscientos cincuenta y cinco (2,255) estudiantes en treinta y un (31) centros educativos tres (3) unigrado y veintiocho (28) multigrados respectivamente según matrícula del año 2004

Zona escolar N° 8, distrito de Chame: formada por nueve (9) centros educativos (unigrado), dieciséis (16) centros multigrados, con una matrícula de dos mil seiscientos noventa y cuatro (2694) alumnos (as), ciento treinta y dos (132) docentes y un (a) supervisor (a) según matrícula según matrícula del año lectivo 2004

Zona escolar N° 9, distrito de San Carlos: supervisada por un (a) supervisor (a), noventa y ocho (98) educadores, mil novecientos setenta y dos (1,972) estudiantes distribuidos en siete (7) centros educativos (unigrado) y diecisiete (17) centros educativos (multigrados) según matrícula 2004.

2.2. Proceso Aprender - Aprender

El proceso aprender - aprender está íntimamente ligado al desarrollo de la inteligencia emocional. Por ello no se debe obviar la descripción de éste proceso que cambiará la concepción de la nueva tecnología.

A medida en que se implementan nuevos parámetros en el proceso aprender - aprender, se observará el cambio y fortalecimiento que recaerá en las Nuevas Tecnologías que serán incorporadas al ámbito educativo, las cuales promoverán la creación de nuevos entornos didácticos.

El nuevo entorno, creado a partir de las Nuevas Tecnologías requiere, según: Cabero Almenara, citado por Imbernón **“un nuevo tipo de alumno; más preocupado por el proceso que por el producto, preparado para la toma de decisiones y soluciones de las mismas”** (Formación del profesorado, 1996, pág.15).

Por lo tanto, la tarea fundamental de cada educando sería comprometerse y responsabilizarse por su propio aprendizaje. Puesto que el aprendizaje no puede darse sin la participación activa, consciente y libre del alumno.

Cabe recalcar que todo (a) estudiante, requiere desarrollar **habilidades para analizar, evaluar y seleccionar la información necesaria para su aprendizaje, así como perfeccionar sus facultades intelectuales de tal forma que desarrolle la capacidad para pensar lógica, crítica y creativamente.**

Para ello los (as) educadores (as) deben ser capaces de integrar la tecnología directa e indirectamente en el aula de clase

Por consiguiente todo (a) docente en cada nivel, necesita una constante capacitación e integración a las nuevas modalidades de enseñanza - aprendizaje

2.2.1. El nuevo concepto de enseñanza

El nuevo concepto de enseñanza centra su atención en el proceso de aprendizaje, ya que son elementos que interactúan en conjunto

Según la Enciclopedia Práctica Del Docente, enseñanza es **“estimular, conducir, facilitar y evaluar permanentemente el proceso de aprendizaje que realizan los alumnos”**. (pág, 49, 2002)

Aprendizaje lo define Garza, **“como el proceso mediante el cual una persona adquiere destrezas o habilidades prácticas, incorpora contenidos informativos o adopta nuevas estrategias de conocimiento y acción”**. (Citado por Klingler Psicología cognitiva, Pág.14, 1999).

También Heinz Von Foerster (citado por Klingler,1999) define el aprendizaje como **“aprender aprender”**

Es por ello que las Nuevas Tecnologías aportan un nuevo reto al sistema educativo que consiste en pasar de un modelo unidireccional de formación, donde los saberes recaen en el profesor o en su sustituto, el libro, uno generalizado en donde el (la) estudiante asume la responsabilidad.

Como se ha comentado anteriormente la enseñanza y el aprendizaje son procesos complementarios. Enseñar se podría asociar con una actitud de exigencia, autoritaria, habitual; mientras que el aprender se relaciona con lo democrático, el respeto de la libertad en el alumno y lo actual.

De allí que el concepto de enseñanza adquiere una nueva visión y una nueva misión, que sería la llave para el desarrollo a nivel mundial, pero se sabe que algunas sociedades no cuentan con los recursos económicos y humanos para la completa implementación de nuevos y modernos paradigmas de enseñanza

No obstante, estos países como el nuestro son los más necesitados de actualizaciones y de rediseñar las políticas educativas implementando programas más modernizados y efectivos de enseñanza-aprendizaje.

Es evidente entonces que el aprender tiene un significado más extenso que el conocer. Se pueden aprender muchas cosas tanto falsas como verdaderas; pero esto no le garantiza al ser humano que lo aprendido es lo realmente verdadero o falso. El conocer te podría dar la certeza de lo aprendido. Por lo que sólo se podría conocer realmente algo cuando se sabe que no es falso.

El proceso aprender a aprender, requiere de las habilidades que el estudiante adquiera y desarrolle para poder investigar, analizar, evaluar y seleccionar la información necesaria para hacer un aprendizaje significativo, como también deberá desarrollar sus facultades intelectuales de tal forma que utilice estas habilidades para pensar lógicamente, crítica y creativamente.

Como condición para aprender eficientemente, el estudiante le compete la responsabilidad de desarrollar hábitos de estudio eficientemente que le permita un mayor esfuerzo, como condición para obtener mejor provecho del proceso educativo.

Otra labor importante, que requiere de un gran esfuerzo son las prácticas continuas de actividades de repaso y reforzamiento, para lograr una mayor retención, de manera que se pudiera ampliar e integrar lo aprendido evitando así que se olvide

Además de tener claro, que el estudiante debe cumplir con ciertas normas hay que contemplar la manera como motivarlos a aprender - aprender y aquí juegan un papel **muy importante** el ambiente, tanto escolar como fuera de él y la inteligencia emocional, cuando el (la) educador (a) decide en base a las necesidades que se presentan que sector del conocimiento **desea** alcanzar

Se requiere, entonces que el (la) docente domine el proceso atencional; pues, así se lograría proporcionarles más ayuda a los estudiantes que lo necesite, facilitando un mayor aprendizaje.

2.2.2. El aprendizaje integral

Todo ser humano es un ser social y único, por consiguiente, su plena realización no podrá llevarse a cabo de forma individual. Toda responsabilidad, aunque personal, tiene un sentido de unión, que permite satisfacer su naturaleza, cuando establece relaciones con sus congéneres, tanto es así; que el hombre puede ejercer mejor su libertad en presencia de otros (as) que encontrándose solo.

La educación, por consiguiente, actualiza estas condiciones humanas al implicar con ello los valores educativos fundamentales, que deberán surgir de la bondad y sabiduría de los (as) educadores (as) y los (as) estudiantes recíprocamente. Cabe señalar que todo (a) educador (a) para comprender la conducta humana debe saber actuar con auténtica inteligencia emocional.

En todo proceso de desarrollo interactivo, continuo, crítico y creativo deben considerarse las capacidades humanas en una perspectiva holística, puesto que la educación integral realiza la capacitación de educadores (as) y educandos (as).

La educación debe corresponder a una constante capacidad, desde el punto de vista del conocimiento; ya que así lo exige la sociedad en que se vive. Todo (a) educador (a) debe poseer intrínsecamente una ética profesional, entendiéndose por ética todo lo que vaya de acuerdo a la diversidad de situaciones presentadas relativas a la carrera correspondientes, sólo una educación que busque adecuarse a lo que el ser humano es en esencia, podrá ser realmente educativa.

La esencia de la libertad humana se demuestra con la capacidad de poder elegir entre nuevas posibilidades que se abren y se cierran. Por lo que todo ser humano se concibe como un organismo integral, como una totalidad organizada en la cual todos sus elementos son importantes y buscan el equilibrio y la armonía, el aprendizaje es mejor asimilado y más perdurable.

Entonces, podemos decir que la evolución de la humanidad no puede, no debe, tener otro fin que su propio crecimiento, el cual significa bienestar, que sólo se logrará cuando las personas se manejen con tolerancia, respeto, democracia y justicia.

Es importante recordar también que la estructuración del ambiente de aprendizaje es la labor más importante del educador actual, si la experiencia de aprendizaje es internalizada, el conocimiento, no sólo podrá aplicarlo el (la) alumno (a) en situaciones similares sino que estará en condiciones de transferirlos a situaciones nuevas de la vida cotidiana.

Este proceso pretende desarrollar habilidades y destrezas individuales en los alumnos, capacidad de pensar, razonar, producir crear y participar inteligentemente en el progreso social, cultural, político científico, económico y tecnológico de la sociedad

2.3. Función del educador (a)

Según, Mugiga, (citado por Thomas Hardy, 1998) **"estas varían en función de múltiples variables"**. Se podría decir que una de tantas funciones del educador (a) implica los principios teóricos a la búsqueda de solución de los problemas que se presentan, bien porque debe ser un observador del comportamiento y de las necesidades del estudiante.

Todo (a) educador(a) debe mantener una constante observación individualizada de sus alumnos, de esta manera puede identificar las necesidades de los mismos. De igual manera debe poseer habilidad y destreza para captar la mayor o menor disponibilidad de sus estudiantes como un grupo, asumiendo el papel de coordinador y guía en el camino del aprendizaje significativo.

Pues, el (la) educador (a) es un facilitador del conocimiento, que por medio de esto puede hacer que sus alumno crezcan en su máximo nivel cognoscitivo y de igual forma humana y espiritualmente.

Por lo que debe ser un modelo de lo que le exige a sus estudiantes. Además se debe mantener al día en cuanto a tecnología, como también de aquellos medios que le permitan ejercer su función como educador.

También es muy importante, que este (a) educador (a) asuma una actitud de autoridad, que despierte en los (as) niños (as) un sentimiento de respeto y obediencia, normas necesarias que el (ella) mismo (a) va a dar para mantener su propio equilibrio y seguridad.

Hasta tanto el (la) educador (a) tenga conciencia de que posee una capacidad creativa, podrá entonces desarrollar esta habilidad para captar la mayor o menor disponibilidad de sus alumnos (as) para aprender o crecer lo que le permitirá adaptar adecuadamente su propuesta educativa.

El (la) educador en el campo educativo tienen diferentes funciones entre las que se podrían mencionar el lograr una integración crítica de los sujetos a la realidad social, ya que la intervención educativa debe estimular los recursos de todo tipo.

Además debiera observar los contextos, las actitudes y las conductas tanto grupales como individuales; de esta manera se pudiera detectar situaciones delicadas en que se encuentran algunos (as) estudiantes

2.3.1. En relación con el entorno escolar

Todo (a) educador (a) conlleva una gran responsabilidad en relación con su entorno escolar, ya que debe recapacitar sobre la manera como se relaciona con sus alumnos (as), debido a la ola de violencia que se vive a diario, tanto en el país como a nivel mundial, por lo que se debería intentar cambiar la actitud de los (as) estudiantes, especialmente a lo que educación se refiere.

Su función principal es ejemplarizar con el ejercicio y la práctica cotidiana su trabajo, los principios y valores que transmite en el aula, llevando al educando a una formación espiritual y moral que lo convierta, finalmente, en un ser culto, libre y humano

Educación no es sólo una enseñanza, sino fundamentalmente aprendizaje, formación humana razón por la que ha de empeñarse en integrarse dentro de una conducta recta que tenga como principio, los firmes valores éticos morales, así como el descubrimiento y cultivo de los signos más valiosos de la personalidad del estudiante tal como su realización personal.

Pero para que estos valores, principios, y objetivos se consoliden por medio del proceso educativo, se hace necesario que los (as) educadores (as) se pregunten acerca del significado profundo de lo que en realidad es la escuela

como institución especializada y a su vez, sobre lo que el (la) educador (a) representa y tiene que hacer, en la dinámica de la escuela.

La educación por medio de su función social, está llamada a desempeñarse como eje fundamental, en la búsqueda del perfil del ser humano que se necesita, para transformar las estructuras sociales, económicas, culturales, políticas y educativas de toda sociedad.

Así vemos que los orígenes del problema de la vida escolar pudiera centrarse en la indiferencia que en las aulas se vive en relación al tema de la auto aceptación como elemento fundamental de la autoestima, la que a su vez es un factor importante para el verdadero y consistente desarrollo académico de los (as) estudiantes.

Es decir, que en éste mundo cambiante, de retos interminables, de necesidades omnipresentes, para lograr la educación y favorecer al educando con los mínimos recursos, se debe garantizar la calidad de vida deseada.

2.3.2. En relación con la sociedad

El contenido de enseñanza responde tanto a las demandas socioculturales, como el ideal del hombre y la mujer que la sociedad aspira.

Por ello, el (la) educador (a) no solo contribuye ante la sociedad con el dominio de técnicas y habilidades, sino como una persona especial, que le guste sus estudiantes, y que mantenga una autoestima alta.

Cada educador (a) es importante para la sociedad; puesto que si faltara, cada generación carecería del beneficio de poder aprovechar las experiencias de las generaciones anteriores, abría muy poca oportunidad para apreciar el progreso social, ya que no se sabría nada del pasado.

La sociedad cumple una función de gran valor para todo ser humano; ya que la familia adopta diferentes formas de vida que son transmitidas a sus miembros y determinan o ayudan a formar la personalidad de cada uno, teniendo a esta como modelo social

En las sociedades actuales el nivel de autoestima de una persona esta en cierta medida, ligada a lo que hace para ganarse la vida, puede tener conciencia de la importancia que tiene, pero se considera a sí mismo, un ser humano despreciable, indigno de respeto y del afecto de los demás.

Por consiguiente experimenta sentimientos crónicos de inferioridad porque no es bien parecido, puede sentir que es físicamente débil o un cobarde, o puede considerarse condenado a causa de su identidad étnica.

Se considera que la función principal de (la) educador (a) en la sociedad actual es la de enseñar al alumnado a ser personas íntegras que se comporten como ciudadanos libres, críticos, democráticos, con todos los valores que ello implica de participación, tolerancia, entre otros, a los responsables del sistema educativo, a la familia y a la sociedad.

Una sociedad sin escuelas ni educadores (as) es evidente que adelantaría a un ritmo muy lento

2.3.3. En relación con la escuela

La escuela es todavía una instancia, en cierta medida, alejada de la realidad en que se desenvuelve el (la) niño (a) y por ello de sus intereses, su influencia, aunque es sensible en la vida de los estudiantes, no se le considera suficientemente significativa, dejándose ganar fácilmente la delantera por otros gestores de cambio, por la educación no formal.

La misión básica de el (la) educador (a) en relación con la escuela está implícita, puesto que tiene una gran responsabilidad en la formación, del estudiante en el presente, y como futuro ciudadano, haciéndoles responsablemente es, atendiendo los verdaderos requerimientos de éstos, compartiendo sus inquietudes, reaccionado ante sus dudas, enriqueciéndose con sus opiniones y crecer cada día junto con ellos.

Es fundamental que cada educador (a) posea una amplia visión que le permita trascender las paredes escolares e identificarse plenamente no sólo con los contenidos programáticos, sino principalmente con las necesidades, inquietudes y naturaleza de los (as) estudiantes.

Es importante entonces luchar, para que la escuela deje de ser una isla y se transforme en una verdadera fortaleza de la educación para la vida y la paz en la que los sentimientos, los sueños, las inquietudes y las necesidades de los (as) alumnos (as), sean requeridas en la toma de decisiones para el diseño del quehacer docente

Es claro que el sistema educativo está cumpliendo parcialmente con los requerimientos sociales e individuales que de él se espera. El (la) alumno (a) aprende en la escuela a leer y realizar las operaciones fundamentales.

Esos conocimientos que tiene por necesidad que aplicar a diario, lo que podría entenderse como lectura por fuerza se convierten en significativos, y no dejan de estar presentes en todo ser humano independientemente de su edad, nivel escolar u ocupación

Ejercer la labor docente es, una enorme responsabilidad, un privilegio no siempre reconocido por el propio docente, privilegio representado por el hecho de que el trabajador de la educación no sólo vive para enseñar, sino que en el desempeño de su trabajo sufre un notable proceso de aprendizaje, muy superior

al que generan muchas otras actividades laborales. El docente entonces, es objeto de aprendizaje, no solo sujeto de este como podría pensarse.

La educación es producto de múltiples factores y actores que acrecientan su importancia en la medida que se acercan al objeto de la misma, siendo lo más cercano a él y su propio yo.

Es por ello, que existe estrecha relación entre los niveles de autoestima y el aprendizaje significativo de los (as) alumnos,(as) puesto que aceptarse y valorarse es aceptar y valorar a los demás.

La escuela es el primer contacto formal que el niño y la niña tienen fuera de su hogar. Sus maestros (as), compañeros de clase son los que permiten crear y visualizar su vida en el futuro.

La escuela es el presente del estudiante y al mismo tiempo su futuro que imparte información, comunicación y educación.

La influencia de la escuela está en función inversa a las edades de los (as) estudiantes, es decir, a menor edad mayor impacto en los niveles de autoestima

Responde al hecho en que, el (la) estudiante de mayor edad incrementa la cantidad de estímulos externos que recibe, ajenos tanto a la escuela como a la familia y es cuando, al ampliarse el número de sus canales de información, internaliza los conocimientos, que posteriormente convierte en patrones.

Cada maestro (a) debe conocer el ambiente y aceptarlo si desea ayudar a sus estudiantes a que vean dentro de si mismos.

En todos los ambientes el niño y la niña tienen iguales necesidades básicas de amor y seguridad, el derecho de ser una persona de valor y tener la oportunidad de triunfar en la vida

2.3.4. En relación con el (la) alumno (a) y el grupo-clase

El educador **"es un mediador"** entre el discente y el objeto de estudio. Por ello el clima a desarrollar por cada docente en su aula de clases es esencial para crear un ambiente de confianza mutua y respeto, como prolongación de una aceptación profunda, ya que se puede lograr una gran afectividad y aceptación por parte de los (as) estudiantes, fomentándose y aceptándose las diferencias de opiniones tanto de maestros (as) como de alumnos (as).

Para ello habría que ayudarse recíprocamente y ser receptivos a las necesidades de cada cual. Podría decirse, que el ambiente del aula creado por cada docente debe estar definido dentro de los términos: alegría, respeto, participación, confianza, diálogo, libertad, tolerancia, autonomía

El (la) educador (a) tiene **"el deber de preservar y promover el pensamiento democrático en sus alumnos, mediante una práctica consistente"**. Es decir que se debe preparar un ambiente óptimo para que se generen buenas relaciones maestro-alumno basadas en la confianza y respeto mutuos.

Por consiguiente, se debe actuar más como amigo, consejero y persona a los que pueden recurrir, no tanto como expertos y fuentes de información. Una parte importante de su labor es demostrar a los (as) alumnos (as) su profunda preocupación.

Por ello, deberán escuchar atentamente a sus alumnos, estimularlos, valorar sus capacidades y logros; como también proporcionarles desafíos, los cuales ayudarán a enfrentar y resolver.

Por lo que todo (a) educador (a) debe llegar a ser capaz de crear un clima en clase, apto para satisfacer las necesidades de aceptación, amor y respeto de los (as) alumnos (as) y crear las condiciones necesarias para que se produzca el aprendizaje y el desarrollo de su propia personalidad.

Los (as) educadores (as) deben estar conscientes de los distintos ritmos de desarrollo de cada niño (a), para que el (la) mismo (a) se sienta cómodo (a) consigo mismo

Además, debe estimular y consolidar el funcionamiento del grupo-clase, especialmente a través de la elaboración de normas de comportamiento en el aula, igualmente, el proceso enseñanza-aprendizaje puede comprenderse mejor si se analizara a través de las emociones y el conocimiento que posea todo (a) educador (a)

Una de las dimensiones que define el funcionamiento de cualquier grupo humano es la existencia de normas, las que juegan un papel decisivo dentro del grupo, donde su falta o deficiente elaboración puede provocar situaciones de indecisión e incapacidad, para hacer frente a los conflictos, dada la ausencia de procedimientos y patrones de resolución de los mismos.

Las normas o reglas de funcionamiento de un grupo son más eficaces si se plantean de modo participativo y han sido elaboradas por todos sus miembros, ya que así serán aceptadas por todos y todas evitando las actitudes negativas, por acción u omisión, que algunos alumnos pueden adoptar.

Hay que tener muy en cuenta, que suceda lo que suceda, y sea quien fuere, nunca se debe olvidar que dentro del aula de clases cada estudiante posee un valor infinito. Si se respeta a todos (as) los (as) alumnos (as) y se le demuestra, a cada uno, (a) tendrá una mayor posibilidad de respetarse a si mismo.

2.3.4.1. Asesoría personal

Todo (a) educador (a) debe hacer cuanto pueda por estar actualizado permanentemente, hasta conseguir una formación cultural que haga de él en su ambiente, el mejor informado, el más culto y el que está al día con los adelantos de la tecnología y de la ciencia.

De esta manera el (la) educador (a) hará la clase con más naturalidad, puesto que lograría su objetivo mediante el empleo de habilidades especializadas que no son fáciles de adquirir y se sentirá emocionalmente satisfecho con su labor educativa.

Todo ser humano tiene un fin que es **la felicidad**; pero esa felicidad no es algo que se puede aprender o tocar con las manos. La felicidad es un estado al cual llega en este caso el (la) educador (a) al alcanzar su profesionalismo.

Toda persona nace como un papel en blanco, que se va llenando con ayuda de los demás cuando no puede valerse por sí misma y, a partir del uso de la razón y de la vida adulta, adueñarse de su propio destino.

Por ello es normal que todo ser humano reciba una educación adecuada, al comienzo de su vida y se convierta en agente de su propia educación cuando llega a la vida adulta, de ese modo se dan las condiciones para poder manifestar que la educación se da desde la **cuna** y termina en la sepultura de cada persona, es decir, que desde que se nace hasta que se muere, por lo que cada día es importante mantenerse informado y en constante transformación.

Los (as) educadores (as) no son unos (as) simples transmisores (as) de información, son seres humanos que con amor pueden formar a otros (as) y que en su camino se van humanizando, convirtiéndose en modelos, y con cualquiera de las acciones estará transmitiendo valores, pautas morales, entre otros.

El contenido de educación no es algo transmitido por otros, ajenos a la labor de el (la) docente, todo lo contrario, su determinación, programación (diseño), desarrollo y control es parte activa del quehacer profesional de el (la) educador (a), el cual en su práctica diaria, construye y reconstruye como parte de su función de educar, la que sin duda incluye la investigación de lo que ocurre en el aula con el empleo de los recursos tecnológicos seleccionados para enseñar y aprender

El mundo del futuro inmediato requiere que todo (a) educador (a) además de saber, conocer, sea capaz de hacer y más aún ser, ya que la competitividad jamás puede ser enseñada pasando por alto las mejores actitudes y valores que históricamente nos han hecho cada día mejores.

Es evidente entonces que en virtud de la mayor capacidad del ser humano para realizar con eficiencia sus tareas, tiene que analizar con sumo cuidado el quehacer educativo para alcanzar metas

2.3.4.2. Asesoría académica:

El (la) educador (a) es especialmente llamado a facilitar en los alumnos una progresiva claridad de percepción en los valores que han de ser la base de una permanente búsqueda, de tal forma que para que se cumpla esto.

Es importante que este (a) tome conciencia de los valores que vive, porque de hecho se transmite lo que se vive. Así pues, los primeros destinatarios de esta educación en valores son los (as) educadores (as).

La finalidad del docente no es impartir conocimientos, sino, conducir a los jóvenes a buscar nuevos valores, a criticar los ya existentes y llegar a establecer una jerarquía personal.

Es decir, debe ayudar a sus alumnos (as) a plantear y lograr objetivos que puedan dar satisfacción a sus vidas futuras. De tal manera que ningún educador (a) deba desconocer el aspecto más técnico de su profesión (conocimientos, preparación pedagógica, capacidad de comunicación, etc.). Ya que coexiste, una dimensión de implicación personal que mediatiza todos los contenidos que se imparten.

Cabe resaltar que uno de los instrumentos para ello es **“la búsqueda de información y la actualización de datos y teorías que puedan aportarles una base para modificar o innovar sus actividades en el aula”** (Formación del profesorado, Imbernón F., pág. 40. 1996.)

2.4. Él (la) educador (a) como persona en su quehacer educativo

Debe practicar una formación más humana y social, conociéndose a sí mismo, motivando a sus estudiantes, ser activo, fomentar la iniciativa mantener una buena relación con ellos (as) de tal manera que pueda identificar sus problemas, para tratar de darle en alguna medida solución.

Además debe crear un ambiente de aprendizaje, siendo los más importantes, aquellos adquiridos por los (as) estudiantes, efectuándose un desarrollo eficaz para la sociedad, porque va adquirir conocimientos útiles, capacidad de resolver problemas, aptitudes y valores

En todo momento el (la) educador (a) adquiere un compromiso histórico y social, al mantener la relación educador (a)-alumno (a), la misma no debe ser obligada, porque es apartarse de la realidad, se sabe que la historia se forja con el aporte de biografías personales y el (la) docente responsable de su quehacer retiene para sí el privilegio de escribir en ellas. Por lo que **“el papel del docente es el intermediario entre el alumnado y los contenidos”** (Flores 1999, Evaluación Pedagógica y Cognición p.67).

El (la) docente es dueño y artista de su aporte técnico y humano; por lo que su capacidad creativa es relevante no obstante, más no lo es el resultado de los mismos. Tal afirmación se da; ya que la educación no es un fenómeno colectivo sino individual, porque se hace con el consentimiento libre de el (la) educando.

El docente por siempre ha tenido que ir y actuar en contra de la corriente, por lo que, no es motivo para asombrarse, ni desconcertarse o desanimarse porque no acepten lo que se piensa que es correcto; pero al dudar, decir hasta aquí, sólo entonces se habrá claudicado en la misión de educar.

Enseñar, aprender y formar es la misión de todo (a) educador (a). Ahí está la inteligencia emocional del saber pedagógico, que se traduce como conclusión de la acción reflexionada del (a) educador (a).

De tal manera que, las experiencias, vivencias y acciones de los (as) maestros (as) en su quehacer cotidiano se considera la fuente más auténtica, real y válida para la construcción del saber pedagógico.

Son los (as) educadores (as) los (as) llamados (as) a objetivar su quehacer de manera crítica, pero también se debe tomar en cuenta el hecho de que no son simplemente unas máquinas transmisoras de conocimientos o de información, son sólo seres humanos que con amor quieren formar a otros (as).

Ellos son ejemplos y cualquier acción que hagan estará transmitiendo valores, pautas morales.

2.4.1. La educación como actividad personal

La educación ha tenido y tendrá un valor esencial en la formación de cada ser humano, puesto que es la esperanza de todo país, por lo que es la actividad que consiste en comunicar lo que unos saben para el desarrollo y sobre vivencia de los que no saben, y que se pueda transmitir de generación en generación.

La educación comprende todas las cosas importantes de la vida. Dios, la naturaleza, la historia, la familia, los oficios, las ciencias, las profesiones, la transmisión de la cultura, el acrecentamiento de la herencia y cultural, la apropiación de los bienes de la cultura.

Desde los inicios de la humanidad hasta el presente ha existido la educación: y seguirá existiendo mientras la especie humana habite el planeta tierra.

La educación hizo surgir la sabiduría de los organizadores de la sociedad y la dedicación a esa tarea de los (as) grandes educadores (as), que forman parte de la historia humana

2.4.2. Trascendencia de las actitudes del (la) educador (a)

La acción del educador (a) es la de orientar sus objetivos en ayuda de sus alumnos (as) para que aprendan a encaminarse libre y razonablemente por una escala de valores con la mediación de su conciencia como norma para actuar adecuadamente, y en la adquisición de valores, para que aprenda a valorar con todo su ser, a conocer con la razón, querer con la voluntad e inclinarse con el afecto por todo aquello que sea bueno, noble, justo y valioso

Pero por encima de todo, "debe ser aquel amigo experto y confidente, crítico que ayuda al alumno a clarificar su futuro, a desarrollar sus valores y promover sus relaciones sociales" (Aprendizaje y Cognición Thomas Hardy, P.58 1998)

Este (a) educador (a) está llamado especialmente a facilitar en los (as) alumnos (as) una buena percepción de los valores que han de ser la base de una permanente búsqueda.

Para que se cumpla esto es importante, que el (la) educador (a) tome conciencia de la importancia de los valores que se viven y que se transmite lo que se vive. Su finalidad es que lleguen a ser personas significativas, que vivan sus valores y que puedan ayudar a otros (as) a descubrirlos y vivirlos plenamente.

