



ESCUELA DE POSGRADO
UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

Programa “CONSTRUYE T” para el desarrollo de la
inteligencia emocional en estudiantes de una institución
educativa de Huamachuco, 2019

TESIS PARA OBTENER EL GRADO ACADÉMICO DE:
MAESTRA EN INTERVENCIÓN PSICOLÓGICA

AUTORA:

Br. ASTO PAREDES, INES OLIVIA
(0000-0002-3568-8146)

ASESOR:

Mg. MERINO HIDALGO, DARWIN RICHARD
(0000-0001-9213-0475)

SECCIÓN

HUMANIDADES

LÍNEA DE INVESTIGACIÓN

MODELO DE INTERVENCIÓN PSICOLÓGICA

PERÚ - 2019

PÁGINA DEL JURADO

Dra. CAMPOS MAZA, Carmen Cristina
Presidenta

Dra. CRUZADO VALLEJO, María Peregrina
Secretaria

Mg. MERINO HIDALGO, Darwin Richard
Vocal

DEDICATORIA

A Dios y mi amado Seráfico San Francisco de Asís, por la vida, salud, amor y sabiduría para disfrutar de las bendiciones que me brindan día con día.

A mis adorados padres y hermanas, que sin su apoyo no hubiera logrado mi meta profesional, su apoyo moral y entusiasmo para seguir adelante en mis propósitos y enseñarme que con unión y perseverancia se llega a ser cada día mejor. Gracias por cuidar en cada ausencia a nuestra hermosa Gabriela Kalessy.

A mi amor bonito, Darwin por su amor, cariño y comprensión en nuestra relación, por regalarme un amor incalculable: nuestra hermosa princesa que es nuestro mejor motor y motivo por quien luchamos para crecer como padres. Gracias por tu confianza y por haberme brindado el tiempo necesario para desarrollarme profesionalmente.

Para ti mi hermosa hija Gabriela Kalessy por ser el amor más bonito que Dios me ha regalado, por enseñarme que eres una guerrera y que nada es imposible porque te tengo a ti.

Eres mi motivación y alegría en cada momento, perdón por mis ausencias y gracias por cada momento vivido. Te amo infinitamente mi pequeña hermosa.

AGRADECIMIENTO

Iniciar la maestría y enterarme que venias en camino fue la mejor motivación para cumplir mi meta y así enseñarte que en nuestra vida todo se puede mientras le pongamos garra y coraje. Gracias mi amada Gabriela Kalessy por haberme escogido como madre y llegar en el momento exacto a mi vida, eres mi mayor felicidad y mi más grande anhelo de hacer de ti la mejor persona.

Mi profundo e infinito agradecimiento a la Universidad César Vallejo por permitirme crecer profesionalmente, a los evaluados que participaron en esta investigación y a todos los docentes que durante este proceso de enseñanza me han permitido aprender y con sus orientaciones me han permitido continuar con esta investigación.

DECLARATORIA DE AUTENTICIDAD

Yo, Ines Olivia Asto Paredes, estudiante del programa maestría en Intervención Psicológica de la escuela de Posgrado de la Universidad César Vallejo - Trujillo, declaro que el trabajo académico titulado: Programa "CONSTRUYE T" para el desarrollo de la inteligencia emocional en estudiantes de una institución educativa de Huamachuco, 2019, es de mi autoría.

Por lo tanto, declaro lo siguiente:

1. He mencionado todas las fuentes empleadas en el presente trabajo de investigación, identificando correctamente toda cita textual o de paráfrasis proveniente de otras fuentes, de acuerdo con lo establecido por las normas de elaboración de trabajos académicos.
2. No he utilizado ninguna otra fuente distinta de aquellas expresamente señaladas en este trabajo.
3. Este trabajo de investigación no ha sido previamente presentado completa ni parcialmente para la obtención de otro grado académico.
4. Soy consciente de que mi trabajo puede ser revisado electrónicamente en búsqueda de plagios.
5. De encontrar uso de material ajeno sin el debido reconocimiento de su fuente o autor, me someto a las sanciones que determinan el procedimiento disciplinario.

Trujillo, 05 de agosto del 2019



Br. Ines Olivia Asto Paredes

DNI 45909854

PRESENTACIÓN

Señores miembros del jurado evaluador:

De conformidad con los lineamientos técnicos establecidos en el reglamento de grados y títulos de la escuela de Posgrado de la Universidad Cesar Vallejo, presento a ustedes la tesis titulada: Programa “CONSTRUYE T” para el desarrollo de la inteligencia emocional en estudiantes de una Institución educativa de Huamachuco, 2019 para su consideración, apreciación y valoración correspondiente.

Este trabajo tiene como finalidad la obtención del grado de Magister en intervención psicológica.

La presente investigación tiene como objetivo general determinar la influencia del Programa “Construye T” para el desarrollo de la Inteligencia emocional en estudiantes de una institución educativa de Huamachuco.

Se propone nuevas alternativas de intervención con el fin de contribuir a la mejora de la educación.

El presente trabajo consta de hojas preliminares, siete capítulos como son: introducción, método, resultados, discusión, conclusiones, recomendaciones y referencias bibliográficas, finalizando con los anexos.

Agradezco las críticas y sugerencias que servirán para enriquecer y mejorar el presente estudio.

La autora

ÍNDICE

PÁGINA DE JURADO	ii
DEDICATORIA	iii
AGRADECIMIENTO	iv
DECLARACIÓN DE AUTENTICIDAD	v
PRESENTACIÓN	vi
ÍNDICE	vii
ÍNDICE DE TABLAS	ix
RESUMEN	xi
ABSTRACT	xii
I. INTRODUCCIÓN	13
1.1. Realidad Problemática	13
1.2. Trabajos previos	17
1.3. Teorías relacionadas al tema	23
1.4. Formulación del problema	33
1.5. Justificación del estudio	34
1.6. Hipótesis	34
1.7. Objetivos	35
II. MÉTODO	36
2.1. Tipo de investigación	36
2.2. Diseño de Investigación	36
2.3. Variables, Operacionalización	37
2.4. Población y muestra	40
2.5. Técnica e instrumentos de recolección de datos	40
2.6. Métodos de análisis de datos	41
2.7. Aspectos éticos	42
III. RESULTADOS	43
IV. DISCUSIÓN DE RESULTADOS	53
V. CONCLUSIONES	59
VI. RECOMENDACIONES	62
VII. REFERENCIAS	63
ANEXOS	67

Anexo 01: Test “Conociendo mis Emociones”	67
Anexo 02: carta de consentimiento informado	72
Anexo 03: Programa “CONSTRUYE T”	74
Anexo 04: respuesta a solicitud para aplicación de taller en I. E	120
Anexo 05: constancia de termino de programa	121

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla N° 01

Distribución de la muestra de estudiantes del 3º grado de primaria de la institución educativa N° 80921 de Huamachuco 40

Tabla 2

Distribución según nivel de Inteligencia emocional en integrantes del grupo experimental antes y después de la aplicación del programa “Construye T” en estudiantes de una I.E. de Huamachuco 43

Tabla 3

Distribución según nivel de Inteligencia emocional en estudiantes del grupo control antes y después de la aplicación del programa en una I.E. de Huamachuco 44

Tabla 4

Resultados en la comparación de la Inteligencia emocional antes y después de la aplicación del programa “Construye T” en estudiantes de los grupos experimental y control de una I.E. de Huamachuco 45

Tabla 5

Resultados en la comparación en la dimensión relaciones interpersonales de la Inteligencia emocional antes y después de la aplicación del programa “Construye T” en estudiantes de los grupos experimental y control de una I.E. de Huamachuco 46

Tabla 6

Resultados en la comparación en la dimensión relaciones intrapersonales de la Inteligencia emocional antes y después de la aplicación del programa “Construye T” en estudiantes de los grupos experimental y control de una I.E. de Huamachuco 47

Tabla 7

Resultados en la comparación en la dimensión adaptabilidad de la inteligencia emocional antes y después de la aplicación del programa “Construye T” en estudiantes de los grupos experimental y control de una I.E. de Huamachuco

48

Tabla 8

Resultados en la comparación en la dimensión ánimo general de la Inteligencia emocional antes y después de la aplicación del programa “Construye T” en estudiantes de los grupos experimental y control de una I.E. de Huamachuco

49

Tabla 9

Resultados en la comparación en la dimensión manejo de emociones de la Inteligencia emocional antes y después de la aplicación del programa “Construye T” en estudiantes de los grupos experimental y control de una I.E. de Huamachuco

50

Tabla 10

Prueba de normalidad de las puntuaciones en Inteligencia emocional, antes de la aplicación del programa “Construye T” en estudiantes de los grupos experimental y control de una I.E. de Huamachuco

51

Tabla 11

Prueba de normalidad de las puntuaciones en Inteligencia emocional, después de la aplicación del programa “Construye T” en estudiantes de los grupos experimental y control de una I.E. de Huamachuco

52

RESUMEN

El interés de la investigación es fomentar el desarrollo de la Inteligencia emocional en estudiantes, la misma que tiene como objetivo determinar la influencia del programa “Construye T” para el desarrollo de la Inteligencia emocional en estudiantes de una institución educativa de Huamachuco.

El diseño de la investigación es cuasi experimental, se trabajó con una población constituida por 44 estudiantes, 21 del grupo experimental y 23 del grupo control, a quienes se le aplicó el Test conociendo mis emociones como pre test y postest.

El programa “Construye T” contó de 12 sesiones, con un tiempo de duración de 45 minutos por sesión. Los resultados permitieron identificar el nivel en la variable dependiente, el análisis inferencial se realizó con la prueba de normalidad de Shapiro Wilk, con la que se identificó una distribución asimétrica en los puntajes obtenidos por el grupo experimental y control, antes y después de la aplicación del taller. Se concluye que el programa influye en el desarrollo de la Inteligencia Emocional en estudiantes de 3º grado de primaria.

Palabras claves: programa, inteligencia emocional.

ABSTRACT

The interest of the research is to promote the development of Emotional Intelligence in students, which aims to determine the influence of the "Build T" Program for the development of emotional intelligence in students of an educational institution in Huamachuco.

The design of the research is almost experimental, we worked with a population consisting of 44 students, 21 from the experimental group and 23 from the control group, to whom the Test Knowing My Emotions was applied as a pretest and posttest.

The "Build T" program had 12 sessions, with a duration of 45 minutes per session. The results allowed to identify the level in the dependent variable, the inferential analysis was performed with the Shapiro Wilk normality test, with which an asymmetric distribution was identified in the scores obtained by the experimental and control group, before and after the application of the workshop. It is concluded that the program influences the development of Emotional Intelligence in 3rd grade students.

Keywords: program, emotional intelligence.

I. INTRODUCCIÓN

1.1. Realidad Problemática

Mundialmente, el concepto sobre inteligencia emocional se utiliza desde diferentes contextos, no es un término que solo se utiliza en el campo de la salud mental, sino también en el ámbito social, deportivo, académico, de las relaciones sociales, entre otros; en los diferentes ámbitos se coincide la idea general de que este concepto está relacionado a la forma como pensamos, sentimos y realizamos sobre nosotros mismos. Lo adecuado e importante debe ser mantener un equilibrio, que permita un bienestar emocional y poseer habilidades para enfrentar las diferentes actividades de la vida diaria en una forma apropiada y efectiva. (Perea, 2002).

Según la Organización Mundial de la Salud (2013), menciona que la salud es “estado de completo bienestar físico, mental y social, y no solamente la ausencia de afecciones o enfermedades”, se considera que uno de los aspectos más importante es la gestión emocional porque es un componente del desarrollo y mantenimiento de un estado de completo bienestar físico, mental y social.

El nivel de desarrollo de la Inteligencia Emocional no se determina genéticamente y no tiene desarrollo exclusivo en la etapa de la infancia, en contraste con el coeficiente intelectual que se modifica después de cumplir los diez años; las habilidades emocionales se establecen como un proceso de aprendizaje que es más pausado pero que persiste durante el periodo de vida del ser humano, teniendo la capacidad de aprender, recordar y mejorar experiencias, las personas desarrollan de manera paulatina este tipo de actividades, en la medida que cada uno sea capaz de madurar, mejorar y manejar sus propias emociones o impulsos, motivarse de manera intrínseca y extrínsecamente, mejorar sus habilidades sociales, entre otras. La madurez es la palabra con la que se ha hecho referencia a la inteligencia emocional (Goleman, 1995).

En el Perú, se ha presentado el único proyecto de ley N° 3523/2018 – Congreso de la República que expone la necesidad pública y de vital interés nacional la incorporación del enfoque de educación emocional y social en los contenidos curriculares de la educación básica regular, sin embargo, hasta la fecha su estado está en dictamen. En dicho proyecto se hace referencia y comparaciones al éxito escolar que han tenido distintos países implementando políticas de educación emocional, el cual describen:

La educación emocional en Estados Unidos; en el modelo americano, se centra que la transversalización del enfoque de educación emocional puede actuar como un eficiente catalizador de la violencia, fortaleciendo las medidas de prevención de la violencia y a favor de la salud mental. Existen leyes que promueven principalmente el potenciar la evaluación nacional de programas escolares de educación emocional.

Alber Alegre, desarrolló una ponencia para la Universidad de Barcelona, acerca de la implementación del enfoque de la educación emocional en las escuelas americanas, en el estudio señala que el 15% y el 22% de los niños americanos perciben problemas emocionales con respecto al ambiente social, estados de ánimo cambiante que provoca una mala salud mental, los cuales la mayoría de ellos requieren asistencia por profesionales de la salud mental; así también en un porcentaje del 25 o 30% sufren de inconvenientes para la adaptación en el ambiente escolar y el 27% de los escolares han sido víctimas de sucesos por bullying en las escuelas, siendo estos episodios tratables a partir de la Educación Emocional. Esta necesidad, los ha llevado a implementar en el 59% de las escuelas un currículo social y emocional que comprenda entre los temas; disciplina en el aula, resolución de conflictos, prevención de la violencia, aprendizaje cooperativo y participación democrática. Frente a esto los Estados fueron aplicando iniciativas interesantes e ir poniendo mayor énfasis en la educación afectiva, existiendo a la fecha diversas

iniciativas privadas que trabajan de la mano para la capacitación de docentes y talleres para los alumnos en educación emocional.

En Argentina, donde los factores educativos, sociales y ambientales pueden ser la causa de problemas escolares que no permitan el progreso del estudiante, en ese sentido, se han realizado diferentes programas: sin afecto no se aprende ni se crece (programa para fortalecimiento de recursos expresivos, cognoscitivos y académicos). Programa clima emocional positivo en el aula (formación en educación emocional y social a maestros y profesionales de la educación). Además, en este país, como parte de la formación académica, se evalúa el contexto emocional en el sistema educativo a través de la denominada entrevista guiada para evaluar destrezas y capacidades en niños y adolescentes para el ámbito escolar.

En el Perú uno de cada ocho niños - adolescentes han padecido problemas de salud mental en algún momento de su vida; en Lima el 8.6% han sufrido depresión; el 7.8% de menores ayacuchanos presentaron perturbaciones con respecto a la ansiedad y un 5.8% de puneños revelan dificultades en conductas al consumo de sustancias tóxicas como el alcohol. Según los especialistas, refieren que, en el Perú, el principal problema de salud emocional es la depresión en niños y adolescentes, siendo una posición común con repercusiones en la familia, sociedad, los cuales se puede seguir manifestando en la etapa de la adultez. Ante la falta de implementación de la perspectiva de educación emocional y social en los contenidos educativos, al 31 de julio del año 2018, se han reportado a la plataforma de denuncias SiSEVE del Ministerio de Educación, 10936 casos de violencia física, 9187 casos de violencia verbal, 7728 casos de violencia psicológica, entre otras cifras de instituciones públicas y privadas. Solo en año pasado se ha registrado 5,591 denuncias, mientras que la información de Younh Voice Perú realizada por Save The Children en el año 2017, en los meses de Julio a Setiembre, se informó que, en las 16 regiones del país, 2617 adolescentes entre 12 y 17 años en edad escolar han

sentido acoso, siendo el 39.9%. De las cifras citadas, se observa que van aumentando a pesar de contar con marco legal, protocolos de atención dirigidos a la recuperación de la víctima y la rehabilitación del agresor, lo cual demuestra que no solo los procedimientos no están funcionando sino la ausencia total de herramientas educativas de prevención de la violencia. Puesto que el proceso educativo está orientado a favorecer el aprendizaje cognitivo dejando de lado el abordaje de las emociones y los sentimientos de los niños y adolescentes, siendo que el contenido curricular no coopera para su efectivo desarrollo, razón por la cual se sostiene que la transversalización de la perspectiva de aprendizaje emocional fortalecerá los mecanismos preventivos contra la violencia y promoverá la atención de la salud mental de los menores de edad. Los esfuerzos del Ministerio de Educación por implementar la educación emocional han sido mínimos y dispersos; en educación primaria se han establecido competencias para el área de tutoría como parte de la formación que se debe ofrecer a los alumnos de las Instituciones Educativas, para así comprender las necesidades que están vinculadas a su desarrollo socioemocional y bienestar integral. Aun no se han aprobado el nuevo Currículo Nacional de Educación Básica (CNEB) por parte del Ministerio de Educación y se está implementando de manera progresiva, además entre las acciones de implementación, el aprendizaje emocional solo se ha planteado desde la realización de actividades deportivas.

Por las razones antes expuestas se plantea la aplicación del programa “Construye T” para el desarrollo de inteligencia emocional en estudiantes de una Institución educativa de Huamachuco, con el fin de brindar recursos necesarios para promover elementos que permitan el desarrollo en los niños y así mejorar la situación actual existente.

1.2. Trabajos previos

Internacional

Ponce y Aguaded (2006) en el trabajo de investigación denominada “Evaluación de un programa de intervención educativa en inteligencia emocional”, se enmarca en la evaluación de un programa de Intervención de Inteligencia Emocional Plena (P.I.N.E.P.), desarrollado en escuelas públicas de Cádiz, España, en el que desarrollaron 7 sesiones, con una frecuencia de una vez por semana en una hora diaria con alumnos de tercero de secundaria. Los resultados alcanzados reflejaron diferencias significativas entre los grupos; el corto periodo de tiempo entre la evaluación pre y post experimental, pudiendo haber afectado los estados emocionales del momento que pudieron influir en el momento de la aplicación de la prueba, los alumnos se muestran más hábiles en la identificación y comprensión emocional.