Por tanto, el papel del educador (a) no consiste en la transmisión o inculcación de unos valores, sino en proporcionar las vías necesarias para que los (as) estudiantes aprendan a crear y definir, sus propios valores, para tener la oportunidad de establecer verdaderos proyectos de vida válidos que puedan transformar la sociedad en bien del ser humano.

2.4.2.1. El aspecto emocional en la vida de el (la) educador(a)

El desarrollo emocional influye directamente en la evolución intelectual de cada educador (a), ya que de lo contrario puede tener incidencias en aspectos tales como: Limitaciones en la memoria, dificultades en la percepción y en la atención, y disminución de las asociaciones mentales satisfactorias.

Las necesidades que se presentan para satisfacer el desarrollo emocional en las escuelas nacen de la necesidad de atender íntegramente a todo ser humano.

El notable reconocimiento y afianzamiento psicopedagógico en el aula puede ser de gran ayuda para animar y mostrar a los (as) educadores (as) como manejar el nivel emocional y de esta forma reforzar el desarrollo cognitivo-afectivo-conductual en las escuelas.

Los (as) niños (as) aprenden a expresar sus emociones observando como lo hacen los adultos más cercanos (padres y educadores). La competencia cognitiva afectiva del docente como modelador influye en el crecimiento intelectual y emocional de sus alumnos (as)

El ambiente que se vive en el aula de clases, constituye un medio óptimo para el desarrollo de las emociones. El clima social más apropiado es el que se fomenta en la cordialidad, la comprensión, el respeto, confianza, comunicación, sinceridad y cooperación.

Las transformaciones en la actualidad originan una serie de emociones en los seres humanos que se ven proyectadas en las organizaciones y en la sociedad en general.

Las emociones son el motor de la acción, pueden ser positiva o negativa, y de diferentes magnitudes. Esas mismas emociones y la forma de comportarse de los individuos pueden repercutir en las organizaciones de maneras favorables o desfavorables lo cual traería como consecuencia un pobre desarrollo emocional.

Las emociones más comunes y representativas del ser humano es el **miedo**, por el alto nivel de inseguridad en que se vive hoy día. También se puede tomar el caso de la **ira**, un sentimiento que experimenta el individuo como resultado de frustraciones y que puede manejarse desde un punto de vista positivo para alcanzar los objetivos de desarrollo personal e incluso organizacional.

Sin embargo, cuando la ira deja de ser transitoria, o se reprime y se convierte en resentimiento, genera conflictos interpersonales que afectan negativamente el desarrollo de la organización.

2.4.2.2. Importancia de la salud mental del (la) educador (a)

La salud mental es un concepto que **“abarca no sólo las enfermedades psiquiátricas, sino que forma parte fundamentalmente del derecho a vivir en un equilibrio psico-emocional que, aun siendo inestable, no traiga consigo más sufrimiento que el esfuerzo necesario para mantener ese**

equilibrio o para lograr otro más adecuado a nuevas circunstancias”
(Adriana de Sandoval, Salud y sociedad, pág.17, 2001).

Se trata pues de un concepto con muchas disciplinas que contempla, no sólo conceptos médicos y farmacológicos, sino aspectos que se relacionan con el mundo laboral, el urbanismo, las clases sociales, la educación, la cultura, las creencias y las modas

Se debe tomar en cuenta que las repercusiones psicológicas de la tensión a los (as) docentes son cualitativamente variables, los cuales se presentan de diversas maneras y dependerán de un sinnúmero de factores, tales como la experiencia del profesor, su estatus socioeconómico, su sexo, el tipo de institución en el que enseña entre otros.

2.4.2.2.1 Características del individuo equilibrado

Toda persona que sea capaz de cumplir con las exigencias que le impone la vida, como es el de resolver los problemas cuando las circunstancias así o amerite, fijarse metas para un futuro, aceptar responsabilidades y sobre todo saber cuando tomar sus propias decisiones

La tolerancia no es sinónima de apatía o debilidad, sino por el contrario; se debe ser tolerante, lo que quiere decir que se comprende el mundo en su conjunto, saber relacionarse con las demás personas, cosas, tiempo, lugares, es saber por qué y para qué se vive

El ser humano equilibrado, consciente de su papel en la vida, resiste, aunque sienta que el mundo se le derrumba a sus pies. La prisa, la ansiedad, el autoritarismo, la irritabilidad incontrolada, entre otras son actitudes negativas que destruyen el interior del ser.

En la sociedad actual se vive un aceleramiento constante, por lo que es necesario desarrollar un gran equilibrio, para soportar las dificultades de toda índole, luchar contra el sufrimiento, la enfermedad, el egoísmo, la deshumanización los prejuicios y la intolerancia.

Para ello son imprescindibles la voluntad, el valor y la perseverancia. Cuando se adquiere el hábito de no rendirse ante los primeros obstáculos se agranda la confianza personal, y estos son ingredientes indispensables para alcanzar el éxito y la felicidad

Cada día se viene agudizando una gran preocupación, en cuanto a la resistencia de las enfermedades del cuerpo, debido a las condiciones precarias que vive el ser humano (ruido, estrés, falta de sueño, entre otras).

Por lo que se debería cambiar urgentemente la salud por la higiene mental, puesto que el desequilibrio del sistema nervioso provoca enfermedades orgánicas

El sistema nervioso regula el funcionamiento del cuerpo humano, por lo que ordena las actividades voluntarias e involuntarias, poniendo a las personas en relación con el mundo exterior a través de los sentidos.

El equilibrio del ser humano va a depender de la calidad de sus propios pensamientos. Si se tiene un estado de ánimo positivo donde se practiquen los valores (bondad, alegría, confianza, respeto) aumentaría el bienestar y transmitiría un sentimiento de plenitud y satisfacción; en cambio las reacciones negativas como el miedo, el pesimismo, la tristeza, la ira son factores que podrían provocar enfermedades. El hombre ha colmado la tierra de tecnología maravillosa producto de su inteligencia, por lo que se podría sentir orgulloso, pero al mismo tiempo produce el debilitamiento de su propio terreno biológico

El estado de completo bienestar físico, social y mental lo determina el ambiente social que a su vez depende de la realidad social, la cual es determinada por el momento histórico que vive la sociedad y por consiguiente el país

2.4.2.3. La salud mental y el desgaste emocional

La salud mental es definida como **"el estado de ajuste favorable, que presupone características personales particularmente deseables, considerando el estado de salud físico de lo individuos"** (Enciclopedia de Psicología y Teología, pág. 10, 2000).

Hablar sobre la temática de la salud mental y el desgaste emocional sobre todo en los (as) educadores (as) no es tarea fácil, pero si se podría comentar que casi nunca el trabajo del profesor se ve recompensado ni por el (la) alumnado (a) ni mucho menos por instancias superiores.

Esto provoca un **cansancio** emocional, frustrando su vocación hasta el punto de sentirse totalmente desmotivado, por lo que le lleva lentamente formar parte de todo un proceso de desgaste laboral como lo es la irritabilidad, cambios de humor repentinamente, cansancio crónico y falta de energía, no acepta sus errores, como también sus éxitos, falta injustificadamente.

A la hora de interpretar los efectos de las diferentes fuentes de tensión, hay que distinguir entre los distintos grados de intensidad en el influjo que producen sobre la personalidad de los (as) educadores(as) desde el problema objetivo que produce una situación de tensión normal, hasta la interpretación desproporcionada de esas fuentes de tensión, llegando a un estado de ansiedad permanente y patológicamente con serias consecuencias sobre la salud mental del educador.

Se podría decir que el (la) educador (a) no recibe una formación propia en psicología para enfrentarse a los conflictos cotidianos de sus alumnos (as), y cómo solucionarlos

Estas se podrían mencionar como problemas psicológicos y tensión laboral, aunado a esto las malas condiciones educativas y la falta de reconocimiento social de la tarea del docente inciden de manera determinante en el bienestar de los (as) educadores (as)

Existen diferentes factores que le pueden producir al docente una sensación de presión y angustia difíciles de controlar, entre los que se podrían mencionar: la salud personal, falta de recursos materiales y la desmotivación del alumno; ya que se presenta una relación directamente proporcional entre la calidad de la educación y la salud laboral del educador.

Cabe destacar que el ejercicio de la educación como toda otra actividad ejerce tensión, cuya presencia es prácticamente permanente, y a las cuales el (la) educador (a) debiera hacerle frente de una forma coherente, aceptándolas y a la vez superándolas, para que su rol como profesional sea realmente, una fuente de realización personal.

Por esta razón, los trabajos que estudian el influjo del trabajo profesional en la personalidad del educador adoptan un enfoque negativo; ya que, conseguir que el trabajo en la profesión docente sea agradable y permita la autorrealización del profesor, depende de la capacidad para enfrentar y superar esas fuentes de tensión habituales.

Se podría decir, entonces, que no se trata, de dar una panorámica problemática de la educación, sino una visión positiva de los problemas a superar, y la mejor forma de ayudar a superarlos es conocerlos y afrontarlos inteligentemente.

Por todo lo anterior, se podría decir que la salud mental y el desgaste emocional de modo muy semejante a la física, no son conceptos fáciles de delimitar, pues las fronteras entre uno y otro no siempre se pueden fijar con precisión.

2.4.2.3.1. La higiene mental y la escuela

La salud es un asunto personal de cada uno, por lo que atañe a todos y a todas. Para Rovetto (citado por Sandoval 2001): **“La salud es el resultado de la relación recíproca de lo social, lo físico y lo psíquico, y la necesidad de comprender nuestra realidad social es que ella es la base del triángulo de la salud”**.

La escuela ayuda a que los alumnos y las alumnas asuman la responsabilidad de adquirir los conocimientos necesarios para trabajar a favor o en contra de la salud, según sean los hábitos que se adquieran.

Además orienta y revisa las prácticas cotidianas que comprenden desde las apariencias personales hasta las relaciones humanas.

La adquisición de una verdadera conciencia sobre la salud se debería enmarcar en la vida escolar, con miras hacia las familias. Desde este punto de vista la salud ha de verse como un bien a conservar, que ya se tiene, y no como un bien a lograr en una interminable lucha contra las enfermedades.

Tanto los docentes como los **centros educativos** deberán plasmar los contenidos actitudinales, que se propongan, en la vida personal e institucional.

2.4.2.3.2 La higiene mental y la familia

El soporte familiar es un importante factor para la higiene mental. En la actualidad cuando en una familia, los adultos y adultos jóvenes, presentan



factores estresantes que podrían darse por la falta de trabajo, el menor rendimiento de sus ingresos, las presiones y los temores se apoderan de ellos.

Todas estas situaciones que se viven permanentemente pueden llevar al individuo a actuar con intolerancia, confusión, o exigencias poco razonables hacia los seres queridos

Es de gran relevancia cuando el ser humano comprende que está ubicado en un contexto socioeconómico de gran adversidad, trata de proteger las relaciones que más se necesitan con quienes más las necesitan.

Los problemas no se deberían esquivar; si no evitar la incursión permanente de temas que por lo pronto no tienen solución en la familia y que impiden abordar aquello que realmente necesitan mayor consideración.

Es importante analizar todas las acciones, gestos y pensamientos automáticos con que se llega de la calle. La compañía de la familia brinda un sentido de existencia y confiabilidad. Por consiguiente se hace necesario valorar los buenos momentos que se pudieran, rescatando las tradiciones familiares.

Toda persona puede ser capaz de desplegar en la vida familiar cuidados, amor y respeto y esta acción revierte en él o en ella inmediatamente, lleno de nuevos matices. Ya que el buen ambiente familiar es necesario para la salud, desarrollo y recuperación de los niños, adolescentes y adultos de toda edad.

Todas las familias necesitan de la red social en la que participe y satisfagan las necesidades de compañía, cooperación mutua y aprendizaje. Muchas veces se da el caso que la familia ha tenido que realizar cambios debido a la situación socioeconómica que se ha presentado.

También los cambios domiciliarios o de escuela, la nostalgia los embarga por lo que se tenía; de suceder esto se debiera buscar un acercamiento a los nuevos grupos, puesto que mientras más rápido se esfuercen por integrarse, más pronto encontrarán que, en medio de este proceso de cambio, aparecen personas y situaciones que les ayudan a recuperar el bienestar.

2.5 Inteligencia emocional

Siempre se ha escuchado hablar de la medición de la inteligencia que es llamada coeficiente intelectual, la cual esta basada en el razonamiento lógico, habilidades para resolver las matemáticas, manejar adecuadamente el aspecto analítico, en fin un sinnúmero de habilidades especiales.

En la actualidad se ha descubierto que el éxito depende también en gran medida de otro factor de inteligencia, **la emocional**. Por lo que el **coeficiente intelectual** y **la inteligencia emocional** son habilidades diferentes, sin embargo, no son opuestas sino más bien **complementarias**

Las persona con un alto coeficiente emocional trabajan analíticamente más, haciendo uso de su lógica, En cambio las personas con una inteligencia emocional alta se relacionan con más facilidad, gustan de ideas innovadoras, deciden a partir de intentos y errores, son espontáneos (as), por lo general son impacientes e impredecibles, son sensitivos

“La Inteligencia Emocional es el conjunto de habilidades que sirven para expresar y controlar los sentimientos de la manera más adecuada en el terreno personal y social. Incluye, por tanto, un buen manejo de los sentimientos, motivación, perseverancia, empatía o agilidad mental Justo las cualidades que configuran un carácter con una buena adaptación social” (Qué es Inteligencia Emocional. Martín, Doris, pág.125, 2000)

La inteligencia emocional en el ser humano le permitirá convivir sanamente con los demás aprendiendo a escuchar y participar desinteresadamente en la solución de problemas, como también a impartir y recibir críticas, de manera que podrían mejorar las relaciones interpersonales.

Puesto que primeramente se deben conocer las necesidades de las demás personas. Queda claro que la inteligencia es un concepto bien amplio, ya que es la facultad que posee cada persona para llevar adelante una empresa, una institución escolar, o equipo, y no olvidar la **inteligencia emocional en sí**.

Cabe resaltar, entonces, que todo ser humano nace con diferencias individuales, aunque sean gemelos; pero en muchas ocasiones la manera de comportarse y buscar solución a problemas es adquirida.

Por consiguiente, la inteligencia emocional le va permitir a cada persona partiendo de sus actitudes, sentimientos, habilidades control de sus emociones, confianza a observar y comprender el mundo en que vive. Por lo que podrá ser capaz de resolver situaciones de momento.

No siempre se tiene que estar contento para aprovechar la inteligencia emocional, sino ser más llevadero (a) en la vida cuando se presentan situaciones inesperadas y solucionarias sin dañar a terceros, mientras se mantenga el equilibrio se reconocerá y aceptará mejor sus propios sentimientos, valorándose y valorando a los demás, haría de este bello y hermoso planeta un lugar más agradable, con menos violencia y más armonía.

Toda persona tiene la capacidad de desempeñarse exitosamente manteniendo relaciones positivas con todos los que le rodean. Desde esta perspectiva la **inteligencia emocional**, si se aprendiera a manejar adecuadamente se obtendría una vida más placentera y llevadera.

El ser humano al tener conciencia de sí y buena voluntad puede si así lo desea cambiar su estado de ánimo o sea su temperamento. Desde este punto de vista se podría decir que la inteligencia emocional puede amoldarse y a la vez, educarse a lo largo de la vida.

Pues, al nacer se posee rasgos genéticos que pueden influir en el temperamento. Claro está que aprender a controlar el estado de ánimo no es fácil, porque no se logra de buenas a primera, puesto que todas las personas nacen con características propias y sobre todo diferentes; ya que en muchas ocasiones la manera de comportarse o de enfrentarse a los retos de la vida son aprendidos.

Por todo lo anterior, es evidente que en la vida diaria, la Inteligencia Emocional debe conducir a un manejo adecuado de las propias emociones de una manera tal que permita ser más afectivos (as) en las relaciones interpersonales.

Es normal que se presenten tres características diferentes a través del trabajo y la vida diaria como lo son: el **héroe**, el **villano** y la **víctima**. Cada persona en las diferentes circunstancias de su vida, actúa de una forma o de otra y son precisamente las emociones que deciden utilizar las que marcan la pauta.

Unas de las aplicaciones del ser humano más evidentes que manifiesta en su vida cotidiana es la inteligencia emocional, la cual es manejada cada vez que tienen problema.

Pero al poseer una elevada inteligencia emocional, no le garantizará a la persona que pueda manejar adecuadamente la situación que se le presente si no ha aprendido a desarrollarla adecuadamente.

La inteligencia emocional, según Daniel Goleman es: **"la capacidad de reconocer nuestros sentimientos y los de los demás, para motivarnos y manejar adecuadamente las emociones, tanto en beneficio propio como en nuestras relaciones"**

La gente que tiene altos niveles de inteligencia emocional puede tratar a empleados conflictivos con más facilidad, y evitar convertirse en un empleado problemático. La **inteligencia emocional** se puede aprender, pero no mediante técnicas convencionales de enseñanza.

El aprendizaje debe vincularse con las fortalezas y debilidades individuales, y reforzarse con cambios de conducta a lo largo del tiempo. Y muchas veces funciona mejor si es autodirigido. (La Inteligencia Emocional, p.148.1998)

El lograr un mayor conocimiento de sí mismos genera niveles de gratificación y tranquilidad, que permite enfrentar y controlar las situaciones que se presenten en la vida. Además ayuda a disminuir los niveles de ansiedad interior, cuyos efectos psíquicos y fisiológicos son conocidos como el stress.

La Inteligencia emocional es **"una forma de interactuar con el mundo"** que tiene muy en cuenta los sentimientos, y engloba habilidades tales como el control de los impulsos, la autoconciencia, la motivación, el entusiasmo, la perseverancia, la empatía, la agilidad mental, etc. (Inteligencia Emocional, J. Campos, pág 112, 2001)

Elas configuran rasgos de carácter como la autodisciplina, la compasión o el altruismo, que resultan indispensables para una buena y creativa adaptación social

Aprovechar la inteligencia emocional no implica estar siempre contento o evitar las perturbaciones, sino mantener el equilibrio. saber atravesar los malos

momentos que nos depara la vida, reconocer y aceptar los propios sentimientos y salir airosos de esas situaciones sin dañarse, ni dañar a los demás.

La difusión de este desconocimiento emocional, rara vez valorado por su importancia, convertiría al mundo en un lugar más que agradable, pues existiera menos violencia y tendríamos más tolerancia

Como seres humanos, llegamos a este mundo con un cargamento de cosas. Unas son de carácter físico y otras de carácter psíquico. No están desvinculadas unas de las otras porque somos un conjunto integrado e indivisible, el cual recibirá estimulación de su medio ambiente y al combinar todos estos elementos, desarrollaremos una personalidad, una individualidad.

El temperamento es de origen genético y eso ya ha sido comprobado reiteradamente por los científicos: heredamos de nuestros progenitores ciertas características mentales como la aptitud para la música o la escritura, el nivel de inteligencia, la tendencia a ser introvertidos o extrovertidos, melancólicos o alegres, depresivos u obsesivos, optimistas o pesimistas, etc.

2.5.1. Antecedentes

La inteligencia se ha entendido tradicionalmente como un factor general asociado a la capacidad de aprendizaje y de éxito en la vida. Es importante señalar que históricamente el nombre de " **Inteligencia emocional**" no se conocía. Para el año de 1920 Thorndike la llamaba "**Inteligencia social**" (citado por Simmons, pág. 17, 1998).

Para 1970 la Organización Simmons Management Systems la definían como "**carácter**". En el año de 1975 esta organización, la clasificó en áreas: la Energía Emocional, el Estrés, el Optimismo, la Autoestima, el Compromiso con el trabajo, la Atención a los detalles, el deseo de cambio, la Valentía, la Decisión, la Dominancia, la Tolerancia, la Consideración con los demás y la Sociabilidad. Las

cuales se estudiaban en forma individual. (Simmons, Como medir la Inteligencia Emocional, 1998).

Al transcurrir los años autores como Meter Solovy, John D. Mayer, Daniel Goleman (máximo exponente), Gardner, Piaget, entre otros cambiaron los términos anteriores por el de **Inteligencia emocional**.

2.5.2. Concepto

Etimológicamente **inteligencia** se deriva del latín "**intellegere**", que significa "**recolectar de entre**", lo que le atribuye una connotación relacionada al discernimiento o toma de decisiones.

La evolución histórica del concepto de la inteligencia emocional se diferencia en tres momentos, el **correlacional** o de las **psicometrias**, el de la **teoría de la información** y el concepto de **inteligencias múltiples de Gardner** (Psicología Cognitiva, Klingler 1999).

Algunos autores definen el término inteligencia emocional de la siguiente manera

Para Piaget "**Es la característica de todo los órganos vivos, a manera como la digestión y el metabolismo son características de todos esos órganos**" (citado por Ellen y Fitzgerald, pág 54, 1991).

Bar-On define inteligencia emocional como "**Un conjunto de aptitudes, competencias y habilidades no cognitivas que influyen en la capacidad de un individuo para lograr el éxito en el manejo de las exigencias y presiones del entorno**" (citado por Simmons, 1998)

Según el Dr Steve Simmons "**Es el conjunto de necesidades emocionales, reimpulsos y de valores verdaderos de una persona, y dirige**

toda su conducta visible" (Como medir la Inteligencia Emocional, Steve Simmons, pág 26, 1998)

Para Robert Cooper es **"La capacidad de sentir, entender y aplicar eficazmente el poder y la agudeza de las emociones como fuente de energía humana, información, conexión e influencia"** (La Inteligencia Emocional aplicada al Liderazgo y a las Organizaciones, 1998).

Según Daniel Goleman **"Es la capacidad de reconocer nuestros sentimientos y de los demás, para motivar y manejar adecuadamente las emociones, tanto en beneficio propio como en sus relaciones"** (La Práctica en la Inteligencia Emocional, p.184, 1999).

Para los grandes psicólogos como lo son Peter Salovey de Harvard y John Mayer de la New Hampshire, consideran la inteligencia emocional como **"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"** (citados por Simmons, 1998).

Para Salovey y Mayer (citado por Simmons,1998), la inteligencia emocional **"Es un subconjunto de la inteligencia social que comprende la capacidad de controlar los sentimientos y emociones propias así como las de los demás, de discriminar entre ellos y utilizar esta información para guiar nuestros pensamientos y nuestras acciones"**.

2.5.3. Importancia

En años anteriores la **inteligencia emocional** se consideraba como un factor único y exclusivamente intelectual separada de las emociones pero, en la actualidad este concepto cobra validez cuando se presentan nuevos cambios a esta realidad. Tanto es así que **recientemente** surge la tendencia a considerar diferentes tipos de inteligencias, entre ellas la emocional.

Cada emoción ofrece una disposición definida para actuar, y a su vez conducen a un camino para contrarrestar los desafíos de la vida. Puesto que estas situaciones se dan una y otra vez a todo lo largo de la vida del ser humano, por lo que el grado de supervivencia emocional de la persona es considerado como tendencias innatas y automáticas del corazón humano.

Pero mientras las emociones han sido guías a largo plazo, las nuevas realidades de la civilización presente surgen con tanta rapidez que la lenta marcha de la evolución no puede mantener el ritmo.

Los enfoque sobre los objetivos educativo, tiene una gran relevancia, ya que destaca la importancia de una formación integral que incluya el **desarrollo emocional** y su relación interpersonal. Puesto que se podría decir que el rendimiento académico está íntimamente relacionado con los aspectos emocionales tratados, manteniendo relaciones de dependencia e influencia mutua

Una persona como profesional de la educación, debería tener una buena repercusión en el desarrollo de las habilidades emocionales de sus estudiantes, a través del ejemplo en el trato directo y en el manejo de la inteligencia emocional que se dan en las distintas circunstancias de la vida de los centros educativos, por lo que podría contribuir a crear un clima institucional emocionalmente saludable.

Todo ser humano es libre y por consiguiente su actuación puede ser buena o mala. Sin embargo, la falta de orientación de los criterios éticos para la valoración de la conducta, contribuiría a que la persona pueda saber cuáles son los modos de ser y de actuar que correspondan a su perfección como persona positiva y de ésta manera diferenciar cuáles la rebajan, la deprimen, la frustran. Estas virtudes, de alguna forma están presentes, pero no de una manera definida.

La inteligencia emocional de la persona determina la capacidad potencial de que se podría disponer para aprender las habilidades prácticas, la cual se basa en **la conciencia propia, la conciencia de uno mismo, la motivación, el autocontrol, la empatía y la capacidad de relación**

Un buen mediador es aquella persona que afronta adecuadamente las situaciones emocionales, ya que es capaz de despertar la confianza de los demás y de establecer una adecuada técnica con ellos, puesto que, sabe escuchar, tener capacidad de persuadir y saber aconsejar.

De ninguna manera se debe actuar sin sentir algo, puesto que al realizar algo bien y bueno le embarga una emoción. Con lo antes expuesto se sabe ahora que no es posible un gran desempeño sin dominar las emociones, ya que lo adecuado no es reprimirlas sino usarlas adecuadamente, cambiando las emociones negativas por emociones positivas.

La **inteligencia emocional** es la forma como las personas generan la energía apropiada tanto en el manejo personal como en las relaciones interpersonales.

Desde esta nueva perspectiva, si antes se consideraba inteligente una persona porque podía desprenderse de la presión de sus emociones, ahora se comprende que es indispensable aprender a manejar las propias emociones de forma inteligente

Por consiguiente, todo ser humano debe tener la capacidad suficiente aunque presente dificultad o frustraciones para posponer una satisfacción personal de motivarse y perseverar.

Se podría decir que para alcanzar el éxito y la felicidad es necesario ser capaz de adecuar el humor, impidiendo la alteración de las dificultades de todo razonamiento

De esta manera se reconocería la inteligencia emocional porque se pone en contacto con el sentimiento de cada persona. Cabe destacar entonces, lo dicho por Goleman cuando dice: **“que se debe tomar muy en cuenta la inteligencia emocional desde todos los ámbitos posibles porque de allí va a depender el éxito personal y emocional de toda persona”**.

2.5.4. Autoestima

Según el diccionario Enciclopédico de la Educación, Psicología y Pedagogía define la autoestima como **“el valor que cada quien da a su característica, aptitudes y conductas”** (p.75).

La Autoestima es el sentimiento acrecentado hacia la propia persona que se manifiesta por la aceptación y valoración del **yo**, la **motivación**, el trato con dignidad y el amor hacia uno mismo.

Es importante que las personas traten de desarrollar adecuadamente aquellas habilidades emocionales que le permitan crecer como personas y el nivel de autoestima suficiente para su desarrollo y éxito personal.

Sin embargo, algunas personas experimentan constantes bloqueos que les impiden rendir con toda su capacidad en las diferentes parcelas de la vida diaria, llevando a que se sientan mal consigo mismas y que no se sientan satisfechas con el desarrollo de sus vidas. Esto a nivel escolar es algo que se observa diariamente

Toda persona tiene en su interior sentimientos, que según su personalidad puede manifestarlos de diferentes maneras. La forma de estar conciente de uno

mismo, siendo capaz de comprenderse, aceptarse y respetarse, todo esto implica saber quién eres, y entender por qué piensas, sientes y te comportas de la manera que lo haces.

Muchas veces estas manifestaciones dependen de diversos factores como puede ser el lugar físico, sentimental y emocional, que pueden influir positiva o negativamente en la formación de la persona o sea en la Autoestima. Esto depende, también, del ambiente familiar, social y educativo en el que se desenvuelve y los estímulos que estos brinden.

Se habla tanto de **la autoestima** que es un sentimiento valorativo de todo ser humano, de la propia manera de actuar, de quien eres, de los rasgos corporales, mentales y espirituales que conforman la personalidad

Sin embargo no se habla de lo más importante en esta vida **el amor por sí mismo**, este es el amor menos practicado en ésta "**gran sociedad**". Es por ello que es difícil mantener una relación efectiva con los demás.

El amarse es una conducta aprendida, y se puede ir transformando cada vez mejor, de allí que a partir de los 5-6 años cuando **el (la) niño (a)** empieza a formarse un concepto real de cómo son las personas mayores los ven (padres, maestros), compañeros, amigos, como también las experiencias que se van adquiriendo

Se podría decir que la **autoestima** cuando es utilizada adecuadamente y es unida a un concepto positivo de **sí mismo**, podría elevar la capacidad de las personas para desarrollar sus habilidades y aumentar así el nivel de seguridad personal. Tanto es cierto que, cuando se tiene una autoestima baja, la persona tiende a encaminarse hacia la derrota y el fracaso.

Se dan casos como los de violencia intrafamiliar, donde las víctimas y los victimarios poseen muy baja autoestima, ya que por un lado, la víctima es alguien a quién maltratan sin que ésta pueda poner fin y no se da cuenta de que está siendo abusada (o). Por otro lado, los victimarios compensan lo inferior que se sienten, maltratando y abusando, en este caso, específicamente de un familiar

Muchos de los problemas emocionales que tiene una persona, producido en su niñez, le provocará dificultad en la vida, como sería conflictos serios en el trabajo, disminución de la energía y poca capacidad creativa, relaciones matrimoniales desastrosas, no poder hacer o conservar amigos, en fin poco entendimiento con las demás personas.

En muchos hogares se encuentran padres, madres, educadores (as) que humillan, desprecian, no prestan atención, se burlan o se ríen del niño, la niña cuando pide ayuda, siente dolor, tiene un pequeño accidente, necesita que lo defiendan, expresan miedo, piden compañía, se aferra buscando protección, tiene vergüenza entre otros.

Luego se dan otras actitudes totalmente opuestas, demostrándole al niño que es querido y bonito por lo que se crea una gran confusión. Pero estas muestras de cariño son aparentes, adjudicándole un rótulo a su identidad, que trae como consecuencia un peso negativo en su formación y en el desarrollo de sus capacidades.

En el momento que la persona afectada es adulta, transmitirá la humillación o el maltrato a personas más pequeñas o vulnerables. Esto es una cadena hereditaria de abuso y poder, ya que el desprecio y la vergüenza vivida en la infancia son la fuente de los problemas que afectarán vida de adulto (a) y los (as) causantes de la baja autoestima.

La característica principal y más generalizada forma de violencia es el maltrato emocional. Existen muchas maneras para asustar a un niño y hacerlo sentir culpable e intimidado, sin recurrir a la violencia física. El (la) niño (a) se atormenta con pensamientos y sentimientos que no pueden comunicar ni compartir con nadie y aprende a soportar el dolor y el silencio.

Se da una íntima relación entre la autoestima y la comunicación, porque según como se diga algo, el efecto será positivo o negativo, de aprendizaje o de resentimiento, que se transmite desde la infancia hacia el futuro.

Por esta razón, se entiende que los padres y madres que dañan la autoestima de sus hijos no siempre lo hacen intencionalmente, ya que ellos fueron educados del mismo modo.

Cuando los padres desean que sus hijos actúen como ellos desean, suelen comportarse de manera especial. Controlan al niño haciéndolo responsable de su sufrimiento y culpable por todo lo que pueda querer o hacer (mártires) recurren a las quejas, reproches, lágrimas, amenazas con que van a morir, entre otros.

Existen otros padres los llamados dictadores, que controlan al niño o la niña aterrorizándolos cuando actúan indebidamente, son estrictos y amenazantes para que obedezcan y todo los enfurece. Condenando de manera inapelable al niño (a), con burlas, gritos y fuerza de poder y autoridad.

En ocasiones estos roles (mártir y dictador) van acompañado de repeticiones o manifestaciones de cariño, entonces el (la) niño (a) se siente más confundido (a), ya que no sabe cual es la realidad que vive.

La forma de comunicación que sostienen los padres y madres con sus hijos (as) va a ser el ingrediente que forme su propia personalidad, por consiguiente su conducta, la manera de juzgar y de relacionarse con los demás será positiva.

Por otro lado se puede manifestar que la influencia que tiene la familia en la autoestima del niño o niña es muy importante, puesto que se le trasmite o le enseña los primeros y más importantes valores que llevarán al niño a la formación, de allí nace su personalidad y su nivel de autoestima.

En muchas ocasiones los padres y madres actúan de diferentes maneras, las cuales pueden ser perjudiciales tanto para el niño como la niña, ya que dejarán huellas para toda la vida.

No se puede cargar toda la vida con los problemas presentados en la niñez por culpa de los padres, madres mártires o dictadoras (es). Sino buscar la manera de indagar como les afectan estas actitudes y buscar la forma de deshacerse de ella y no repetirlas con sus propio hijos (as), con sus alumnos (as), inclusive cualquier niño que esté a su cargo.

Entre los seres humanos se da en todo momento la comunicación y el intercambio de ideas, que no es sólo lo que se dice, sino todo lo que se hace o deja de hacerse como por ejemplo. Silencios, posturas, gestos, actitudes, expresiones, tonos de la voz que cambian el sentido de lo que se dice y miradas significativas

Por ésta razón las personas pueden influir en otras siempre y cuando maneje la comunicación como un elemento de poder sobre otros, permitiéndoles controlar la relación para obtener las respuestas que desea conseguir.

La práctica de la violencia en todas sus magnitudes es una forma de comunicar algo que se quiere lograr, es una manera de llamar la atención y

comunicar lo que le sucede o le sucedió repitiendo a otros lo que de niño le hicieron

También son incapaces de manifestar sus sentimientos, sus emociones, carecen de habilidad para conversar y lograr acuerdos, en conclusión, tienen un grave problema de comunicación y necesitan imponerse para sentirse poderosos y compensar su baja autoestima.

El (la) docente debe tener la capacidad e incluso relacionar el desarrollo de habilidades intelectuales junto con el estímulo para que el (la) niño (a) pueda aceptarse, de manera que se debe tener en cuenta, cómo crear un ambiente, para encontrar oportunidades dentro del mismo, donde cada niño (a) pueda sentirse importante.

Pero antes de actuar aprender a reconocer los puntos fuertes de cada niño (a), y así tener claro que las decisiones tomadas por ellos (as) pueden ser vencidas a través de sus habilidades.

Habría que tomar en consideración los sentimientos y las imágenes que los (as) niños (as) tienen en su mente cuando van a la escuela, algunas veces sólo son desarrolladas mediante la aprobación, ya que la crítica debe esperar hasta que el (la) niño (a) sea suficientemente fuerte para aceptarla.

En la sociedad actual el nivel de autoestima de una persona esta en cierta medida, ligada a lo que hace para ganarse la vida. Por ejemplo: un profesional puede alcanzar una posición socialmente notable, pero tiene una baja autoestima

El puede tener conciencia de la importancia que tiene, pero aun así se considera a sí mismo, un ser humano despreciable, indigno de respeto y del afecto de los demás. Con esto se puede deducir que esta persona experimenta

sentimientos fuertes de inferioridad, tal vez porque no es bien parecido, o puede considerarse condenado a causa de su identidad étnica.

Por otro lado las personas que tienen poca confianza de su capacidad dentro de la sociedad, tienden a buscar roles sometidos y evitan las situaciones que requieren asumir responsabilidades.

Se presenta una estrecha relación entre la sociedad, la familia y el ser humano, puesto que la sociedad es la que le presenta a la persona un paradigma social con costumbres y con una cultura que son transmitidas de generación a generación, pero algunas de estas costumbres podrían ser negativas, las cuales causarían problemas de comunicación.

Los criterios mediante los cuales, las personas se evalúan a sí mismas son culturales, ya que todas las personas se ven a sí misma desde el punto de vista de los grupos en que participa y todo aquello que se piensen de ella influirá positiva o negativamente en la personalidad o forma de pensar.

La gente hace cosas para otros. Éstas pueden ser cosas simpáticas y agradables, desoladoras, alentadoras y estimulantes; que restauran el equilibrio, mejoran la fe y fortalecen las convivencias. Estas cosas pueden producir nuevas perspectivas y nuevo coraje, pero también pueden conducir, a la desesperación, al temor y al pesimismo.

Por tanto no se puede pasar por alto la importancia que tiene la escuela para el (la) niño (a), porque ayuda al mismo a descubrir y aprender como ser las personas que quieren ser, respetándole sus tiempos, sus conflictos y sus confusiones.

No se debe confundir la alta autoestima con el narcisismo, ya que este último se le concibe como ese amor excesivo hacia uno mismo o de algo hecho por

uno mismo. por eso se dice que una persona es narcisista, cuando está enamorado de sí mismo, es decir de lo que piensa, de lo que hace, de cómo es, de cómo se viste, etc., pero no del propio ser, sino de la imagen del yo.

Todo ser humano con una **buena autoestima** no necesita competir, no se compara, no envidia, no se justifica por todo lo que hace, se da cuenta de que los demás tienen sus propios problemas en lugar de echarse siempre la culpa

Cuando la persona tiene una buena autoestima cree firmemente en **valores y principios**, está siempre dispuesto a defenderlos aún cuando encuentre fuertes presiones de grupo, y se siente lo suficientemente segura (o) como para modificar esos valores y principios si se da cuenta que estaba equivocada (o).

Además es capaz de obrar según crea que es acertado, puesto que confía en la toma de decisión, y sin culparse cuando a otros no le parece bien la elección. Por tanto no emplea demasiado tiempo preocupándose por lo que halla ocurrido en el pasado, ni por lo que pueda ocurrir en el futuro, posee confianza y capacidad para resolver sus propios problemas, **sin dejarse** acobardar por los fracasos y dificultades que experimente

Además se considera como cualquier otra persona aunque reconoce que existen diferencias en aptitudes específicas, categoría profesional o posición económica, demuestra ser una persona interesante y, valiosa para otros, por lo menos para aquellos con quienes se asocia, siempre está dispuesta (o) a colaborar si le parece apropiado y no se deja manipular por los demás.

Otra característica de la persona con una **elevada autoestima**, es que ésta va a estar dispuesta a revelar a otras personas una variedad de sentimientos tanto positiva como negativa. Disfrutar distintas actividades como **el trabajo, jugar, descansar, caminar, compartir con amigos**, siempre respetando las necesidades de los demás.

2.5.5. Higiene mental

Higiene, deriva de la palabra HYGIEIA, nombre que se le daba a la diosa de la salud en la antigua Grecia, a la cual se le rendía culto, con oraciones y sacrificios, con el objeto de mantener la misma.

Higiene mental expresada según Rovetto, (citado por Sandoval, 2000), como **"el conjunto de reglas a que se debe ajustar su vida el individuo en las diversas edades y condiciones para alcanzar óptima salud, alimentación, vestido, descanso, orden emotivo y sexual"**.

"La higiene mental pretende crear en la sociedad las condiciones indispensables que permitan que todo individuo alcance y logre mantener un adecuado equilibrio mental" (Enciclopedia de Psicología y Pedagogía, 1999). Es decir que es el conjunto de conocimientos, actitudes y destrezas relacionadas con el fomento, la prevención y la recuperación de la salud mental

También se define la **higiene**, como la ciencia que estudia las relaciones del ser humano con su medio ambiente, analizando las perturbaciones que pueden perjudicar la salud física y mental con el fin de prevenir, las situaciones negativas. Por ello, **la higiene**, abarca un sin número de campos como lo son el vestido, el clima, las enfermedades infecciosas y crónicas, los lugares de trabajo entre otros

La base indispensable en la **higiene mental** es el **amor al prójimo**. Lo que se oponga a este fundamento es fatal para sí mismo, puesto que actúa negativamente sobre la inteligencia, el espíritu y el cuerpo. La higiene mental es el recurso fundamental de que se dispone para prevenir las perturbaciones de la personalidad y promover la salud mental

Además es el conjunto de actividades y técnicas que conducen y mantienen la salud mental. Por consiguiente el objetivo principal de la higiene mental es lograr una verdadera salud mental.

La **salud mental** es la ciencia y el arte de elevar al máximo las capacidades de toda persona para brindar al mundo su mejor éxito y gozar de una vida productiva y llena de satisfacción. El sistema nervioso juega un papel fundamental, ya que regula el buen funcionamiento de todo el organismo y ordena las actividades voluntarias e involuntarias, para que se pueda dar a través de los sentidos una relación con el mundo exterior. El tono mental depende en parte del estado de salud, que, a su vez, depende del estilo de vida, así como de la higiene mental.

El sistema nervioso y neurovegetativo dependen en gran medida uno del otro, de forma que una acción voluntaria puede convertirse en inconsciente (reflejo condicionado), puesto que en el interior del sistema neurovegetativo, el parasimpático, tiene funciones sensibles y un tanto débiles funciones, mientras que el simpático sus funciones son más aceleradas. Pero aún así, **estos dos sistemas colaboran en el equilibrio del organismo, por lo que las células en el cerebro no pueden reproducirse solas en el centro del sistema nervioso, ya que debe estar constantemente irrigado de sangre, por lo que no se posee reservas importantes.**

Para conservar la mente en condiciones óptimas, es necesario que se aplique de manera permanentemente y adecuada las formas de higiene, que son mucho más amplias que la simple higiene física del sistema nervioso.

El yo de cada persona, percibe el pensamiento gracias a su soporte físico (la célula nerviosa) y a su soporte mental (el conjunto de todos los recuerdos conscientes e inconscientes). Las impresiones que recibe el ser humano en sus

inicios de su evolución, formará su propio carácter. De allí que su equilibrio dependerá de la calidad de sus pensamientos.

Un estado de ánimo positivo (bondad, alegría, confianza) aumenta el bienestar y transmite un sentimiento de plenitud y satisfacción. Las reacciones negativas (miedo, desánimo, tristeza, odio) tienen una influencia depresiva que puede provocar la enfermedad.

De hecho, la influencia del estado de ánimo podría cambiar notablemente la salud de una persona y su aspecto físico; tanto que la ira aumenta la tensión arterial, la angustia altera la digestión, un grave choque moral puede ser causante de que el cabello se vuelva blanco repentinamente.

Los problemas graves pueden hacer que la piel se vuelva amarilla y producir desordenes hepáticos. Un cerebro saturado de pensamientos negativos puede desequilibrar el organismo y envejecerlo prematuramente.

Ningún medicamento podrá curar jamás un espíritu que está siendo roído por la amargura y el rencor; solamente los pensamientos constructivos podrán restablecer la salud mental.

2.5.6. Elementos de la inteligencia emocional

Existe una cantidad de elementos que tienen gran importancia para la efectividad de los equipos de trabajo, pero sin duda que el elemento humano es el más importante, ya que se basa en la interacción entre los seres humanos.

Así como el factor técnico se relaciona con el coeficiente intelectual, el factor humano lo hace con la inteligencia, conciencia de sí mismo, conciencia de los propios estados internos, recursos e intuiciones.

Entre los elementos del modelo de la inteligencia emocional de Peter Solovy y John D. Mayer se pueden mencionar los siguientes:

-Conocer las propias emociones: La conciencia de cada persona es el reconocimiento del sentimiento mientras se da, lo cual es la clave de la inteligencia emocional. Una mayor seguridad con respecto a las propias emociones es una buena guía para las elecciones vitales del futuro.

-Manejar las emociones: Se basa en lo expuesto anterior. Las personas que saben sosegar y preservar su estado de ánimo, se recuperan con mayor facilidad de los golpes de la vida.

-Automotivación: Las personas que saben controlar la impulsividad y esperar para obtener su recompensa cumplen con sus objetivos.

-Empatía: Es la habilidad fundamental que tiene el ser humano para establecer relaciones sociales y vínculos personales, pues lo capacita para reconocer las emociones de los demás, saber que quieren y que necesitan. Percibir lo que otros sienten sin decirlo es la esencia de la empatía.

El tono de voz, la expresión facial y otras formas no verbales revelan lo que con palabras no puede expresar lo que se siente. La capacidad de percibir esas comunicaciones sutiles nace de aptitudes más básicas, sobre todo del conocimiento de uno mismo y del autodomínio. La persona pierde contacto con los estados de ánimos ajenos al no percibir sus propios sentimientos. Al faltar ésta sensibilidad, la gente queda descontenta.

La falta de oído emocional conduce a la torpeza social, ya sea por haber interpretado mal los sentimientos ajenos, o por una sinceridad inoportuna, o una indiferencia total. Una de las formas que puede adoptar esta falta de empatía es

tratar a los demás como si fueran estereotipos y no los individuos únicos que son

-Manejar las relaciones: Determina la capacidad de liderazgo y popularidad, ya que aprende a actuar de acuerdo con las emociones de los demás. Lo cual significa la capacidad de liderazgo y popularidad.

-Conciencia emocional: Adquiere la facultad de reconocer sus propias emociones y efectos

-Valoración adecuada de uno mismo: conoce sus propias fortalezas y debilidades con que cuenta.

-Confianza en uno mismo: Es la seguridad en la valoración que se hace sobre sí mismos y sobre sus propias capacidades.

-Autocontrol: Manejar adecuadamente sus emociones y sus impulsos conflictivos, ya que es capaz de relacionarse con una persona enfadada sin contagiarse de su enojo.

-Integridad: asumir la responsabilidad de su propia actuación personal.

-Adaptabilidad: flexibilidad para aceptar los cambios que se dan y que se darán

2.5.6.1. Enfoque de la disciplina

El enfoque de la disciplina del ser humano no debe centrarse sólo en su comportamiento, sino también en las actitudes que lo motivan. EL temperamento o estado de ánimo del (la) niño (a) en lo particular va a ser la clave fundamental para el modelado de su propia personalidad, lo cual implica una tarea relativamente sencilla o increíblemente difícil; ya que, algunos (as)

niños (as) son naturalmente dulces, amables y confiados, mientras que otros creen que todo lo que le rodea está contra ellos (as).

Otros (as) disfrutan dando y compartiendo, mientras que sus hermanos son sumamente egoístas y exigentes. Algunos sonríen todo el día mientras que otros se quejan y refunfuñan por todo. Más aún, los patrones de actitud que asume un (a) niño (a) no son continuas, ya que tienden a alternarse de manera cíclica entre la rebelión y la obediencia.

En otras palabras, un tiempo de fuerte conflicto y de desafío (si se maneja apropiadamente) da paso a un período de amor y de cooperación. Pero esto es solo para llamar la atención de papá y mamá, cuando ya lo logra vuelve a formar su conflicto.

Los cimientos de la instrucción moral se originan en las primeras etapas de la vida y la piedra angular es la disciplina. El logro de que los bebés tengan una rutina y duerman durante toda la noche es el resultado de una disciplina básica.

A medida que crece el niño o la niña, va en aumento, también su necesidad de dirección moral, estímulo y corrección; Ya que la función principal de la disciplina es enseñar un comportamiento moralmente responsable, los padres y las madres deben educar, guiar y exaltar el crecimiento interior, la responsabilidad personal y el dominio propio.

Estas cualidades dan pie a un comportamiento motivado desde el corazón del niño. La forma de educar a los hijos e hijas es enseñarles lo que se espera de ellos o ellas. Al guiarlos y estimularlos la buena conducta prevalecerá, de tal manera cosa que el mal comportamiento no podrá hacer eco. A medida que estas dos actividades, se den se establecerá el crecimiento interior y el propio dominio.



La paternidad permisiva deshumaniza a los niños y niñas, ya que cuartan la autoridad de los padres y madres como también las oportunidades de aprendizaje que necesitan para ser moralmente independientes, de modo que se convierten en robots, controlados por las pasiones y los impulsos; pero no se debe manejar un solo estilo de disciplina, ya que la principal consideración es el corazón del niño y la motivación intrínseca, no la manipulación intrínseca.

2.5.6.2. Dimensión de la inteligencia emocional

El tema de la **inteligencia emocional** ha adquirido relevancia desde el reconocimiento y validación de las emociones y cómo ésta es administrada, por ello es el factor fundamental para alcanzar el éxito en la vida. Las personas que manejan mejor las situaciones en las cuales se involucran a otros seres humanos, son más conscientes de sí mismas (o) de las necesidades propias, además están anuentes de la existencia de sus emociones y de cómo expresan su comportamiento, así como el efecto que tienen sobre las demás personas.

Desde ese punto de **vista**, las emociones se consideran un recurso valioso a disposición, y de todos, de allí la importancia de prestarles la debida atención y administrarla eficazmente. Partiendo de esas consideraciones se podría decir que la **inteligencia emocional** es la capacidad que tiene, o puede desarrollar, cada ser humano para crear resultados positivos en las relaciones **consigo mismo** y con los **demás**.

Los resultados positivos pueden ser tan variados como la impresión de bienestar, optimismo, éxito en todo lo que se proponga lograr, entre otros; por consiguiente, trasciende en todas las etapas de la vida como lo son el rendimiento académico o profesional, las relaciones de amistad y de pareja, la propia salud, entre otros

Investigaciones realizadas demuestran que todo ser humano tiene la potestad de elegir como expresar cada una de las cualidades de su propia

personalidad, ya que esto puede desarrollarse mediante factores que en su conjunto forman la base para que la inteligencia emocional pueda expresarse armónicamente

Algunos factores que entran en juego, al considerar la **inteligencia emocional** podrían ser principalmente la **conciencia de sí mismo**, el estar conscientes, comprender profundamente los propios sentimientos y emociones; las debilidades y fortalezas, y las necesidades y deseos, es el andamiaje básico para desarrollar la inteligencia emocional

Una persona que tenga una clara visión de lo anterior podría encontrarse en una situación de ventaja; ya que internalizaría los mismos a su favor, siendo capaces de evaluar las situaciones claramente sin llegar a ser demasiados críticos, ni tener expectativas irrealistas. Encuentran el equilibrio que les permite ser honestos consigo mismos y con los demás, y salir adelante ante cualquier adversidad que se les presente.

El hombre o la mujer que desarrollan un alto grado de conciencia de sí mismo (a), es capaz de reconocer sus sentimientos y como les afecta, a la vez que está consciente de la influencia de su comportamiento sobre las demás personas y su desempeño, por las características de su alto grado de confianza en sí misma, puesto que reflejan sus capacidades, y saben cuando necesitan pedir ayuda

Cabe señalar que una vez desarrollada la conciencia de sí mismos (a), se reconocen las habilidades naturales, el potencial por desarrollar y la capacidad para lograrlo, aunado a las emociones involucradas, las cuales deben ser administradas de una manera constructiva.

El ser humano se reconoce como un ser sensible, por lo que valida sus propias emociones, las que les ayudarán a encontrar formas constructivas y

creativas, permitiendo que se sientan libres para expresarlas de manera que le beneficie, y a la vez contribuya al bienestar común.

De tal forma que se crea un ambiente de confianza y equidad alrededor de su entorno, reduciendo así el roce en el trato, y permitiendo que florezca la armonía, contribuyendo al aumentar el rendimiento en todas las áreas de su vida, pues al sentirse motivado adquiere cualquier responsabilidad que le corresponde con agrado; luego entonces se considera **la motivación** como un efecto secundario de cultivar las anteriores cualidades.

Toda persona al sentirse verdaderamente motivada, estará conciente del bienestar de satisfacción que tendrá en su vida y todos los demás seres que le rodean.

Por ello, estará en disposición para alcanzar logros que superen sus propias expectativas y las de extraños. Es así como se forman los triunfadores en la vida, por consiguiente la motivación viene de un entusiasmo profundo por la vida, y la mística aplicada a lo que hace.

La administración de las emociones se combina con la motivación por los logros, para saber sobreponerse ante las situaciones negativas que se presentan muchas veces en la vida, y poder levantarse con fortaleza y con mayores deseos de continuar hacia delante.

Permite tomar en consideración los sentimientos de las demás personas involucradas en las situaciones que se nos presentan a diario, puesto que las coloca en una posición ventajosa al brindarle una perspectiva más amplia de las consecuencias de sus acciones, permitiéndole tomar decisiones más inteligentes.

Uno de los maravillosos instrumentos de la vida es la **empatía**, porque demuestra sus bondades en situaciones donde ocurren malos entendidos, toda persona que la desarrolle adquiere la capacidad de reconocer las sutilezas del lenguaje corporal, y son capaces de percibir el mensaje real detrás de las palabras

Si todo lo anteriormente expuesto, se le sumara a un individuo, se obtendría una persona con un alto grado de **inteligencia emocional** que como consecuencia ha adquirido la capacidad de ser más social armónicamente

La inteligencia emocional juega un papel preponderante en el camino que conduce al éxito de las personas, como lo es una salud favorable y feliz, una carrera satisfactoria y rentable y todos los beneficios, pero se ha preguntado usted alguna vez ¿cómo lograr a plenitud la inteligencia emocional? por supuesto que no; sin embargo, recuerde que aunque aparentemente no se escoge algunos de los imprevistos que se presentan en el diario vivir, siempre se conserva la potestad de elegir como reaccionar ante ellos, y disfrutar cada instante de la bella y hermosa vida.

2.5.6.3. Independencia, Interdependencia, Jerarquización

La intuición y las sensaciones propias constituyen una señal de la capacidad que se tiene para captar los mensajes procedentes del yo interno de recuerdos emocionales, de esta manera se mantiene el elemento personal de sabiduría y sensatez

La capacidad de percibir este tipo de sensaciones subjetivas tiene un origen evolutivo. Las regiones cerebrales implicadas en las sensaciones viscerales son mucho más antiguas que las del centro del pensamiento racional.

Las emociones descontroladas pueden convertir en estúpida a la gente más inteligente. Pero el hecho de poseer una elevada inteligencia emocional, no

garantiza que la persona haya aprendido las competencias emocionales que más importan en el mundo laboral sino tan sólo que está dotada de un excelente potencial para desarrollarlas.

-La independencia

Es lo que cada persona aporta o la contribución única al desempeño de su trabajo. Por lo que la toma de decisiones en cuanto al profesional, se debe pensar siempre cuando se da el primer ofrecimiento, si es factible o no es para aceptarlo, ya que es necesario evaluar cualquier posible empleo según sus propios valores y objetivos laborales, sentimientos perturbadores, lo cual dificultaría el esfuerzo necesario.

Lo más importante en todo programa de capacitación de aptitudes emocionales es que se deben **resaltar las** aptitudes que más se necesiten para destacarse en un empleo o trabajo dado. Por consiguiente se debe utilizar un perfil de puntos fuertes y débiles de cada persona, con el propósito de conocer lo que se debe mejorar.

Si no se tiene disposición lo más probable resulte que la capacitación sea inútil, puesto que la gente aprende en la medida que esté motivada, y esta es mayor si el ambiente es placentero.

De este modo se valora la aptitud y se presenta una atmósfera segura para el cambio. De hecho la gente necesita reconocimiento, sentir que sus esfuerzos por cambiar tienen importancia.

Se podría decir que no es posible un desempeño destacado sin dominar las emociones, es decir no reprimiéndolas sino usándolas apropiadamente, cambiando las emociones obstaculizadoras por emociones impulsadoras, y observando muy de cerca las emociones de los otros

La **inteligencia emocional** es la manera que las personas generan la energía apropiada tanto en el manejo de uno mismo como en las relaciones interpersonales, el manejo del tiempo y las negociaciones.

Para lograr un desempeño laboral excelente no basta con poseer varias aptitudes, sino dominar una combinación de subaptitudes de cada aptitud (poseer puntos fuertes en todas las aptitudes que constituyen la inteligencia emocional)

Desde los inicios de la complejidad laboral existe una proporción más o menos directa entre las facultades cognitivas de una persona y su desempeño, puede que cada empleado hábil se desempeñe mejor que quienes tengan menos inteligencia.

La **inteligencia emocional** determina el potencial para aprender las habilidades prácticas y la aptitud emocional, muestra qué proporción de ese potencial se ha traducido a las facultades que se da en el trabajo, y por que no a la vida

-Interdependencia

Cuando cada ser humano depende en cierta medida de los demás se da lo que se llama interdependencia, por ello cuando se presenta la **adaptabilidad, creatividad e innovación** con aquellos dones de los seres humanos, ésta le permitirá producir o aceptar las ideas innovadoras, además de tener la cualidad de una personalidad flexible a los continuos cambios en esta era de la globalización. En grupo o equipo, los componentes buscarán, producirán y aceptarán ideas nuevas del exterior y de sus integrantes, aceptando riesgos, soportarán sin dificultades la presión interna y externa, adaptando sus tácticas a las exigencias del entorno, mientras mantienen una visión amplia y abierta ante los hechos

Existen actitudes innatas en las personas que les agrada ayudar a otras (os), ya sea en grupo o individualmente, una de ellas es la **presencia psicológica**. En verdad esta actitud es una cálida ayuda hacia los demás a fin de que ellos (as) mismos(as), en momentos de bloqueo encuentren elementos que tenían pero que no detectaban por su propia confusión. Esta contribución es un ejemplo de la **presencia emocional** en las relaciones, sean ellas grupales o no. Para ejercerlo es necesario no estar absorbido.