Stone-Mc Cown, Jensen, Freedman y Rideout en 1998 citado por Mestre, et. al. (2007) desarrollaron un programa escolar sobre el yo, realizado en Nueva School de Hillsborough en California (Estados Unidos), basado en el autoconocimiento, identificación de emociones y experimentación para el aprendizaje. El programa estuvo comprendido por 54 sesiones, teniendo como resultados que los estudiantes adquieren la capacidad para asignar un nombre a las emociones y sentimientos, desarrollar lenguaje corporal y mostrar actitud positiva frente a los sentimientos propios y el de los demás; así mismo se demostró que los sujetos aprendieron a ser recíprocos con los demás, saben expresar y entender sentimientos, escuchar, compartir, entablar relaciones armoniosas, búsqueda de soluciones para conflictos y mejorar toda forma de comunicación, todo esto se logró a las técnicas que se utilizaron en cada sesión.

Filella, Agulló, Pérez y Oriol (2014) estudiaron la educación emocional a través de un programa para niños de educación primaria, en una muestra

de 651 alumnos de ocho centros educativos españoles públicos de Barcelona y Lleida, el programa estuvo constituido por 20 sesiones aplicado por tutores, utilizando técnicas: dinámicas por parejas, pequeños grupos role playing y realizando evaluaciones. Encontraron diferencias favorables en todas las dimensiones y en mayor porcentaje en competencia social, en los alumnos del primer ciclo, también un aumento en todas las dimensiones del programa en los alumnos del segundo y tercer ciclo, en el que los alumnos buscan generar recursos para el logro de metas y encaminar su rumbo para el éxito personal y profesional, logrando expresar sus pensamientos, sentimientos e inquietudes por medio de la comunicación verbal y no verbal. Se fortaleció la conciencia, regulación y autonomía emocional, así como la competencia social y competencias de vida y bienestar.

Agulló, Filella, Soldevilla y Ribes (2009) realizaron su estudio en España, con el objetivo de evaluar la educación emocional con alumnos de educación primaria, con el fin de prevenir los efectos dañinos de las emociones negativas y facilitar la relación consigo mismo y con los demás. Los autores concluyeron que la inteligencia emocional se debe fomentar en el proceso educativo, en el que se da valor a la cognición para el desarrollo de la integridad personal, así también se describe que el aspecto económico interfiere en el desarrollo de la capacidad emocional. El trabajo realizado con los docentes fueron de vital importancia ya que en su currículo interiorizaron la parte emocional para la enseñanza de aprendizajes, el cual permitió brindar estrategias para la regulación de las emociones, desarrollar la autoestima, asertividad y empatía propia y con los demás, no hubo contrastes por género, pero sí aumentó el promedio de inteligencia emocional en los alumnos del cuarto grado.

Nacional

Pareja (2017) en su investigación desarrolló el efecto del Programa "Mirándome a mí mismo - PAMI", en la inteligencia emocional, mediante el diseño de estudio pre experimental con un solo grupo pretest – posttest.

La muestra estuvo conformada por 75 alumnos de cuarto y quinto grados de primaria de ambos sexos, cuyas edades fluctuaron entre los 8 a 11 años de una institución educativa particular en Lima, a quienes se les administró el Programa conformado por 24 sesiones. El resultado más resaltante que el programa reflejó el incremento de cociente emocional total de cada estudiante que fue participe de las sesiones, denotando su efectividad; así mismo se concluyó que, trabajar con un programa de intervención en el que se apliquen técnicas vivenciales, participativas y de grupo a nivel personal, escolar y familiar, ayuda a incrementar capacidades y destrezas que favorecen el desarrollo emocional e integral de cada alumno para el manejo y control de las emociones.

Temoche (2006) realizó un programa de danzas folclóricas en la inteligencia emocional para niñas de siete años de edad de un colegio particular de Piura, se realizó 24 sesiones tres veces por semana con un tiempo de 60 minutos. La metodología del programa estuvo sustentada en base a técnicas y estrategias participativas para desarrollar las habilidades emocionales, siendo el juego supeditado por pautas, trabajo en pequeños grupos y trabajo en grupos grandes. Como resultados, se demostró que el programa de danzas brinda beneficios positivos en la inteligencia emocional general, en el que los participantes son capaces de comunicarse de manera verbal y no verbal, saber entender las reacciones emocionales propias y la de los demás, así mismo manejan un adecuado estado interpersonal, en el que se valoran, respetan y ayudan a sí mismas para el mejoramiento y disciplina efectiva dentro y fuera de la Institución educativa; así mismo son capaces de majear situaciones estresantes, sin embargo tienen aún dificultades para la adaptabilidad a situaciones nuevas, cuyo consenso es que el uso de técnicas participativas ayudaran a desarrollar estas habilidades.

Sotil, et, al., (2008) realizaron una investigación con el objetivo de determinar los efectos de un programa para desarrollar la Inteligencia Emocional en alumnos del sexto grado de educación primaria

instituciones educativas públicas y privadas de la ciudad de Lima. El programa fue estructurado en base a cinco componentes y quince subcomponentes de la Inteligencia Emocional. Los resultados arrojados fueron la capacidad de los estudiantes para integrar aspectos cognitivos y emocionales en base a situaciones positivas o negativas, propias o de otros, con capacidades para reconocer e identificar las emociones positivas y negativas, saber analizar, comprender y comunicar habilidades emocionales y a comunicarlas con sus mismos pares, docentes y padres de familia, quienes dan soporte emocional adecuado, lo cual permite un desenvolvimiento pleno y positivo. Así mismo se manifestó que el trabajo con los docentes fue fructífero ya que incorporaron a las enseñanzas escolares técnicas y trabajos de expresión emocional, lo cual permite una adecuada enseñanza cognitiva y emocional dentro del aula. Para continuar el trabajo se sugiere seguir dando la participación de docentes y padres de familia para la formación y regulación emocional de cada alumno, en el que se brinde soporte emocional y familiar adecuado para lograr garantizar un desarrollo personal pleno y adecuado.

Quispe (2012), realizó un estudio con el propósito de comprobar si existen diferencias en los niveles de inteligencia emocional entre estudiantes de una institución educativa policial y una institución educativa estatal. Se aplicó sesiones de entrenamiento para las habilidades emocionales, de determino al final de la investigación que existen diferencias significativas en el coeficiente emocional en los alumnos de la institución policial, denotando su capacidad para la interpretación, percibir, evaluar y comprender emociones, permitiendo el crecimiento intelectual y emocional; en ambas instituciones existen diferencias significativas, lo que significa que el grado de capacidad para establecer relaciones personales, caracterizadas por demostrar afecto y simpatía en un grupo son distintas. En la institución policial, se denota más la interacción personal, adaptabilidad a cambios y manejo de emociones; mientras que, en la institución pública, los alumnos son más tímidos, retraídos y no

consiguen fácilmente expresar sus emociones, prefiriendo retraerlas para evitar situaciones que puedan perturbarlos.

Local

Rojas y Zavaleta (2012) realizaron un estudio con la finalidad de contribuir a la dimensión de resolver conflictos interpersonales en los estudiantes de segundo grado de educación primaria de la I.E.P. San José del Niño Jesús, Huanchaco-Trujillo 2012, a través de la aplicación del Taller Dinámicas vivenciales, dando como resultados que el taller favoreció en la disminución del nivel de conflictos interpersonales en los estudiantes, conllevando a una mejor convivencia dentro y fuera del aula, los estudiantes son capaces de resolver un problema de manera armoniosa, buscan estrategias lingüísticas para enfrentar una situación, así mismo conllevan las emociones positivas para crear bienestar personal y escolar, e identifican emociones negativas, las cuales las canalizan por medio de estrategias para evitar el daño personal.

Castillo (2013), en su investigación titulada efectos de las estrategias de educación emocional "Florecer" para mejorar el clima social en el aula de los estudiantes del sexto grado de primaria de la I.E. N°. 80002 Antonio Torres Araujo en Trujillo, realizado en una muestra de 45 estudiantes de ambos sexos (17 varones) y (23 mujeres). Los resultados demostraron que los alumnos manejan estrategias de educación emocional en un nivel alto lo que significa un adecuado desenvolvimiento personal y social, saben manejar una conversación, se sienten escuchados y capaces de afrontar situaciones positivas y negativas haciendo la convivencia escolar un espacio adecuado, donde el ambiente es bueno y favorable para el aprendizaje global. Se demuestra que el trabajo coordinado y cooperado por parte de los evaluados y personal docente encargado de la educación es de vital importancia, el desarrollo de las actividades de manera vivencial, van a permitir un mejor aprendizaje y por ende una mejor forma de interiorizar y externalizar conocimientos y capacidades de cada alumno.

Mantilla, J (2017) realiza un estudio experimental para determinar los efectos del Programa “Creando mi propio yo” en la personalidad creadora en alumnos del quinto y sexto grado de primaria, de una institución educativa en la ciudad de Trujillo con el diseño pre y post test: en una muestra de 48 alumnos. Se le aplicaron 24 sesiones bajo el enfoque teórico del autor del instrumento. Como hallazgos la investigadora encontró diferencias y mejoría en la escala de la personalidad creadora a nivel general y en las áreas de identificación y Solución de problemas, Invención y en Arte, denotando así que las prácticas y habilidades que están inherentes a cada persona se pueden desarrollar, siempre y cuando la persona tome interés y busque redes de apoyo para lograr desenvolverse de manera adecuada en un ambiente donde le brinden las garantías de superación, así también los alumnos son capaces de crear en base a una palabra, figura, texto u otro, denotando la capacidad para entender un mensaje, entablar una conversación y ser empático a través del juego y la socialización con sus pares. Así mismo se pudo deducir que la práctica docente para el desarrollo emocional, es importante para el aprendizaje metodológico en cada sesión de clases, ya que el alumno aprende mejor experimentando y vivenciando, siendo en la presente investigación un punto a favor para el desarrollo de habilidades emocionales por parte de los educandos y docentes de la Institución – educativa.

Bello e Ibañez (2006) realizaron una investigación con la finalidad de determinar los efectos de un programa de Habilidades Sociales para mejorar las relaciones interpersonales de los alumnos y alumnas del V ciclo de Especialidad de Educación primaria en el Instituto Superior Pedagógico “Indoamérica” de la ciudad de Trujillo, el programa produjo efectos positivos en las relaciones interpersonales en la: Asertividad, los estudiantes son capaces de comprender las emociones de los demás, saben valorar a las demás personas, son empáticas y buscan una adecuada socialización. Mantienen la comunicación como forma eficaz de interrelación, crean un clima armonioso dentro del aula y saben

mantener las estrategias para resolver conflictos personales y de aula. Las habilidades logradas por los estudiantes permiten el desenvolvimiento emocional adecuado, logran mejorar la socialización de manera interpersonal, lo cual conlleva a la búsqueda de bienestar emocional adecuado de acuerdo a sus propios intereses que le van a permitir actuar de manera eficaz frente a situaciones estresantes.

1.3. Teorías relacionadas al tema

1.3.1. Definiciones de programa

Sotomayor y Canales (2000), exponen que un programa es un trabajo coordinado de tareas, propósitos y programaciones dirigidos a lograr objetivos planificados; es “un conjunto organizado de actividades, proyectos, procesos o servicios orientados a la consecución de objetivos específicos”; cuyo propósito general es el “ejecutar acciones, con un conjunto de recursos, para obtener determinados resultados”.

Los programas se brindan en todas las ciencias del aprendizaje, pero en Psicología, Educación y Ciencias Sociales se dan los aportes más amplios, ya que se trabaja con seres humanos, con quienes se debe tener mucha cautela en el momento de abordar diferentes temas, puesto que el estado psicosocial de la persona es cambiante y al no ser abordado de manera adecuada puede conllevar a deterioro de la salud física, cambiar – modificar conductas y comportamientos.

Pareja (2017) define que un programa es un diseño de investigación, proveniente de un problema tipo tecnológico y que presenta un esquema estructurado basado en la variable independiente (programa propiamente dicho) y la variable dependiente (fenómeno psicológico de estudio) y la variable de control referida a la muestra. Se busca determinar los efectos del programa (VI) en la variable dependiente (VD) y en un grupo determinado de sujetos (VC).

1.3.2. Características de los programas

Según Katz (1987) describe que las variables psicológicas son características importantes para el estudio y estructuración de los programas, el cual deben ser consideradas al momento de realizar un programa:

Características de los clientes: Corresponde a la población al cual está dirigido el programa, pudiendo ser alumnos de educación inicial, primaria y secundaria.

Características de los docente y participantes adultos: Se consideran todas las formas de apoyo al equipo docente, tales como la edad, el género, tiempo de experiencia, capacidad intelectual, intereses, personalidad, afectividad, entre otros.

Organización del programa: se considera al diseño y forma de la planificación de cada sesión, teniendo en cuenta las características de los clientes al momento de planificar cada contenido, las técnicas y materiales a utilizar durante la ejecución de las sesiones.

El poder de los padres: Implica el nivel de conciencia en la toma de decisiones para la participación activa o pasiva en un programa de Intervención.

La duración del programa: va a depender del tema abordado y de la necesidad de ejecución del programa para la muestra seleccionada; así también la disponibilidad de los participantes y otras personas involucradas directa e indirectamente en la ejecución del programa.

Las instalaciones físicas y el clima: para conllevar un adecuado desarrollo de sesiones, es necesario contar con ambientes agradables que cumplan con estándares de calidad para la enseñanza y aprendizaje, va a depender de las actividades a

desarrollar en cada sesión para la utilización de espacios que podrían ser internos o externos dependiendo a la necesidad

1.3.3. Efectividad, eficiencia y eficacia del programa

Sotomayor y Canales (2000), refiere que: La eficiencia permite observar los objetivos alcanzados, de tal manera habrá mayor eficiencia cuando los logros obtenidos son homogéneos en los niveles tanto cuantitativos como cualitativos; denominándose costo- eficacia.

1.3.4. Ventajas del modelo de programas

Para Rodríguez, Álvarez, Echeverría y Marín (1993) inducen que se debe considerar acciones para lograr tener éxito en la aplicación de las sesiones:

Poner énfasis en la prevención y desarrollo

Proponer el trabajo coordinado y en equipo

Disponer de recursos necesarios para el desarrollo de las actividades

La figura del orientador, es importante y necesario que se involucre como participante para conocer de manera interna al equipo como se sienten, cuáles son sus necesidades y así ir mejorando los recursos en cada sesión.

Propiciar la participación de todas las personas involucradas en el desarrollo de los participantes (padres, docentes).

Propiciar la autovaloración y evaluación de las acciones tanto en papel de orientador y participante.

Generar ambiente social cálido y acogedor, en el que los participantes se animen a experimentar e idealizar situaciones positivas o negativas para ayudar a generar estrategias de trabajo con el fin de mejorar sus capacidades.

Realizar retroalimentación periódicamente para saber el grado de atención y cumplimiento de actividades.

“A través de una Orientación educativa basada en programas será factible una interconexión entre las actividades curriculares y el logro de objetivos de desarrollo personal del alumno, el fomento de la coparticipación de todos los agentes educativos en colaboración con los orientadores en funciones de consulta, establecer programas que abarquen a todos los alumnos en un proceso temporal, valorar los resultados de las intervenciones efectuadas para mantenerlas o modificarlas, etc.” (Sobrado, 1990)

1.3.5. El Programa mediante la Terapia Gestalt

Burga, R. (1981), menciona que la terapia gestáltica es una de las fuerzas existenciales y humanistas de la psicología, cuyo fin es frenar aquellos pensamientos autoderrotistas y autodestructivos que presentan las personas. Esta terapia es enteramente ontológica, pues trata del ser en general y de sus propiedades trascendentales. Asimismo, es netamente experimental y autónoma, poniéndose siempre como meta lograr el incremento del talento humano a través de la integración de los deseos, intereses y necesidades de la persona.

Latner, J. (2012) resalta que todos los seres humanos requerimos de nuestra experiencia para hallar un significado en lo que observamos y que no se puede entender a ciencia cierta aquello que le sucede a los demás sin antes haberlo experimentado.

1.3.5.1. Técnicas de la Terapia Gestalt:

Según Allersand M. (1992) en la terapia gestáltica se utilizan básicamente 3 técnicas:

Técnicas expresivas, son aquellas que persiguen como fin que el sujeto logre exteriorizar aquello que guarda en su interior para darse cuenta de cosas que inconscientemente pueden estarlo perjudicando. Aquí básicamente se busca tres cosas: Exteriorizar lo no expresado, Finalizar o

terminar lo exteriorizado y buscar la dirección y hacer que lo expresado sea directo.

Técnicas supresivas, son aquellas que buscan principalmente anular los intentos de evadir el presente (aquí y ahora) en las personas; tienen la finalidad de hacer que el sujeto experimente aquello que no desea e intenta ocultar para así facilitar el “darse cuenta” de las situaciones que se encuentra atravesando. Entre algunas de las principales técnicas supresivas tenemos: Experimentar la nada o el vacío tratando de que este “vacío” se convierta en un “sentimiento fértil” sin escapar de éste integrándolo a uno mismo a través de la vivencia para así ver lo que surge de ello. Evitar “hablar acerca de las cosas” y optar por “vivenciar” lo que nos sucede, identificar los “deberías” que el sujeto posee para que en vez de suprimirlos se trate de averiguar lo que estos pensamientos oculten y descubrir las distintas maneras de manipulación que el sujeto ejerce consigo mismo a través de preguntas, respuestas y demandas, para evitar confrontarse con su realidad.

Técnicas integrativas, son aquellas que requieren que el sujeto reintegre o incorpore a su forma de ser aquellas partes de sí mismo que intentó alienar. Estas técnicas se hacen más efectivas a través del encuentro intrapersonal y la asimilación de las proyecciones.

1.3.6. Inteligencia emocional

Modelo de Salovey y Mayer (1990), se establece en base a las destrezas personales, emocionales y sociales, para medir de forma objetiva el área emocional; sus dimensiones se desarrollaron en base a investigaciones dirigidas a las emociones y no tanto a las actividades cognitivas. Su modelo reformulado en 1997, en el que

dieron mayor importancia a los aspectos les dieron importancia a aspectos cognitivos y definieron a la Inteligencia emocional como:

“Habilidad para percibir, valorar y expresar emociones con exactitud; la habilidad para acceder y/o generar sentimientos que faciliten el pensamiento; la habilidad para comprender emociones y el conocimiento emocional y la habilidad para regular las emociones promoviendo un crecimiento emocional e intelectual” (Salovey y Mayer, 1990).

Ambos autores dimensionaron su teoría en cuatro bloques:

Percibir y expresar las emociones: definiéndola como la principal capacidad para lograr una adecuada Inteligencia emocional, lo cual permite identificar las emociones propias y de los otros, expresar las emociones de manera adecuada, lo cual va a permitir entender y comprender las emociones de los demás.