-La Jerarquización

Son las capacidades de la inteligencia emocional que se refuerzan mutuamente y continuamente. Cuando ésta se da en grupo se logra un esfuerzo mayor que cuando se presenta individualmente, ya que despierta un estado de armonía interna en el equipo, éste multiplica su potencial y aprovecha al máximo la capacidad de sus miembros. Cada hombre, mujer tiene solo una parte de la información o experiencia que necesita para realizar la tarea.

Las aptitudes de la inteligencia emocional (colaboración y cooperación, habilidades de equipo, empatía, comunicación, etc.) favorecen el proceso de crecimiento de la inteligencia grupal en el equipo. Eso requiere además de inteligencia cognitiva, inteligencia social.

2.5.6.4. Necesidades pero no suficiente

Poseer las capacidades suficientes no garantiza que se puedan desarrollar del todo, ya que existen los llamados **puntos ciegos**, que no son otra cosa que el obstáculo para que las personas lleguen a conocerse así mismos, (necesidad inexhausta de reconocimientos, preocupación por las apariencias, necesidad de parecer perfecto). Esta actitud hace que las personas se opongan a cualquier aprendizaje de la experiencia, todos esos puntos ciegos son hábitos aprendidos y, en consecuencia, si se tiene alguna carencia en uno o en otro sentido, se intentará aprender a mejorar las cosas.

Los **profesionales inteligentes** tratan de buscar o conocer la opinión que los demás tienen, con respecto a ellos, porque saben que se trata de una información sumamente valiosa.

Toda persona podría llegar a ser un (a) buen(a) trabajador(a) si se conociera a sí mismo, ya que su autoconciencia le permitiría corregir continuamente sus fallos y de esta forma lograr su objetivo

La **conciencia de uno mismo** es un instrumento valiosísimo para el cambio, especialmente si la necesidad de cambio se halla enmarcada con las metas personales, con la misión y con sus valores fundamentales, entre los que se encuentra el hecho de que intentar mejorar es algo positivo.

Una elevada inteligencia emocional, por sí sola, no garantizará que alguien haya aprendido las aptitudes emocionales que interesan para su labor como trabajador, esto quiere decir que sólo tienes un excelente potencial para adquirirlas

Se podría dar el caso de que se es sumamente empática, y no necesariamente has adquirido las habilidades basadas en la empatía, que se traducen en la posibilidad de brindar un excelente servicio al **cliente**, por ejemplo ser un docente de primer nivel o lograr que un grupo caracterizado por la diversidad, trabaje en equipo.

Para lograr un desempeño laboral excelente no basta con poseer una o dos aptitudes, sino dominar una combinación de subaptitudes de cada aptitud (poseer puntos fuertes en todas las aptitudes que constituyen la inteligencia emocional)

Cabe resaltar que el ascenso dentro de la organización debe estar acompañado de un aumento de la inteligencia emocional, puesto que para tener

éxito en los aspectos mas elevados, en los puestos de liderazgo, virtualmente toda la ventaja dependerá de la aptitud emocional

Es decir que la **inteligencia emocional** determina el potencial para aprender las **habilidades prácticas** y la **aptitud emocional**, de tal manera que se observará que proporción de ese potencial se ha traducido a las facultades las cuales se aplicarán en el trabajo, y por que no a la vida

2.5.6.4.1. Genéricas

Las competencias emocionales se podrian aplicar por lo general en todos los trabajos, pero cada profesión exige una competencia diferente; puesto que determina el modo de cómo relacionarse con uno mismos el cual crea el tipo de sensibilidad de orientarse, que no es más que la sabiduría.

En la actualidad las diferentes culturas y la globalización obligan a las personas a relacionarse con gente de diversas etnias y diferentes personalidades; ya que lograrán resultados conjuntos .Aquí es donde tener conciencia de lo que es la **inteligencia emocional** puede brindar ventajas ante una eventual competencia por un puesto de trabajo.

En esta época en que la comunicación de persona a persona es escasa, en el sentido de las emociones personales, se dejan atrás las angustias, temores o cosas que simplemente les pasan a los miembros del equipo, perjudicando con ello el rendimiento del grupo.

Una competencia es un rasgo personal o un conjunto de hábitos que llevan a un desempeño laboral superior o más eficaz, es decir, una habilidad que aumenta el valor económico del esfuerzo que una persona realiza en el mundo laboral

2.5.7. Las emociones

La palabra **emoción** según Cooper puede definirse simplemente **“como la aplicación de movimiento”** Además existen muchas otras definiciones de las emociones de autores, como Ekman y Friesen más orientados hacia la biología pura, las definen **“como estados biológicos o reacciones electro-químicas que se producen en el cerebro”** (citados por Cooper, 1998).

Existen otros investigadores dedicados a este tema como es el doctor Hendiré Weisinger, (citado por Craih 1997), psicólogo experimentado en el área clínica, pero también en terapia individual y psicología social, y es experto en el tema de canalización de enfados Weinsinger la concibe como una respuesta asociada del sistema nervioso, pues **“la emoción ocurre cuando hay ciertos estados biológicos, cognitivos y racionales que ocurren simultáneamente”** (Craih, Desarrollo Psicología, pág. 115, 1997).

La **mayoría** de los psicólogos las pueden definir como **“experiencias conscientes”** (Joaquin Campos Inteligencia emocional. pág. 80, 2001)

Todo ser humano llega a este mundo con un sin número de cosas. Algunas pueden ser de carácter físico y otras de carácter psíquico. No están desvinculadas unas de las otras porque todo ser es un conjunto integrado e indivisible, el cual recibirá estimulación de su medio ambiente y al combinar todos estos elementos, se desarrolla la propia personalidad, o sea la individualidad

Nada de lo que se hace está exento de venir acompañado de una emoción. **Una emoción** es un estado afectivo que todo ser experimenta, una reacción subjetiva al ambiente que viene acompañada de cambios orgánicos (fisiológicos y endocrinos) de origen innato, influidos por la experiencia

Las mismas tienen una función adaptativa del organismo a los que rodea. Es un estado que sobreviene súbita y bruscamente, en forma de crisis más o menos violentas y más o menos pasajeras, como dice Cooper que **“toda emoción es una llamada de atención”** (Papalia Psicología del desarrollo. Pág. 250, 1998)

En el ser humano la experiencia de una emoción generalmente involucra un conjunto de cogniciones, actitudes y creencias sobre el mundo, las cuales son utilizadas para valorar una situación concreta y, por tanto, influyen en el modo en el que se percibe dicha situación

Anteriormente **las emociones** carecían de importancia, ya que siempre se le ha dado relevancia a la parte racional del ser humano. Pero **las emociones**, al **ser estados afectivos**, indican estados internos personales, motivaciones, deseos, necesidades e incluso objetivos. De forma tal, que es difícil saber a partir de la **emoción** cual será la conducta de la persona en el futuro, aunque puede ayudar a intuirlo

Debido a la gran cantidad de emociones que se identifican, los estudiosos han tratado de filtrar un poco la información y lograr una clasificación más simple y básica de las mismas

Ekman y Friesen (citado por Golman, 1998) han identificado seis emociones, las cuales se evidencian en casi todas las culturas: felicidad, tristeza, sorpresa, disgusto, rabia y miedo. La combinación de estas emociones básicas producen un sin fin de emociones secundarias.

Por su parte, Eric Jensen, (citado por Mussen, 1991) enumera seis emociones básicas: Rabia, tristeza, disgusto, sorpresa, alegría y miedo. Daniel Gil' Adi, (citado por Papalia, 1997) considera también seis emociones y las enumera así: Ansiedad, miedo, rabia, tristeza, amor y felicidad.

Robert Plutchik, (citado por Morris, 1995) quien identificó y clasificó las emociones en el 1980, propuso que los animales y los seres humanos experimentan (ocho) 8 categorías básicas de emociones que motivan varias clases de conducta adoptiva. Temor, sorpresa, tristeza, disgusto, ira, esperanza, alegría y aceptación, cada una de estas nos ayudan a adaptarnos a las demandas de nuestro ambiente aunque de diferentes maneras.

Según Plutchik, las diferentes emociones se pueden combinar para producir un rango de experiencias aún más amplio. La esperanza y la alegría, combinadas se convierten en optimismo; la alegría y la aceptación nos hacen sentir cariño; el desengaño es una mezcla de sorpresa y tristeza. Las emociones varían en intensidad, la ira, por ejemplo, es menos intensa que la furia, y el enfado es aún menos intenso que la ira.

El ser humano posee 42 músculos diferentes en la cara. Luego entonces las determinadas emociones van a depender de cómo los mueva. Hay distintas formas de sonrisas, que expresan diferentes grados de alegrías.

Esto va a ayudar a expresar lo que se siente, que en muchas ocasiones es difícil explicar con palabras. Esta es otra forma de comunicarse socialmente y de sentirse integrados en un grupo social. Hay que tener en cuenta que el hombre es un ente social por excelencia.

Las personas manifiestan diferentes expresiones faciales y esto no tiene nada que ver con su cultura ya que existe un lenguaje similar. Según los grandes psicólogos las mujeres tienen más sensibilidad para captar mejor las expresiones faciales o las señales emotivas y esta sensibilidad aumenta con la edad.

Las expresiones faciales también afectan a las personas alterando su conducta de una u otra forma cuando se dan diferentes expresiones faciales. Al observar a alguien que llora los que están a su lado se ponen tristes o serios e incluso pueden llegar a llorar como esta persona

Las **emociones** poseen unos componentes conductuales particulares, que son la manera en que éstas se muestran externamente. Son en cierta medida controlables, basados en el aprendizaje familiar y cultural de cada grupo de manera que se pueda estar anuente a cualquier reacción de lucha o huída que sea preciso a fin de protegerse, ya que el impulso fundamental es el de la supervivencia

2.5.7.1. Salud emocional

La salud emocional forma parte del propio bienestar general. Además, está ligada a los sentimientos y a salud física del ser humano. Aún así, es difícil definirla, como también saber cuándo necesitar ayuda para controlar los sentimientos

El **estrés** y la **depresión** podrían ser quizás respuestas a los altibajos de la vida como el matrimonio, el divorcio, el nacimiento de un hijo, un nuevo empleo, el ser despedido, o la enfermedad o muerte de un ser querido.

Sin embargo, si estos sentimientos continúan por un largo periodo de tiempo, puede ser que nos impidan disfrutar de nuestra vida y de las cosas que hacemos

Cuando esto sucede, es importante que se busque la ayuda de un doctor o de un consejero. Tal vez esté teniendo una crisis pasajera que terminará pronto, o se tenga una condición crónica que se debe atender. Cualquiera que sea el motivo es importante estar alerta. Usted y sus seres queridos valen el esfuerzo que se haga

La salud se puede definir según Lía Rincón como: **“un estado fluctuante que tiende al bienestar, en el que el individuo pueda detectar e intentar corregir signos o síntomas de enfermedad o padecimiento”**. (Salud mental y Sociedad, Sandra de Sandoval. Pág 16, 2000)

Al considerarse los efectos a largo plazo de las emociones y de los estados de ánimo hay que hacer referencia a la salud, el bienestar subjetivo y el funcionamiento social

Se podría pensar que las emociones negativas, especialmente la ira, la ansiedad, y la depresión tiene efectos negativos sobre la salud. Por otra parte, las emociones positivas como lo son, el sentirse feliz, estar alegres, esperanzadas, optimistas, reír tendría efectos curativos de tal forma que pudieran cambiar el curso de una enfermedad.

La posibilidad de que las emociones afecten a la salud y el bienestar ha traído el interés de una variedad de disciplinas tales como la fisiología, la neurología, la bioquímica, la endocrinología, la sociología, la antropología, la psicología, la psiquiatría entre otras, por lo que no se descarta que el interés haya llegado también a la psicología de la educación

2.5.7.2. Necesidad de las emociones

Todo ser humano desde sus inicios de vida, adquiere emociones básicas. Como también algunos animales manifiestan sus emociones, pero la de los humanos se hace más compleja gracias **al lenguaje**, puesto que se usan símbolos, signos y significados.

Cada persona experimenta una emoción de forma particular, dependiendo de sus experiencias anteriores, aprendizaje, carácter y de la situación concreta.

Algunas de las reacciones fisiológicas y conductuales que desencadenan las emociones son innatas, mientras que otras pueden ser adquiridas.

Todos estos aspectos anímicos son los que manifiestan una gran actividad orgánica, que se refleja a veces como un torbellino de comportamientos externos e internos, y otras con estados anímicos permanentes.

Estas se conciben como un comportamiento que puede ser originado por causas externas e internas, que puede persistir, incluso, una vez que ha desaparecido el estímulo y que acompaña necesariamente, en mayor o menor grado, toda conducta motivada.

Se puede decir, que las emociones no son entidades múltiples simples, sino una combinación compleja de aspectos fisiológicos, sociales, y psicológicos dentro de una misma situación polifacética, como respuesta orgánica a la consecución de un objetivo, de una necesidad o de una motivación.

Por ello las emociones como los motivos pueden generar una cadena compleja de conducta que va más allá de la simple aproximación o evitación. Ya que se pueden agrupar, en términos generales, de acuerdo con la forma en que afectan la conducta.

La intensidad emocional varía de acuerdo a cada personalidad. En un extremo se encuentran las personas que experimentan una gran alegría y en el otro extremo están los (as) que parecen carecer de sentimientos, incluso en las circunstancias más difíciles.

Entre más intensa sea la emoción, más motivadora será la conducta. Según la intensidad las emociones varían dentro de cada categoría y este hecho amplía mucho más el rango de emociones que se experimenta.

2.5.7.3. Funcionamiento

Las emociones facilitan las decisiones y guían la conducta, pero paradójicamente necesitan ser guiadas al mismo tiempo. Los mecanismos de las emociones, incluso aquellas más radicadas en la esfera biológica, pueden ser conducidos al bien o al mal.

El temperamento es modificable por la experiencia. Ser conscientes de las propias emociones es el primer paso para no dejarse arrastrar.

Todo hombre y toda mujer es libre, por ello su actuación puede ser buena o mala. Sin embargo, adolece de una referencia explícita a los criterios éticos para la valoración de la conducta, de modo que se pueda saber cual es la forma correcta de ser y de actuar que corresponda a su perfección como persona y cuales la rebajan, la deprimen, la frustran.

Es decir, que el hombre, siendo corpóreo no es una parte más del cosmos, porque su ser tiene una consistencia entitativa superior, es espiritual. Es más, se puede reafirmar en su convicción de que todo el organismo humano, concretamente su cerebro, es el adecuado a un ser con cuerpo, que tiene poder de realización o frustración del sentido de su vida.

Para poder comprender el verdadero funcionamiento general de las emociones y el papel que juegan, hay que destacar que toda la información sensorial es conducida desde los sentidos a la corteza cerebral, pasando por una estación intermedia, situado en el tronco cerebral, el tálamo.

El tálamo está conectado con una de las estructuras fundamentales del cerebro emocional, la amígdala, que se encarga entre otras importantes funciones emocionales de escudriñar las percepciones en busca de amenaza, activa la secreción de noradrenalina, hormona responsable del estado de alerta cerebral, ambas están relacionadas por una vía nerviosa rápida, de una sola

sinapsis, lo que responde a la información antes de que lo haga el neocórtex y que explica el dominio que las emociones pueden ejercer sobre la voluntad y los fenómenos de secuestro emocional.

Es decir que las emociones son, en esencia impulsos que llevan a actuar, programas de reacción automática con los que ha dotado la evolución y que permiten afrontar situaciones verdaderamente difíciles.

Todas las emociones son esencialmente impulsos a la acción, inclusive irritación y frustración cada una de ellas se inclina a un cierto tipo de conducta.

En los animales y en los niños pequeños hay una total continuidad entre sentimiento y acción, pero en los adultos se da una separación, ya que la acción no se da inevitablemente; sin embargo cada emoción tiene su valor y su significado, hasta para las que pudieran parecer negativas, como es el sufrimiento, o la cólera.

Es verdad que la dinámica de la conducta en la que el sujeto es arrastrado por sus emociones, implica la activación de las zonas del cerebro que se suponen más antiguas, las que se tienen en común con animales más primitivos (se supone menos evolucionados).

Pero esto no quiere decir que el hombre sea lo que es porque posee un cerebro más evolucionado; sino que tiene el cerebro adecuado a quien tiene una vida superior

2.5.7.4. Manejo de las emociones

El ser humano tiene la capacidad de controlar los impulsos para adecuarlos a un objetivo, por lo que es una habilidad que se podría entrenar. Algo que sucede hace emerger la furia o alteración, pareciera inevitable, la misma puede durar un minuto, una hora o un día

Cuando las personas brillantes tienen un fracaso por alguna situación, se podría pensar que no han sido capaces de conocerse a sí mismos, de manejar adecuadamente sus relaciones con los demás, de controlar sus emociones y se da el caso también que tienen baja autoestima

También por el contrario un exceso de amor propio que lo hace altivo y agresivo con el resto de los demás; aflorando una gama de estilos de conducta, que dan como resultado la existencia de muchos individuos con grandes traumas y desequilibrios, es decir, personas totalmente infelices.

Apreciar y dar nombre a las propias emociones es la base de la **inteligencia emocional**, y en ella se podría fundamentar gran parte de las otras cualidades emocionales. Sólo quien sabe cómo se siente y por qué se siente así es capaz de manejar sus emociones, moderarlas y reordenarlas de manera consciente.

Las emociones no se pueden elegir. El miedo, la ira o la tristeza son mecanismos de supervivencia que forman parte del bagaje psicológico emocional y no se pueden hacer a un lado. Pero si se pueden controlar las reacciones o conductas que se generan como producto de ellas, y ese aprendizaje es un elemento importante para mejorar la **inteligencia emocional**

Lograr hacer **uso de las** emociones y canalizarlas en beneficio personal, **desarrollando habilidades y destrezas especiales**, haciendo uso de ellas de una forma inteligente podría lograr el éxito que se espera. Cuando se adquiere esta habilidad se podría asegurar la automotivación; por lo que se aceptarían las **emociones de otras personas**, escuchar con concentración y ser capaz también de comprender pensamientos y sentimientos que no se hayan expresado verbalmente.

El tener un trato satisfactorio con las demás personas dependerá de la capacidad de crear y cultivar las relaciones interpersonales, de reconocer los

conflictos y solucionarlos, de encontrar el tono adecuado y de percibir los estados de ánimo de los (as) demás; puesto que el ser humano necesita vivir con sus propias emociones y para poder desarrollarlas deberá partir de una realidad, no reprimiendo sus emociones, ya que al hacerlo significaría dejar de ser humanos.

Cuando se logra suprimir las manifestaciones, sólo se consigue que las mismas se queden en el interior y salga en cualquier momento, resultando de allí una conducta inadecuada, es decir, inadaptada a otras circunstancias. Un hombre, una mujer que no llora, puede convertirse en un ser agresivo (a) y violento (a)

Para empezar a trabajar con el control de las emociones, se debe identificar en primer lugar cuáles son los pensamientos generados ante las diferentes situaciones personales. Es importante, analizar los pensamientos automáticos que surgen ante las situaciones vividas

El autocontrol de las emociones se logrará una vez sean analizados los pensamientos instantáneos, y se determinen con claridad las manifestaciones corporales que originan las propias emociones y el grado en que se ponen en evidencia, utilizando técnicas y ejercicios de relajación que ayuden a volver al equilibrio. Una vez conscientes y relajados sólo habrá que buscar la solución al problema. Esta búsqueda de soluciones permitirá canalizar la energía emocional hacia acciones y respuestas beneficiosas para uno mismo y para el entorno

Cada persona forma parte de un equipo emocional de las otras, ya sea para bien o para mal, por lo que, constantemente se activan distintos estados emocionales. Este hecho ofrece un potente argumento contra la expresión desinhibida de sentimientos tóxicos en el ambiente de trabajo. Por el lado bueno,

los sentimientos positivos que inspira una empresa se basan, en gran medida, en lo que haga sentir a la gente que representa a esa organización.

Los trabajadores brillantes lo saben por instinto; ya que perciben las reacciones de los otros y afinan sus propias respuestas para impulsar la interacción en la mejor dirección posible. Los mismos mecanismos cerebrales que se duermen bajo la empatía, permitirá la regulación emocional, son también los que abren el camino al contagio de los estados anímicos.

Las emociones son guías que pudieran hacer falta para comprender todas las reacciones humanas, por lo que se podrían considerar como una señal de conocimientos, puesto que las personas adquirirían la capacidad de superar estos primeros impulsos y conducirlos apropiadamente. Sin ellas, sólo se podría especular acerca de la calidad de una relación o una interacción; con ellas, cabría la posibilidad de percibir con mayor certeza las emociones de los demás de manera precisa y correcta, en cuanto a donde están parados y cómo se sienten.

Mientras las **habilidades de percibir y escuchar** son argumentos fundamentales, la **habilidad de manejar los sentimientos** es aún de mayor importancia para la eficacia en el manejo de las relaciones laborales. A diferencia de los pensamientos, por lo general los sentimientos se pueden expresar en términos sencillos, sentirse mal, felices o tristes, temerosos o valientes

Pero cuando se trata de sentimientos, sólo se requieren algunas palabras descriptivas; sin embargo, para la mayoría de los hombres y un poco menos para las mujeres, reconocer sus sentimientos es una de las tareas más difíciles. Aunque cada uno (a) tiene gran necesidad, que por lo general suele confundir lo que se siente con lo que se piensa.

La evaluación en una situación dada es un factor importante en **el manejo y control de las emociones**. Es decir cuando se deja que los estímulos sobrepasen sus posibilidades, estos tienden a perder el control y como consecuencia de ello se hace imposible el manejo de los estados emocionales de manera apropiada, por lo tanto se debe hacer una evaluación a la situación.

2.5.7.4.1. Reconocer y aceptar las emociones

Según Goleman "**Adquirir y dar nombres a las emociones es la base de la inteligencia emocional**" por lo que se fundamenta en la mayoría de las otras cualidades emocionales. Sólo quien sabe como se siente y porqué se siente así es capaz de manejar sus propias emociones y al aceptarlas las modela y las reordena de manera consciente (Inteligencia Emocional, pág. 332, 1998)

La capacidad de reconocer el modo en que nuestras emociones afectan a nuestras acciones y la capacidad de utilizar nuestros valores como guía en el proceso de toma de decisiones

Al reconocer las emociones y sus efectos, las personas dotada de esta habilidad saben qué emociones están sintiendo y porque comprenden los vínculos existentes entre sus sentimientos, sus pensamientos, sus palabras y sus acciones, puesto que conocen la forma en que sus sentimientos influyen sobre su rendimiento. Además tienen un conocimiento básico de sus valores y sus objetivos

Richard Boyatzis, (citado por Cooper, 1997) define la conciencia de sí mismo como "la capacidad de permanecer atentos, de reconocer los indicadores y sutiles señales internas que permiten saber lo que se siente y de saber utilizarlas como guía que informa de acerca del modo como se están haciendo las cosas" Robert K Cooper, La inteligencia emocional aplicada al liderazgo y a las organizaciones 1997)

A menudo las personas no clarifican sus emociones, ya que piensan que estas son algo irracional, pero no es así, porque cada emoción que se experimenta tiene una causa definida, por lo que es relacionada con el comportamiento propio. Por esta razón, se debe tener claro como afectan las emociones la vida cotidiana de todo ser humano.

2.5.7.4.2 Manejo de las propias emociones

El manejo de las propias emociones es algo delicado, ya que estas no se eligen. El miedo, la ira o la tristeza son mecanismos de supervivencia que forman parte del bagaje psicológico emocional y no se puede desprender de ellas.

Pero si se pueden controlar las reacciones o conductas que se generan como producto de ellas y ese aprendizaje es un elemento importante para mejorar la inteligencia emocional. **“Toda emoción es una llamada de atención”** (Inteligencia Emocional aplicada al liderazgo y a las organizaciones, Robert Cooper, pág. 35, 1998)

De ninguna manera se actúa sin sentir algo, de hecho es imposible hacer algo bien y destacado sin ningún tipo de emoción. En la actualidad se comprende que no es posible un desempeño destacado sin dominar las emociones, es decir no reprimiéndolas sino usándolas apropiadamente, cambiando las emociones obstaculizadoras por emociones impulsadoras, y leyendo muy activamente las emociones de los (as) otros (as).

La **inteligencia emocional** podría ser la manera que adopta la persona para generar la energía apropiada tanto en el manejo de uno mismo como en las relaciones interpersonales, el manejo del tiempo y las negociaciones. No hay emoción sin pensamiento, no hay emoción eficaz sin un pensamiento racional.

Cuando el ser humano no detecta claramente sus emociones fuertes, puede incurrir en comportamientos irracionales, el cual lo llevaría a un círculo vicioso. Cada persona actúa, siente culpabilidad se bloquea, disminuyendo así su conciencia emocional y creando un ciclo de violencia, adormecimiento e ignorancia emocional

Cuando el individuo adquiere ciertas habilidades y sobre todo una buena conciencia de las informaciones emocionales, desarrollaría la efectividad personal, aún en este mundo que no se maneja mucho lo emocional. Ya que esto se debe a que las personas muy educadas en lo emocional saben como controlar sus sentimientos cuando la situación así lo amerite.

Las personas que pasan mucho tiempo en contacto con máquinas pueden llegar a perder el interés de los aspectos emocionales, por lo que es probable que ni siquiera analicen sus propias emociones. El ser humano necesita tener un espacio que acepte y aliente el discurso emocional y donde se pueda compartir real y sinceramente sus propias emociones.

Por lo que encontrar un ambiente adecuado para desarrollar la conciencia emocional es fundamental. Puesto que una vez que se aprenda a reconocer las diferentes emociones que se **sienten**, se adquirirá diversos matices y sutilezas semejantes para reconocer las emociones de quienes se tienen alrededor.

La gran mayoría de las personas tienen poca conciencia de la fuerza de sus propias emociones o de los hechos que las provocan, por lo que muy pocas saben qué emociones sienten. Cuando se adolece de esta conciencia no es posible desarrollar los sentimientos de empatía y mucho menos las habilidades de interacción, que forman los grandes logros en los niveles emocionales.

El control personal que se tiene sobre lo que ésta sucediendo en una relación con otras personas es un factor que implica las diferencias individuales, al

evaluar experiencias comunes. Según investigaciones existen personas que prefieren tener control sobre los acontecimientos y tomar decisiones sobre aspectos que pueden afectar su futuro.

2.5.7.5 Inteligencia emocional en el trabajo

Se podría decir que las personas que trabajan no dejan sus emociones en casa cuando van al trabajo, como tampoco las emociones y vivencias experimentadas se quedan en el trabajo, ni guardadas, ni olvidadas para ser recogidas al día siguiente.

En este mundo moderno en que se vive sobran tecnologías, capital y empresarios; pero hace falta algo que ni siquiera notan la falta de buenos equipos, ya que debería ser determinante la existencia de equipos de personas que además de existir inteligencia y pericia exista inteligencia emocional; puesto que cada equipo se relacionaría con la inteligencia social, saber aprender entre todos (as) y de todos (as) y para ello se requiere inteligencia emocional.

La **inteligencia emocional** no significa simplemente el **ser simpático**. En momentos estratégicos pueden requerir por el contrario enfrentar sin rodeos a alguien para hacerle ver una verdad importante, aunque molesta, que se haya estado evitando

Por el contrario significa manejar los sentimientos de modo tal que al expresarlos adecuadamente y con efectividad permitiría que las personas trabajen juntas sin conflictos en busca de un bien común.

Para lograr un desempeño laboral excelente no basta con poseer una o dos aptitudes, sino dominar una combinación de subaptitudes de cada aptitud (poseer puntos fuertes en todas las aptitudes que constituyen la inteligencia emocional)

La inteligencia emocional permite que se fomente el debate abierto y riguroso y que los integrantes realicen un examen crítico de las suposiciones de ellos (as) mismos (as). Ese nivel de apertura es una cuestión de fuerte contenido emocional que divide la fina línea entre llegar a una solución o terminar todos peleados en una reunión de acalorada discusión.

A medida que en las empresas todas colaboren eficientemente, se obtendrían ventajas competitivas, por lo que la inteligencia emocional será más vital, ya que el mundo es cambiante y estas aptitudes humanas pueden ayudar, no sólo a competir, sino también a alimentar la capacidad de encontrar placer y gozo en el trabajo.

Las investigaciones realizadas por Goleman, Boyatzis, Mayer y Salovey, basados en los trabajos pioneros de David McClelland, Gardner, Ellis y otros, han demostrado que **la inteligencia emocional es el ingrediente determinante de un desempeño sobresaliente, desde aquellos jerárquicos hasta los de trato directo con el público.**

Puesto que sugieren que un alto porcentaje de las competencias para lograr un alto rendimiento es de carácter emocional tales como la autoconfianza, la flexibilidad, la persistencia, la empatía y la habilidad de trabajar con otros (Goleman 1998).

2.5.7.5.1 El arte de la dirección

El arte de la dirección juega un papel sumamente importante, ya que no basta con el cambio, sino, como se va a implementar. Cuando se da un pequeño cambio en la expresión facial o el tono de voz del líder puede repercutir muy bien en el equipo.

La forma de la **dirección** que asume cada responsable de dirigir llámese una institución educativa, una empresa va a depender en gran medida, de sus

características de personalidad y de la escala de valores. Pero, en su acción concreta, en un centro educativo el estilo se debe adoptar de acuerdo a las circunstancias que se presenten, esto tiene que ver con lo que, en las teorías modernas de dirección, se llama **liderazgo situacional**.

Cuando se combina el poder y la autoridad formal brindada por la empresa, el líder debe poseer la aptitud de la influencia para ser tal. Las personas con esta capacidad, saben percibir y hasta prever la reacción que su mensaje podría causar, por lo tanto pueden conducir a todos hacia la meta buscada.

Los líderes deben poseer la **aptitud del manejo de conflictos**. Saber manejar con tacto situaciones tensas y personas difíciles o detectarlas antes que se generen. Es una de las aptitudes emocionales más importantes requeridas para liderar en los equipos de trabajo exitosos

Por lo anterior se podría decir que las personas dotadas de esta característica saben cambiar su papel según las necesidades que han de surgir de negociaciones, desde iniciadores y coordinadores hasta dinamizadores, conciliadores o estimuladores. Esta aptitud es vital porque toda negociación lleva una carga emocional y el que sea más inteligente emocionalmente poseerá una gran ventaja sobre la contraparte.

El **liderazgo** es uno de los elementos componentes de la **inteligencia emocional**, pues se basa en inspirar y guiar a los individuos o grupos despertando entusiasmo, orientando el desempeño del equipo y poniéndose a la vanguardia. A esto corrobora Phil Quigley (citado por Cooper 1998), cuando dice **"Yo no pienso en liderazgo como una posición ni como una destreza, sino como una relación"**. Pero no todo es color de rosas en la vida, también existen las desventajas

La facilidad con que las emociones se desplazan del líder al grupo podrían generar lo que Goleman denomina "incontinencia emocional", refiriéndose a emociones destructivas que pueden filtrarse de arriba hacia abajo en el caso de un liderazgo arrogante o arbitrario logrando la desmoralización de la gente. Pero vale aclarar que **una característica del líder firme es la capacidad de decir que no con decisión, sin por eso desmotivar**

Cada aptitud emocional interactúa con las demás. Por lo que la empatía, será más útil, en el caso que lo aplique, en especial, el líder del equipo, dado que él es el iniciador, el conductor del mismo, quien deberá captar las diferencias, conflictos o problemas personales que se producirán en cualquier grupo humano

Todos los integrantes, individualmente traen al equipo sus propios problemas, que en alguna manera surgen en la relación laboral, quizás no directamente, pero sí afectando en definitiva su labor

Para poder afrontar las distintas situaciones que se van presentando entre los miembros del equipo es necesario que se de un buen diálogo, tener la capacidad de tomar distintos roles en la medida que los mismos las necesiten.

Cuando se de la situación de no comprender a los integrantes del equipo, el líder no tendrá disposición, como también no demostrará interés de los mismos en el trabajo, los cuales realizarán la tarea sólo porque deben hacerlo, por el salario, **extinguendo** de esta manera el interés personal, y la satisfacción propia por una tarea bien realizada.

Esta actitud se convertirá con el tiempo en una forma de apatía o desinterés por el grupo y su labor, ya no será algo placentero, redundando todo esto en el logro de los objetivos del equipo.

“Liderar es dar energía”, como dice Petter Drucker (citado por Cooper 1998) su primer deber como líder es encargarse de su propia energía y luego ayudar a orquestar la de lo demás. La manera en que influye el líder en las emociones del grupo es de suma importancia para la energía del mismo. (Inteligencia Emocional aplicada al Liderazgo y alas Organizaciones, Cooper, pág.19, 1998)

El **directivo con éxito** no pierde el equilibrio durante las situaciones fuertes, sino que aún en medio de la crisis mantienen su serenidad, reaccionando a la defensiva ante los fracasos, errores y críticas.

2.5.7.5.2 Un buen equipo

Muchos son los elementos que tienen importancia para la efectividad de los equipos de trabajo pero sin duda que el **elemento humano** es el más importante. Así como el factor técnico se relaciona con el coeficiente intelectual, el factor humano lo hace con la inteligencia emocional.

Una aptitud de los equipos de trabajos tiene que ver con las capacidades del mismo, por lo que la ventaja principal de utilizar equipos es quizás su potencial económico, ya que su productividad va ser enorme. Pero las ventajas siguen al plano personal la gente se siente más satisfecha con la combinación de cooperación y autonomía ofrecida por los equipos autodirigidos.

Las personas con afán de triunfo llevan consigo optimismo de mejorar o destacarse, se orientan hacia los resultados con auto metas fijadas luego de calcular los riesgos que ellas demanden, buscan reducir la incertidumbre para desempeñarse mejor a la vez que aprenden sobre la marcha logrando así una excelente reinformación.

En la actualidad se está dando a nivel mundial la globalización por lo que el compromiso no desaparece por la falta de contacto cara a cara, aunque en estos casos no prevalezca la mutua representación interna.

La iniciativa se **manifiesta cuando las personas** están dispuestas a aprovechar cualquier **oportunidad**, van tras los objetivos con una perseverancia superior a lo que de ellas se espera, si es necesario se convierten en **transgresoras** para cumplir sus propósitos, manteniendo permanentemente una **actitud motivadora** para el equipo

Su optimismo las hace ser persistentes a pesar de las barreras que se interpongan en su camino, tienen la virtud de percibir que los contratiempos se deben a circunstancias manejables y no a errores personales

Las personas que poseen esta aptitud **saben escuchar** a los miembros del equipo y comparten información, fomentando el intercambio de ideas y captando los tonos emocionales del grupo.

Esta característica permite saber comunicar no sólo con palabras sino con toda la expresión corporal, teniendo en cuenta que las propias emociones del emisor van a influir (y por consiguiente hay que **saber dominarlas**) en el receptor con las miradas entusiastas que hecha al convertible codiciado

Al existir un estado de **armonía** interna en el equipo, éste multiplica su potencial y **aprovecha al máximo la capacidad de sus miembros**. Cada persona tiene solo una **parte de la información o experiencia que necesita para realizar la tarea**. Las aptitudes de la inteligencia emocional (colaboración, cooperación, habilidades de equipo, empatía, comunicación, etc) favorecen el proceso de crecimiento de la inteligencia grupal en el equipo.

2.5.7.5.3 El optimismo

Seligman define el optimismo (citado por Goleman 1998) "**en función de la forma en que la gente se explica a sí mismo sus éxitos y sus fracasos.**" (Goleman La Inteligencia emocional en la práctica, pág. 114, 1998).

El optimismo de cada persona la hace ser persistente a pesar de las barreras que se interpongan en su camino, su motivación no es el miedo al fracaso, sino las ganas de triunfar, tener la virtud de percibir que los contratiempos se deben a circunstancias manejables y no a errores personales

Forjar un modo de ser **entusiasta**, dinámico, emprendedor y con los pies sobre la tierra. son algunas de las cualidades que distinguen a la persona optimista.

Cabe destacar que al escuchar hablar de optimismo se piensa en esperanza, puesto que se busca saber como llegar a una meta y como tener energía para hacerlo, la misma es muy importante cuando se asume una tarea difícil; de tal forma que las expectativas positivas resultarían benéficas.

El optimismo es el valor que se adquiere cuando se quiere enfrentar las dificultades con buen ánimo y perseverancia, descubriendo lo positivo que tienen las demás personas y las circunstancias que se dan, confiando en las propias capacidades y posibilidades, unidas a la ayuda que se podría recibir.

Existe una diferencia entre una actitud optimista y una pesimista, ya que va a depender como se enfocan las cosas, pues al aceptar las inconveniencias y las dificultades resultaría una apatía y un gran desánimo

En cambio el optimismo se podría aceptar como un esfuerzo más profundo para encontrar soluciones, ventajas y posibilidades; la diferencia es mínima, pero tan significativa que invita a cambiar de una vez por toda la propia actitud, ya que de no hacerlo se podría llegar a una situación lamentable.

La lógica del optimismo no es siempre alcanzar el éxito, por mucho esfuerzo, empeño y sacrificio que se haga, hay veces que las cosas no resultan como se desean; pero si debe ser una actitud permanente, de volver a analizar y estudiar

las situaciones para comprender donde se dieron las fallas, errores y contratiempos, sólo así se podría estar en condiciones de superar y de lograr las metas fijadas

Se podría pensar que el optimismo nada tiene que ver con el resto de las personas, sin embargo, este concepto presenta una mejor disposición hacia los demás, muchas veces cuando se conoce a alguien se espera una actitud positiva y abierta, por ejemplo en la empresa laboral, una persona emprendedora; en los centros educativos, profesores (as) y alumnos (as) dedicados (as) a su labor

Al no cumplirse las expectativas esperadas se podría pensar que las personas pudieran cambiar, aprender y adaptarse brindándoles ayuda. La persona lista se da cuenta cuando es el momento oportuno para alentar, motivar, para servir a los (as) demás; ya que se podría suponer que cada persona tiene algo bueno, con sus cualidades y aptitudes, pero también sus defectos, los cuales se deben aceptar y buscar la manera de superarlos

A menudo se habla de las personas que confían en sí misma y en los demás, como también se habla de las personas desconfiadas. Las primeras, por lo general son personas agradables, tolerantes, con las que da gusto estar y charlar y que caen bien a todo el mundo, puesto poseen una bella personalidad independientemente de su aspecto físico, si se diera el caso.

Las segundas, las que sólo piensa en su propio beneficio continuamente sufrirán desengaños, y el desengaño es el camino a la tristeza, al pesimismo. Basan su desconfianza en el hecho de haber fracasado y no haber encontrado ayuda de nadie. Estas personas, es posible que no lleguen a ser optimistas si no aprenden a salir de sí mismas, a dejar de buscar su propia satisfacción, ya que si piensan que ellas debieran también pensar en los demás.

2.5.7.5.4 Motivación

La motivación es la fuerza que se debiera ejercer a nivel persistente y sobre todo esforzarse hacia las metas organizacionales, condicionada por la habilidad del esfuerzo de satisfacer una necesidad individual; como también podría ser colectiva

En la actualidad, la competitividad empresarial es grande, por lo que es imprescindible para toda organización que desee obtener resultados favorables contar con un personal altamente motivado y la responsabilidad va a recaer en los líderes que tendrán que motivar a sus seguidores más cercanos. Los cuales deben esmerarse en estimular un ambiente positivo de trabajo.

Entre otros de los conocimientos que deben aprender figuran las técnicas más importantes de motivación, desde analizar las necesidades de sus más cercanos colaboradores, hasta identificar iniciativas e implementar la formación polivalente para incrementar la satisfacción intrínseca en el trabajo.

Es decir que se puedan obtener los resultados deseados tanto por la organización, así como también por los miembros de la estructura informal de la misma ya que aprenderán a utilizar estrategias para influir en el comportamiento de los compañeros. Los expertos en estos menesteres coinciden en que la motivación es la voluntad de actuar.

En el pasado se creía que la motivación se encontraba en el mundo exterior; pero estudios realizados por grandes investigadores sociales y de desarrollo organizacional aseguran que cada persona es motivada por diferentes impulsos, por lo que en cada institución laboral las personas deben acoplar sus motivaciones a las necesidades organizacionales.

Tratando de estimular un ambiente favorable para hacer sentir bien a los (as) trabajadores (as) Estos cambios en la empresa, se dan cuando los líderes se

percataren que recompensar una labor bien hecha era más fructífero que amenazar con castigo un trabajo mal hecho.

Se ha demostrado por los estadistas de este tema que la motivación puede ser duradera. Los gerentes deben estimular mayormente a sus más seguidores, ya que tal vez confiando en ellos y alentándolos se podrían hacer responsables de sus propios triunfos y fracasos.

Pero se da el caso de los trabajadores desmotivados, se debe averiguar cuál es la causa de dicha desmotivación. Por lo que los líderes deberán investigar las causas prominentes y ayudarlos en la medida de sus posibilidades. Las personas altamente motivadas son esenciales para brindarles a las empresas las iniciativas innovadoras necesarias en el competitivo mundo empresarial.

La génesis de los procesos motivacionales compartía una sola dirección que era de arriba hacia abajo. Pero con el correr del tiempo, la realidad es otra, porque las grandes empresas exitosas cuentan con una gran visión hacia el futuro, donde los seguidores tendrán un desempeño muy por encima de cumplir órdenes solamente, y hasta se da el caso en ocasiones en que los jefes deberán ser motivados para actuar de acorde a las nuevas realidades empresariales.

Es por ello que las personas que ocupan puestos estratégicos deberán establecer una comunicación que conlleve a compartir ideas y entusiasmo hacia el trabajo a desarrollar. Una de las funciones de los líderes exitoso sería utilizar la motivación para hacer que cada persona en su área de trabajo colabore y coopere entre ellas (as) mismas (os).

En las últimas décadas, las investigaciones acerca del comportamiento humano han descubierto que las personas se sienten motivadas por diferentes

necesidades, que pueden dar en el trabajo como en la vida personal y que al reconocerlas y satisfacerlas le podría ayudar a obtener mejores resultados.

Las teorías motivacionales de McClelland, Bandura y Vroom, son particularmente importantes en los diferentes sitios de trabajo, por cuanto los trabajadores no solamente necesitan dinero y recompensa, sino que también reclaman respeto e interacción.

Por otra parte los especialistas en este tema recomiendan que cuando se organizan tareas, condiciones de trabajo y estructuras empresariales, no se deben olvidar las necesidades expresadas por A. Maslow. Hacer este ensayo no reclama un costo mayor, pero que sin lugar a dudas de que, desde un punto de vista psicológico y económico, vale la pena.

Las personas que forman parte de un grupo tienen necesidades diferentes de las del grupo en sí, pero se hace indispensable que el líder trate de integrarlas. Deben buscar la estrategia de equilibrar las necesidades colectivas con las individuales.

Deben tener informados a sus más cercanos seguidores que si el equipo alcanza los objetivos, pueden que cada persona alcance satisfacer sus necesidades individuales.

2.5.7.5. Papel de la inteligencia emocional en el proceso aprender a aprender

Aprender a ser uno mismo y a convivir es más fácil si se desarrollaran desde el hogar, para cuando se tenga que ir a la escuela se den las competencias propias de la inteligencia emocional.

Por lo que Díaz Barriga nos dice que **“Aprender a aprender implica la capacidad de reflexionar en la forma en que se aprende y actuar en**

consecuencia, autorregulando el propio proceso de aprendizaje mediante el uso de estrategias flexibles y adaptan a nuevas situaciones” (Estrategias docentes para un aprendizaje significativo, pág. 114, 1998).

El proceso educativo, se puede entender como un proceso continuo y permanente que intenta ampliar el desarrollo emocional como complemento necesario del desarrollo cognitivo, constituyendo así, los elementos esenciales del desarrollo de la personalidad integral.

Para ello se propone el desarrollo de conocimientos y habilidades sobre las emociones con el objetivo de capacitar al hombre y a la solución de problemas que plantea la vida cotidiana. Todo ello tiene como finalidad aumentar el bienestar personal y social.

Se podría decir que las habilidades emocionales se educan mediante las actitudes, el clima del aula y centro y los modos de interactuar. Aún así existen procedimientos, estrategias y actividades que pueden facilitar su desarrollo, siempre y cuando sean pertinentes.

La **estrategia** es un recurso metodológico que facilita la acción o al menos el intento inicial de tomar en consideración los contenidos emocionales. Unas son individuales y otras grupales pero ambas se complementan. A continuación se menciona algunas de ellas:

Cualquier contenido que el educador o la educadora exponga debiera ser vivido emocionalmente por el alumno o la alumna y no tomarlo simplemente como un dato o conocimiento.

Uno de los recursos que pudiera incluirse al final de cada unidad sería la **utilización de** preguntas y respuestas, de esta forma se podría conducir al alumno a la **reflexión** sobre el impacto emocional de un determinado

conocimiento. Por lo que este proceso de reflexión puede ser más beneficioso para el (la) alumno (a) que la adquisición de respuestas correctas.

- El **comentar experiencias vividas** son elementos que provocan con bastante facilidad una situación emocional. Luego entonces, las propias experiencias de los (as) alumnado (as) pueden promover **el análisis** y la reflexión sobre el mundo de los sentimientos y las emociones.

- El **cuento**, la poesía, las **obras literarias** están llenas de situaciones emocionales a partir de las cuales se pueden trabajar algunos contenidos. También se pudieran sugerir películas que conduzcan de forma natural al análisis de las emociones de los personajes y de las que provocan en el espectador.

- La **música** es, sin lugar a dudas, el **estímulo** más apropiado para producir estados emocionales, para educar la **sensibilidad**, educar **en valores** y **desarrollar actitudes constructivas**. La música ayuda a mirar hacia dentro centralizando la atención en los procesos intrínsecos.

- Al utilizar el **color** y la **forma** se está utilizando una estrategia para analizar lo que provoca su admiración a nivel emocional. En general, las artes, la danza, proporcionan al ser humano los medios para expresar los sentimientos y las ideas de maneras creativas y lograr que a medida que se vayan dando las experiencias de aprendizaje, este internalizará las más memorable.

Los sistemas educativos anteriormente se centraban exclusivamente en la transmisión de información. Pero hoy día, resulta casi imposible retener el enorme cúmulo de conocimientos disponibles, tanto que **lo importante no es el conocimiento sino la capacidad de adquirirlo, saber cómo buscar la información adecuada en cada situación.**

El papel que jugaba la educación tradicional supone que no era suficiente, ahora se cree necesario desarrollar más el criterio personal y una personalidad sólida para adaptarse a las situaciones familiares y laborales que puedan darse a lo largo de la vida.

El ser humano es llamado a aprender durante toda una vida, puesto que es una necesidad que impone la sociedad actual, por el alto grado de competitividad existente

Existe la necesidad de aprender a vivir en un mundo como este globalizado, cambiante, donde se debe ser comprensivo ante los demás seres humanos realizando a menudo ejercicio de reflexión y práctica democrática.

2.6 Formación emocional en la escuela y la familia

En la actualidad la definición de lo que es una familia ha cambiado a tal punto que se da una confusión. Anteriormente todos aceptaban que la familia estaba formada por papá, mamá y los hijos, ahora es más que un concepto es una institución creada por Dios. **“La familia es el núcleo básico de la sociedad”** (Panorama católico, 2,004)

“La familia es la única influencia educativa permanente en la vida de cada niño (a) donde se enseñan las primeras lecciones de interacción social, como también los principios de urbanidad y las normas de cortesía fundamentales” (Familia escuela y valores, Carlos Marín G., pág. 27, 1999). En este contexto, se dan los fundamentos de valores necesarios para distinguir lo correcto de lo incorrecto. Es donde se instruye por primera vez para decir, por favor y gracias, hasta expresar amor y respeto por las demás personas.

En las escuelas los (as) maestros (as) no siempre permanecen en la misma institución. se trasladan de una escuela a otra, como también el (la) niño (a)

puede ser cambiado de escuela, pero la familia permanece allí. Los padres y las madres son los primeros y principales educadores de sus propios hijos (as).

La influencia que tiene la familia en la autoestima del niño o niña es muy importante, ya que esta le ayudará a formar, su personalidad. En muchas ocasiones los padres al actuar de diferentes maneras.

Se podría decir que los padres pueden perjudicar a sus hijos dejándole marcas difíciles y un continuo dolor oculto que influirá en el desarrollo de su vida; a estos padres se los llama mártires o dictadores. Pero también están los que le valoran y reconocen sus logros y sus esfuerzos y contribuyen a afianzar la personalidad.

Las escuelas tienen que motivar a los (las) estudiantes y esperar el mejor trabajo posible de ellos en todas las materias, sin importar su lugar de origen o situación familiar.

Mientras más las escuelas entiendan la vida diaria, lengua, y cultura de sus alumnos, mejor podrán determinar su potencial. Además Klingier sugieren que se den actividades que permitan desarrollar la construcción del conocimiento.

Los (las) maestros (as) deben saber que los (las) alumnos (as) en su mayoría tienen la capacidad de recuperarse después de situaciones difíciles y ser motivados para tener éxito en la escuela

La capacidad que les permite a los alumnos y alumnas tener éxito a pesar de las dificultades que podrían enfrentar en la vida se llama resistencia. Cuando se habla de **resistencia**, se piensa en alguien dotado de determinación y existen una gran cantidad de estudiantes que poseen esta resistencia. También las escuelas y las familias podrían también ayudar a otros (as) estudiantes a desarrollar esta capacidad.

Todo padre y madre de familia o pariente, debe acercarse a conversar con el (la) maestro (a) de su hijo para considerar y plantear como puede participar conjuntamente en la formación emocional de sus hijos (as).

Cuando las escuelas ayudan a sus estudiantes a sentirse apoyados, respetados, e integrados a la comunidad, ellos adquieren un mayor deseo de aprendizaje. Existen varias formas en que las escuelas pudieran ayudar a los estudiantes a sentirse de esta forma.

Otro factor importante que influye en la familia, es la comunicación, ya que están estrechamente relacionadas. En el caso de los (as) niños (as), la escuela también cumple un papel muy importante ya que es la que debe manejar las estrategias y las formas conjuntamente con la familia para ayudar al niño (a) en su aprendizaje y situaciones difíciles que se le puedan presentar.

Es de gran relevancia que los padres, las madres y maestros (as) conozcan las personas a quienes les confían sus hijos, de esta forma sabrán si son capaces de transmitir valores claros y por consiguiente el significado de los mismos.

Los (as) maestros (as) deben conocer el ambiente en que se está desarrollando el (la) niño (a). En todos los ambientes el niño y la niña tienen las mismas necesidades básicas de amor, seguridad, el derecho de ser una persona de valor y tener la oportunidad de triunfar.

Cada educador (a) debe estar consciente de los diferentes ritmos de desarrollo de sus estudiantes, para poder ayudarlos a desarrollar sus capacidades emocionales. Es por ello que el (la) educador (a) tiene mucha responsabilidad en este tema tan importante.

De tal manera que la escuela continúa la educación familiar y complementa la acción del hogar, brindando acceso al mundo de los conocimientos de manera sistematizada, en un tiempo y espacio determinado para ellos (as), tratando de ofrecer igualdad de oportunidades a todos (as) los (as) niños(as).

Ningún (a) maestro (a) por muy bueno que sea no podrá remplazar jamás la educación familiar, pero si tendrá siempre una tarea importante como la de ser colaborador (a) de los padres y madres, puesto que la escuela continúa y completa la acción del hogar, brindando posibilidades de acceso al mundo de los conocimientos de manera sistematizada

2.6.1 Aceptación y reconocimiento

Debe existir una colaboración por parte de las familias con los centros educativos, participando de los procesos de decisiones relacionadas a la formación emocional. Puesto que las emociones se dan de diferentes formas, el entorno familiar juega un papel preponderante en estos menesteres.

En efecto los padres no son capaces de satisfacer por sí solos las exigencias de todo el proceso educativo, especialmente lo que atañe a lo académico y al extenso sector de la socialización. A lo largo de la vida el (la) niño (a) se encuentra con personas nuevas en nuevos ambientes que podrían ejercer influencias negativas o positivas.

2.6.1.1 La educación indirecta (ejemplo de los padres y las madres)

Los padres y madres de familia a través de sus actitudes positivas deben asumir cada día su responsabilidad para resolver problemas y conflictos en el hogar y en presencia de sus hijos (as), ayudaría a que éstos aprendan a valorar y porque no a imitar estas formas positivas de conductas.

Tal como lo dice Goleman **“los padres deben comprender cómo sus actos pueden ayudar a generar la confianza, la curiosidad, el placer de aprender**

y la comprensión de los límites que ayudan a los chicos a tener éxito en la vida". (La inteligencia emocional, Goleman, pág .227, 1998).

Las familias necesitan tanto **amor** como **disciplina**. Por eso es bueno crear dentro del hogar reglas que deben ser aplicadas en forma firme y sincera. Estas reglas pueden ayudar a corregir los errores, dar estímulo a aquellas conductas que deben ser resaltadas, prevenir muchos problemas domésticos, crear una vida más armoniosa y balanceada.

Enseñar desde temprano a los niños y a las niñas la disciplina, a tener buen comportamiento en relación a los padres, a sus hermanos y demás familiares, asimismo, los adultos han de respetar a los niños, todo esto hace que se adapten mejor a la vida actual.

La forma más correcta de los padres de ayudar a sus hijos (as) a desarrollarse socialmente sería servir de modelo del comportamiento que se quiere alentar. Cada vez que usted diga por favor, permiso o se tienda una mano para ayudar, está demostrando a sus hijos(as) la manera en que usted desea que ellos actúen.

A los niños se les puede pedir ayuda en las tareas cotidianas, y también aceptar todo ofrecimientos de ayuda. Al observar las cosas que los (las) niños (as) están haciendo correctamente, se debiera buscar la oportunidad para halagarlos (as), ya que los mismos podrían reforzar las buenas conductas.

Los padres y madres de familia a menudo se convierten en modelos para sus hijos (as). Pero hay ocasiones en que estos no fungen como modeladores en el hogar pese a su gran capacidad, ya sea en el trabajo o en la comunidad en que viven, debido a que no dedican suficiente tiempo a sus hijos, ya sea por trabajo, estudios, o simplemente estoy cansado.



Es importante que se practiquen reuniones familiares obligatorias, siquiera una vez a la semana y se deben realizar en el momento que todos (as) puedan asistir, ya que esto permitirá que el (la) niño (a) vea a su padre o a su madre como un (a) verdadero (a) líder que toma en serio su papel y que está verdaderamente decidido (a) a ayudar a desarrollar las capacidades emocionales de los suyos, constituyendo así, modelos excelentes y preparándolos para el éxito en su vida futura. Los padres y madres son algo especial para sus hijos (as).

La educación impartida por los padres y madres de familia, los ejemplos y consejos del hogar fomentan el crecimiento de sus aptitudes físicas, intelectuales y morales.

2.6.1.2 La educación indirecta (ejemplo del (la) educador (a))

El manejo constructivo de las situaciones problemáticas inevitables exige de los (las) profesores (as) obtener una gama de cualidades emocionales.

Se debe tener respeto por los (las) alumnos (as), no ser hirientes, incluso cuando están enfadado, como tampoco tener un trato difícil con ellos, aunque se este indignado. Hay que tomar en cuenta la capacidad de manejar adecuadamente el sentimiento de autoestima, cuando se presentan provocaciones por parte de los alumnos, ya que de lo contrario esto se podría convertir en un ataque personal.

Los buenos sentimientos sobre uno y sobre los demás son los elementos esenciales de la competencia social, en los que se podría crear un clima de amabilidad y generosidad para que sus niños (as) puedan ayudarse mutuamente y empiecen a hacerse responsables en forma natural. De esta manera empezarán a compartir de corazón, no sólo porque se lo dice usted, sino porque así lo sienten ellos.

Hablar con los niños acerca de la generosidad entre sí es bueno, puesto que el compartir y tener en cuenta los sentimientos hace que otras personas se sientan felices y hace que ellos también se sientan bien.

Cuando los niños más pequeños se encuentran en grupos se les debe permitir usar los juguetes y los materiales hasta que se sientan listos para pasárselos a otros (as) niños (as). Se debe hacer conocer al niño cuando un compañero de juegos haya esperado mucho tiempo para conseguir un turno.