Facilitación emocional del pensamiento: utilizar de manera adecuada las emociones, implica un alto índice de capacidad para resolver conflictos, pensar y tomar decisiones de manera adecuada

Comprensión emocional: es etiquetar la expresión emocional, entenderlas y comprenderlas, pudiendo ser desde las más sencillas hasta las más complejas, entender cómo actúan y pasar de estados activos a estados pasivos.

Regulación emocional: capacidad para entender las diferencias entre emociones positivas y negativas, lograr la capacidad de rechazar un estado negativo y aceptar uno positivo y así poder determinar aceptar o rechazar un estado. Se trata de dirigir o cambiar las emociones de forma positiva y lo que debemos evitar es suprimir la emoción de forma

completa ya que va a servir para comparar diferentes estados de ánimo.

Los cuatro componentes de la Inteligencia emocional descritos, están relacionados entre sí, de forma que, si uno de ellos no se logra desarrollar bien, no va a ser posible desarrollar el resto.

1.3.7. Educación emocional

Bisquerra (2000) define la educación emocional como “un proceso educativo, continuo y permanente, que pretende potenciar el desarrollo emocional como complemento indispensable del desarrollo cognitivo; constituyendo ambos, cognitivo y emocional, elementos esenciales del desarrollo de la personalidad integral”.

Las emociones se pueden educar, se debe cimentar la dimensión emocional y social en la educación de la misma forma que la parte cognitiva, y este proceso educativo será más productivo si se inicia en los primeros años de vida. Las emociones influyen también en la motivación y permiten que se logre un clima positivo de aprendizaje en el ámbito escolar. Se debe transitar desde la educación afectiva hacia la educación del afecto, dejando de lado el concepto de educar como poner afecto al proceso educativo, y acercarse a un concepto en el que se eduque en competencias emocionales y sociales; por tanto, no debe dárseles a los niños solo contenidos, sino que deben saber cómo aplicarlos en su vida práctica tomando siempre en cuenta las emociones. Es decir, no se debe sólo brindar aspectos cognitivos, también debe enseñárseles a aplicar estos conocimientos a la vida cotidiana y los problemas que se les presenten, para que sepan actuar de forma adecuada, el saber hacer es fundamental como parte vital del aprendizaje. Y teniendo en cuenta los componentes afectivos y cognitivo, se puede lograr un desarrollo integral, dándoles a los niños herramientas y estrategias de carácter emocional con los que puedan hacer frente a los retos de la vida diaria.

La educación emocional tiene como objetivo, que los niños y niñas logren competencias emocionales, tengan conocimientos sobre sus emociones, y que según sea su edad y evolución, pueda valorar las propias emociones y las de los demás, y pueda lograr regular sus emociones también en un ambiente de interacción entre pares y entre adultos, lo que conlleva que también los docentes deben verse involucrados en este proceso emocional.

1.3.8. Competencias emocionales

Antes de hablar de competencias emocionales se define lo que significa el término competencia, que en un inicio se refería al aspecto profesional, como se entiende en las siguientes concepciones:

“La competencia excluye el saber necesario, para afrontar determinadas situaciones y ser capaz de enfrentarse a las mismas, saber integrar conocimientos y cualidades para hacer frente a los problemas derivados del ejercicio de la profesión” (Echevarría, 2002)

El término giró hacia una óptica integral, hacia un ámbito educativo pedagógico, tal como lo señala Bisquerra y Pérez (2007) al conceptualizarla como “la capacidad de generar adecuadamente el conjunto de saberes, capacidades, destrezas y actitudes necesarias para realizar acciones que promuevan un cierto nivel de calidad y eficacia, se aplican a personas, incluye conocimiento integrado con habilidad, actitud – conducta y está asociado al desarrollo y al aprendizaje”.

Competencia emocional es un conjunto articulado de capacidades y habilidades que un individuo necesita para desenvolverse en un ambiente cambiante y surgir como una persona diferenciada, mejor adaptada, eficiente y con mayor confianza en sí misma.

Bisquerra (2003) sustenta que “las competencias emocionales son conocimientos, capacidades, habilidades y actitudes necesarias para

comprender, expresar y regular de forma apropiada los fenómenos emocionales, cuya finalidad es aportar valor a las funciones profesionales y promover el bienestar personal y social”, y se expresan en:

Conciencia emocional: desarrollada como la capacidad para reconocer las propias emociones y diferenciar las emociones de los demás, teniendo así la habilidad para captar el ambiente emocional de un contexto determinado.

Toma de conciencia de las propias emociones: capacidad para descubrir, identificar y etiquetar las propias emociones y sentimientos, con la posibilidad de vivenciar emociones múltiples, siendo o no conscientes de los propios sentimientos, producto de dinámicas inconscientes.

Dar nombre a las propias emociones: tener la habilidad para manejar términos que se refieran a las emociones y poderlas etiquetar como tal.

Conocimiento de las emociones de los demás: capacidad para determinar mediante comunicación verbal y no verbal las emociones de los demás. Es la capacidad para relacionarse empáticamente en las vivencias emocionales de los demás.

1. Regulación emocional: saber tratar las emociones de manera adecuada, tomando conciencia de la relación que existe entre la emoción, razón y comportamiento. Las estrategias de afrontamiento para autogenerar emociones positivas

Tomar conciencia de la interacción entre emoción, cognición y comportamiento: los estados emocionales se rigen por el comportamiento, estos a la vez son conllevados por la emoción y ambos son capaces de ser regulados por la cognición (razonamiento, conciencia, lenguaje)

Expresión emocional: a mayor madurez emocional, el sujeto es capaz de comprender que las emociones pueden impactar en otros; es de mucha importancia la forma como se expresan y comprenden las emociones; el estado emocional interno no necesita adherirse a las emociones externas tanto en uno mismo como en los demás.

Capacidad para la regulación emocional: las emociones y sentimientos deben ser normalizados, mantener un autocontrol emocional y manejar la tolerancia a la frustración para prevenir estados emocionales negativos (estrés, depresión, ansiedad).

Habilidades de afrontamiento: uso de recursos, técnicas y habilidades que ayuden a la autorregulación y permitan conllevar las emociones negativas.

Competencia para auto-generar emociones positivas: mejorar la calidad de vida mediante experimentación voluntaria, consciente y plena de emociones positivas, las cuales van a ayudar a mantener un equilibrio personal adecuado.

2. Autonomía personal (autogestión): se incluyen:

Autoestima: capacidad para asumir un concepto positivo de sí mismo, ser consciente de la impresión positiva personal que cada persona debe tener, describiendo las cualidades, valoración y estima personal.

Automotivación: capacidad de esforzarse por crecer de manera personal, social, profesional, disfrutando de actividades que fortalezcan su personalidad. Ser optimista, afrontar nuevos retos y dar un sentido a su vida, afrontando retos diarios y saber mantener una actitud positiva.

3. Inteligencia interpersonal: capacidad para mantener buenas relaciones con otras personas., desarrollar las habilidades sociales y

emocionales, que permitan interrelacionarse con su mundo exterior. Tener la capacidad de poner en práctica los valores con los demás, acceder y estimar las diferencias individuales y grupales de las personas.

Comunicación receptiva y expresiva: habilidad para mantener comunicación verbal y no verbal, para recibir y dar mensajes con precisión, iniciar y mantener conversaciones donde se expresen emociones, pensamientos y sentimientos de manera clara y acertada demostrando un adecuado entendimiento y comprensión.

Asertividad: mantener un comportamiento adecuado, entre polaridades emocionales, tener la capacidad para expresar un “NO” de manera sincera y saber mantenerlo, defender y expresar los propios sentimientos, emociones, opiniones y derechos. Saber escuchar y dar una opinión sin perjudicar a la otra persona.

4. Habilidades de vida y bienestar: propiciar y promover comportamientos adecuados ante situaciones que provoquen adoptar un adecuado bienestar personal y social. Saber identificar problemas personales y de los demás, con la intención de contribuir a la solución, evaluación de riesgos, barreras y recursos que se podrían contar en el momento.

Fijar objetivos adaptativos: positivos y realistas, para la búsqueda de resolución de conflictos, pudiendo llegar a negociar con la única intención de afrontar situaciones o problemas en el que se aporten soluciones para tener tranquilidad, considerando la perspectiva y los sentimientos personales y el de los demás

1.4. Formulación del Problema

¿En qué medida la aplicación del programa “Construye T” influye para el desarrollo de la inteligencia emocional en estudiantes de una institución educativa de Huamachuco?

1.5. Justificación del estudio

Por la importancia que tiene la Inteligencia emocional, es importante abordar la investigación ya que permite desarrollar habilidades y estrategia de afrontamiento para una mejor capacidad resolutive de conflictos personales y sociales, logrando mejorar las habilidades emocionales que son esenciales para el desarrollo biopsicosocial.

Desde una perspectiva social la prevención de problemas emocionales ayuda a la prevención de sintomatología depresiva, logrando a la vez no solo un cambio cognitivo sino también emocional y conductual que influenciará satisfactoriamente en alumnos en su ámbito personal, familiar y social.

Contribuye con datos estadísticos actuales e información teórica que permitirá ampliar el marco de referencia para la próxima elaboración de talleres. Los mismos que podrán abordar puntos específicos para potencializarían de recursos en los estudiantes. Finalmente, el presente trabajo cuenta con utilidad metodológica ya que servirá como antecedentes para futuras investigaciones interesadas en el tema.

1.6. Hipótesis

1.6.1. Hipótesis General

H₁: El Programa “Construye T” influye para el desarrollo de la Inteligencia emocional en estudiantes de una institución educativa de Huamachuco.

H₀: El Programa “Construye T” no influye para el desarrollo de la Inteligencia emocional en estudiantes de una institución educativa de Huamachuco.

1.7. Objetivos

1.7.1. Objetivo General

Determinar la influencia del Programa “Construye T” para el desarrollo de la Inteligencia emocional en estudiantes de una institución educativa de Huamachuco.

1.7.2. Objetivos Específicos

Determinar el nivel de Inteligencia Emocional en estudiantes de una Institución educativa de Huamachuco antes de la aplicación del programa “Construye T”

Identificar el nivel de inteligencia emocional en estudiantes de una institución educativa de Huamachuco después de la aplicación del Programa “Construye T”.

Demostrar si la aplicación del Programa “Construye T” influye en las relaciones interpersonales: socialización en estudiantes de una institución educativa de Huamachuco.

Demostrar si la aplicación del Programa “Construye T” influye en la relación intrapersonal: autoestima en estudiantes de una institución educativa de Huamachuco.

Demostrar si la aplicación del Programa “Construye T” influye en adaptabilidad: solución de problemas en estudiantes de una institución educativa de Huamachuco.

Demostrar si la aplicación del Programa “Construye T” influye en el estado de ánimo I: felicidad- optimismo en estudiantes de una institución educativa de Huamachuco.

Demostrar si la aplicación del Programa “Construye T” influye en el estado de ánimo II: manejo de la emoción en estudiantes de una institución educativa de Huamachuco

II. METODO

2.1. Tipo de investigación

La investigación es de tipo experimental, se construye el contexto y se manipula de manera intencional la variable independiente, para luego observar el efecto de esta manipulación sobre la variable dependiente. Hernández, Fernández y Baptista (2010)

2.2. Diseño de Investigación

El diseño de investigación, es cuasi experimental, en el que los sujetos integrados en los grupos de estudio ya están determinados o formados, permitiendo la disposición de los dos grupos para ser evaluados a ambos en la variable dependiente, luego a uno de ellos se le aplica el tratamiento experimental y el otro sigue con las tareas o actividades rutinarias (Sánchez y Reyes, 2006).

Esquema:

G.E	:	O ₁ – X – O ₂
G.C	:	O ₁ O ₂

Donde:

O₁ : Pre test
X : Tratamiento
O₂ : Post test

2.3. Variables, Operacionalización de variables

Variable independiente: Programa “CONSTRUYE T”

VARIABLE(S)	DIMENSIONES	INDICADORES*	UNIDAD DE ANÁLISIS	INSTRUMENTO RECOJO INFORM.
VARIABLE INDEPENDIENTE	Estrategias expresivas	<ul style="list-style-type: none"> - En el tema de autoestima: se realizarán intervenciones individuales acerca de cómo se perciben las estudiantes a sí mismos. - A través de las escenificaciones se abordará la aceptación personal 	Institución educativa de Huamachuco	Programa “Construye T”
	Estrategias supresivas	<ul style="list-style-type: none"> - Se realizarán debates para motivar a no ocultar sus emociones o a esconder su manera de pensar. - Exteriorización de situaciones negativas vividas por el mismo u otro pariente las cuales le causan repulsión o evitación cambiándolo por vivenciar situaciones de diferente forma. - Detectar las formas de manipulación por medio de relatos escritos. 	Institución educativa de Huamachuco	Programa “Construye T”

	Estrategias Integrativas	<ul style="list-style-type: none"> - Buscar que los participantes reconozcan situaciones que les causa incomodidad en su vida personal y social. - Detectar los “deberías”, y cambiarlos por actitudes mucho más positivas y reales. 	Institución educativa de Huamachuco	Programa “Construye T”
	Estrategias en Tomas de decisiones enfocadas en el “Aquí y el Ahora”	<ul style="list-style-type: none"> - Se llevará a cabo momentos de retroalimentación donde se busca la ayuda del grupo para ayudar a cada uno de los participantes a mejorar en su proceso de toma de decisiones; el mismo que se propondrá hacerse en el presente y no proyectándose hacia cosas futuras o retrocediendo a momentos pasados 	Institución educativa de Huamachuco	Programa “Construye T”

Variable dependiente: inteligencia emocional

VARIABLE(S)	DIMENSIONES	ITEMS	ESCALA DE MEDICIÓN	UNIDAD DE ANÁLISIS	INSTRUMENTO RECOJO INFORMACIÓN.
VARIABLE DEPENDIENTE	Relaciones interpersonales SOCIALIZACION	1 - 5 - 13 - 17 - 29 31 - 36 - 39	Intervalo	Institución educativa de Huamachuco	Test "Conociendo mis Emociones"
	Relación Intrapersonal AUTOESTIMA	2 - 6 - 10 - 14 - 18 - 22 - 26 - 38			
	Adaptabilidad SOLUCION DE PROBLEMAS	4 - 7 - 12 - 15 - 19 - 24 - 27 - 34			
	Estado de Animo I FELICIDAD - OPTIMISMO	3- 8 - 11 - 16 - 20 - 23 - 28 - 37			
	Estado de Animo II MANEJO DE LA EMOCION	9 - 21 - 25 - 30 - 32 - 33 - 35 - 40			
	PRUEBA COMPLETA Medida de la Inteligencia Emocional del Niño.	Suma de totales de cada área			

2.4. Población y muestra

2.4.1. Población

La población está constituida por 44 estudiantes de ambos sexos del 3º grado de educación primaria de la institución educativa N° 80921 “Nemesio Vargas Marquina” de Huamachuco, periodo 2019

2.4.2. Muestra

Para la selección de la muestra se empleó el muestreo de tipo no probabilístico de forma intencional. La misma que estuvo conformado por 21 alumnos en total los que conforman el grupo experimental, siendo 11 del sexo femenino y 10 del sexo masculino, conforme se detalla en la siguiente tabla.

Tabla N° 01: Distribución de la muestra de estudiantes del 3º grado de primaria de la institución educativa N° 80921 de Huamachuco

SECCIONES	SEXO		N° DE ESTUDIANTES
	FEMENINO	MASCULINO	
“A” (grupo control)	12	11	23
“B” (grupo experimental)	11	10	21
TOTAL			44

Fuente: Archivos de la Institución educativa N° 80921

2.4.3. Muestreo: Se utilizó el muestreo no probabilístico por conveniencia, que se define como un “sub grupo de la población, la elección de los elementos no depende de la probabilidad sino de las características de la investigación”. Hernández, et al (2010)

2.5. Técnica e Instrumento de recolección de datos

2.5.1. Técnica: La técnica utilizada para el presente estudio es la técnica psicométrica.

2.5.2. Instrumento:

Nombre : Test conociendo mis emociones”

Autor : Dr. Ps. César Ruiz Alva
Año : 2004
Procedencia : Baterías Psicopedagógicas CEP Champagnat – Lima.
Dirigido a : Niños del 3º grado de primaria de primaria hasta el primer grado de secundaria (edades promedio de 8 a 12 años).
Administración: individual o colectiva (grupos hasta de 20) pudiéndose aplicar a más niños, con apoyo de un asistente.
Comprende : 40 ítems, que evalúan 5 áreas, cuya suma de puntajes da como resultado la medida de la Inteligencia Emocional.
Objetivo : evaluar la Inteligencia Emocional de los niños a fin de identificar a aquellos que requieren de una oportuna intervención psicopedagógica, mediante 5 áreas: relaciones interpersonales: socialización, relación intrapersonal: autoestima, adaptabilidad: solución de problemas, estado de ánimo I: felicidad- optimismo, estado de ánimo II: manejo de la emoción.

2.6. Métodos de análisis de datos

El procesamiento de datos se realizó con en uso del programa Microsoft Excel versión 2016, y analizados mediante el paquete estadístico SPSS, versión 22.

Para el análisis de los datos se hizo mediante estadística descriptiva, representando los resultados mediante tablas de distribución de frecuencia absoluta simple y relativas porcentuales para identificar el nivel en la variable dependiente; para el análisis inferencial se realizó aplicando la prueba de normalidad de Shapiro Wilk, con la que se identificó una distribución asimétrica en los puntajes obtenidos por el grupo experimental y control, antes y después de la aplicación del taller.

2.7. Aspectos éticos

Para el presente estudio, se ha tomado en cuentas aspectos éticos con el fin de salvaguardar la integridad de los participantes, es por ello que se ha respetado el anonimato, quedando en confidencialidad los datos de los participantes y toda la información la cual fue utilizada únicamente por la investigadora.

Teniendo en cuenta al trabajo referido al trabajo de la ética profesional en informar al colaborador de todas las características de la investigación, para ello se ha formulado la carta de consentimiento informado (anexo 8), en el cual se dé la opción de libre participación, en la investigación, no habiendo coacción por parte de la investigadora ni demás docentes a cargo de los alumnos que pertenecen a las secciones trabajadas.

Como profesional, la investigación está realizado en base a valores humanos por parte de la investigadora, denotando honestidad, respeto y veracidad en todas las interacciones profesionales que el presente trabajo ha tenido con los alumnos y demás profesionales que laboran en la Institución educativa, los datos obtenidos son reflejo de las capacidades de cada estudiante, no habiendo tenido la necesidad de falsear o adulterar información.

Los datos del presente son de uso exclusivo para fines académicos y profesionales de la investigadora.

III. RESULTADOS

3.1. Resultados sobre la distribución según nivel de Inteligencia emocional en estudiantes de una institución educativa privada de Huamachuco

Tabla 2

Distribución según nivel de Inteligencia emocional en integrantes del grupo experimental antes y después de la aplicación del programa “Construye T” en estudiantes de una I.E. de Huamachuco

Nivel de Inteligencia Emocional	Grupo experimental			
	Antes de aplicación del Programa		Después de aplicación del Programa	
	n	%	N	%
Bajo	9	42.9	1	4.8
Medio	10	47.6	7	33.3
Alto	2	9.5	13	61.9
<i>Total</i>	21	100,0	21	100,0

Los resultados presentados en la tabla 2, referentes a los niveles de Inteligencia emocional antes y después de la aplicación del programa al grupo experimental, evidencian que después de la aplicación de Programa, ocurre una modificación substancial en los niveles bajo y alto de Inteligencia emocional, respecto a los niveles respectivos antes de su aplicación; es así como, del 42.9% de estudiantes con nivel bajo antes de la aplicación del programa, solamente el 4.8% alcanzó este nivel después de su aplicación; Situación inversa ocurre en el nivel alto, que del tan solo el 9.5% de estudiantes que fueron identificados con nivel alto de Inteligencia emocional antes de la aplicación del programa, el 61.9% de ellos mostró este nivel después de su aplicación.

Tabla 3

Distribución según nivel de Inteligencia emocional en estudiantes del grupo control antes y después de la aplicación del programa en una I.E. de Huamachuco

Nivel de Inteligencia Emocional	Grupo control			
	Antes de aplicación del Programa		Después de aplicación del Programa	
	N	%	N	%
Bajo	7	30.4	6	26.1
Medio	12	52.2	13	54.3
Alto	4	17.4	4	17.4
<i>Total</i>	23	100,0	23	100,0

Los resultados presentados en la tabla 3, referentes a los niveles de Inteligencia emocional en los integrantes del grupo control, antes y después de la aplicación del programa al grupo control, evidenciando que después de la aplicación de programa, se presentan resultados similares a los obtenidos antes de su aplicación; es así como, del 30.4% de estudiantes con nivel bajo antes de la aplicación del programa, el 26.1% alcanzó este nivel después de su aplicación; situación similar ocurre el nivel medio que se incrementó en apenas un 2.1% respecto a los resultados en el pretest; en tanto que en el nivel alto se mantuvo en el mismo porcentaje antes y después su aplicación.

3.2. Resultados sobre la comparación del Inteligencia emocional en estudiantes de una Institución educativa de Huamachuco

Tabla 4

Resultados en la comparación de la Inteligencia emocional antes y después de la aplicación del Programa “Construye T” en estudiantes de los grupos experimental y control de una I.E. de Huamachuco

	Grupo de estudio		Prueba
	Experimental	Control	
Antes de aplicación de Programa			
Promedio	134,0	135,7	t= -1,66
Desv. Estándar	4,7	3,7	p= 0,103
N	21	23	TE= -0,19
Después de aplicación de Programa			
Promedio	166,1	136,7	t= 6,75
Desv. Estándar	20,5	3,9	p= 0,000**
N	21	23	TE= 0,71

Nota:

t: Valor t de la distribución t de Student asociado al nivel de confianza; TE: Tamaño de efecto; n: Número de integrantes del grupo de estudio

**p<.01

En la tabla 4, se muestra la comparación de promedios de la inteligencia emocional en los integrantes del grupo experimental y del grupo control antes de la aplicación del programa, a través de la prueba t de Student para grupos independientes, no identifica evidencia de diferencia significativa ($p > .05$) en los promedios de los integrantes de los grupos experimental (134.0) y control (135.7), lo que indica la homogeneidad de grupos antes de la aplicación del programa; en tanto que después de su aplicación al grupo experimental, la prueba t de Student encuentra evidencia de diferencia altamente significativa ($p < .01$) a favor del grupo experimental, quienes alcanzaron una puntuación media de 166.1, frente a una puntuación media de 136.7 en el grupo control. En consecuencia, se afirma que la aplicación del programa mejora significativamente la inteligencia emocional en los estudiantes participantes en la investigación.

Tabla 5

Resultados en la comparación en la dimensión relaciones interpersonales de la inteligencia emocional antes y después de la aplicación del programa “Construye T” en estudiantes de los grupos experimental y control de una I.E. de Huamachuco

	Grupo de estudio		Prueba
	Experimental	Control	
Antes de aplicación de Programa			
Promedio	25,8	25,8	t= 0,04
Desv. Estándar	2,0	2,0	p= 0,965
N	21	23	TE= 0,01
Después de aplicación de Programa			
Promedio	33,4	26,3	t= 7,18
Desv. Estándar	4,1	2,2	p= 0,000**
N	21	23	TE= 0,73

Nota:

t: Valor t de la distribución t de Student asociado al nivel de confianza; TE: Tamaño de efecto; n: Número de integrantes del grupo de estudio

**p<.01

En la tabla 5, se presenta la comparación de promedios en la dimensión relaciones interpersonales de la inteligencia emocional en los integrantes del grupo experimental y del grupo control antes de la aplicación del programa, a través de la prueba t de Student para grupos independientes, no identifica evidencia de diferencia significativa ($p > .05$) en los promedios de los integrantes de los grupos experimental (25.8) y control (25.8), lo que indica la homogeneidad de grupos antes de la aplicación del programa; en tanto que después de su aplicación al grupo experimental, la prueba t de Student encuentra evidencia de diferencia altamente significativa ($p < .01$) a favor del grupo experimental, quienes alcanzaron una puntuación media de 33.4, frente a una puntuación media de 26.3 en el grupo control. En consecuencia, se confirma que la aplicación del programa mejora significativamente las relaciones interpersonales en los estudiantes participantes en la investigación.

Tabla 6

Resultados en la comparación en la dimensión relaciones intrapersonales de la inteligencia emocional antes y después de la aplicación del programa “Construye T” en estudiantes de los grupos experimental y control de una I.E. de Huamachuco

	Grupo de estudio		Prueba
	Experimental	Control	
Antes de aplicación de Programa			
Promedio	32,0	31,4	t= 0,82
Desv. Estándar	1,9	2,6	p= 0,420
N	21	23	TE= 0,12
Después de aplicación de Programa			
Promedio	33,1	31,3	t= 2,52
Desv. Estándar	2,8	2,1	p= 0,016*
N	21	23	TE= 0,36

Nota:

t: Valor t de la distribución t de Student asociado al nivel de confianza; TE: Tamaño de efecto; n: Número de integrantes del grupo de estudio

*p<.05

En la tabla 6, se presenta la comparación de promedios en la dimensión relaciones intrapersonales de la inteligencia emocional en los integrantes del grupo experimental y del grupo control antes de la aplicación del programa, a través de la prueba t de Student para grupos independientes, no identifica evidencia de diferencia significativa ($p>.05$) en los promedios de los integrantes de los grupos experimental (32.0) y control (31.4), lo que indica la homogeneidad de grupos antes de la aplicación del programa; en tanto que después de su aplicación al grupo experimental, la prueba t de Student encuentra evidencia de diferencia significativa ($p<.05$) a favor del grupo experimental, quienes alcanzaron una puntuación media de 33.1, frente a una puntuación media de 31.3 en el grupo control. En consecuencia, se afirma en la investigación que la aplicación del programa mejora significativamente las relaciones intrapersonales en los estudiantes participantes en la investigación.

Tabla 7

Resultados en la comparación en la dimensión Adaptabilidad de la Inteligencia emocional antes y después de la aplicación del Programa “Construye T” en estudiantes de los grupos experimental y control de una I.E. de Huamachuco

	Grupo de estudio		Prueba
	Experimental	Control	
Antes de aplicación de Programa			
Promedio	25,5	26,3	t= -1,88
Desv. Estándar	1,4	1,5	p= 0,067
N	21	23	TE= -0,27
Después de aplicación de Programa			
Promedio	31,9	25,0	t= 5,80
Desv. Estándar	5,3	2,1	p= 0,000**
N	21	23	TE= 0,66

Nota:

t: Valor t de la distribución t de Student asociado al nivel de confianza; TE: Tamaño de efecto; n: Número de integrantes del grupo de estudio

**p<.01

En la tabla 7, se presenta la comparación de promedios en la dimensión adaptabilidad de la inteligencia emocional en los integrantes del grupo experimental y del grupo control antes de la aplicación del programa, a través de la prueba t de Student para grupos independientes, no identifica evidencia de diferencia significativa ($p > .05$) en los promedios de los integrantes de los grupos experimental (25.5) y control (26.3), lo que indica la homogeneidad de grupos antes de la aplicación del programa; en tanto que después de su aplicación al grupo experimental, la prueba t de Student encuentra evidencia de diferencia altamente significativa ($p < .01$) a favor del grupo experimental, quienes alcanzaron una puntuación media de 31.9, frente a una puntuación media de 25.0 en el grupo control. En consecuencia, se confirma que la aplicación del programa mejora significativamente la adaptabilidad en los estudiantes participantes en la investigación.

Tabla 8

Resultados en la comparación en la dimensión ánimo general de la inteligencia emocional antes y después de la aplicación del programa “Construye T” en estudiantes de los grupos experimental y control de una I.E. de Huamachuco

	Grupo de estudio		Prueba
	Experimental	Control	
Antes de aplicación de Programa			
Promedio	27,1	27,6	t= -0,87
Desv. Estándar	1,7	2,2	p= 0,390
N	21	23	TE= -0,13
Después de aplicación de Programa			
Promedio	34,9	27,7	t= 6,52
Desv. Estándar	5,0	1,7	p= 0,000**
N	21	23	TE= 0,70

Nota:

t: Valor t de la distribución t de Student asociado al nivel de confianza; TE: Tamaño de efecto; n: Número de integrantes del grupo de estudio

**p<.01

En la tabla 8, se presenta la comparación de promedios en la dimensión Ánimo general de la Inteligencia emocional en los integrantes del grupo experimental y del grupo control antes de la aplicación del Programa, a través de la prueba t de Student para grupos independientes, no identifica evidencia de diferencia significativa ($p>.05$) en los promedios de los integrantes de los grupos experimental (27.1) y control (27.6), lo que indica la homogeneidad de grupos antes de la aplicación del programa; en tanto que después de su aplicación al grupo experimental, la prueba t de Student encuentra evidencia de diferencia altamente significativa ($p<.01$) a favor del grupo experimental, quienes alcanzaron una puntuación media de 34.9, frente a una puntuación media de 27.7 en el grupo control. En consecuencia, se acepta que la aplicación del programa mejora significativamente el ánimo general en los estudiantes participantes en la investigación.

Tabla 9

Resultados en la comparación en la dimensión Manejo de emociones de la Inteligencia emocional antes y después de la aplicación del Programa “Construye T” en estudiantes de los grupos experimental y control de una I.E. de Huamachuco

	Grupo de estudio		Prueba
	Experimental	Control	
Antes de aplicación de Programa			
Promedio	23,7	24,5	t= -1,50
Desv. Estándar	2,3	1,4	p= 0,142
N	21	110	TE= -0,22
Después de aplicación de Programa			
Promedio	32,8	26,5	t= 5,84
Desv. Estándar	4,6	2,3	p= 0,000**
N	21	110	TE= 0,66

Nota:

t: Valor t de la distribución t de Student asociado al nivel de confianza; TE: Tamaño de efecto; n: Número de integrantes del grupo de estudio

**p<.01

En la tabla 9, se presenta la comparación de promedios en la dimensión manejo de emociones de la inteligencia emocional en los integrantes del grupo experimental y del grupo control antes de la aplicación del programa, a través de la prueba t de Student para grupos independientes, no identifica evidencia de diferencia significativa ($p > .05$) en los promedios de los integrantes de los grupos experimental (23.7) y control (24.5), lo que indica la homogeneidad de grupos antes de la aplicación del programa; en tanto que después de su aplicación al grupo experimental, la prueba t de Student encuentra evidencia de diferencia altamente significativa ($p < .01$) a favor del grupo experimental, quienes alcanzaron una puntuación media de 32.8, frente a una puntuación media de 26.5 en el grupo control. En consecuencia, se confirma que la aplicación del programa mejora significativamente el manejo de emociones en los estudiantes participantes en la investigación.

ANEXO A

Normalidad de la distribución de las puntuaciones en Inteligencia emocional

Tabla 10

Prueba de normalidad de las puntuaciones en Inteligencia emocional, antes de la aplicación del Programa “Construye T” en estudiantes de los grupos experimental y control de una I.E. de Huamachuco

	Grupo de estudio	S-W	n	Sig.(p)
Inteligencia emocional	Experimental	,96	21	,571
	Control	,96	23	,551
Intrapersonal	Experimental	,95	21	,344
	Control	,92	23	,082
Interpersonal	Experimental	,95	21	,320
	Control	,96	23	,464
Adaptabilidad	Experimental	,89	21	,063
	Control	,85	23	,052
Animo general	Experimental	,91	21	,064
	Control	,94	23	,183
Manejo de emociones	Experimental	,94	21	,252
	Control	,87	23	,058

Nota: S-W: Estadístico de Shapiro Wilks para evaluar la normalidad $p > .05$

En la tabla 10, se muestran los resultados obtenidos de la aplicación de la prueba de Shapiro-Wilk, los mismos que señalan que la distribución a nivel general en la inteligencia emocional y en las cinco dimensiones antes de la aplicación del programa no difieren significativamente ($p > .05$) de la distribución normal, tanto en el grupo experimental como en el grupo control. Por lo que la prueba estadística que debe usarse para efectos del proceso estadístico de comparación de promedios es la prueba paramétrica *t* de Student.

Tabla 11

Prueba de normalidad de las puntuaciones en Inteligencia emocional, después de la aplicación del Programa “Construye T” en estudiantes de los grupos experimental y control de una I.E. de Huamachuco

	Grupo de estudio	S-W	N	Sig.(p)
Inteligencia emocional	Experimental	,942	21	,238
	Control	,920	23	,065
Intrapersonal	Experimental	,957	21	,449
	Control	,923	23	,076
Interpersonal	Experimental	,885	21	,058
	Control	,932	23	,122
Adaptabilidad	Experimental	,897	21	,061
	Control	,923	23	,079
Animo general	Experimental	,831	21	,052
	Control	,938	23	,159
Manejo de emociones	Experimental	,924	21	,102
	Control	,926	23	,091

Nota: S-W: Estadístico de Shapiro Wilks para evaluar la normalidad
 $p > .05$

En la tabla 11, se muestran los resultados obtenidos de la aplicación de la prueba de Shapiro-Wilk, los mismos que señalan que la distribución a nivel general en la inteligencia emocional y en las cinco dimensiones después de la aplicación del programa no difieren significativamente ($p > .05$) de la distribución normal, tanto en el grupo experimental como en el grupo control. Por lo que la prueba estadística que debe usarse para efectos del proceso estadístico de comparación de promedios es la prueba paramétrica *t* de Student.

IV. DISCUSIÓN DE RESULTADOS

La inteligencia emocional es “Habilidad para percibir, valorar y expresar emociones con exactitud; la habilidad para acceder y/o generar sentimientos que faciliten el pensamiento; la habilidad para comprender emociones y el conocimiento emocional y la habilidad para regular las emociones promoviendo un crecimiento emocional e intelectual” (Salovey & Mayer, 1990).

A partir de los supuestos presentados surge el interés por determinar la influencia del Programa “Construye T” para el desarrollo de la Inteligencia Emocional en estudiantes de una Institución educativa de Huamachuco.

En relación a ello, en la tabla 2, se aprecia la distribución según nivel de Inteligencia emocional en integrantes del grupo experimental antes y después de la aplicación del Programa “Construye T” en estudiantes de una Institución educativa de Huamachuco, evidenciando que después de la aplicación de programa, ocurre una modificación substancial en los niveles bajo y alto de Inteligencia emocional, respecto a los niveles respectivos antes de su aplicación, encontrando que del 42.1% de estudiantes con nivel bajo antes de la aplicación del programa, solamente el 4.8% alcanzó este nivel después de su aplicación; situación inversa ocurre en el nivel alto, que del tan solo el 9.5% de estudiantes que fueron identificados con nivel alto de Inteligencia emocional antes de la aplicación del programa, el 61.9% de ellos mostró este nivel después de su aplicación. Esto es corroborado por Pareja (2017), que luego de haber desarrollado su investigación, concluyó que al aplicar un programa de intervención, se incrementa el cociente emocional total de cada estudiante que participe de las sesiones, denotando su efectividad, en el que se apliquen técnicas vivenciales, participativas y de grupo a nivel personal, escolar y familiar, ayuda a incrementar capacidades y destrezas que favorecen el desarrollo emocional e integral de cada alumno para el manejo y control de las emociones.

En la tabla 3, se evalúa la distribución según nivel de Inteligencia emocional en estudiantes del grupo control antes y después de la aplicación del programa en una I.E. de Huamachuco en el que se presentan resultados similares es así como, del 30.4% de estudiantes con nivel bajo en el pre test, el 26.1% alcanzó este nivel en el post test; situación similar ocurre el nivel medio que se incrementó en apenas un 2.1% respecto a los resultados en el pre test; en tanto que en el nivel alto se mantuvo el mismo porcentaje antes y después su la aplicación del test. Por lo que se indica que los estudiantes no han logrado desarrollar la habilidad para percibir, evaluar, comprender y expresar emociones, y la habilidad para regular estas emociones para que promuevan el crecimiento intelectual y emocional. Esto es corroborado por Temoche (2006), que la metodología debe estar sustentado en técnicas participativas para el desarrollo de las habilidades emocionales, sin técnicas no se podrán ver resultados como lo refleja el grupo control del presente estudio.

En la tabla 4, se muestra la comparación de promedios de la Inteligencia emocional en los integrantes del grupo experimental y del grupo control antes de la aplicación del programa, no identifica evidencia de diferencia significativa ($p > .05$) en los promedios de los integrantes de los grupos experimental (134.0) y control (135.7), lo que indica la homogeneidad de grupos antes de la aplicación del programa; en tanto que después de su aplicación al grupo experimental, la prueba t de Student encuentra evidencia de diferencia altamente significativa ($p < .01$) a favor del grupo experimental, quienes alcanzaron una puntuación media de 166.1, frente a una puntuación media de 136.7 en el grupo control, indicando que el grupo experimental a mejorado significativamente la inteligencia emocional en los estudiantes, corroborado con Quispe (2012), quien confirma que es importante las sesiones de entrenamiento para las habilidades emocionales, puesto que ayuda a generar cambios significativos en el coeficiente intelectual emocional, en comparación con los estudiantes que no reciben

entrenamiento, su habilidad emocional es deficiente por el poco entrenamiento de tales.