Una palabra de halago es un acto de recompensa, como también lo es el tono que se emplee en el trato con los (las) alumnos (as), de esta manera se ayuda al desarrollo emocional de los mismos.

Los alumnos que tienen profesores (as) inteligentes, desde el punto de vista emocional, podrían disfrutar más asistiendo a la escuela, aprendiendo sin sentir miedo alguno, de esta manera se iría edificando una sana autoestima. Pero, sobre todo, la postura humana del profesor trasciende a ellos.

Los profesores que saben ponerse en el lugar de sus alumnos, y les respetan, contribuyen a que la jornada escolar esté menos marcada por la rabia, el miedo y la frustración. Por consiguiente, el ambiente en general, es menos agresivo, Ya estos profesores contagian a sus alumnos (as), su actitud ante la vida el trato se hace más humano.

Por el contrario, los (las) educadores (as) que se enfrentan con regularidad a sus alumnos con desprecio, no deben sorprenderse de que estos los humillen sin consideración alguna.

2.6.1.3 Estrategia para desarrollar la educación emocionalmente inteligente.

Según Klingler 1999, **“es fundamental que las estrategias se enseñen explícitamente en forma sistemática y estructurada con fin de apoyar al alumno (a) para un mayor aprendizaje”**

Todo ser humano tiene la facultad de desarrollar la educación emocional, pero se debe tener en cuenta que esta no es simplemente dejar fluir los sentimientos, por lo que es de importancia el saber comprenderlos y sobre todo controlarlos

Una forma de adaptabilidad como estrategias y recursos utilizada en la educación emocional podrían calificarse de creativas, ya que anteriormente el tema sobre el tipo de enseñanza de las emociones siempre requerirá cierto grado de empatía, novedad, sorpresa, adaptación, socialización, y por qué no, incertidumbre respecto al posible impacto. Si la característica más peculiar del pensamiento es la consistencia, la de las emociones es la **labilidad**.

Toda persona que cree ser emocionalmente inteligente podría reconocer las emociones tanto propias como ajenas, como también su dimensión y sus consecuencias.

Además aprendería como poder expresar sus sentimientos, cómo, dónde y cuándo, de tal manera que será totalmente responsable de sus actos; permitiendo que sus habilidades racionales trabajen paralelamente con las emociones, mejorando así, la capacidad para relacionarse con los demás.

De esta manera podría realizar sus **actividades** mucho mejor; ya que lograría aumentar el desarrollo personal y la calidad de vida. Como también creará estrategias afectivas entre las demás personas, haciendo más cooperativo el trabajo

Por ello, la participación de la mujer en el mercado laboral ha venido aumentando cada día más, por lo que ha modificado los clásicos equilibrios familiares en los que el hombre era el proveedor de recursos y la mujer la responsable del trabajo no remunerado, como son los trabajos caseros

En la actualidad esta participación remunerada, como lo son su desarrollo profesional y personal, hacen posible el acceso a la toma de decisiones, lo que han protagonizado un movimiento hacia un cambio estructural para conseguir un nuevo contrato social en el que las reglas del juego en el sector público y privado sean más equilibradas.

La dificultad de compatibilizar el desarrollo de la vida profesional con las responsabilidades familiares ha llevado a las familias destacadas a decidir como retardar el matrimonio y por consiguiente la disminución de la tasa de natalidad

Ya que la maternidad en muchos casos obliga a la mujer a abandonar su labor como profesional. Puesto que de lo contrario tendrá que dejarle la educación de sus hijos, por lo general, a una persona desconocida.

Las guarderías, los centros de educación infantil, y los colegios deberían ser uno de los recursos principales para ayudar a conformar el conjunto familia y trabajo, aunque un número muy elevado de madres trabajadoras utilizan estos centros para sus hijos e hijas más pequeños

Actualmente las mujeres se ven obligadas a buscar estrategias individuales basadas en su entorno familiar, por lo que en las mayorías de las abuelas, recae una sobre carga de responsabilidades, un deterioro de la calidad de vida y a veces un alto grado de sufrimiento cuyas consecuencias han dado origen a un nuevo cuadro clínico que constituye una de las más extendidas pandemias sufridas por las mujeres del siglo XXI. **"El síndrome de la Abuela Esclava"** (DR, Antonio Guijarro Cardiólogo).

Es importante mencionar **que el** problema de la conciliación no se reduce exclusivamente a las responsabilidades familiares, sino también a toda una serie de tareas invisibles que realizan en general las mujeres y que forman parte de la trama misma del orden social, por ejemplo: el orden de la economía familiar y su consumo, las relaciones con las instituciones y con los servicios del bienestar (salud, educación, servicios sociales), las relaciones personales y familiares, la vida asociativa, entre otras

2.6.2. Familias afectuosas capaces de compartir y resolver problemas

Las relaciones cercanas y afectuosas debieran ser una de las necesidades fundamentales de los seres humanos. La capacidad de expresar lo que se piensa y se siente, va a depender en gran medida de la forma como sea la relación con las demás personas

En reuniones familiares se debe tratar diferentes temas, como educación sexual, salud, nutrición, tiempo libre, situaciones económicas y otros, asimismo considerar **las necesidades y deseos** de los hijos y las hijas dándoles voz y voto en las discusiones. Esto les enseña a observar las necesidades de otros y ayudar a formar el respeto mutuo. Además aprenden a desarrollar sus propios recursos y habilidades para resolver problemas.

En muchas ocasiones se observan niños de familias afectuosas que no se sienten apreciados. Tal vez parezcan padres amantes aquellos que dejan de lado sus propias necesidades para atender a las de su hijo (a). Sin embargo, esta conducta suele enmascarar el egoísmo intenso, la baja autoestima, el temor al conflicto y hasta el rechazo inconsciente.

Por su parte, el padre vigilante que guía y dirige todos los pasos de sus hijos transmite a éste la idea de que el mundo está lleno de peligros que el niño no

puede afrontar. Se advierte constantemente a los padres que deben pasar más tiempo con los niños.

Sin embargo, es **la calidad y no la cantidad** de tiempo que se invierte en ellos lo que cuenta para que puedan sentirse amados. Un padre puede emplear muchas horas diarias en acompañar a sus hijos en la realización de pequeñas tareas y en el juego con ellos. Los niños son extremadamente sensibles al grado de atención concentrada que reciben.

Construir una relación duradera y buena, se ha convertido en uno de los mayores enemigos del tiempo. En el pasado las familias eran numerosas. Por lo general estas familias estaban formadas por los abuelos, algunos tíos y tías, la madre, el padre y muchos hijos, a veces hasta quince y más.

La mayor parte del tiempo, estas familias se apoyaban y ayudaban mucho entre ellas, además compartían los trabajos, tanto de la casa como del campo.

En estos momentos las familias modernas casi no cuentan con la ayuda de otros familiares, ni con la de sus vecinos. Generalmente tienen que enfrentar solas los problemas que se les van presentando. Por eso, la vida se les hace mucho más difícil y a veces se sienten más solas.

La sociedad moderna ha obligado, tanto a varones como a mujeres, a vivir en forma acelerada, más tensa, adoleciendo cada vez más de la comunicación entre las pareja y los hijos e hijas. Buscar una comunicación franca y honesta para poder comentar las necesidades (físicas, emocionales y espirituales) y escuchar las de los demás, es de suma importancia puesto lo que se busca es un balance entre lo que se da y lo que se recibe, descubriendo así las fortalezas, puesto que cada persona tiene sus propias debilidades y fortalezas.

En la pareja y en la familia, el éxito para estar bien, depende de las habilidades de los miembros para reconocer estas debilidades y fortalezas y tratar de adaptarse mutuamente aceptando sus limitaciones, sólo así se puede esperar que ellas (os) acepten a los demás.

Es la familia quien tiene la obligación de velar por el hogar y no solamente la mujer. Los hijos que ven a su padre y a su madre colaborando por igual en las tareas domésticas, tienen más posibilidades de adaptarse mejor al nuevo tipo de familia que está naciendo, en el que hay más igualdad entre la esposa y el esposo

Cuando una familia tiene problemas más serios puede recurrir a personas expertas, con más conocimientos, que pueden ayudarlas a encontrar la mejor solución para todos

2.6.2.1. Preparar a los hijos para una actuación responsable

Es cierto que se debe preparar a los hijos para una actuación responsable, por lo que la maternidad y la paternidad buena permiten al niño superar gran parte de las dificultades inherentes al desarrollo

Los hijos aprenden en función de lo que hacen sus padres y basándose en su experiencia dentro de la casa, establecerán relaciones fuera de ella. El adulto es el espejo en el que ellos se miran para descubrir el mundo y en la mayoría de los casos adquieren la personalidad, las costumbres vitales, el modo de comunicarse y de actuar que observan en sus relaciones familiares

La madre debe saber responder intuitivamente a todas las necesidades de su niño al venir al mundo, de esta manera el niño en sus primeros meses de vida halla toda su seguridad en la actitud sostenida por su madre. Consecuencia de la seguridad adquirida durante este periodo es el rápido desarrollo posterior.

Todo dependerá de la actitud **afectiva de la madre**, sea una actitud materna normal, que satisface tanto al niño como a la madre. Se debe recordar que lo que satisface a la madre es muy distinto de lo que pueda satisfacer a su hijo.

Las satisfacciones que cada madre pueda obtener están determinadas por la naturaleza de los componentes de su personalidad y de las transformaciones a las que éstos componentes han estado sometidos hasta el instante de dar vida a su hijo, de la forma en que el niño en virtud de su bagaje congénito, sea capaz de **satisfacer la síntesis de estos diversos elementos de la personalidad materna**, por un lado, y de las condiciones impuestas por la realidad externa por otro.

El crecer dentro de una célula familiar armónica le va a permitir al niño y a la niña desarrollar sus capacidades potenciales sobre pilares fuertes. En este sólido núcleo irá creciendo como persona motivada y creativa que ha de encontrar fines en su vida. Se relacionará positivamente con los demás, gozará de paz interior, resistirá las tensiones y tendrá mayores posibilidades de **construir una familia feliz** y cuando llegue el momento, serán padres que han de saber **nutrir afectivamente** a sus hijos.

2.6.2.1.1 Expresar los sentimientos

Según A. Lazarús (citado por, Suárez, 1997) sentimiento se puede definir como **"una percepción sensorial, una toma de conciencia de las sensaciones del propio cuerpo"**.

"Los sentimientos se transmiten de uno a otro (a) como si se tratara de un virus social" (Psicología del desarrollo, Papalia, p158, 1999).

La génesis de la vida emocional camina a la par de los propios sentimientos. La base de cada conciencia del ser humano existe algún estado de ánimo que aunque, por lo general no son captados con claridad, sin embargo; están allí y

fluyen mientras se llevan a cabo diferentes actividades.

A través de la rutina, las personas están mucho más preocupadas por el flujo de pensamiento el cual las sumerge en las tareas que llevan a cabo sin percibir los sentidos que estos generan en ellos

Por lo que es necesario que se haga una pausa mental, pausa que raramente se permite. Los propios sentimientos siempre estarán allí, pero casi nunca son percibidos, todo por el contrario, solamente son descubiertos cuando estos han explotado

Toda persona en este bello planeta tiene una vida agitada por lo que a menudo no tienen lugar, ni tiempo libre para sus propias emociones. Pero tiene en su interior sentimientos, que según su personalidad puede manifestarlos de diferentes maneras.

La forma de estar conciente de uno mismo, es siendo capaz de comprenderse, aceptarse y respetarse, todo esto implica saber quién eres, y entender por qué piensas, sientes y te comportas de la manera que lo haces.

Muchas veces estas manifestaciones dependen de diversos factores como puede ser el lugar físico, sentimental y emocional, que pueden influir positiva o negativamente en la formación de la persona o sea en la **autoestima**. Esto depende, también, del ambiente familiar, social y educativo en el que se desenvuelve y los estímulos que estos brinden.

2.6.2.1.2 Experiencias emocionales iniciales

La relación existente entre la madre y el hijo es la génesis de todas las futuras relaciones interpersonales. Gracias a la adquisición de la capacidad de dirigir los afectos deshechos sobre un objeto libidinal, capacidad que se

consigue en la relación madre hijo, el ser humano se capacita para formar todas las relaciones sociales futuras

A medida que el niño crece va conociendo este nuevo aspecto del adulto, el que impone exigencias y prohibiciones e incluso castiga. La desaprobación, la reprimenda, significan para el niño una pérdida de valor, una disminución de afecto que debe evitar a toda costa para conservarse seguro.

“El niño va a depender de los demás para su propia valoración, se crea una imagen de sí mismo según lo que de él le presenten los adultos; si son amables será porque él es bueno, si se muestran fríos o crueles será porque él es malo y sin valor” (Carlos Marín Familia, Escuela y Valores, 1999)

Ha podido demostrarse que las actitudes aprendidas a través de las reacciones de los padres son fundamentales para la posición adoptada por el (la) niño (a) respecto de sí mismo; por ejemplo el niño rechazado, convencido por ello de su carencia de valor se comporta en lo sucesivo de modo de que se le siga rechazando y conserve durante su vida inicial la inseguridad.

2.6.2.1.3 Equilibrio entre los deberes escolares y las tareas domésticas

Es importante enseñar a los niños a planificar y distribuir su tiempo. Muchos padres piensan que durante la semana, los niños deberían dedicarse exclusivamente a estudiar, lo que no es lo correcto; puesto que el (la) niño (a) necesita participar de ejercicio físico, como también otros pasatiempos que tiene gran valor instruccionales

Algunos padres y madres de familia no son gustosos que sus hijos realicen labores caseras. Esto no es ningún premio que se le ofrece a los niños y a las niñas. Se debiera tomar en cuenta que ellos posteriormente crecerán y es difícil que un adulto asuma responsabilidades si no la ha practicado en los años de formación de su vida

Como dice La Biblia: "**Bueno le es al hombre llevar el yugo desde su juventud**" (Lamentaciones 3:27) A los hijos se les cría con el objetivo de que sean parte integral de la sociedad adulta.

Por ello, se debería educar a los hijos desde edades temprana para que realicen pequeños deberes y trabajos para el hogar. Para cuando los niños crezcan, deben de tener tareas domésticas alternadas como pudieran ser limpiar el jardín, lavar los platos, arreglar la cama y otros similares. De esta manera podrían aprender el significado de la ética del trabajo.

Pero algo muy importante es que no se debe sobrecargar a los (las) hijos (as) con constantes tareas domésticas, en lugar se debiera preparar tiempo de diversión, responsabilidades caseras, deberes escolares entre otras.

Si se contemplara algún tiempo para actividades felices, habría la posibilidad de que no hubiera tiempo para la mala conducta. Los buenos hábitos de trabajo que se adquieren cuando niño serán transferidos posteriormente en las tareas tales como el trabajo escolar, la habilidad de mantener un empleo, y la administración de su propia casa.

Por consiguiente, si se les ayudará a aprender como distribuir su tiempo adecuadamente, podrían estudiar mejor y hacer otras actividades interesantes. Como también la casa debe ser un lugar acogedor, donde haya posibilidad de crecimiento en conjunto; la comunicación será abierta y positiva, las reglas claras y flexibles, las necesidades de todos serán satisfechas dentro de los límites que implica la convivencia, y cada uno tendrá más o menos claro cuales son sus derechos y sus deberes.

Lo ante expuesto hace pensar que el equilibrio entre las tareas escolares y las domésticas contribuyen a la conservación de las relaciones entre los

miembros de la familia y que el abuso en la asignación de las tareas escolares para su desarrollo en el hogar.

Además de incidir en los estados emocionales se convierten en la causa para que los jóvenes escolares adquieran el hábito de la irresponsabilidad debido a que estas, por su número y grado de dificultad no son desarrolladas por los propios estudiantes y son reasignadas por estos a algún miembro de la familia, afectando así el proceso de evaluación de los aprendizajes de los (as) estudiantes.

CAPÍTULO 3.0
MARCO METODOLÓGICO

CAPÍTULO 3.0

MARCO METODOLÓGICO

3.1. Tipo y diseño de la investigación

La investigación es de tipo descriptiva, ya que permite describir un fenómeno tal y como se da en su entorno natural. El cual se ubica en el distrito de La Chorrera, en la zona escolar N° 2 de la Coordinación Regional de Panamá Oeste, en el verano del año 2004.

3.2. Sistema de variable

Para el desarrollo de la investigación se plantean las siguientes variables:

3.2.1. Variables

3.2.1.1. Variable independiente

Conocimiento y manejo de la inteligencia emocional por parte de os (as) educadores (as)

3.2.1.2. Variable dependiente

Efectividad en el proceso aprender - aprender

3.2.2. Definición de variables

Se define de tres formas:

3.2.2.1. Definición conceptual

Para efecto de la investigación se definirán los siguientes términos que a criterio son los más importantes en el conocimiento y manejo de la inteligencia emocional

Inteligencia emocional: Según Simmons es el conjunto de necesidades emocionales, de impulsos y de valores verdaderos de una persona, y dirige toda su conducta visible

Emociones: Según M. Arnold, son los que provocan una fuerte reacción fisiológica que están encaminadas al logro o al rechazo de aquello que intuitivamente sentimos como bueno o nocivo

Autoestima: es la tendencia a valorarse y aceptarse a sí mismo.

Personalidad: característica relativamente perdurables que diferencia a las personas; aquellos comportamientos que hacen únicos a cada individuo.

3.2.2.2. Definición Instrumental

Se aplicaron ciento cincuenta y cuatro (154) encuestas a docentes, una (1) a la supervisora y otra al director de perfeccionamiento docente, dos (2) a diferentes directores de Centros Educativos, una (1) entrevista a la directora de la Dirección Regional de Educación de Panamá Oeste.

3.2.2.3. Definición Operacional

Permite analizar e interpretar los resultados obtenidos en la investigación.

3.3. Fuente de información

Las fuentes de información que se tomaron para la realización de la investigación sobre el **conocimiento y manejo adecuado de la inteligencia emocional de los (las) educadores (as) y su efectividad en el proceso aprender-aprender** son las siguientes. documentos, revistas, revistas, textos, entrevistas, Internet, encuestas y cuestionarios.

3.3.1. Población

La población total comprende ciento cincuenta y tres (153) educadores (as) en ejercicio de la zona N° 2 del área de Panamá Oeste. Los (las) educadores (as) de la zona N° 2 del sector Oeste laboran en horarios matutinos y vespertinos y la investigación se realizó durante el verano 2004

3.3.2 Muestra

La muestra seleccionada que mediremos está conformada por ciento cincuenta y tres (153) docentes de la zona N°2 del sector de Panamá Oeste de los cuales setenta y nueve (79) laboran en el turno matutino y setenta y uno (71) en el vespertino y cuatro (4) directivos que permanecen en ambos turnos

3.4. Técnica e instrumentos de datos

Para recoger toda la información necesaria para realizar la investigación se utilizaron las siguientes técnicas.

Encuestas que se aplicó a los docentes de la zona N°2 , la cual estaba estructurada de la siguiente manera: una (1) pregunta de información específica en lo concerniente al aspecto académico y ocho (8) preguntas abiertas

Un cuestionario que se aplica al director de perfeccionamiento en la que se presentan diez (10) preguntas específicas.

Entrevista: que se aplica a la directora de la Dirección Regional de Educación de Panamá Oeste

CAPÍTULO 4.0
ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE LOS RESULTADOS

CAPÍTULO 4.0
ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE LOS RESULTADOS

En este capítulo se presentan los resultados obtenidos de las encuestas, entrevistas y cuestionarios aplicados a los (las) docentes de la Zona escolar No. 2 de Panamá Oeste, al supervisor, al coordinador de perfeccionamiento, al director Nacional de Educación de Panamá Oeste y a los directivos de los dos (2) centros educativos. Nos pone en capacidad de presentar los resultados obtenidos en la investigación realizadas en cifras, cuadros y gráficas.

CUADRO N° 1
DISTRIBUCIÓN DE LOS (LAS) DOCENTES, SEGÚN SEXO Y EDAD.

SEXO			EDAD		
DESCRIP.	F	%	DESCRIP.	f	%
Femenino	118	77.12	18-25	26	16.33
Masculino	35	22.88	26-33	18	10.45
			34-41	70	45.75
			42-mas	35	27.45
Total	153	100		153	100

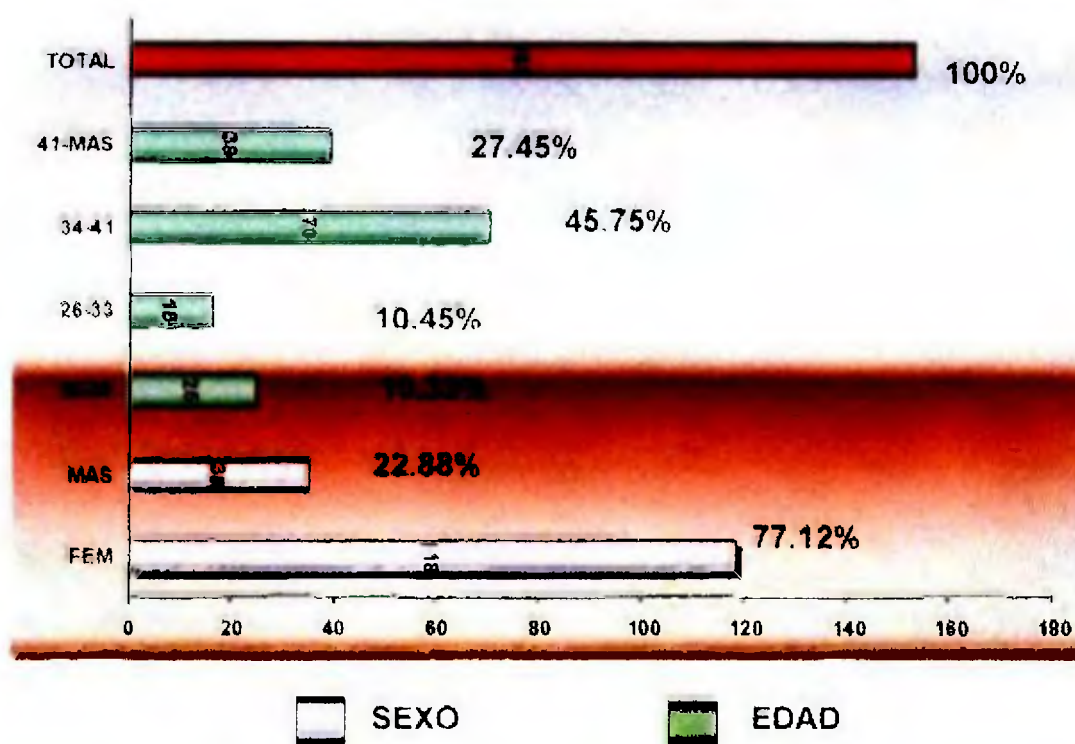
Fuente: Encuesta realizada a los docentes de la Zona No. 2 de educadores (as) en ejercicio

Para tales efectos se tomó en cuenta ciento cincuenta y tres (153) educadores (as) que constituyen el cien por ciento (100%) de la muestra de la población, con el propósito de apreciar su opinión tan valiosa para la investigación, la cual arrojó un resultado de la siguiente manera. de los (as) ciento cincuenta y tres (153) encuestados (as) ciento dieciocho (118) pertenecen al sexo femenino, y representan setenta y siete punto doce por ciento (77.12%) mientras que el sexo masculino lo representado por treinta y cinco (35) educadores hacen un porcentaje de veintidós punto ochenta y ocho (22.88%)

En cuanto a la edad de los (as) participantes se desglosa así. de dieciocho (18) a veinticinco (25) años encontramos veinticinco (25) docentes representan el dieciséis punto treinta y tres (16.33%), en cuanto a veintiséis (26) a treinta y tres (33) tenemos dieciséis (16) educadores que representan el diez punto cuarenta y cinco por ciento (10.45%); de treinta y cuatro (34) a cuarenta y uno (41) vemos que se refleja con setenta (70) docentes que representan cuarenta y cinco punto setenta y cinco por ciento (45.75%), treinta y nueve (39) educadores representan veinticinco punto cuarenta y nueve (25.49%) que corresponden a cuarenta y dos (42) años y más.

GRÁFICA N° 1

DISTRIBUCIÓN DE LOS (LAS) DOCENTES, SEGÚN SEXO Y EDAD.



Fuente: Encuesta realizada a los docentes de la Zona No. 2 de educadores (as) en ejercicio.

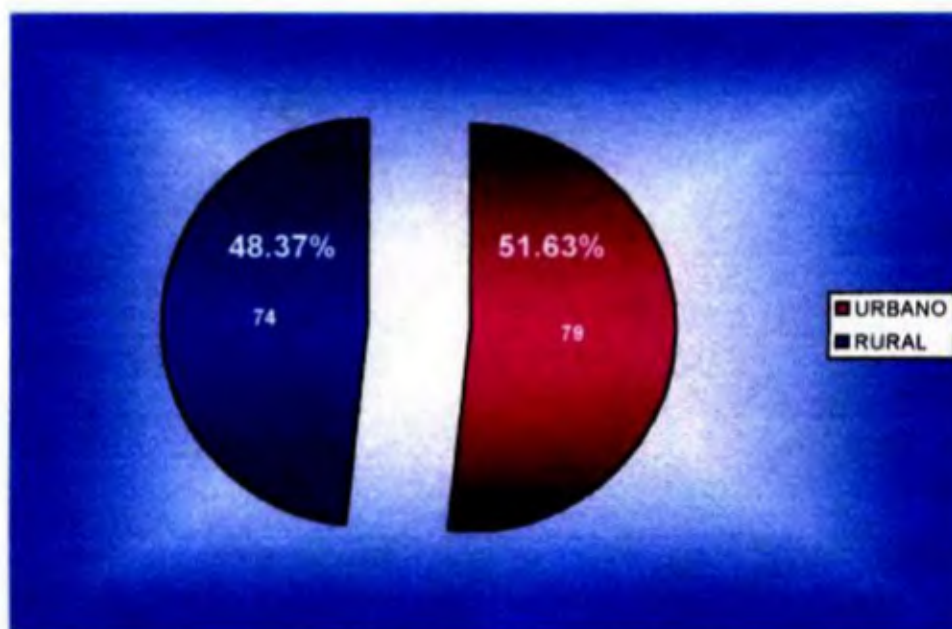
CUADRO N° 2
DISTRIBUCIÓN DE LOS (LAS) DOCENTES, SEGÚN ÁREA DE TRABAJO.

ÁREA LABORAL	F	%
Urbana	79	51.63
Rural	74	48.37
Total	153	100

Fuente: Encuesta realizada a los docentes de la Zona No. 2 de educadores (as) en ejercicio.

En lo que respecta al área de trabajo setenta y nueve (79) docentes que laboran en área urbana y reflejan el cincuenta y uno punto sesenta y tres por ciento (51.63%); y setenta y cuatro (74) docentes que representan el cuarenta y ocho punto treinta y siete por ciento (48.37%) están incluidos en el grupo de área rural.

GRÁFICA N° 2
DISTRIBUCIÓN DE LOS (LAS) DOCENTES, SEGÚN ÁREA DE TRABAJO.



Fuente: Encuesta realizada a los docentes de la Zona No. 2 de educadores (as) en ejercicio.