En la tabla 5, se presenta la comparación de promedios en la dimensión relaciones interpersonales de la Inteligencia emocional en los integrantes del grupo experimental y del grupo control antes de la aplicación del programa, encuentra evidencia de diferencia altamente significativa ($p < .01$) a favor del grupo experimental, quienes alcanzaron una puntuación media de 33.4, frente a una puntuación media de 26.3 en el grupo control, denotando que los estudiantes han alcanzado desarrollar la habilidad para establecer y mantener relaciones emocionales caracterizadas por el dar y recibir afecto, establecer relaciones amistosas y sentirse a gusto, en concordancia con Sotomayor y Canales (2000), quienes refieren que un programa es un trabajo coordinado de tareas, propósitos y programaciones dirigidos a lograr objetivos planificados cuyo propósito es el “ejecutar acciones, con un conjunto de recursos para obtener determinados resultados; Temoche (2006) en su investigación con su programa de danzas determinó también que con técnicas se brinda beneficios positivos en la inteligencia emocional general, en el que los participantes son capaces de comunicarse de manera verbal y no verbal, saber entender las reacciones emocionales propias y la de los demás, así mismo manejan un adecuado estado interpersonal, en el que se valoran, respetan y ayudan a sí mismas para el mejoramiento y disciplina efectiva dentro y fuera de la Institución educativa; así mismo son capaces de manejar situaciones estresantes, sin embargo tienen aún dificultades para la adaptabilidad a situaciones nuevas, cuyo consenso es que el uso de técnicas participativas ayudaran a desarrollar estas habilidades.

En la tabla 6, se presenta la comparación de promedios en la dimensión relaciones intrapersonales de la inteligencia emocional en los integrantes del grupo experimental y del grupo control antes de la aplicación del programa,

con la prueba t de Student encuentra evidencia de diferencia significativa ($p < .05$) a favor del grupo experimental, quienes alcanzaron una puntuación media de 33.1, frente a una puntuación media de 31.3 en el grupo control. se afirma en la investigación que la aplicación del programa mejora significativamente las relaciones intrapersonales en los estudiantes participantes en la investigación, quienes han logrado la habilidad para valorarse, quererse y ser consciente de uno mismo, tal y como unos es, percibiendo y aceptándose con sus fortalezas y debilidades, habiendo mejora significativamente las Relaciones intrapersonales en los estudiantes participantes en la investigación; según lo investigado por Bello e Ibañez (2006) describen también que las habilidades logradas por los estudiantes permiten el desenvolvimiento emocional adecuado, logran mejorar la socialización de manera interpersonal, lo cual conlleva a la búsqueda de bienestar emocional adecuado de acuerdo a sus propios intereses que le van a permitir actuar de manera eficaz frente a situaciones estresantes.

En la tabla 7, se presenta la comparación de promedios en la dimensión adaptabilidad de la inteligencia emocional en los integrantes del grupo experimental y del grupo control antes de la aplicación del programa, la prueba t de Student encuentra evidencia de diferencia altamente significativa ($p < .01$) a favor del grupo experimental, quienes alcanzaron una puntuación media de 31.9, frente a una puntuación media de 25.0 en el grupo control. Se confirma que la aplicación del programa mejora significativamente la adaptabilidad: solución de problemas en los estudiantes quienes han desarrollado la habilidad de identificar y definir problemas así como generar e implementar soluciones potencialmente efectivas, en contraste con la investigación de Tomoche (2006) quien en su investigación, los estudiantes tuvieron dificultades para la adaptabilidad que es el área en la que los alumnos tienen dificultades y no han logrado desenvolverse, ante situaciones nuevas, cuyo consenso es que el uso de técnicas participativas ayude a desarrollar estas habilidades, por lo que se plantea el uso frecuente de

técnicas participativas con grupos pequeños y grandes, cambio paulatino de posiciones, juego de roles con la finalidad de brindarles confianza e impulso para la realización de actividades: sin embargo al igual que en la presente investigación, se concuerda con lo indagado por Rojas y Zavaleta (2012) quienes a través de la aplicación del Taller Dinámicas vivenciales, obtuvieron como resultados que el taller favoreció en la disminución del nivel de conflictos interpersonales en los estudiantes, conllevando a una mejor convivencia dentro y fuera del aula, los estudiantes son capaces de resolver un problema de manera armoniosa, buscan estrategias lingüísticas para enfrentar una situación, así mismo conllevan las emociones positivas para crear bienestar personal y escolar, e identifican emociones negativas, las cuales las canalizan por medio de estrategias para evitar el daño personal.

En la tabla 8, se presenta la comparación de promedios en la dimensión ánimo general de la inteligencia emocional en los integrantes del grupo experimental y del grupo control antes de la aplicación del programa, a través de la prueba t de Student encuentra demostración de diferencia altamente significativa ($p < .01$) a favor del grupo experimental, quienes alcanzaron una puntuación media de 34.9, frente a una puntuación media de 27.7 en el grupo control. se acepta que la aplicación del programa mejora significativamente el ánimo I: felicidad y optimismo en los estudiantes participantes en la investigación, quienes han logrado mediante las sesiones y trabajo de las técnicas como relajación, desensibilización, de autoconocimiento y autocontrol, los estudiantes han aprendido a mantener una actitud positiva ante las adversidades y mirar siempre el lado bueno de la vida, saber disfrutarla, sentirse satisfecho con la vida, divertirse y expresar sentimientos positivos. Es corroborado con Stone-Mc Cown, Jensen, Freedman y Rideout en 1998 citado por Mestre, et. al. (2007) que también lograron que los estudiantes adquieran la capacidad para asignar un nombre a las emociones y sentimientos, desarrollar lenguaje corporal y mostrar actitud positiva frente a los sentimientos propios y el de los demás; así mismo se demostró que los

sujetos aprendieran a ser recíprocos con los demás, saben expresar y entender sentimientos, escuchar, compartir, entablar relaciones armoniosas, búsqueda de soluciones para conflictos y mejorar toda forma de comunicación, todo esto se logró a las técnicas que se utilizaron en cada sesión.

En la tabla 9, se presenta la comparación de promedios en la dimensión Manejo de emociones de la Inteligencia emocional en los integrantes del grupo experimental y del grupo control, después de su aplicación al grupo experimental, la prueba t de Student encuentra evidencia de diferencia altamente significativa ($p < .01$) a favor del grupo experimental, quienes alcanzaron una puntuación media de 32.8, frente a una puntuación media de 26.5 en el grupo. Se confirma que la aplicación del programa mejora significativamente el manejo de emociones II: manejo de la emoción en los estudiantes participantes en la investigación, quienes a comparación del grupo control, logran la capacidad de enfrentarse de forma positiva ante situaciones emocionalmente difíciles, resolver un problema, y sentir que uno tiene capacidad para controlar e influir en la situación: corroborado con la investigación de Filella, Agulló, Pérez y Oriol (2014), quienes dieron como resultados mediante su programa que los participantes buscan generar recursos para el logro de metas y encaminar su rumbo para el éxito personal y profesional, logrando expresar sus pensamientos, sentimientos e inquietudes por medio de la comunicación verbal y no verbal. Se fortaleció la conciencia, regulación y autonomía emocional, así como la competencia social y competencias de vida y bienestar.

En la tabla 10 y 11, se muestra la prueba de normalidad de las puntuaciones en Inteligencia emocional, antes de la aplicación del programa “Construye T” en estudiantes de los grupos experimental y control de una I.E. de Huamachuco, se muestran los resultados obtenidos de la aplicación de la prueba de Shapiro-Wilk, los mismos que señalan que la distribución a nivel

general en la inteligencia emocional y en las cinco dimensiones antes y después de la aplicación del programa no difieren significativamente ($p > .05$) de la distribución normal, tanto en el grupo experimental como en el grupo control por lo que la prueba estadística que debe usarse para efectos del proceso estadístico de comparación de promedios es la prueba paramétrica *t* de Student.

A partir de los resultados, se demuestran que el taller “Construye T”, ha influido en el desarrollo de las habilidades emocionales, lo cual demuestra que las técnicas empleadas en cada actividad han permitido desarrollar habilidades para percibir, valorar y expresar emociones con exactitud, para acceder y/o generar sentimientos que faciliten el pensamiento, comprender emociones y el conocimiento emocional y la habilidad para regular las emociones promoviendo un crecimiento emocional e intelectual (Salovey & Mayer, 1990).

V. CONCLUSIONES

Antes de la aplicación del programa, el nivel bajo de Inteligencia Emocional predominaba con un 42.9%, pero luego de la aplicación del programa, se obtiene el 4.8%. Situación inversa ocurre en el nivel alto, que tan solo el 9.5% fueron identificados con nivel alto antes de la aplicación del programa, y posteriormente el 61.9% de ellos mostró este nivel después de su aplicación, lo que determina que el programa ha tenido éxito para el desarrollo de la inteligencia emocional en los estudiantes del grupo experimental.

Se evidencia homogeneidad según nivel de Inteligencia emocional en integrantes del grupo control antes y después de la aplicación del test en el que se presentan resultados similares es así como, del 30.4% de estudiantes con nivel bajo antes de la aplicación del programa, el 26.1% alcanzó este nivel después de su aplicación; situación similar ocurre el nivel medio que se incrementó en apenas un 2.1% respecto a los resultados en el pretest; en

tanto que en el nivel alto se mantuvo en el mismo porcentaje antes y después su aplicación. Los niveles de inteligencia emocional en general se han mantenido, por lo que los estudiantes del grupo control no han modificado sus habilidades por el mismo hecho de no haber sido tratados.

Los resultados en la comparación de la inteligencia emocional antes y después de la aplicación del programa “Construye T” en estudiantes de los grupos experimental y control de una I.E. de Huamachuco donde después de su aplicación al grupo experimental, la prueba t de Student encuentra evidencia de diferencia altamente significativa ($p < .01$) a favor del grupo experimental, quienes alcanzaron una puntuación media de 166.1, frente a una puntuación media de 136.7 en el grupo control.

Los resultados en la comparación en la dimensión relaciones interpersonales después de su aplicación al grupo experimental, se evidencia diferencia altamente significativa ($p < .01$) a favor del grupo experimental, quienes alcanzaron una puntuación media de 33.4, frente a una puntuación media de 26.3 en el grupo control.

Los resultados en la comparación en la dimensión relaciones intrapersonales de la inteligencia emocional antes y después de la aplicación del programa, se evidencia diferencia significativa ($p < .05$) a favor del grupo experimental, siendo el grupo experimental quienes alcanzaron una puntuación media de 33.1, frente a una puntuación media de 31.3 en el grupo control.

Para la comparación de resultados en la dimensión adaptabilidad de la Inteligencia emocional, después de su aplicación al grupo experimental, la prueba t de Student encuentra evidencia de diferencia altamente significativa ($p < .01$) a favor del grupo experimental, quienes alcanzaron una puntuación media de 31.9, frente a una puntuación media de 25.0 en el grupo control.

En la comparación de la dimensión ánimo general de la inteligencia emocional después de la aplicación del programa “Construye T” en estudiantes de los grupos experimental y control de una I.E. de Huamachuco donde después de su aplicación al grupo experimental, la prueba t de Student encuentra evidencia de diferencia altamente significativa ($p < .01$) a favor del grupo experimental, quienes alcanzaron una puntuación media de 34.9, frente a una puntuación media de 27.7 en el grupo control.

En la comparación en la dimensión manejo de emociones de la inteligencia emocional se obtienen resultados donde se evidencia después de su aplicación al grupo experimental, la prueba t de Student encuentra evidencia de diferencia altamente significativa ($p < .01$) a favor del grupo experimental, quienes alcanzaron una puntuación media de 32.8, frente a una puntuación media de 26.5 en el grupo control.

Para la prueba de normalidad de las puntuaciones en Inteligencia emocional, se muestran los resultados obtenidos de la aplicación de la prueba de Shapiro-Wilk, los mismos que señalan que la distribución a nivel general en la inteligencia emocional y en las cinco dimensiones antes y después de la aplicación del Programa no difieren significativamente ($p > .05$) de la distribución normal, tanto en el grupo experimental como en el grupo control, por lo que la prueba estadística que debe usarse para efectos del proceso estadístico de comparación de promedios es la prueba paramétrica t de Student.

VI. RECOMENDACIONES

A la directora de la Institución educativa, la contratación de un psicólogo permanente para la realización de programas preventivos con los adolescentes en temas de inteligencia emocional, habilidades sociales, efectos negativos y positivos del estrés, entre otros.

Promover escuela para padres y capacitación permanente a la plana docente en temas relacionados a la inteligencia emocional.

Incentivar la realización programas, considerando la inteligencia emocional en las instituciones educativas, el cual sea dirigido a los alumnos, docentes y padres de familia, con la finalidad de que funcionen los tres agentes educativos.

A los docentes en tutoría, relacionarse con el alumno no solo en el ámbito académico, sino también en su ámbito personal, familiar y social con el fin de crear un soporte emocional.

A los docentes y tutores, derivar casos de alumnos con problemas en las habilidades emocionales al establecimiento de salud más cercano y que cuente con la presencia de un profesional en salud mental para su intervención y tratamiento de manera inmediata.

A la directora de la institución educativa, generar convenios o alianzas con entidades que brinden orientación y consejería en salud mental.

A la directora, tutores y plana docente, motivar que en su práctica educativa hagan uso de estrategias para la formación general del educando, mediante técnicas expresivas del conocimiento.

VII. REFERENCIAS

- Agulló, M; Filella, G; Soldevilla, A & Ribes, R. (2009). *Evaluación de la educación emocional en el ciclo medio de Educación Primaria*. Revista de Educación 354, enero 2011 pp-pp 765-783.
- Allerand, M. (1992) Piedra Libre. Terapia Gestáltica. Edit. Planeta – Nueva Conciencia. Argentina.
- Bello, D. & Ibañez, P. (2006). *Aplicación de un Programa de Habilidades Sociales para mejorar las relaciones interpersonales de los alumnos y alumnas del V ciclo de Especialidad de Educación primaria en el Instituto Superior Pedagógico “Indoamérica”* (Tesis de Maestría). Universidad César Vallejo, Trujillo, Perú.
- Bisquerra, R. (2000). *Educacion emocional y bienestar*. Barcelona: Praxis.
- Bisquerra, R. (2003). Educación emocional y competencias básicas para la vida. *Revista de investigación (RIE)*, 21, 1,7 – 43.
- Bisquerra, R. y Pérez, N. (2007). Las competencias emocionales. *Educación XXI*, 10, 61-82.
- Burga, R. (1981). *Terapia Gestáltica*. Revista Latinoamericana de Psicología. vol. 13. núm. 1. Recuperada de <https://www.redalyc.org/pdf/805/80513106.pdf>
- Castillo, V. (2013). *Estrategias de educación emocional. Florecer para mejorar el clima social en el aula de los estudiantes del sexto grado de primaria de la Institución educativa N°. 80002 Antonio Torres Araujo. Trujillo-2013*. (Tesis de pregrado). Universidad César Vallejo, Trujillo, Perú.
- Echevarría, B. (2002). Gestión de la competencia de acción profesional. *Revista de Investigación Educativa*, 7-43.

- Filella, G; Agulló, M; Pérez N; & Oriol, X. (2014). *Resultados de la aplicación de un programa de educación emocional en Educación primaria*. Estudios sobre educación, Vol.26, pp-pp 125-147. Gómez España: Universidad de Lleida.
- Filella, G; Agulló, M; Pérez N; & Oriol, X. (2014). Resultados de la aplicación de un programa de educación emocional en Educación primaria. *Estudios sobre educación*, Vol.26, pp-pp 125-147. Gómez España: Universidad de Lleida.
- Goleman, D. (1995). *Inteligencia emocional*. Barcelona: Kairós.
- Hernández, R. Fernández, C. & Baptista, M. (2006). *Metodología de la Investigación*. 5º edición. México DF: Mc Graw-Hill, Interamericana
- Katz, L. (1987). *La educación Inicial y el maestro. Programas, desarrollo y trabajo de grupo*. Distrito Federal, México: Trillas
- Latner, J. (2012). *Fundamentos de la Gestalt*. Recuperado de <http://centrodesarrollopsicologico.com/e2012/wpcontent/uploads/2013/11/Latner-Joel-Fundamentos-de-La-Gestalt.pdf>
- Mantilla, J. (2017) *Programa “Creando mi propio Yo” y sus efectos en la personalidad creadora en alumnos de quinto y sexto grado de educación primaria – Trujillo*. Tesis para obtener el Título Profesional de Licenciado en Psicología. Universidad César Vallejo de Trujillo.
- Mestre, J., y Fernández, P. (2007). *Manual de inteligencia emocional*. Madrid, España: Pirámide.
- Montoya, J. (2012). *Programa tutorial en control de emociones para el desarrollo de la Asertividad en los estudiantes del quinto grado de educación primaria de la Institución educativa Salesiano San José – Trujillo* (Tesis de maestría). Universidad César Vallejo, Trujillo, Perú.

- Pareja, C (2017). *Programa “mirándome a mí mismo – PAMI” y efectos en la Inteligencia emocional en alumnos de primaria*. Tesis de doctorado en Psicología. Universidad Mayor de San Marcos, Lima.
- Perea, R (2002). Educación para la salud, reto de nuestro tiempo. *Educación XXI*, n.º 4, pp. 15-40
- Ponce y Aguaded (2006) *Evaluación de un programa de intervención educativa en inteligencia emocional*. *Revista Dilemas Contemporáneos: Educación, Política y Valores* N° 02 (artículo 18) ISSN 2007 – 7890, octubre 2016 – marzo 2017.
- Proyecto de Ley 3523/CR*, recuperado de <http://www.congreso.gob.pe/pley-2016-2021>
- Quispe, I. (2012). *Inteligencia emocional en alumnos de sexto grado de una institución educativa policial y una estatal del distrito del Callao* (Tesis de maestría). Universidad San Ignacio de Loyola, Lima.
- Rojas, J. y Zavaleta, E. (2012). *Aplicación del Taller Dinámicas vivenciales para contribuir a la Dimensión del nivel de conflictos interpersonales en los estudiantes de segundo grado de educación primaria de la I.E.P. San José del Niño Jesús, Huanchaco-Trujillo 2012* (Tesis de maestría). Universidad César Vallejo, Trujillo, Perú.
- Ruiz, C., y Benites, A. (2004). Ficha Técnica del *Test “Conociendo mis Emociones”* Centro Educativo Particular Champagnat, Lima, Perú.
- Sánchez, H., y Reyes, C. (2006) *Metodología y diseños en la investigación científica*, Lima, Perú, Lima: Editorial Visión Universitaria.
- Salovey, P., y Mayer, J. (1990). *Emotional Intelligence. Imagination. Cognition and Personality*, 185-211.

- Salovey, P., y Sluyter, D. (1997). *Emotional Development and Emotional Intelligence*. Nueva York: Basic Books.
- Sobrado, L (1990). *Intervención Psicopedagógica y orientación educativa*. Barcelona, PPU
- Sotil, A; Ecurra, L; Huerta, R; Rosas, M; Campos, E. y Llanos, A. (2008). *Efectos de un programa para desarrollar la inteligencia emocional en alumnos del sexto grado de educación primaria*. Revista Il Psi Vol. 1 (Nº- 2) pp-pp 55-65. 11ISSN electrónica:1609-7475 -. Lima, Perú: Universidad Nacional Mayor de San Marcos.
- Sotomayor, y Canales, (2000). *Evaluación de programas y proyectos educativos*. Lima, Perú: Universidad Nacional Mayor de San Marcos.
- Stone-Mc Cown, Jensen, Freedman y Rideout (1998). (citado en Mestre, J, & Fernández, P, 1997) *Manual de inteligencia emocional*. Madrid, España: Pirámide.
- Temoche, E. (2006). *Efectos de un Programa de Danzas Folclóricas en la Inteligencia Emocional en niñas de siete años de edad de un colegio Particular de Piura*. (Tesis de maestría), Universidad Femenina Sagrado Corazón, Lima, Perú

VIII. ANEXOS

Anexo 01

Test “Conociendo mis Emociones”

Nombres y Apellidos : _____

Fechas : _____/_____/_____ Edad : _____

En este cuestionario encontrarás afirmaciones sobre maneras de sentir, pensar y actuar. Lee cada una con atención y marca tu respuesta con una X según corresponda.

- S** = Siempre
CS = Casi Siempre
AV = Algunas Veces
CN = Casio Nunca
N = Nunca

N°		S	CS	AV	CN	N
1.	Me resulta difícil hablar frente a un grupo.					
2.	Me gustaría nacer de nuevo y ser diferente de cómo ahora soy yo.					
3.	Me siento seguro de mí mismo en la mayoría de las situaciones					
4.	Frente a varias dificultades que tengo las intento solucionar una por una.					
5.	Soy una persona popular entre los chicos y chicas de mi edad.					

6.	Hay muchas cosas dentro de mí que cambiaría si pudiera (mi carácter, mi manera de contestar, etc.,)					
7.	Ante un problema me pongo nervioso y no sé cómo enfrentarlo.					
8.	Considero que soy una persona alegre y feliz.					
9.	Si me molesto con alguien se lo digo.					
10.	Pienso que mi vida es muy triste.					
11.	Soy optimista (pienso que todo me va a salir bien) en todo lo que hago.					
12.	Confío en que frente a un problema sabré como darle solución					
13.	Me resulta fácil hacer amigos.					
14.	Tengo una mala opinión de mí mismo					
15.	Antes de resolver un problema, primero pienso como lo haré.					
16.	Estoy descontento con la vida que tengo.					
17.	Mis amigos confían bastante en mí.					
18.	Pienso que soy una persona fea comparada con otras(os).					
19.	Al solucionar un problema cometo muchos errores.					
20.	Rápidamente me pongo triste por cualquier cosa.					
21.	Me siento contento (a) con casi todos mis amigos(as)					
22.	Creo que tengo más defectos que cualidades.					
23.	Cuando intento hacer algo pienso que voy a fracasar.					

24.	Para resolver un problema que tengo me doy cuenta rápido de la solución.					
25.	Me da cólera y tengo ganas de explotar cuando no me salen las cosas como yo quiero.					
26.	Los demás son más inteligentes que yo					
27.	Me es difícil decidirme por la solución de un problema que tengo.					
28.	Me tengo rabia y cólera a mí mismo.					
29.	Me resulta difícil relacionarme con lo demás.					
30.	Me molesta que los demás sean mejores que yo.					
31.	Tengo bastantes amigos (as) que me buscan y me aprecian.					
32.	Yo me sé controlar cuando los profesores me llaman la atención.					
33.	Si un compañero me insulta yo voy y le hago lo mismo.					
34.	Tomar decisiones es difícil para mí.					
35.	Me pongo nervioso(a) si los profesores me hacen una pregunta en la clase.					
36.	Me llevo bien con la gente en general.					
37.	Soy una persona que confía en lo que hace.					
38.	Me siento feliz y estoy contento con mi cuerpo.					
39.	Los demás opinan que soy una persona sociable (tengo amistades, estoy en grupo, participo con los demás).					
40.	Sé que mantengo la calma frente a los problemas que son difíciles					

Validez de Constructo del Test Conociendo Mis Emociones

(N = 124)

ESCALAS	M	D.E.	FACTOR
INTERPERSONAL (Socialización)	31.11	5.11	0.68
INTRAPERSONAL (Autoestima)	31.87	5.30	0.81
ADAPTABILIDAD (Solución de Problemas)	29.70	4.56	0.81
ESTADO DE ANIMO I (Felicidad/Optimismo)	32.65	4.63	0.91
ESTADO DE ANIMO II	29.45	4.42	0.81
VARIANZA EXPLICADA		65.10%	
Determinante de la Matriz de Correlación = 0.077			
Medida de adecuación al muestreo de Kaiser – Mayer – Olkin = 0.80			
Test de Esfericidad de Bartlett = 309.32			
P < 0.001			

El análisis de la validez de constructo presentado en la Tabla realizado a través del análisis factorial exploratorio con base al método de los componentes principales y al método de rotación varimax, permite observar que la matriz de correlación presenta una determinante de 0.077 así como un valor de adecuación al muestreo de Kaiser Mayer Olkin de 0.80 y un test de esfericidad de Bartlett que es significativo lo cual garantiza la pertinencia de la ejecución del análisis factorial exploratorio. Los resultados indican la existencia de un solo factor común a cada una de las áreas lo cual permite explicar el 65.10% de la varianza total y que correspondería a la Inteligencia Emocional motivo por el cual podemos afirmar que la prueba “CONOCIENDO MIS EMOCIONES” (Inteligencia Emocional- para niños) tienen Validez de constructo.

Anexo 2

Análisis de Confiabilidad de las Escala S del Test “Conociendo mis Emociones” (Test de Inteligencia Emocional para niños)

ESCALAS	r ítem – test	COEFICIENTE Alpha –Crombach
Relaciones interpersonales (SOCIALIZACION)	0.33 – 0.68	0.79*
Relación Intrapersonal (AUTOESTIMA)	0.41 – 0.63	0.81*
Adaptabilidad (SOLUCION PROBLEMAS)	0.29 – 0.61	0.77*
Estado de Animo I (FELICIDAD. OPTIMISMO)	0.21 -- 0.49	0.75*
Estado de Animo II (MANEJO DE LA EMOCION)	0.39 – 0.63	0.79*
PRUEBA COMPLETA	0.54 – 0.84	0.86*
* < CONFIABLE (Brown, 1989)		

Se presenta el análisis psicométrico de las diversas escalas del test y observamos que en todos los casos las correlaciones ítem – test corregidas superan el criterio de 0.20 (Kline,1993) por lo cual todos los ítems pasaron el criterio de selección y pueden permanecer en la escala.

El análisis de la Confiabilidad de las escalas y de la prueba en general se realizó mediante el estudio de la Confiabilidad de la Consistencia Interna a través del Coeficiente ALFA de

Crombach obteniéndose coeficientes de Confiabilidad superiores al criterio de 0.70 (Brown, 1980).

El coeficiente de Confiabilidad de la prueba completa fue de 0.86 considerado como bueno y que nos indica que el Test Conociendo mis emociones es una medida confiable.

Normas percentilares para la Inteligencia Emocional para niños del 3º al 5ª grado de primaria

PC	Rel. Inter Socialización	Rel. Intra Autoestima	Adaptabilidad Solución Problemas	Estado Animo Optimismo	Manejo Emoción	I. E. General	PC
99	40 o +	40	40	39 o +	40	182 o +	99
95	39	39	38- 39	37- 38	39	178 -181	95
90	38	38	36 -37	36		172 -177	90
85	37	37	35	35	38	169 -171	85
80	36		34	34	37	167 -168	80
75	35	36	33	33	36	166	75
70	34	35	32	32		163 -165	70
65					35	161 -162	65
60	33	34	31	31		159 -160	60
55	32				34	156 -158	55
50	31	33	30	30	33	152 -155	50
45		32				150 -151	45
40	30		29	29	32	148 -149	40
35	29	31		28	31	146 -147	35
30	28	30	28	27	30	144 -145	30
25	27	29	27	26	29	142 -143	25
20	26	28	26	25	28	140 -141	20
15	25	27	25		27	138 -139	15
10	24	26	24	24	26	135 -137	10

5	23	24 – 25	23	23	25	129 -133	5
3	20 – 21	23	21 – 22	22	23 - 24	127 -128	3
1	19 o -	22 o -	20 o -	21 o -	22 o -	126 o -	1

Categorías diagnósticas de la Inteligencia Emocional para niños y adolescentes

ÁREAS	CATEGORÍAS				
	MUY BAJO	BAJO	PROMEDIO	ALTO	MUY ALTO
Relaciones Interpersonales SOCIALIZACION	12 - 20	21 – 25	26 - 30	31 - 35	36 – 40
Relación Intrapersonal AUTOESTIMA	15 - 19	20 – 24	25 - 29	30 - 34	35 – 39
Adaptabilidad SOLUCION DE PROBLEMAS	21 - 23	24 – 26	27 - 29	30 - 32	33 – 35
Estado de Animo I FELICIDAD – OPTIMISMO	17 - 21	22- 26	27 - 31	32 - 36	37 – 41
Estado de Animo II MANEJO DE LA EMOCION	17 - 21	22- 26	27 - 31	32 - 36	37 – 41
PRUEBA COMPLETA Medida de la Inteligencia Emocional del Niño.	113 - 126	127 - 140	141 - 154	155 - 168	169 – 182

Anexo 02

CARTA DE CONSENTIMIENTO INFORMADO

Por medio del presente documento manifiesto que se me ha brindado información para la participación en la investigación científica que se aplicará a 3° grado de primaria de la Institución educativa Institución educativa N° 80921 “Nemesio Vargas Marquina” de la ciudad de Huamachuco. Se me ha explicado que:

- El objetivo del estudio es determinar la influencia del Programa “Construye T” para el desarrollo de la Inteligencia emocional en estudiantes de una institución educativa de Huamachuco.
- El procedimiento consiste en que el alumno(a) participará de 12 sesiones realizadas dentro del horario de clases, con un tempo de duración de 45 minutos por cada sesión.
- Puedo recibir respuesta a cualquier pregunta o aclaración.
- Soy libre de rehusarme en que mi menor hijo (a) participe en cualquier momento y dejar de participar en la investigación, sin que ello lo (a) perjudique.
- No se identificará la identidad de mi menor hijo (a) y se reservará la información que yo proporcione. Sólo será revelada la información que proporcione cuando haya riesgo o peligro para mi persona o para los demás o en caso de mandato judicial.
- Puedo contactarme con la autora de la investigación Br. Ines Olivia Asto Paredes, mediante correo electrónico para presentar mis preguntas y recibir respuestas.
- Finalmente, bajo estas condiciones ACEPTO que mi menor hijo(a) participe de la investigación.

Huamachuco, abril del 2019

Nombre y Apellidos

DNI N°:

En caso de alguna duda o inquietud sobre la participación en el estudio puede escribir al correo electrónico inesasto@gmail.com

Anexo 04

Programa “CONSTRUYE T” para el desarrollo de la inteligencia emocional en estudiantes de una institución educativa de Huamachuco, 2019

I. DATOS GENERALES

- | | | |
|---------------------------|---|--|
| 1.1. Población | : | Alumnos del 3º grado de educación primaria |
| 1.2. Número de sesiones | : | 12 |
| 1.3. Número participantes | : | 21 |
| 1.4. Fecha | : | abril – Junio del 2019 |
| 1.5. Lugar | : | Institución educativa N° 80921 “Nemesio Vargas Marquina” de Huamachuco |
| 1.6. Responsable | : | Br. Ines Olivia Asto Paredes |

II. OBJETIVOS

2.1. General

Determinar la influencia del Programa “Construye T” para el desarrollo de la Inteligencia emocional en estudiantes de una institución educativa de Huamachuco.

2.2. Específicos

- Aplicar el Test “conociendo mis emociones” (pre test) al grupo control y grupo experimental.
- Definir conductas emocionales orientadas al desarrollo de las relaciones interpersonales: autoestima
- Definir conductas emocionales que promuevan el desarrollo de la autoestima
- Incrementar conductas emocionales orientadas al componente socialización – comunicación
- Incrementar conductas emocionales orientadas al componente socialización – empatía

- enseñar técnicas que permitan decir NO
- utilizar la técnica de relajación para acercarnos al poder mental, desechando pensamientos negativos
- identificar las fortalezas y características emocionales que la familia brinda al estudiante
- Comprender que la responsabilidad es un valor, que permite demostrar nuestras emociones y descubrir la necesidad de asumir las distintas responsabilidades en cada momento y circunstancia de la vida
- reconocer emociones dentro del entorno familiar y escolar
- describir y reconocer las habilidades emocionales que me brindan mi entorno social
- Aplicar el Test “conociendo mis emociones” (pos test) al grupo control y grupo experimental

III. POBLACIÓN BENEFICIARIA: alumnos del 3º -B de educación primaria,

IV. NÚMERO Y DURACIÓN DE LA SESIONES: 12 sesiones, con una duración de 45 minutos aproximadamente.

V. ACTIVIDADES:

- Sesión 1 : Aplicación de Pre test
- Objetivo : Aplicar el Test “conociendo mis emociones” (pre test)
- Procedimiento:

ACTIVIDADES	MATERIALES / RECURSOS	TIEMPO
Aplicación del Test “conociendo mis emociones” (pre test)	Ficha técnica del test	30 min

- Evaluación:

TÉCNICA	INSTRUMENTO
Evaluación	Test conociendo mis emociones

SESIÓN 2:

- Denominación : Yo soy así (Autoconcepto)

- Fundamentación :

En la presente sesión, se trabajará técnicas de relajación física e imaginación, donde los alumnos reflejan su propio concepto, analizan sus características físicas, cualidades y debilidades.

- Objetivo: definir conductas emocionales orientadas al desarrollo de las relaciones interpersonales: autoestima

- Procedimiento:

ACTIVIDADES	MATERIALES / RECURSOS	TIEMPO
<p>Inicio</p> <p>Relajación Física:</p> <p>Ejercicio de la Vela: los niños se dispersan en un ambiente, se les pide que den características de una vela y actúen como tal diciéndoles: “Ustedes son una vela de cera, las velas son duras y ustedes deben procurar ponerse muy tensos, apretando fuerte los brazos contra el cuerpo y estirando su cuerpo todo lo que puedan hacia el techo para que sean como las velas”. Cuando los niños hayan logrado un estado de rigidez, durante un corto tiempo, se les indican que se derritan “se van a derretir como lo hacen las velas, aflojando poco a poco el cuerpo y cayéndose al suelo despacito, porque cuando las velas arden tardan bastante tiempo en derretirse”. En un tercer momento, los niños se derriten totalmente y caen al suelo descansando o moviéndose de forma</p>	Espacio amplio	10 min

<p>lenta “como si fuera la cera líquida de una vela que se ha derretido”. Se puede acompañar la caída del niño con golpes suaves con instrumentos de percusión, para evitar que se desplome al primer instante. Con este juego se logra inducir a los niños a sensaciones antagónicas de tensión y distensión de una forma global vivenciada y amena.</p>		
<p>Proceso</p> <p>Aplicación de la ficha: yo soy así</p> <p>Mediante video se enseña sobre la autoestima, valorarse, quererse y ser consciente de uno mismo, tal y como uno es, percibiendo y aceptándose con sus fortalezas y debilidades.</p> <p>Se explica los conceptos mediante diapositivas, con el fin de comprender y entender sobre la autoestima. Se les entregará a los alumnos la ficha 02 para ser llenada, se analizará el concepto de cada uno, de familia, amigos, entre otros, con el fin de conocer la creencia personal que tiene el alumno con respecto a los demás.</p> <p>Mediante la dinámica del espejo, se reflejará emociones</p>	<p>Copias de ficha 01</p> <p>Video</p> <p>Proyector multimedia</p> <p>Ficha 02</p>	<p>30 min</p>
<p>Cierre y despedida: se agradece la asistencia y participación, invitándoles a participar de la próxima sesión.</p>		<p>5 min</p>

Sesión 3:

- Denominación : Así funciona mi autoestima
- Fundamentación :
En la presente sesión, se trabajará técnicas de relajación física e imaginería, donde los alumnos reflejan su propio concepto, analizan sus características físicas, cualidades y debilidades.
- Objetivo : definir conductas emocionales que promuevan el desarrollo de la autoestima
- Procedimiento :

ACTIVIDADES	MATERIALES / RECURSOS	TIEMPO
<p>Inicio</p> <p>Retroalimentación de las actividades de la sesión anterior, se comparte el tema tratado anteriormente y actividades relacionadas a la misma</p> <p>Imaginería: “La Rosa”</p> <p>Componente Intrapersonal: Comprensión emocional de sí mismo (CM)</p> <p>se pedirá que se pongan cómodos en sus asientos, cierren los ojos y respiren hondo tres veces: Uno.....dos.....tres.....</p>	Espacio amplio	10 min

Se van a imaginar que se paran y se dirigen hacia la puerta del salón y caminan por las calles con el debido cuidado dirigiéndose hacia la carretera, a un lugar que ustedes conocen; ahora van a ver un camino largo que por ambos lados hay hermosas flores, es un hermoso rosal con muchas rosas, pero hay una en especial que les llama la atención y se dirigen hacia ella, fíjense ahora ¿Cómo es? su tamaño, color, textura, tiene aroma, es una rosa que está en capullo, o tal vez entre abierta, sus pétalos tienen rocío del amanecer, tiene espinas en su tallo o tal vez tiene otra característica particular.....