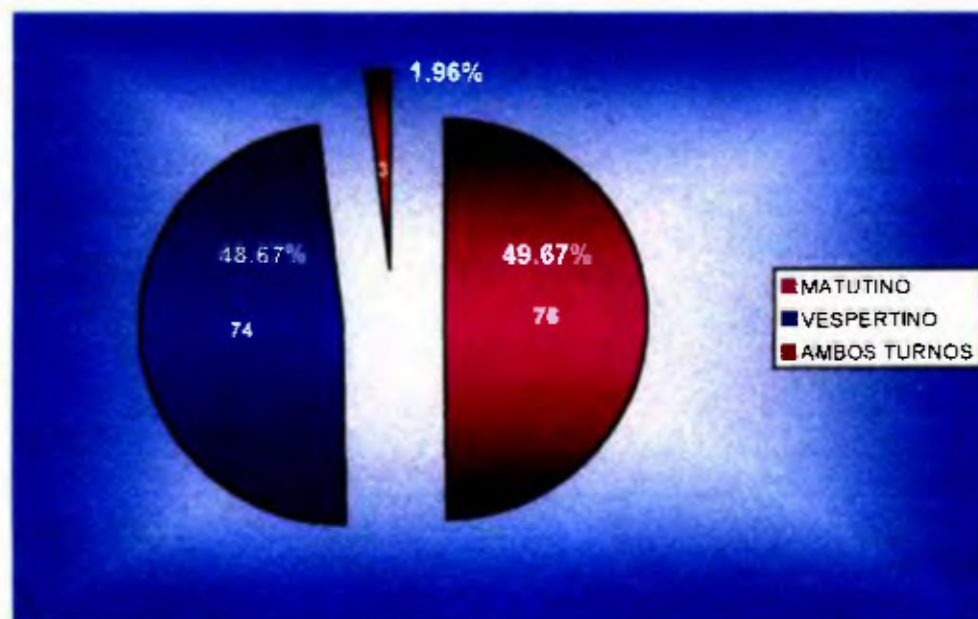
**CUADRO N° 3
DISTRIBUCIÓN DE LOS (LAS) DOCENTES , SEGÚN TURNO LABORADO.**

TORNOS	f	%
Matutino	76	49.67
Vespertino	74	48.37
Ambos Turnos	3	1.96
	153	100

Fuente: Encuesta realizada a los docentes de la Zona No. 2 de educadores (as) en ejercicio.

En lo concerniente al turno matutino se ubican setenta y seis (76) educadores (as) que refleja un porcentaje de cuarenta y nueve punto sesenta y siete por ciento (49.67%); setenta y cuatro (74) lo hacen en turno vespertino que corresponde al cuarenta y ocho punto treinta y siete por ciento (48.37%) y tres (3) laboran en ambos turnos con un porcentaje de uno punto noventa y seis (1.96%).

**GRÁFICA N° 3
DISTRIBUCIÓN DE LOS (LAS) DOCENTES, SEGÚN TURNO LABORADO.**



Fuente: Encuesta realizada a los docentes de la Zona No. 2 de educadores (as) en ejercicio.

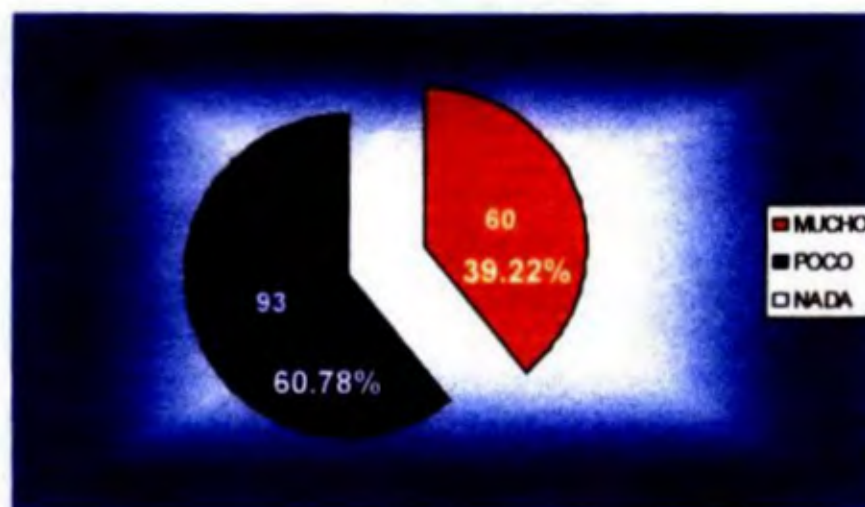
CUADRO N° 4
OPINIÓN REFLEJADA POR LOS DOCENTES
ACERCA DEL TEMA INTELIGENCIA EMOCIONAL

ITEMS	f	%
MUCHO	60	39.22
POCO	93	60.78
NADA	-	-
	153	100

Fuente: Encuesta realizada a los docentes de la Zona No. 2 de educadores (as) en ejercicio.

En lo referente a la pregunta **¿Ha escuchado usted hablar sobre la inteligencia emocional?** Noventa y tres (93) educadores (as) que hacen un porcentaje de sesenta punto setenta y ocho (60.78%) (Manifestaron que poco, de igual manera sesenta (60) docentes que reflejan un porcentaje de treinta y nueve punto veintidós (39.22%) dicen que mucho.

GRÁFICA N° 4
OPINIÓN REFLEJADA POR LOS DOCENTES
ACERCA DEL TEMA INTELIGENCIA EMOCIONAL



Fuente: Encuesta realizada a los docentes de la Zona No. 2 de educadores (as) en ejercicio.

CUADRO Nº 5
OPINIÓN REFLEJADA POR LA (SUPERVISORA, COORDINADORA Y
SUBDIRECTOR TÉCNICO DOCENTE) SOBRE LOS DIFERENTES
ASPECTOS DEL TEMA INTELIGENCIA EMOCIONAL

ITEMS	Coordinadora		Supervisora		Subdirector	
	f	%	f	%	f	%
SIEMPRE	5	38.46	5	38.46	11	84.62
CASI SIEMPRE	5	38.46	6	46.15	0	0
POCAS VECES	3	23.08	1	7.69	1	7.69
NINGUNA	0	0	1	7.69	0	0
Total	13	100	13	100	12	100

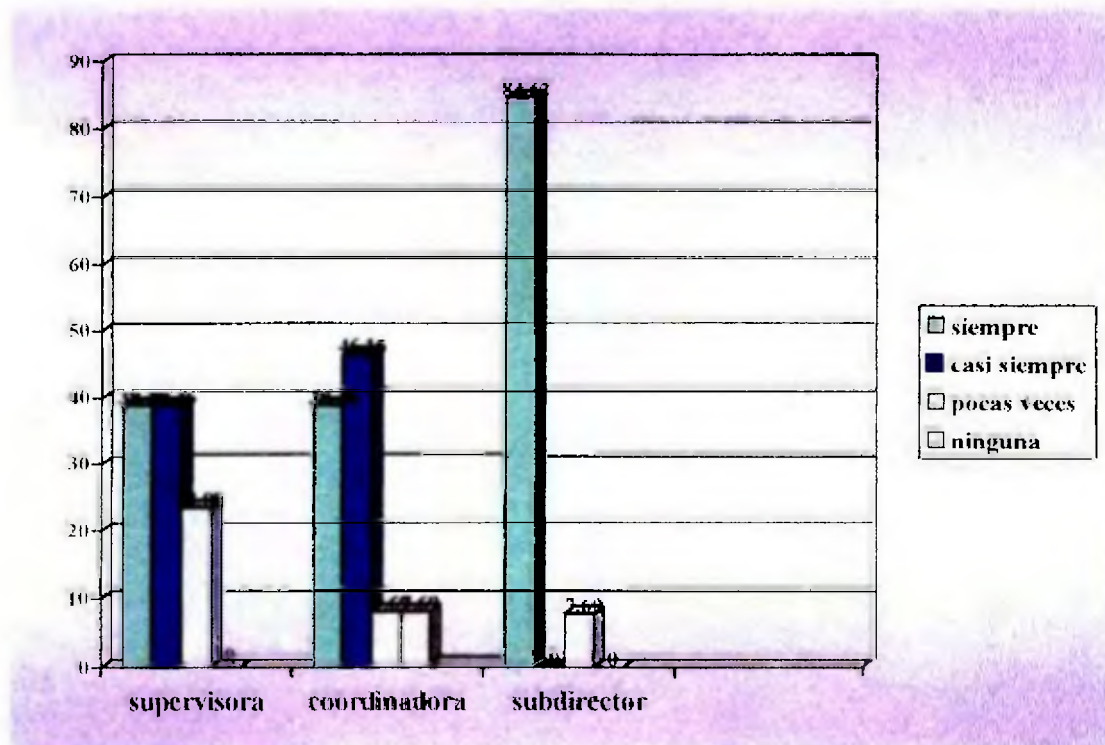
Fuente: Encuesta realizada a los diferentes funcionarios en ejercicio de la Zona No. 2 de educadores (as) en ejercicio

Podemos observar que la Supervisora de la Zona Nº 2 al contestar a los diferentes items realizados acerca del tema inteligencia emocional subrayo que siempre se utilizan dichos conceptos con una respuesta afirmativa de Siempre 5 que equivale a un (38.46%), y casi siempre con 5 que equivale a (38.46%), y que pocas veces son utilizados con 3 afirmaciones que equivalen a (23.08%). Al igual la Coordinadora de Capacitación emitió sus opiniones con los siguientes resultados 5 Siempre con (38.46%), Casi siempre 6 con (46.15%), y pocas veces 1 con 7.69%, y ninguna vez 1 con (7.69%). Para finalizar el Subdirector Técnico Docente, al contestar nuestras preguntas respondió que siempre con 11 preguntas afirmativas que equivalen a (84.62%) son utilizados y aplicados dichos conceptos de inteligencia emocional, y que Pocas Veces con 1 que equivale a (7.69%) el estimó que se utilizan con poca regularidad

De lo cual podemos apreciar según nuestro estudio que los encuestados en su totalidad estuvieron de acuerdo en estar dispuestos (as) a realizar ciertos cambios en cuanto al desarrollo de sus clases en el aula, con el fin de mejorar el rendimiento académico de sus estudiantes.

En su totalidad los (as) docentes encuestados (as) estuvieron de acuerdo a ayudar a fomentar la transformación curricular dándole un enfoque de inteligencia emocional en beneficio de sus compañeros (as) y de los (as) estudiantes.

GRÁFICA N° 5
OPINIÓN REFLEJADA POR LA (SUPERVISORA, COORDINADORA Y SUBDIRECTOR TÉCNICO DOCENTE DE LA DIRECCIÓN REGIONAL DE PANAMÁ OESTE) SOBRE LOS DIFERENTES ASPECTOS DEL TEMA INTELIGENCIA EMOCIONAL



CAPÍTULO 5.0
PROPUESTA

CAPÍTULO 5.0

PROPUESTA

5.1. Propuesta para el conocimiento y manejo adecuado de la inteligencia emocional de los (as) educadores (as) de la Zona Escolar N° 2 y su efectividad en el proceso aprender – aprender de los (as) estudiantes.

5.2. Justificación

La propuesta que se presenta surge como respuesta a la investigación realizada en lo concerniente a la inteligencia emocional.

Se evidencia que el educador (a) no desconoce en su totalidad sobre el tema en estudio, pero manifestaron una creciente inquietud en que se les proporcionara conocimiento sistemáticos y organizados en cuanto a lo referente a la inteligencia emocional a través de seminarios y capacitaciones continuas para internalizar cada uno de los conceptos que desarrollan los temas sobre la inteligencia emocional y el manejo adecuado en las diferentes escuelas de la zona No. 2 y otras zonas que no fueron contempladas para que el educador (a) pueda desempeñarse eficazmente obteniendo resultados óptimos en el ejercicio de su labor cotidiana.

5.3. Descripción

Según los cuadros elaborados pudimos percatarnos que es de evidente necesidad presentar una propuesta en relación a la inteligencia emocional y por tal motivo elaboramos cuatro (4) módulos muy bien estructurados que a continuación mencionaremos:

Módulo No. 1 La inteligencia emocional y sus características.

Módulo No. 2 La inteligencia emocional en el liderazgo de una institución,

Módulo No. 3 La personalidad como componente emocional que dirige la autoestima

Módulo No. 4 Las emociones y sus manifestaciones como medio de satisfacer las necesidades que se adquieren y dirigen la conducta humana

Cada uno de ellos cuenta con su objetivo particular, objetivos específicos, la duración, las horas, los contenidos a desarrollar en cada módulo, las sugerencias metodológicas con sus respectivas actividades y los recursos metodológicos, didácticos y bibliográficos, y en su evaluación cuenta con la evaluación diagnóstica y formativa.

Cada módulo se desarrollará en una semana que comprenderá cuarenta horas (40) distribuidas en veinte (20) horas teóricas y veinte (20) horas prácticas

5.4. Objetivos

5.4.1. Objetivos Generales

- Valorar la importancia que debe dársele a la inteligencia emocional de los (as) docentes, de los (as) estudiantes de la Zona Escolar No. 2., de la Dirección Regional de Educación de Panamá Oeste.

- Establecer la necesidad que tiene él y la docente en el manejo adecuado de la inteligencia emocional para desarrollar su labor educativa, en beneficio de los (as) estudiantes de la Zona Escolar No. 2 de la Dirección Regional de Educación de Panamá Oeste.

- Elaborar módulos didácticos que instruyan al docente y la docente sobre la inteligencia emocional y sus características, la inteligencia en el liderazgo de una institución, sobre la relación que existe entre la personalidad y la conducta en el ser humano y sobre los vínculos que se deben establecer entre las emociones y la autoestima para el logro del triunfo como ser humano

- Aplicar los diferentes módulos en seminarios de perfeccionamiento del (la) docente de la Zona Escolar No. 2, de la Dirección Regional de Educación de Panamá Oeste.

5.4.2. Objetivos Específicos

- Identificar las características de la inteligencia emocional que debe poseer todo (a) educador (a).
- Valorar la inteligencia emocional en el liderazgo de la institución educativa
- Establecer la relación que existe entre la personalidad y la conducta en el ser humano
- Establecer los vínculos entre las emociones y la autoestima para el logro del triunfo como ser humano

5.5. Costos

CUADRO DE COSTOS

	Cantidad	Precio Unitario	Total
LIBROS FOTOCOPIADOS	-	-	150.00
LIBROS NUEVOS	-	-	250.00
LEVANTADO DE TEXTO	200	0.5	200.00
IMPRESIONES	400	0.10	40.00
TINTA DE IMPRESORA	4	9.95	41.79
REMAS DE PAGINAS	4	4.25	20.00
MISCELANEOS	-	-	250.00
EMPASTADO	3	15.00	45.00
TOTAL B/.996.79			

5.6. Módulos de capacitación

Se implementarán los de capacitación para docentes de la Zona Escolar No. 2 de la Dirección Regional de Panamá sobre la del conocimiento y manejo de la inteligencia emocional de los (as) educadores (as) y su efectividad en el proceso aprender – aprender.

Programa para la formación continua del y la docente de las escuelas públicas y privadas del sector de Panamá Oeste, en lo que respecta al manejo adecuado de la inteligencia emocional de los (as) educadores (as) y su efectividad en el proceso aprender – aprender

Módulo: 1 Titulo: La inteligencia emocional y sus características.

Duración: una semana Horas: cuarenta (40) Horas teóricas: veinte (20) Horas prácticas: veinte (20)

Objetivo particular: Identificar las características de la inteligencia emocional que debe poseer todo(a) educador(a)

Objetivos Específicos	Contenidos	Estrategias Metodológicas			Evaluación	Bibliografía
		Técnicas de Enseñanza	Actividades de los participantes	Recursos		
1. Describir el concepto de inteligencia emocional y su importancia para el (la) educador (a).	1. Concepto de inteligencia emocional 1.1 Importancia para él (la) educador (a)	1. Dinámica 2. Interrogatorio 3. Exposición Dialogada	1 Participarán de la dinámica 2 Contestarán preguntas del facilitador 3 Participarán de la exposición del tema 4. Resolverán una guía de estudio en grupo 5. Entregarán individualmente una asignación	- Separatas - Transparencias - Una guía de estudio	Diagnóstica: Preguntas orales Formativa: Trabajo en grupo Sumativa Asignación individual	-Daniel Goleman: La inteligencia emocional.

Objetivos Específicos	Contenidos	Estrategias Metodológicas			Evaluación	Bibliografía
		Técnicas de Enseñanza	Actividades de los participantes	Recursos		
2 Reconocer los modelos de los cuatro pilares en el desarrollo de la Inteligencia Emocional en el trabajo	Modelo de (cuatro) 4 pilares 1 Conocimiento emocional 2 Aptitud emocional 3 Profundidad emocional 4. Alquimia emocional	1 Lluvia de Ideas 2 Trabajo en grupo 3 Exposición interactiva.	1. Participarán de la lluvia de ideas. 2. Escucharán la exposición del tema por la facilitadora. 3. Atenderán la explicación de la facilitadora con proyección de transparencia.	- Preguntas - Tablero - Tiza - Borrador - Marcadores - Retroproyector - Transparencias	Diagnóstica Intercambio oral mediante lluvia de ideas	WEISINGER, Heindri La Inteligencia emocional en el trabajo Editorial Javier Vergara 2000 Steve y John Simmons Como medir la Inteligencia Emocional.

Objetivos Específicos	Contenidos	Estrategias Metodológicas			Evaluación	Bibliografía
		Técnicas de Enseñanza	Actividades De los participantes	Recursos		
		4 Trabajo en grupo	4 A partir de la síntesis en grupo redactarán las características de los cuatro pilares en el desarrollo de la Inteligencia Emocional en el trabajo	- Texto escrito	Formativa: Trabajo en grupo	Martín Doris, y Karen Boeck ¿Qué es Inteligencia emocional ?
		5 Trabajo Individual	5 En casa, desarrollarán Asignación individual incluida en la guía de estudio.	- Guía de estudio - Separata		
			6. Escribirán una prueba individual sobre el tópico desarrollado	- Prueba mimeografiada	Sumativa: Prueba escrita individual	

Objetivos Específicos	Contenidos	Estrategias Metodológicas			Evaluación	Bibliografía
		Técnicas de Enseñanza	Actividades de los participantes	Recursos		
3 Identificar las habilidades prácticas de la inteligencia emocional	<p>1. Habilidades prácticas de la inteligencia emocional.</p> <p>2 Concepto de habilidades prácticas</p> <p>3 Clasificación - Inteligencia Intrapersonal -Inteligencia Interpersonal</p>	<p>1 Interrogatorio</p> <p>2 Dinámica</p> <p>3 Exposición dialogada</p>	<p>1 Participarán del interrogatorio oral</p> <p>2 Bajo la guía de la expositora, participarán de una dinámica sobre las habilidades prácticas de la inteligencia emocional</p> <p>3 Participarán de la exposición dialogada de la temática.</p>	<p>- Preguntas y respuestas</p> <p>-Filmina</p> <p>-Retro-proyector</p>	Diagnóstica: Preguntas orales	Valls Roig, Antonio Inteligencia Emocional en la empresa

Objetivos Específicos	Contenidos	Estrategias Metodológicas			Evaluación	Bibliografía
		Técnicas de Enseñanza	Actividades de los participantes	Recursos		
	4. Habilidades del grupo de Inteligencia Intrapersonal -Autoconciencia -Control Emocional - Motivarse y motivar	4 Trabajo en grupo	4. En grupo, resolverán un taller teórico-práctico del tema	-Papel periódico - Marcadores - revista -Folleto	Formativa: Taller práctico	
	5 Habilidades del grupo de inteligencia interpersonal -Empatia -Habilidades sociales	5. Socio drama	5 Organizarán la presentación de un socio drama para poner en práctica las habilidades de la inteligencia emocional.	- Recurso humano	Formativa: Desarrollo de la temática a través de un socio drama.	
			6. Individualmente, resolverán una prueba escrita	-Pluma - Lápiz - Hoja de rayas	Sumativa: Prueba individual sumativa	

Programa para la formación continua del y la docente de las escuelas públicas y privadas del sector de Panamá Oeste, en lo que respecta al manejo adecuado de la inteligencia emocional de los (as) educadores (as) y su efectividad en el proceso aprender – aprender

Módulo: 2 Título: La inteligencia emocional como fuente de seguridad que fortalece el liderazgo de una institución educativa.

Duración: una semana Horas: cuarenta (40)

Horas teóricas: veinte (20)

Horas prácticas: veinte (20)

Objetivo particular: Reafirmar la importancia que tiene la inteligencia emocional como fuente de seguridad que permita el fortalecimiento del liderazgo de una institución educativa.

Objetivos Específicos	Contenidos	Estrategias Metodológicas			Evaluación	Bibliografía
		Técnicas de Enseñanza	Actividades de los participantes	Recursos		
1. Definir el concepto de liderazgo.	1 Concepto de liderazgo	1 Interrogatorio	1. Participarán del interrogatorio oral.	Preguntas y respuestas	Diagnóstica: Sondeó oral.	Robert K Cooper: La inteligencia emocional aplicada al liderazgo y a las organizaciones.
		2 Exposición interactiva	2. Intervendrán en la exposición interactiva del tema	Filminas y retroproyector	Formativa: Contribuirá, individualmente, con nuevas ideas	

Objetivos Específicos	Contenidos	Estrategias Metodológicas			Evaluación	Bibliografía
		Técnicas de Enseñanzas	Actividades de los participantes	Recursos		
2. Identificar las condiciones necesarias para ejercer el liderazgo dentro de una institución educativa.	2. Condiciones necesarias para ejercer el liderazgo de una institución educativa. 2.1. Compromiso con el trabajo	3 Descriptiva	3. Describirán el concepto de Liderazgo 4. Confeccionarán una definición personal de liderazgo.	- Tablero - Tiza Cartapacio y hojas	Diagnóstica: Preguntas orales Formativa: Participación en pequeño grupo de discusión.	Robert K. Cooper. La inteligencia emocional aplicada al liderazgo y a las organizaciones.
		1 Lluvia de ideas 2. Pequeño grupo de discusión	1. Participarán de la lluvia de idea 2. Discutirán agenda e trabajo 3. Desarrollarán trabajo en grupo 4. Expondrán en plenaria el trabajo de grupo.	- Preguntas - Marcador - Tablero - Separata - Papel periódico - Pilotos		

Objetivos Especifico	Contenidos	Estrategias Metodológicas			Evaluación	Bibliografía
		Técnicas de enseñanza	Actividades de los participantes	Recurso		
3 Promover a través del sistema de señales el ejercicio del liderazgo en una institución educativa.	3. Sistemas de Señales 3.1. El arte de la dirección 3.2. El optimismo para un buen equipo 3.3. Cualidades del liderazgo	1 Interrogatorio	5 Elaborar un informe grupal escrito 1. Participarán del interrogatorio sobre el tema.	- Cartapacio - Hojas - Preguntas	Sumativa: Informe grupal Diagnóstica: Participación en interrogatorio oral.	-Daniel Goleman Trabajando con la inteligencia emocional.
		2 Trabajos grupales	2. Resolverán una guía de estudio sobre el tema.	- Guía de estudio	Formativa: Trabajo en grupo mediante guía de estudio.	
		3. Plenaria	3. Expondrán a través de una síntesis dialogada el producto del trabajo en grupo. 4. Prepararán texto escrito con el contenido de la guía.	- Papel periódico - Marcadores - Hojas blancas - Cartapacio	Participación en plenaria Sumativa: Entrega del contenido de la guía de estudio	

Objetivos Específicos	Contenidos	Estrategias Metodológicas			Evaluación	Bibliografía
		Técnicas de Enseñanzas	Actividades de los participantes	Recursos		
4 Demostrar mediante ejemplos prácticos conocimientos emocionales	4 Conocimiento emocionales 4 1 Honestidad emocional 4 2 Energía Emocional Intuición práctica 4 3 El liderazgo con empatía 4 4. Retro-información emocional	1 Lluvia de ideas 2 Trabajo grupal 3 Plenaria 4 Demostración	1 Participarán en la lluvia de idea sobre el tema. 2 Realizarán talleres de trabajo en grupo. 3. Participarán de una síntesis dialogada en grupo 4. Observarán la demostración de los ejemplos prácticos presentados por la facilitadota 5. Imitarán ejemplos prácticos sobre los conocimientos emocionales. 6. Presentarán sus propios ejemplos	- Tablero - Marcador - Borrador - Revistas, libros de consultas - Folletos y apuntes - Láminas - Figuras - Tijeras - Papel periódico - Marcadores	Diagnóstica: Preguntas y respuestas Formativa: Participación en Talleres, plenarias y demostraciones	Daniel Goleman La inteligencia emocional en la empresa

Objetivos Especificos	Contenidos	Estrategias Metodológicas			Evaluación	Bibliografía
		Técnicas de Enseñanzas	Actividades de los participantes	Recursos		
5. Analizar la profundidad que encierra las emociones a través de sus acciones de trabajo.	5. Profundidad emocional 5.1. Compromiso 5.2. Integridad aplicada 5.3. Influencia sin autoridad	1. Interrogatorio 2. Debate dirigido	7. Resolverán una prueba escrita 1. Participarán de un interrogatorio sobre el tema. 2. Discutirán previamente la agenda del tema a debatir. 3. Estudiarán el tema objeto del debate. 4. Participarán del debate del tema.	-Hoja mimeografiada -Pluma - Preguntas - Separata - Recurso humano: moderador. - Computadora - Impresora - Hojas blancas	Sumativa: Individualmente presentarán una prueba de desarrollo. Diagnóstica: Preguntas y respuestas orales. Formativa: Participación en debate dirigido Sumativa: Confección individual de un ensayo sobre el tema: <i>profundidad que encierra las emociones a través de sus acciones de trabajo.</i>	

Programa para la formación continua del y la docente de las escuelas públicas y privadas del sector de Panamá Oeste, en lo que respecta al manejo adecuado de la inteligencia emocional de los (as) educadores (as) y su efectividad en el proceso aprender – aprender

Módulo: 3 Título: La personalidad como componente emocional que dirige la autoestima.

Duración: una semana Hora: cuarenta (40) Horas teóricas: veinte (20) Horas prácticas: veinte (20)

Objetivo particular: Establecer la relación que existe entre la personalidad y la conducta en el ser humano.

Objetivos Específicos	Contenidos	Estrategias Metodológicas			Evaluación	Bibliografía
		Técnicas de Enseñanza	Actividades de los participantes	Recursos		
1. Definir los conceptos de personalidad y autoestima	1. Definición de conceptos: - Personalidad - Autoestima	1. Interrogatorio 2. Trabajo en grupo	1. Participarán del interrogatorio oral 2. Definirán grupalmente ambos conceptos 3. Expondrán en plenaria las definiciones de los grupos. 4. Desarrollarán una prueba escrita	-Preguntas -Transparencias -Retroproyector -Papel manila -marcadores -Hoja mimeografiada y pluma	Diagnóstica: Preguntas y respuestas Formativa: Elaboración de definiciones en grupo. Sumativa: Prueba individual de desarrollo	Robert K Cooper La inteligencia emocional aplicada al liderazgo y a las organizaciones.

Objetivos Específicos	Contenidos	Estrategias Metodológicas			Evaluación	Bibliografía
		Técnicas de Enseñanza	Actividades de los participantes	Recursos		
2 Interpretar las distintas teorías de la personalidad según sus autores.	2 Teorías de la personalidad según autores 2 1 Maslow 2 2 Adler 2 3 Freud 2 4 Erikson	1 Interrogatorio oral 2. Mesa redonda 3. Trabajo individual	1 Participarán del sondeo oral 2. Organizarán mesas redondas en torno a las teorías de la personalidad. 3. Presentación de las teorías a través de las mesas redondas. 4. Interpretar mediante un mapa conceptual las teorías de los diferentes autores tratados.	- Preguntas orales -Libros -Carteles ilustrados -Libros -Computadora -Impresora	Diagnóstica: Sondeo oral Formativa: Presentación de mesas redondas Presentación de mapa conceptual.	CATRET, Amparo ¿Emocionalmente inteligentes? Una nueva dimensión de la personalidad humana.

Objetivos Específicos	Contenidos	Estrategias Metodológicas			Evaluación	Bibliografía
		Técnicas de Enseñanza	Actividades de los participantes	Recursos		
3 Valorar la importancia que tiene el desarrollo de la personalidad.	3. Valoración de la importancia del desarrollo de la personalidad	1. Interrogatorio escrito 2. Video foro 3. Trabajo en grupo	5 Con fines sumativo, perfeccionarán el mapa conceptual (elaborado previamente) 1. Se organizan pequeños grupos, y resolverán el interrogatorio escrito 2 Observarán la proyección de la película 3. Discutirán lo observado 4. Extraerán conclusiones 5. En grupo, confeccionarán una síntesis de lo observado en la película	- Computadora - Impresora - Portafolio - Hojas y pluma. - Película - Sala de proyección - Papel y pluma	Sumativa: - Incorporación en el portafolio de mapas conceptuales de las teorías estudiadas. Diagnóstica: Prueba escrita en pequeños grupos Formativa: Participación en el video foro Presentación de síntesis grupal	Campos, Joaquín. Inteligencia emocional. Sus capacitaciones más humanas.