Ahora que ya han cogido una rosa en especial van a tenerla entre sus manos y al levantar la mirada hacia el camino van a darse cuenta que hacia ustedes desde lejos va viniendo una persona todavía no la distinguen quién es, pero se van dirigiendo hacia ella para darle el alcance y esa persona también hace lo mismo hacia ustedes, cada vez se van acercando más y más; en estos momentos se encuentran con esa persona, fíjense ¿quién es?, mírenle su cara cómo está y ahora esa rosa que tienen entre sus manos se la van a obsequiar diciéndole afectivamente todo lo que sienten por ella o él DÉNSELA AHORA, observa como esa persona recibe su obsequio, mírenle su rostro y ambos o ambas se están comunicando de corazón; ahora al mirar al cielo se dan cuenta que ya tienen que regresar porque comienza a oscurecer, se despiden de esa persona y se van alejando puesto que ya empieza su viaje de retorno, ingresan al local, entran por la puerta a este salón y se encuentran cada uno de ustedes en sus asientos.

<p>Bueno, ahora respiran nuevamente hondo y piensa: ¿Cómo se sienten?, ¿Qué piensan?, bien ya hemos terminado este ejercicio con su imaginación y poco a poco hasta que cuente el número tres van abrir tus ojos: Uno.....dos.....tres.</p>		
<p>Proceso</p> <p>Aplicación de la ficha: Así funciona mi autoestima</p> <p>Mediante PPT, se explicará sobre la importancia de la autoestima en nuestra vida social.</p> <p>Se visualizará videos con contenido de autoestima</p> <p>Se discutirá el contenido realizando grupos de trabajo para luego exponer las conclusiones a las que ha llegado el grupo.</p>	<p>Copias de fichas</p> <p>Videos</p> <p>Proyector multimedia</p> <p>Materiales de escritorio</p>	<p>25 min</p>
<p>Cierre y despedida: se da las conclusiones finales</p> <p>Se aplica la ficha de autoevaluación (Ficha 4)</p> <p>Se agradece la asistencia y participación, invitándoles a participar de la próxima sesión.</p>		<p>10 min</p>

Sesión 4:

- Denominación : **COMUNICA LO QUE SIENTES**
- Fundamentación :
Las habilidades para identificar las emociones y estados de ánimo que expresan los demás se consideran cruciales en el desarrollo de la Inteligencia Emocional.
- Objetivo : Incrementar conductas emocionales orientadas al componente socialización – comunicación
- Procedimiento:

ACTIVIDADES	MATERIALES / RECURSOS	TIEMPO
<p>Inicio</p> <p>Retroalimentación de las actividades de la sesión anterior, se comparte el tema tratado anteriormente y actividades relacionadas a la misma</p> <p>Relajación Física: “El muñeco de nieve” La investigadora es el sol y los alumnos los muñecos de nieve. Se encuentra a una distancia de 2 o 3 metros; el sol se va acercando a los muñecos paso a paso y cada vez que da un paso se le dirá la parte del cuerpo que se irán derritiendo y cuando la investigadora llegue a los alumnos al tocarlos se derriten totalmente.</p> <p>Proceso Aplicación de la ficha: ¿Qué sientes? Mediante PPT, se explicará sobre la importancia de saber comunicar lo que la persona siente, así mismo aprender sobre técnicas que permitan saber lo que otras personas sienten (socialización)</p>	<p>Espacio amplio</p> <p>Copias de fichas Videos Proyector multimedia Materiales de escritorio</p>	<p>5 min</p> <p>30 min</p>

Se visualizará videos con contenido de comunicación, formas y técnicas
Se discutirá el contenido realizando grupos de trabajo para luego exponer las conclusiones a las que ha llegado el grupo.

Cierre y despedida: se da las conclusiones finales
Se agradece la asistencia y participación, invitándoles a participar de la próxima sesión.

5 min

Sesión 5:

- Denominación : **COMUNICA LO QUE SIENTES II**
- Fundamentación :
Las habilidades para identificar las emociones y estados de ánimo que expresan los demás se consideran cruciales en el desarrollo de la Inteligencia Emocional.
- Objetivo : Incrementar conductas emocionales orientadas al componente socialización – empatía
- Procedimiento :

ACTIVIDADES	MATERIALES / RECURSOS	TIEMPO
<p>Inicio</p> <p>Retroalimentación de las actividades de la sesión anterior, se comparte el tema tratado anteriormente y actividades relacionadas a la misma</p> <p>.</p> <p>Relajación Física: Ejercicio del Saco de Piedras:</p> <p>Se trabaja con imaginación, se pide a los participantes que se pongan cómodos, cierran los ojos, respirando hondo tres veces: Uno.....dos.....tres.....</p> <p>Te vas a imaginar que sales de aquí del salón y van caminando por la ciudad, van rumbo a un campo donde hay muchas piedras y a un lado hay un saco como una bolsa de dormir la cual la</p>	Espacio amplio	5 min

van a extender y se van a echar sobre esa bolsa. Se van a imaginar que todo su cuerpo está formado por diferentes piedras, ahora sienten que su cabeza es como una piedra la cual está muy dura, dura igual sus, ojos, nariz, boca, orejas, cuello, brazos, manos, dedos, tronco, piernas, pies, dedos de los pies. Todas estas partes de sus cuerpos son como piedras que son duras, muy duras, pero poco a poco se van suavizando estas partes de sus cuerpos y dejan de ser piedras para ser sus propias partes de sus cuerpos, cada vez más suaves, suaves y ustedes sienten una sensación de tranquilidad y sosiego, se sienten mejor, cada vez mejor.....están calmados. Ya es hora, que tenemos que regresar, nos levantamos imaginariamente de esa bolsa de dormir y salimos de ese campo ubicamos el camino de regreso y llegamos al local del colegio Donde estamos e ingresamos al aula. Cuando cuente tres poco a poco irán abriendo sus ojos: Uno.....dos.....tres

Proceso

Aplicación de la ficha: Comunica lo que sientes

Mediante PPT, se explicará sobre la importancia de saber comunicar lo que la persona siente, así mismo aprender sobre técnicas que permitan saber lo que otras personas sienten (empatía), comunicación eficiente

Se visualizará videos con contenido de comunicación, formas y técnicas

Aplicación de ficha 06

Copias de ficha 05
 Videos
 Proyector multimedia
 Materiales de escritorio

30 min

<p>Se discutirá el contenido realizando grupos de trabajo para luego exponer las conclusiones a las que ha llegado el grupo, aplicación de técnicas para desarrollar la empatía.</p> <p>Mediante la técnica de silla vacía, se pedirá que resuelvan un caso presentado.</p> <p>Aplicación de ficha 7</p> <p>Cierre y despedida: aplicación ficha autoevaluación (Ficha 08)</p> <p>Conclusiones finales</p> <p>Se agradece la asistencia y participación, invitándoles a participar de la próxima sesión.</p>		5 min
--	--	-------

Sesión 06:

- Denominación : **SABER DECIR NO CUANDO CONVIENE**
- Fundamentación : enseñar al alumno las formas de decir NO, sin tener la obligación, miedo o culpa ante una situación.
- Objetivo : enseñar técnicas que permitan decir NO
- Procedimiento:

ACTIVIDADES	MATERIALES / RECURSOS	TIEMPO
<p>Inicio</p> <p>Retroalimentación de las actividades de la sesión anterior, se comparte el tema tratado anteriormente y actividades relacionadas a la misma</p> <p>·</p> <p>Aplicación de ejercicio emocional (ficha 08)</p> <p>Dinámica de animación: la sandía</p> <p>La facilitadora irá cantando la canción de la sandía y los participantes formados en un círculo grande irán repitiendo la canción, se realizará varias repeticiones hasta que los participantes estén más activos.</p>	Espacio amplio	5 min
<p>Proceso</p> <p>Aplicación de la ficha 09</p> <p>Mediante PPT, se explicará sobre la importancia de saber decir NO</p>	Copias de ficha 05 Videos Proyector multimedia Materiales de escritorio	30 min

<p>Se presentará un video explicativo, en el que demuestran las técnicas para reestructurar creencias irracionales, Interiorizar mi derecho a decir “no”, aprender técnicas asertivas para decir “no”, Manejar la culpa cuando decimos “no”</p> <p>Se discutirá el contenido realizando grupos de trabajo para luego exponer las conclusiones a las que ha llegado el grupo. Realización de ejercicios grupales aplicando las técnicas: polaridades –silla vacía Aplicación de la ficha 09</p> <p>Cierre y despedida: aplicación ficha autoevaluación (Ficha 10) Conclusiones finales Se agradece la asistencia y participación, invitándoles a participar de la próxima sesión.</p>		<p>5 min</p>
--	--	--------------

Sesión 7:

- Denominación : **CONTROLA TUS PENSAMIENTOS**
- Objetivo : utilizar la técnica de relajación para acercarnos al poder mental, desechando pensamientos negativos
- Procedimiento:

ACTIVIDADES	MATERIALES / RECURSOS	TIEMPO
Inicio		
<p>Retroalimentación de las actividades de la sesión anterior, se comparte el tema tratado anteriormente y actividades relacionadas a la misma</p>	Espacio amplio	10 min
<p>Relajación Física: Ejercicio “Los mimos y la música” La investigadora coloca música de fondo suave. Se pide a los participantes se saquen los zapatos y escojan una colchoneta y se acuesten sobre ellas Se les explica a los alumnos que se encuentran esparcidos en el aula y en postura de pie y que vayan moviendo las partes de su cuerpo que se les va mencionando, pero habrá una voz de mando proveniente de la propia investigadora y se convertirán en esos momentos en mimos que no deben de moverse hasta el momento indicado.</p>	Proyector multimedia parlantes colchonetas	10 min
<p>Imaginería: “La Rosa” Componente Intrapersonal: Comprensión emocional de sí mismo (CM) Se pedirá que se pongan cómodos en sus asientos, cierren los ojos y respiren hondo tres veces: Uno.....dos.....tres.....</p>		

Se van a imaginar que se paran y se dirigen hacia la puerta del salón y caminan por las calles con el debido cuidado dirigiéndose hacia la carretera, a un lugar que ustedes conocen; ahora van a ver un camino largo que por ambos lados hay hermosas flores, es un hermoso rosal con muchas rosas, pero hay una en especial que les llama la atención y se dirigen hacia ella, fíjense ahora ¿Cómo es? su tamaño, color, textura, tiene aroma, es una rosa que está en capullo, o tal vez entre abierta, sus pétalos tienen rocío del amanecer, tiene espinas en su tallo o tal vez tiene otra característica particular.....

Ahora que ya han cogido una rosa en especial van a tenerla entre sus manos y al levantar la mirada hacia el camino van a darse cuenta que hacia ustedes desde lejos va viniendo una persona todavía no la distinguen quién es, pero se van dirigiendo hacia ella para darle el alcance y esa persona también hace lo mismo hacia ustedes, cada vez se van acercando más y más; en estos momentos se encuentran con esa persona, fíjense ¿quién es?, mírenle su cara cómo está y ahora esa rosa que tienen entre sus manos se la van a obsequiar diciéndole afectivamente todo lo que sienten por ella o él DÉNSELA AHORA, observa como esa persona recibe su obsequio, mírenle su rostro y ambos o ambas se están comunicando de corazón; ahora al mirar al cielo se dan cuenta que ya tienen que regresar porque comienza a oscurecer, se despiden de esa persona y se van alejando puesto que ya empieza su viaje de retorno, ingresan al local, entran por la puerta a este salón y se encuentran cada uno de ustedes en sus asientos.

Bueno, ahora respiran nuevamente hondo y piensa: ¿Cómo se sienten?, ¿Qué piensan?, bien ya hemos terminado este ejercicio con su imaginación y poco a poco hasta que cuente el número tres van abrir tus ojos: Uno.....dos.....tres.

Proceso
 Aplicación de la ficha 11
 Mediante PPT, se explicará sobre la importancia controlar los pensamientos

Copias de ficha
 Videos
 Proyector multimedia

30 min

<p>Presentación de PPT</p> <p>Se discutirá el contenido realizando grupos de trabajo para luego exponer las conclusiones a las que ha llegado el grupo.</p> <p>Cierre y despedida: aplicación ficha autoevaluación (Ficha 12)</p> <p>Conclusiones finales. Se solicita a los participantes que para la próxima sesión traigan todo tipo de imágenes.</p> <p>Se agradece la asistencia y participación, invitándoles a participar de la próxima sesión.</p>	<p>Materiales de escritorio</p>	<p>5 min</p>
--	---------------------------------	--------------

Sesión 08

- Denominación : **Los lados fuertes de mi familia sus aportes y sus defectos**
- Objetivo : identificar las fortalezas y características emocionales que la familia brinda al estudiante
- Procedimiento:
- Evaluación:

ACTIVIDADES	MATERIALES / RECURSOS	TIEMPO
Inicio		
Retroalimentación de las actividades de la sesión anterior, se comparte el tema tratado anteriormente y actividades relacionadas a la misma	Espacio amplio	10 min
<p>Relajación Física: Ejercicio “Historia de mi Nombre” (ficha 13)</p> <p>Se les pregunta a los participantes si saben el significado de sus nombres, el niño o niña que lo sabe lo puede indicar al grupo, caso contrario se le indica extrayendo en significado del libro sobre este aspecto, indicando las características de personalidad que quiere decir nombre.</p>		10 min
<p>Proceso</p> <p>Relajación Psicológica: “Colaje de sentimientos”, colocando en el centro del papal o cartulina su nombre.</p> <p>Se colocará</p>	Copias de ficha Videos Proyector multimedia Materiales de escritorio	30 min

Mediante PPT, se explicará sobre la importancia de la familia como fortaleza para el desarrollo personal Presentación de PPT Aplicación de ficha 13 Cierre y despedida: aplicación ficha autoevaluación (Ficha 13) Conclusiones finales Se agradece la asistencia y participación, invitándoles a participar de la próxima sesión.		5 min
---	--	-------

Sesión 9:

- Denominación : **SER RESPONSABLES**
- Fundamentación :
- Objetivo : Comprender que la responsabilidad es un valor, que permite demostrar nuestras emociones y descubrir la necesidad de asumir las distintas responsabilidades en cada momento y circunstancia de la vida
- Procedimiento

ACTIVIDADES	MATERIALES / RECURSOS	TIEMPO
<p>Inicio</p> <p>Retroalimentación de las actividades de la sesión anterior, se comparte el tema tratado anteriormente y actividades relacionadas a la misma</p> <p>.</p> <p>Dinámica de animación: el piojo Juancho</p> <p>En círculo, de pie, se pide a los participantes que repitan las frases que el facilitador dará y que hagan o imiten los movimientos que éste hace.</p>	Espacio amplio	10 min
<p>Proceso</p> <p>Aplicación de fichas 14 y 15</p> <p>Mediante PPT, se explicará sobre la importancia de la responsabilidad consigo mismo, con los demás, con la escuela y con la sociedad</p> <p>Mediante dibujos, ilustraran un ejemplo de cómo fueron responsables</p> <p>Exposición de trabajos por los alumnos</p>	Copias de ficha Videos Proyector multimedia Materiales de escritorio	30 min

Cierre y despedida: Conclusiones finales Se agradece la asistencia y participación, invitándoles a participar de la próxima sesión.		5 min
---	--	-------

Sesión 10:

- Denominación : YO Y MI SISTEMA FAMILIAR
- Objetivo : reconocer emociones dentro del entorno familiar y escolar
- Procedimiento:

ACTIVIDADES	MATERIALES / RECURSOS	TIEMPO
<p>Inicio</p> <p>relajación Física: Ejercicio “La Margarita de mis virtudes y las virtudes de mi familia”</p> <p>Instrucciones: Los niños deberán dibujar una margarita de flor y en cada pétalo escribir una cualidad que ellos saben que poseen en su personalidad e irlas numerando conforme las Van denominando.</p>	Espacio amplio	10 min
<p>Proceso</p> <p>Mediante PPT, se explicará sobre la importancia el reconocimiento de las emociones en el entorno familiar, social y escolar</p> <p>Video</p> <p>Mediante dibujos, ilustraran un ejemplo de cómo manifiestan sus padres o docentes sus emociones</p> <p>Exposición de trabajos por los alumnos</p>	Videos Proyector multimedia Materiales de escritorio	30 min
<p>Cierre y despedida:</p> <p>Conclusiones finales</p> <p>Se agradece la asistencia y participación, invitándoles a participar de la próxima sesión.</p>		5 min

Sesión 11

- Denominación : **YO Y MI RED SOCIAL**
- Objetivo : describir y reconocer las habilidades emocionales que me brindan mi entorno social
- Procedimiento:

ACTIVIDADES	MATERIALES / RECURSOS	TIEMPO
<p>Inicio</p> <p>Relajación Física: Ejercicio “Soy una bolsa de color que me inflo y me desinflo”</p> <p>En una foja realizarán 2 columnas, en el que describirán las emociones negativas y positivas que han vivido en la casa escuela (me inflo)</p> <p>Y en la columna de me desinflo colocaran las emociones positivas que han experimentado en casa y escuela.</p> <p>Cada alumno deberá exponer sus emociones, cuando se trata de la columna me inflo, tendrán que tomar aire e intentar exponer sus emociones</p> <p>Se explicará los procesos emocionales</p>	Espacio amplio	10 min
<p>Proceso</p> <p>Mediante PPT, se explicará sobre la importancia la importancia de tener redes sociales que ayuden en el desarrollo de las habilidades emocionales</p> <p>Video</p>	Videos Proyector multimedia Materiales de escritorio	30 min
<p>Cierre y despedida:</p> <p>Conclusiones finales</p> <p>Se agradece la asistencia y participación, invitándoles a participar de la próxima sesión.</p>		5 min

- **Sesión 12** : Aplicación de Pos test
- **Objetivo** : Aplicar el Test “conociendo mis emociones” (pos test)
- **Procedimiento:**

ACTIVIDADES	MATERIALES / RECURSOS	TIEMPO
Aplicación del Test “conociendo mis emociones” (pre test) Realización de un compartir con alumnos del grupo experimental y grupo control	Ficha técnica del test	45 min

- **Evaluación:**

TÉCNICA	INSTRUMENTO
Evaluación	Test conociendo mis emociones

YO SOY ASI

Mi nombre.....

Mi edad.....

Mi grado.....

Mi colegio.....

Yo soy.

¿Qué es el autoconcepto? Es como yo me defino; entonces ¿Cómo te definirías?

.....
.....
.....

El Autoconcepto es:

Conocerme como soy

Saberme inteligente

Estar orgulloso (a) de lo que pienso, hago y siento

Ser responsable

Aceptar mis dificultades e intentar solucionarlas cuando
las situaciones no funcionan como quiero.