Objetivos Específicos	Contenidos	Estrategias Metodológicas			Evaluación	Bibliografía
		Técnicas de Enseñanza	Actividades de los participantes	Recursos		
		4. Exposición interactiva	<p>6. Individualmente presentarán una síntesis de lo observado en la película.</p> <p>7. Asignación individual que presentarán en una guía de estudio</p> <p>8. Participarán de una lluvia de ideas sobre el desarrollo de la personalidad.</p> <p>9. Escucharán la intervención del tema por la facilitadora</p> <p>10. Explicación de la facilitadora con proyección de transparencia por medio de un mapa conceptual</p>	<p>-Portafolio</p> <p>- Retroproyector</p> <p>- Transparencias</p>	<p>Sumativa:</p> <p>-Síntesis individual en portafolio.</p> <p>- Exposición dialogada</p> <p>- Trabajo grupal</p> <p>- Talleres</p> <p>Formativa:</p> <p>- Intercambio oral mediante lluvias de ideas</p>	Egan, Gerard. El orientador experto. Un modelo para la ayuda sistemática y la relación interpersonal.

Objetivos Específicos	Contenidos	Estrategias Metodológicas			Evaluación	Bibliografía
		Técnicas de Enseñanza	Actividades de los participantes	Recursos		
4 Analizar el rol de la familia en el desarrollo personal	4 Socialización de la Familia 4.1 Desarrollo Personal 4.2. Concepto de Reciprocidad	1 Dinámica 2 Pequeño grupo de discusión 3. Plenaria	1. Conversatorio en parejas sobre el rol de la familia. 2. Discutirán agenda de trabajo. 3. Desarrollarán trabajo en equipo. 4. Presentarán ante el pleno el análisis de cada grupo 5. Autoevaluarán el trabajo en grupo. 6 Entregarán el informe individual	-Las parejas -Diálogo - Papel periódico - Marcadores - Separatas -Instrumento de auto evaluación -Cartapacio -Hojas	Diagnóstica: conversatorio en pareja Formativa: Participación en pequeño grupo de discusión Presentación en plenaria Autoevaluación del trabajo en grupo. Sumativa: Informe escrito individual	Carrillo, Roberto y Cesario Hernández Dominio de los Valores. Serie del desarrollo de la inteligencia emocional.

Programa para la formación continua del y la docente de las escuelas públicas y privadas del sector de Panamá Oeste, en lo que respecta al manejo adecuado de la inteligencia emocional de los (as) educadores (as) y su efectividad en el proceso aprender – aprender

Módulo: 4 Título: Las emociones y sus manifestaciones como medio de satisfacer las necesidades que provocan, sostienen y dirigen la conducta humana.

Duración: una semana Horas: cuarenta (40) Horas teóricas: veinte (20) Horas prácticas: veinte (20)

Objetivo particular: Identificar las manifestaciones emocionales como medio que permite sostener, dirigir y satisfacer la conducta humana.

Objetivos Específicos	Contenidos	Estrategias Metodológicas			Evaluación	Bibliografía
		Técnicas de Enseñanza	Actividades de los participantes	Recursos		
1. Analizar el origen de las emociones	1 Origen de las emociones	1 Interrogatorio escrito	1. Contestarán preguntas escritas de la guía de estudio	- Preguntas escritas.	Diagnóstica: Preguntas escritas.	PAPALIA, Diane E. y Olds Salí Sicología del desarrollo
		2. Estudio independiente	2. Realizarán lectura de texto y una guía de estudio.	- Texto - Guía de estudio		
			3 Desarrollo de trabajo por los estudiantes.			

Objetivos Específicos	Contenidos	Estrategias Metodológicas			Evaluación	Bibliografía
		Técnicas de Enseñanza	Actividades de los participantes	Recursos		
2 Explicar las distintas teorías de las emociones según autores	2 Teoría de las emociones según autores <ul style="list-style-type: none"> - Maslow - Freud - Bernard Vigotsky 	1 Cuchicheo	<p>4 Presentación en plenaria de informe de lo estudiado.</p> <p>5 Preparación de informe escrito individual</p> <p>1 Escucharán las indicaciones del tema de conversación por pareja.</p> <p>2. Sostendrán la conversación del tema por pareja.</p> <p>3 Presentarán informe de lo conversado al pleno</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Cartapacio - Hojas blancas - Impresora - Computador <p>-Diálogo</p> <p>-Parejas</p>	<p>Formativa: Presentación de informe individual plenaria</p> <p>Sumativa: Informe individual escrito.</p> <p>Diagnóstica: Conversatorio en pareja.</p>	KLINGER, Cynthia y Badillo. Psicología Cognitiva

Objetivos Específicos	Contenidos	Estrategias Metodológicas			Evaluación	Bibliografía
		Técnicas de Enseñanza	Actividades de los participantes	Recursos		
3. Identificar las relaciones entre emociones, necesidades y conducta humana	1. Relación entre emociones, necesidades y conducta humana	1. Interrogatorio escrito	1. Contestarán por escrito las interrogantes formuladas por la facilitadora	- Preguntas - Cintillos - Papel - Plumas	Diagnóstica: Preguntas escritas	RICE, Philip F. Desarrollo humano.
	2. Necesidades que provocan, sostienen y dirigen la conducta humana	2. Exposición dialogada	2. Participarán de una exposición dialogada sobre el tema	- Diálogo - Retro-proyector - Transparencia	Formativa: Participación en exposición dialogada.	
		3. Trabajo grupal	3. Confeccionarán mapa conceptual en grupo	- Portafolio	Participación en Trabajo en grupo	
			4. Entregarán individualmente mapa conceptual	- Computadora - Hojas - Impresora - Tiza - Tablero - Filminas	Sumativa: Presentación individual de mapa conceptual en su portafolio	

Objetivos Específicos	Contenidos	Estrategias Metodológicas			Evaluación	Bibliografía
		Técnicas de Enseñanza	Actividades de los participantes	Recursos		
4 Reconocer en ejemplos cuáles son las emociones que provocan en las personas conductas agresivas	1. Reconocimiento de las emociones que provocan en las personas conductas agresivas.	1. Lluvia de ideas 2. Demostración 3. Estudio de casos	1. Participarán de la lluvia de ideas 2. Observarán la demostración presentada por la profesora. 3. Presentarán ejemplos de emociones que provocan conductas agresivas en las personas 4. En grupo, leerán los casos de personas presentados por la facilitadora.	- Preguntas - Tablero - Marcadores - Borrador - Retroproyector - Filminas - Marcadores - Papel periódico - Guía de estudio de casos	Diagnóstica: Intercambio oral mediante lluvia de ideas Formativa: Participación de la técnica de la demostración	STEINER, Claude y Perry Paul. La educación emocional.

Estrategias Metodológicas

Objetivos Específicos	Contenidos	Estrategias Metodológicas			Evaluación	Bibliografía
		Técnicas de Enseñanza	Actividades de los participantes	Recursos		
			5. Trabajarán en grupo el análisis de los casos 6. Presentarán en grupo, el análisis de los casos estudiados 7. Efectuarán individualmente una prueba escrita.	- Guía de estudio resueltas - Hojas mimeografiadas	Resolución de guía de estudio de casos. Sumativa: Desarrollo de prueba individual de reconocimiento en casos presentados.	
		4. Talleres grupales 5. Síntesis dialogada	8. Realizaran una síntesis en grupo dando ejemplos de emociones que provocan en las personas conductas agresivas		Formativa: Autoevaluación del trabajo en grupo	Carrillo, Roberto y Cesario Hernández. Dominio de los Valores. Serie del desarrollo de la inteligencia emocional.

5.7. Cronograma de aplicación de propuesta.

Tiempo Actividades	Año 2006																											
	Agos.				Sept.				Oct.				Nov.				Dic.				Ene.				Feb.			
	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
Presentación de la propuesta al Director Regional de Educación de Panamá Oeste					■																							
Recopilación de la opinión del Director Regional de Panamá Oeste																												
Presentación de la propuesta al director de perfeccionamiento docente de Panamá Oeste																												
Recopilación de las opiniones del director de perfeccionamiento docente y del supervisor de la zona escolar N° 2 de Panamá Oeste																												
Presentación de la programación analítica a la Dirección Regional de Panamá Oeste																												
Entrega del material para su multiplicación al departamento de perfeccionamiento docente																												
Ejecución de la protesta de formación continua																												
Entrega del informe de evaluación a las autoridades de la Dirección Regional de Educación de Panamá Oeste.																												
Elaborara el informe de evaluación del seminario taller del manejo adecuado de la inteligencia emocional en los(as) educadores(as) y su efectividad en el proceso aprender – aprender																												
Seguimiento.																												

5.8. Procedimientos de ejecución de la propuesta

Procedimiento de Ejecución de la Propuesta			
Actividades	Tiempo		Persona Responsable
	Fecha	Hora	
- Presentar la propuesta al director /a) Regional de Panamá Oeste.	1ra. Semana de septiembre de 2006	11:00 p.m.	Director(a) Regional de Panamá Oeste
- Recopilar la opinión del director regional de Panamá Oeste.	3ra. Semana de septiembre de 2006	1:00 p.m.	Director(a) Regional de Panamá Oeste
- Presentar la propuesta al director de perfeccionamiento docente de la Dirección Regional de Educación Panamá Oeste.	4ta. Semana de septiembre	8:00 p.m.	Director(a) de perfeccionamiento docente de la Dirección Regional de Panamá Oeste
- Recopilar la opinión del director de perfeccionamiento de la Dirección Regional de Panamá Oeste.	2da. Semana de octubre de 2006	2:00 p.m.	Profesora Nydia M^a Peralta

Procedimiento de Ejecución de la Propuesta

Actividades	Tiempo		Persona Responsable
	Fecha	Hora	
- Presentar la programación analítica.	3ra semana de octubre	1:00 p.m. - 3:00 p.m.	Profa. Nydia M ^a Peralta
- Entregar el material para su reproducción.	4ta semana de octubre	2:00 p.m. - 3:00 p.m.	Profa. Nydia M ^a Peralta
- Ejecución de la propuesta de formación continua sobre el manejo adecuado de la inteligencia emocional para los(as) docentes de los Centros Educativos públicos y privados del Sector de Panamá Oeste.			Profa. Nydia M ^a Peralta
Modulo N° 1	2da semana de Enero 2007	8:00 a.m. - 4:00 p.m.	Profa. Nydia M ^a Peralta
Modulo N° 2	3ra semana de enero 2007	8:00 a.m. - 4:00 p.m.	Profa. Nydia M ^a Peralta
Modulo N° 3	4ta semana de enero 2007	8:00 a.m. - 4:00 p.m.	Profa. Nydia M ^a Peralta

Procedimiento de Ejecución de la Propuesta

Actividades	Tiempo		
	Fecha	Hora	Persona Responsable
Modulo N° 4	Ira semana de febrero 2007	8:00 a.m. – 4:00 p.m.	Profa. Nydia M° Peralta
- Seguimiento de la formación continua sobre seminario taller manejo de la inteligencia emocional en los(as) educadores(as) y como incide en el proceso aprender – aprender.	Enero 2007 y Febrero 2007	8:00 a.m. 4:00 p.m.	Profa. Nydia M° Peralta.

CONCLUSIÓN

CONCLUSIONES

Después de haber finalizado nuestro estudio hemos podido llegar a las siguientes conclusiones

- El estudio nos revela que los (as) docentes requieren de un manejo adecuado de la inteligencia emocional en el aula que contribuya a formar educandos autónomos, independientes que puedan enfrentarse por sí mismo a nuevas situaciones de aprendizaje y que lo lleven a aprender-aprender
- Los resultados en la investigación indican que la mayoría de los (as) docentes, en su perfil profesional, no evidencian fortaleza en relación al conocimiento y manejo de la Inteligencia Emocional, pues solamente han escuchado hablar de la inteligencia emocional.
- La investigación nos permitió comprender que existe una estrecha relación entre el proceso aprender aprender y el desarrollo de la Inteligencia Emocional, entre docentes y educandos.
- El estudio nos llevó a identificar las cualidades que distinguen a los (as) educadores (as) con manejo de sus emociones en forma adecuada para su desempeño profesional satisfactorio
- El conocimiento y manejo de la Inteligencia Emocional contribuye a fortalecer el liderazgo de los (as) docentes dentro de las instituciones educativas

El conocimiento y manejo de la Inteligencia emocional por los (as) docentes se constituye en fuente de seguridad en las instituciones educativas

RECOMENDACIÓN

RECOMENDACIONES

Como resultado de la investigación proporcionaremos las siguientes recomendaciones.

- Organizar una jornada de capacitación al cuerpo docente de la Zona Escolar N° 2 sobre el manejo de la Inteligencia Emocional.
- Brindar a los docentes capacitación profesional relacionada con el proceso de "Aprender a Aprender" enfocada en nuevas técnicas y estrategias metodológicas enfrentándolo ante experiencias previas que lo conducirán a Aprender a Aprender en forma independiente.
- Ofrecer diversas oportunidades a los docentes de la Zona Escolar No. 2 de la Región Educativa de Panamá Oeste en relación a los conocimientos sobre la temática de la inteligencia emocional en el fortalecimiento del liderazgo de centros o instituciones educativas.
- Brindar apoyo a los educadores a través de un personal idóneo (psicólogo, trabajador social, entre otros) en cuanto a la capacitación acerca de la inteligencia emocional como fuente de seguridad entre docentes y educandos.
- Establecer y fortalecer los vínculos entre las emociones y autoestima de los (as) docentes y educandos para el logro de una enseñanza aprendizaje de calidad.

- Reafirmar la enseñanza de los valores dentro de las instituciones educativas tendiente al mejoramiento de la conducta de los (as) **estudiantes**
- Capacitar al docente en el manejo y caracterización de la Inteligencia Emocional, frente a sus diversas manifestaciones emocionales de los (as) educandos

BIBLIOGRAFÍA

BIBLIOGRAFÍA

- AGUILAR, Kubli Eduardo y Alfonso Jáuregui. **Trabajar con una buena comunicación. Cómo ser mejor todos los días.** Serie desarrollo de la inteligencia emocional. Árbol editorial S.A., DECV. México, 1996
- AGUILAR, Kubli Eduardo y Alfonso Jáuregui. **Trabajar con metas claras y buen manejo del tiempo.** Serie de desarrollo de la inteligencia emocional. Árbol editorial S.A., DECV. México, 1998.
- ASTROMMEN, Ellen A. **Sicología del desarrollo edad escolar.** Editorial El manual moderno, S.A., 1991.
- BARRIGA, Frida y Hernández Gerardo R. **Estrategias docentes para un aprendizaje significativo.** Editorial McGraw-Hill. México 1998.
- BOYATZIS, Richard, GOLEMAN Daniel y MCKEE Annie. **"El líder resonante"**. Ed. Plaza y Janés. 2002. España.
- BYXARRAIS, Rosa M. **La formación del profesorado en Educación en valores. Propuesta y materiales.** Editorial Deshelé de Brouwer, S.A. España, 2000
- CAMPOS, Joaquín. **Inteligencia emocional. Sus capacitaciones más humanas.** Editorial San Pablo. España, 2001.
- CARVER, Charles y Sheier Michael F. **Teorías de la personalidad.** Editorial Prentice - Hall. México, 1997.

- CARRILLO, Roberto y Cesario Hernández **Dominio los valores. Serie del desarrollo de la inteligencia emocional.** Árbol editorial S.A. D E C V, México, 1995.
- CATRET, Amparo **¿Emocionalmente inteligentes? Una nueva dimensión de la personalidad humana.** Ediciones Palabras, S.A. Madrid – España, 2001.
- CRAIH, Grace J **Desarrollo, Psicología.** Editora Prentice - Hall Hispanoamericana, S.A., México, 1997.
- COOPER, Robert y Sawaf Ayman. **La inteligencia emocional aplicada al liderazgo y a las organizaciones.** Editorial Norma S. A. Colombia, 1997.
- DEVALLE, Alicia y Vega Viviana. **La capacitación docente.** Editorial Magisterio del Río de la Plata. Argentina, 1997.
- DOBLES Yzaguirre y otros. **Investigación en educación.** Editorial Universidad Estatal a Distancia. Costa Rica, 1998.
- EGAN, Gerard **El orientador experto. Un modelo para la ayuda sistemática y la relación interpersonal.** Editorial Iberoamericana. México, 1989.
- FERRERES, Vicente e Imbernón Francisco. **Formación y actualización para la función pedagógica.** Editorial Magisterio del Río de la Plata. Argentina, 1999.
- FLORES, Rafael **Evaluación Pedagógica y Cognición.** Editorial Kairós, S A México, 1999.

- GOLEMAN, Daniel. **La inteligencia emocional, S.A** , México, 1997.
- GOLEMAN, Daniel. **La inteligencia emocional en la empresa.**, Javier Vergara Editor S.A., Primera Edición, Buenos Aires, 1997.
- GOLEMAN, Daniel. **Trabajando con la Inteligencia Emocional.** Bantman Books, 1998.
- GOLEMAN, Daniel. **Emociones Destructivas: como entenderlas y superarlas** Editorial Kairos. S.A., 2003.
- GOLEMAN, Daniel. **La práctica en la inteligencia emocional.** Editorial Kairós. S.A México, 1999.
- GÓLCHER, Ileana. **Escribe y sustente su tesis.** Ediciones Ileana Gólcher. Panamá, 1995.
- IMBERNÓN, Francisco. **La formación del profesorado (formar para innovar).** Editorial Magisterio del Río de la Plata. Argentina, 1996.
- JACKSON, Harry y Thomas Ardí. **Aprendizaje y cognición.** Editorial Isabel Capella, España, 1998.
- KLINGER, Cynthia y Vladillo. **Psicología Cognitiva.** 1999.
- MARÍN, Carlos. **Familia, Escuela y Valores.** Editorial Indo-American Press Service limitada. Colombia, 1999.

- MARTÍN, Doris y Karen Boeck. **Qué es inteligencia emocional.** Cómo lograr que las emociones determinen nuestro triunfo en todos los ámbitos de la vida. EDAF Madrid, España. 2000.
- MAURICE, Elias **Educación con inteligencia emocional** Plaza Janés, S.A. España, 2001,
- MIRA, Emilio y López. **Sicología del niño y del adolescente.** Editorial El Ateneo. Argentina, 1999.
- MORRIS, Charles. **Psicología un nuevo enfoque.** Editorial McGraw Hill, Internacional. México 2000.
- MUSSEN, Paúl Henry y otros. **Desarrollo de la personalidad en el niño.** Editorial Trillas. México, 1991.
- PAPALIA, Diane E. y Olds Salí. **Sicología del desarrollo.** Editorial McGraw Hill, S.A. México 1991.
- RICE, Philip F. **Desarrollo humano.** Prentice – Hall Hispanoamericana, S.A., México, 1997.
- RYDACK, David. **Trabaja con su inteligencia emocional.** Editorial EDAF, S.A. España, 1998.
- ROMAN, Lourdes. **Consejo y ejercicio práctico para desarrollar la inteligencia emocional en los niños.** Editorial Acento 2000 S L. España, 2000
- SAMPIER, Roberto **Metodología de la investigación.** Editorial McGraw Hill Interamericana, México, 1997.

SHAPIRO, Lawrence E. **La Inteligencia emocional de los niños**. Ediciones B. Argentina, S A. 2001.

Simmons, Steve y Simmons John **Cómo medir la inteligencia emocional**. Edaf Psicología y Auto ayuda- Madrid. 1998.

STEINER, Claude y Perry Paul. **La educación emocional**. Javier Vergara Editor S A , Primer Edición, Buenos Aires, Argentina, 1998.

SUÁREZ, Reynaldo **La educación su filosofía, su psicología, su método**. Editorial Trillas, México, 1997

VALERA = Reyna **BIBLIA**

VALLS, Roig Antonio **Inteligencia Emocional en la empresa**, Ediciones Gestión 2000 S.A., Barcelona, 1997

WEISINGER, Heindri **La inteligencia emocional en el trabajo**. Edit. Javier Vergara 2000.

Folleto

Sandoval Adriana de, **Salud y sociedad**. Capítulo, 2001.

Revista

Guijarro, Antonio. **El síndrome de la abuela esclava**. 2000.

Panorama católico, 2004.

Enciclopedia

Psicología y Pedagogía, 2000

Enciclopedia Ciencias de La Educación . Editorial Euro Méjico

INTERNET

www.monografias.com/trabajos10/inemshtml

www.inteligencia_emocional.org/ie_en_la_educación/la_inteligencia_emocional_en_la_educación1.htm

ANEXOS

UNIVERSIDAD DE PANAMÁ
CENTRO REGIONAL UNIVERSITARIO DE PANAMÁ OESTE
VICERRECTORÍA DE INVESTIGACIÓN Y POSTGRADO
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN

ITEMS	SIEMPRE	CASI SIEMPRE	POCAS VECES	NINGUNA
1 Se debe utilizar un perfil de puntos fuertes y débiles de cada persona, con el propósito de conocer lo que se debe mejorar				
2. Las aptitudes de la inteligencia emocional (colaboración y cooperación, habilidades de equipo, empatía, comunicación, etc). Favorecer el proceso de crecimiento de la inteligencia grupal en el equipo				
3 La habilidad de manejar los sentimientos es de mayor importancia para la eficacia en el manejo de las relaciones laborales				
4 Los criterios educativos van a depender en gran medida de la personalidad y de la escala de valores				
5 El elemento humano es de gran importancia para la efectividad en los equipos de trabajo.				
6 Las habilidades emocionales se educan mediante las aptitudes, el clima del aula y el modo de interactuar				
7 Todo (a) educador (a) que piense que es emocionalmente inteligente puede conocer las emociones tanto propias como ajenas.				
8 Toda persona tiene la capacidad de desempeñarse exitosamente manteniendo relaciones positivas con todos los que le rodean				
9 La Inteligencia emocional determina el potencial para aprender las habilidades prácticas y la aptitud emocional				
10 Se debe capacitar a los (las) docentes sobre la inteligencia emocional.				
11 Se organiza capacitaciones a los (las) educadores (as) sobre el manejo adecuado de la inteligencia emocional				
12 La conciencia de uno mismo es un instrumento valiosísimo para el cambio				
13 La Inteligencia emocional juega un papel preponderante en el camino que conduce al éxito de las personas.				

UNIVERSIDAD DE PANAMÁ
CENTRO REGIONAL UNIVERSITARIO DE PANAMÁ OESTE
VICERRECTORÍA DE INVESTIGACIÓN Y POSTGRADO
Facultad de Ciencias de la Educación

Encuesta aplicada al Técnico Docente de Perfeccionamiento, Coordinadora y Supervisora de la Dirección Regional de Educación de Panamá Oeste

Con el propósito de realizar el trabajo de graduación; que me permitirá obtener el Título de Maestría en Docencia Superior, agradezco su apoyo en la contestación de la presente entrevista, con el objetivo de conocer aspectos relacionados con el manejo adecuado de la Inteligencia Emocional en los educadores

1 ¿Considera usted que se debe utilizar un perfil de puntos fuertes y débiles de cada persona, con el propósito de conocer lo que se debe mejorar?

Siempre Casi siempre Pocas veces Ninguna

Explique? _____

2 ¿Cree usted que las aptitudes de la inteligencia emocional (colaboración y cooperación, habilidades de equipo, empatía, comunicación, etc), favorecen el proceso de crecimiento de la inteligencia grupal en el equipo?

Siempre Casi siempre Pocas veces Ninguna

Explique? _____

3 ¿Cree Usted que la habilidad de manejar los sentimientos es de mayor importancia para la eficacia en el manejo de las relaciones laborales?

Siempre Casi siempre Pocas veces Ninguna

Explique? _____

4 ¿Cree Usted que los criterios educativos van a depender en gran medida de la personalidad y de la escala de valores?

Siempre Casi siempre Pocas veces Ninguna

Explique? _____

5 ¿Considera usted que el elemento humano es de gran importancia para la efectividad en los equipos de trabajo.?

Siempre Casi siempre Pocas veces Ninguna

Explique? _____

6 ¿Cree Usted que las habilidades emocionales se educan mediante las aptitudes, el clima del aula y el modo de interactuar?

Siempre Casi siempre Pocas veces Ninguna

Explique? _____

7 ¿Todo (a) educador (a) que piense que es emocionalmente inteligente puede conocer las emociones tanto propias como ajenas.?

Siempre Casi siempre Pocas veces Ninguna

Explique? _____

8 ¿Cree usted que toda persona tiene la capacidad de desempeñarse exitosamente manteniendo relaciones positivas con todos los que le rodean.?

Siempre Casi siempre Pocas veces Ninguna

Explique? _____

9 ¿Considera usted que se debe aplicar la Inteligencia emocional para determinar el potencial para aprender las habilidades prácticas y la aptitud emocional?

Siempre Casi siempre Pocas veces Ninguna

Explique? _____

10 ¿Cree Usted que se debe capacitar a los (las) docentes sobre la inteligencia emocional.?

Siempre Casi siempre Pocas veces Ninguna

Explique? _____

11 ¿Considera usted que se debe organizar capacitaciones a los (las) educadores (as) sobre el manejo adecuado de la inteligencia emocional?

Siempre Casi siempre Pocas veces Ninguna

Explique? _____

12 ¿Cree usted que la conciencia de uno mismo es un instrumento valioso para el cambio?

Siempre Casi siempre Pocas veces Ninguna

Explique? _____

13 ¿Considera usted que la Inteligencia emocional juega un papel preponderante en el camino que conduce al éxito de las personas.?

Siempre Casi siempre Pocas veces Ninguna

Explique? _____

UNIVERSIDAD DE PANAMÁ
CENTRO REGIONAL UNIVERSITARIO DE PANAMÁ OESTE
VICERRECTORÍA DE INVESTIGACIÓN Y POSTGRADO
Facultad de Ciencias de la Educación

Respetados (as) educadores (as) con el objeto de recabar información sobre el conocimiento y manejo de la INTELIGENCIA EMOCIONAL, a continuación se le presenta esta encuesta. Se agradece de antemano su valiosa colaboración y apoyo.

Coloque sobre la línea de su preferencia un gancho (✓)

- 1 Sexo
- | | | |
|------|-----------|-------|
| 1.1. | Femenino | _____ |
| 1.2 | Masculino | _____ |
- 2 Estado Civil
- | | | |
|------|------------|-------|
| 2.1. | Soltero | _____ |
| 2.2 | Casado | _____ |
| 2.3. | Unido | _____ |
| 2.4 | Divorciado | _____ |
| 2.5. | Viudo | _____ |
3. Edad
- | | | |
|------|--------------|-------|
| 3.1. | 18 a 25 años | _____ |
| 3.2 | 26 a 33 años | _____ |
| 3.3. | 34 a 41 años | _____ |
| 3.4. | 42 y más | _____ |
- 4 Área de trabajo
- | | | |
|------|-------------|-------|
| 4.1 | Urbana | _____ |
| 4.2. | Semi Urbana | _____ |
| 4.3 | Rural | _____ |
- 5 Labora en
- | | | |
|------|----------------|-------|
| 5.1 | La Primaria | _____ |
| 5.2 | La Secundaria | _____ |
| 5.3. | La Universidad | _____ |
- 6 ¿Ha escuchado hablar sobre la Inteligencia Emocional?
- | | | |
|-----|----|-------|
| 6.1 | Si | _____ |
| 6.2 | No | _____ |
- 7 ¿Cree usted que la Inteligencia Emocional es importante para el ser humano, qué tanto?
- | | | |
|------|-------|-------|
| 7.1. | Mucho | _____ |
|------|-------|-------|

7.2 Poco
7.3 Nada

Explique _____

8 ¿Cree usted que todo (a) educador (a) debe aprender a manejar sus propias emociones y la de los (as) demás?

8.1 Si _____
8.2 No _____

Explique: _____

9 ¿Independientemente de su cátedra, hace énfasis en la importancia del manejo adecuado de sus emociones?

9.1 Muchas veces _____
9.2 algunas veces _____
9.3 Pocas veces _____

10 ¿Estaría dispuesto (a) a realizar ciertos cambios, en el desarrollo de sus clases en el aula, con el fin de mejorar el rendimiento académico de sus estudiantes?

10.1 Si _____
10.2 No _____

Explique: _____

11. ¿Cómo consideraría usted el fomentar la transformación en beneficio de sus compañeros (as), dándole un enfoque de Inteligencia Emocional y como manejarla (as)?

11.1. Muy interesante _____
11.2. Bastante interesante _____
11.3. Poco interesante _____
11.4. Nada interesante _____