¿Qué piensas de ti mismo (a)?

Componente Intrapersonal: Comprensión emocional de sí mismo (CM)

Que soy bueno (a) chico (a)

Que soy bastante travieso (a)

Que me meto con los demás sin motivo

FICHA 02

Componente Intrapersonal: Comprensión emocional de sí mismo

Mis padres dicen que yo soy.....
.....

Y pienso que a) Tienen razón..... b) Exageran..... c) No tienen razón.....

Mis hermanos dicen que yo soy.....
.....

Y pienso que a) Tienen razón..... b) Exageran..... c) No tienen razón.....

Mis familias dicen que yo soy.....
.....

Y pienso que a) Tienen razón..... b) Exageran..... c) No tienen razón.....

Mis profesores dicen que soy.....
.....

Y pienso que a) Tienen razón..... b) Exageran..... c) No tienen razón.....

Mis amigos (as) dicen que soy.....
.....

Y pienso que a) Tienen razón..... b) Exageran..... c) No tienen razón.....

Y me digo a mi mismo(a) que yo soy.....
.....

Y pienso que a) Tienen razón..... b) Exageran..... c) No tienen razón.....

Ficha 03

“Así funciona mi Autoestima”

Las personas hacen las actividades que les gustan, lo que saben hacer y lo que las personas importantes para él o ella le dice que lo hace bien. Ante esto, vamos empezando por esto:

Quisiera saber ¿Cuál es tu opinión acerca de lo que sientes o te hacen sentir cómo eres tú?

Te consideras que eres un niño bueno / buena, te portas bien o que eres un niño que tienes problemas con los demás con tus papás, con tus hermanos, con tus profesores, con tus compañeros (as) del salón.

Entonces: Tú estás convencido (a) que eres

.....
.....

En el colegio me gusta mucho

.....
.....

Te sientes bien contigo mismo (a) y te relacionas mejor con los demás:

Con tus padres, con

Tus hermanos, con tus profesores (as) con tus compañeros (as) de aula, con tus amigos (as).

¿Crees que tu forma de ser agrada a los demás, les caes bien? Explícame algo de esto.....
.....

A tus padres les gusta que tú seas creativo (a) que tengas imaginación, que demuestres lo que sabes hacer, ellos se sienten orgullosos de ti. Debes saber que todos te siguen aceptando si algo no sale bien.

Entonces:

Lo que mejor que haces es:

.....
.....

Imitas a tus padres y personas tal vez en algo que te gusta de ellos. ¿En qué?

.....
.....

Es importante que ellos mis padres tengan una buena Autoestima ¿Verdad? entonces YO CREO QUE MIS PADRES

.....
.....

Te gusta que los demás te escuchen te valoren y consideren tu opinión. Una idea importante que yo tengo es

.....
.....

AUTOEVALUACIÓN

1. Escribe lo que es Autoestima:

.....
.....
.....

2. Describe algunas cualidades afectivas tuyas que en este ejercicio recién has descubierto:

.....
.....
.....

3. ¿Escribe cuatro frases sobre tu Autoestima?

.....
.....
.....

4. Ahora ¿Cuáles son los valores que más admiras en los demás y en ti?

.....
.....
.....

5. ¿Qué les dirías a los demás? A tus padres

.....
.....
.....

A tus familiares

.....
.....
.....

A tus profesores

.....
.....
.....

A tus amigos

.....
.....

¿QUE SIENTES?

ASOCIA CADA SITUACIÓN AL SENTIMIENTO QUE EXPERIMENTAS.

Jorge, tu mejor amigo se ha puesto enfermo.

MIEDO

Has discutido fuertemente con tu hermano(a).

PENA

No te dejan jugar a la pelota, en el patio del colegio.

TRISTEZA

Quizás te pregunte el profesor(a) un tema que no estudiaste.

MOLESTO(A)

Los más grandes de mi salón, me fastidian y me insultan.

ILUSIÓN

Mañana es tu cumpleaños y en clase te felicitaremos.

VERGÜENZA

No has podido ir al paseo del salón porque te portaste mal.

ALEGRÍA

Un amigo(a) te ha sonreído porque y tú le ayudaste.

DESDICHADO

El equipo ha empezado a jugar el juego que propusiste.

FELICIDAD

¿Cómo lo comunicarás?

COMUNICAR NUESTRO ESTADO DE ÁNIMO A LOS DEMÁS SIRVE PARA QUE.....

- Nos entiendan mejor.
- No dejar dentro nuestro estado de ánimo.
- Defendamos nuestros derechos.
- Solucionar los problemas sin violencia.

ES BUENO COMUNICAR LO QUE SENTIMOS CON EDUCACIÓN Y SIN MIEDOS.

ANÍMATE A DECIR LO QUE SIENTES.

APRENDE A EXPRESAR LO QUE SIENTES:

Componente Interpersonal: Responsabilidad social (RS)

Tu amigo, Juan no ha ido al colegio.
Habías quedado en ayudarlo en el
curso de Matemática.....

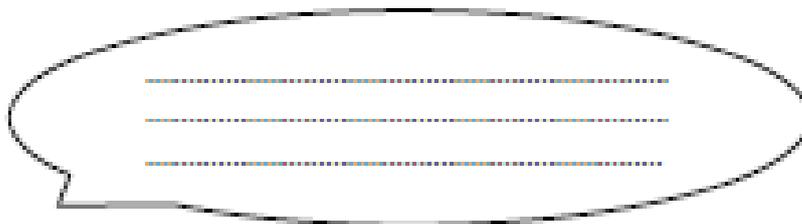
Componente Interpersonal: Empatía (EM)

Tu mamá está muy triste y tú deseas animarla. Escribele lo que le dirías.



Componente Adaptabilidad: Prueba de la realidad (PR)

* Un compañero(a) ha hablado mal de ti sin motivo ¿Cómo te sientes? Expresa tu malestar con él.



ASOCIA A TU ESTADO DE ÁNIMO CON CADA IDEA.

¡Lo conseguí gané mi Medalla de Oro en el Deporte!

DECEPCIONADO(A)

Es una pena me hubiese gustado ir.

MOLESTO(A)

No me molestes, estoy cansando.

CONTENTO(A)

Cómo lo estará pasando, esta enfermo(a).

SORPRENDIDO(A)

¡Que bien, no puedo creerlo!

APENADO(A)

Fue horrible, nos preguntaba a todos y no sabíamos nada.

OPTIMISTA

No te preocupes eso se soluciona rápido.

ASUSTATO(A)

No sé tal vez no pueda ir.

PREOCUPADO(A)

AUTOEVALUACIÓN

Tiempo: 10 minutos

1. Escribe lo que es la Conversación:

.....
.....

2. Describe cuáles son las partes de una conversación que has aprendido:

.....
.....

3. ¿Escribe cuatro actitudes positivas en tus conversaciones?

.....
.....

4. Ahora ¿Quiénes son las personas que más admiras porque se saben comunicar positivamente?

.....
.....

5. ¿Qué les dirías a los demás sobre lo que tú has aprendido ahora?

A tus padres.....

.....
.....

A tus familiares.....

.....
.....

A tus profesores.....

.....
.....

A tus amigos.....

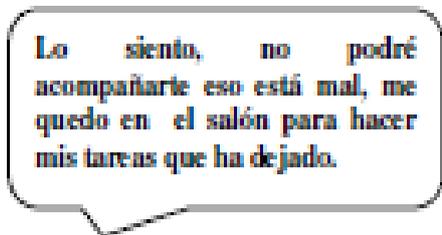
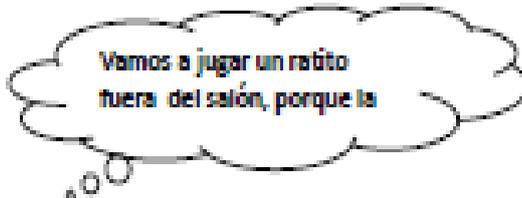
.....
.....

Ficha 08

8.1. Ejercicio Emocional: " SABER DECIR NO CUANDO CONVIENE"

Componente Manejo del estrés: Control de impulsos (CI)

Tiempo: 10 minutos



Yo pienso que decir NO se refiere a :

- Negarse a todo.
- Rechazar una petición de alguien cuando no nos conviene.
- Negarse a un solo aspecto cada día.

Ficha 09

AHORA YO TE PREGUNTO:

¿Cómo dices tú NO cuando alguien te pide algo y tú no de lo puedes conceder?

.....
.....

Ahora completa esta idea:

"Yo una vez me negué a
..... porque
..... y conmigo mismo me quedé"

Hay oportunidades que las personas nos piden hacer algo inapropiado y realmente nos cuesta decir NO. Pero, te aconsejo que si es bueno decir NO cuando vemos que esto es lo que debe ser, porque muchas veces se abusa de los niños que siempre dicen SI.

Si sabemos decir NO con educación obtendremos un buen control de las situaciones y además maduramos cada día más.

Tiempo: 10 minutos

8.2. Ahora te voy a mostrar unos ejemplos para que tú me puedas poner tu respuesta diciendo NO adecuadamente.

- 1) Un amigo(a) quiere que tú no le prestes tu cuaderno a otro compañero, sabiendo que este niño ha estado enfermo y por eso le pide ayuda para que le des tus apuntes del cuaderno.
¿Qué le dirías al supuesto amigo que te propone esto ? y ¿Por qué?

.....
.....

AUTOEVALUACIÓN

1. Escribe lo que significa para ti pedir un favor:

.....
.....
.....

2. Describe algunas ventajas de saber decir los favores:

.....
.....

3. ¿Cómo se deben pedir los favores?

.....
.....
.....

4. Piensas que a los demás les agrada que les hagas favores?

..... SI.....NO ¿Por qué?

.....
.....

5. ¿Qué les dirías a los demás?

A tus

padres.....
.....
.....

A tus familiares

.....
.....
.....

A tus profesores

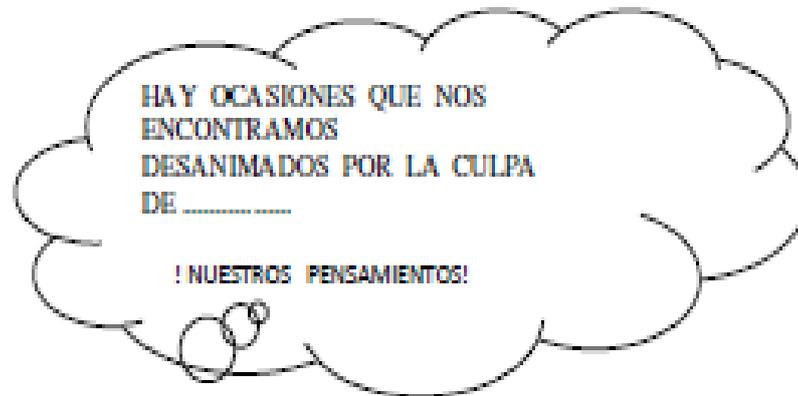
.....
.....
.....

A tus amigos

11.3. Ejercicio Emocional : "CONTROLA TUS PENSAMIENTOS"

Tiempo: 10 minutos

Componente Manejo del estrés: Tolerancia al estrés (TE)



Por lo tanto:

Cuando algo no nos va bien, me encuentro:

- Normal, no hago caso.
- Triste y sin ánimo.
- Otra respuesta

Yo pienso que cuando nos encontramos con el ánimo por los suelos, significa:

- Estar todo el día sentado en el suelo.
- No significa nada.
- Estar desanimado, con poca ilusión, triste.....etc.
- Otra respuesta

Yo a veces lo que hago para animarme es

.....

.....

Cuando yo me encuentro desanimado (a) enseguida los demás se dan cuenta y me dicen.....

.....

PENSAMIENTOS QUE FASTIDIAN

A veces tenemos pensamientos sobre nosotros mismos que nos ponen tristes, nos apena y nos decimos: ¡TODO ME SALE MAL! Y eso no es verdad. En la vida hay veces que las situaciones nos pueden salir bien y otras mal.

Si nos ponemos a pensar en todas las circunstancias que nos sale mal, nos estamos teniendo poca confianza en nosotros mismos...

Tenemos que manejar nuestra mente y autodecirnos:

¡Yo sí sirvo !

Ahora trata de averiguar en ti mismo las causas,
por qué te sientes desanimado(a) a veces:

Cuando pienso que soy torpe porque

Cuando un hecho me sale mal ha sido porque

Cuando estoy desanimado(a) mis pensamientos son

PIENSA :

**NO DEJES QUE UN PENSAMIENTO NEGATIVO ESTE EN TU MENTE
CÁMBIALO INMEDIATAMENTE POR UN PENSAMIENTO BUENO DE TI
MISMO(A). R E C U É R D A L O**

Haz una lista de actividades que podrias realizar para "levantar tu estado de ánimo"

* Practicar mi deporte favorito.

* Escuchar música.

*

*

Escribe los pensamientos positivos;

1.

2.

3.

Escribe algunas actividades que hoy te han salido bien:

1.

2.

3.

Tú no tienes la culpa de todo lo que pasa:

¿Por qué?

.....

.....

Escribe tres frases contrarias a las que te presento y analízalas:

NO SE HACER NADA> _____

NADIE ME HACE CASO> _____

NUNCA PODRÉ APROBAR> _____

SOY BASTANTE FEO (A)> _____

LE CAIGO MAL A MUCHOS> _____

INTENTA LEVANTAR TU ESTADO DE ÁNIMO



ASOCIA CON UNA FLECHA Y/O COMPLETA:



Yo estoy muy contento(a) de

Me siento capaz de

Estoy contento(a) porque

Mi mejor cualidad es

Yo sé hacer muy bien

HOY NO HE TENIDO NI UN PENSAMIENTO NEGATIVO.

SER UN / UNA EXCELENTE COMPAÑERO(A)

TENER BUENOS AMIGOS.

SER UN BUEN ESTUDIANTE.

.....

AUTOEVALUACIÓN

Tiempo: 10 minutos

1. Escribe lo que significa para ti manejar tus pensamientos:

.....
.....
.....

2. Describe algunas ventajas de saber manejar tus pensamientos:

.....
.....
.....

3. ¿Qué debes hacer cuando tienes en tu cabeza un pensamiento negativo?

.....
.....
.....

4. Piensas que los demás se dan cuenta de tu estado de ánimo? SINO ¿Por qué?

.....
.....
.....

5. ¿Qué les dirías a los demás?

A tus padres

.....

A tus familiares.....

.....

A tus profesores.....

.....

A tus amigos.....

.....

Fuente: Valles, A. (1994, Método EOS Programas de Refuerzo de las Habilidades Sociales- II . pp. 149-158). Adaptación por Pareja, F. Ana Cecilia.

AUTOEVALUACIÓN

1. Escribe lo que es lo que quiere decir Los lados Fuertes y Defectos de tu familia:

.....
.....
.....

2. Escribe alguna característica especial de tu familia que a través de este ejercicio recién la has Descubierto:

.....
.....
.....

3. ¿Qué es lo que quisieras cambiar de tu familia?

.....
.....

4. Ahora ¿Te sientes mejor? ¿Has descubierto más de tu familia? Explícalo

.....
.....
.....

5. ¿Qué les dirías a los demás? A tus padres

.....
.....
.....

A tus familiares

.....
.....
.....

A tus profesores

.....
.....
.....

A tus amigos

.....
.....
.....

Ficha 14: ser responsable

Primero vamos a analizar ¿Qué es ser responsable?

Marca la respuesta que consideres conveniente.

- Hacerlo siempre todo bien, sin equivocarnos.
- Hacer las cosas y escondernos para que los demás no lo sepan.
- Tener el compromiso con nosotros mismos en nuestras acciones: sean tareas del colegio, actividades laborales, ocupaciones, encargos dados por nuestros padres o profesores, obligaciones que tenemos que cumplir.....

Vamos a ver ahora qué piensan los demás de ti, ¿Quiénes dicen que eres responsable?

- Mi padre Mi madre Mi padre y mi madre
- Mi abuelo Mi abuela Mis hermanos (as)
- Mis amigos (as) Mis profesores (as) Nadie
- Otros

¿ Sabes lo que significa ser responsable?

- SI NO UN POCO

Ahora quisiera que escribas algunas responsabilidades que tú tienes a través de este cuadro que te presento y además te darás cuenta de la importancia que significa el **SER RESPONSABLE**, porque te ayudará a crecer más como persona.

Escribe ahora las responsabilidades que tú puedes asumir en:

Componente Interpersonal: Responsabilidad social (RS)

Responsabilidad en mi casa	4. 5. 6.
Responsabilidad en el colegio	1. 3. 4.
Responsabilidad con mis amigos	4. 5. 6.
Otras responsabilidades	4. 5. 6.

FICHA 15

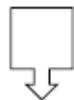
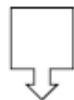
A MI ME FELICITAN POR MIS RESPONSABILIDADES

6.2. b) Y A MI, ME FELICITAN POR MIS RESPONSABILIDADES :

Componente Estado de ánimo general: Felicidad (FE), Optimismo (OP)

¿ QUIÉNES ?

DE QUÉ ME FELICITAN



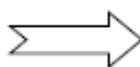
MI PADRE



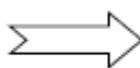
MI MADRE



MI HERMANO(A)



MI MAESTRO(A)



MI AMIGO(A)



YO MISMO(A)



"Año de la lucha contra la corrupción e impunidad"

OFICIO N° 065-2019-IE N° 80921-NVM/HCO

A : **Br. INES ASTO PAREDES**
PSICÓLOGA

ASUNTO : **RESPUESTA A SU SOLICITUD**

Por medio del presente, hago llegar a Ud. mis sinceros saludos, en mi condición de directora de la I.E. N° 80921 "Nemesio Vargas Marquina" de la ciudad de Huamachuco, doy el permiso para realizar el trabajo de investigación denominado Programa "CONSTRUYE T" para el desarrollo de la inteligencia emocional en estudiantes de 3° grado, sección B de educación primaria, teniendo una duración una hora por 12 sesiones. Se inicia en el mes de Abril y finaliza en el mes de Junio del presente año.

Hago propicia la oportunidad para expresarle mi agradecimiento por haber elegido a nuestra Institución Educativa para realizar la presente investigación.

Atentamente,




ROSA B. RAMIREZ SANCHEZ
DIRECTORA

"Año de la lucha contra la corrupción e impunidad"

I.E. N° 80921 "Nemesio Vargas Marquina"

La que suscribe, directora de la I.E. N° 80921 "Nemesio Vargas Marquina" de la ciudad de Huamachuco, expide

CONSTANCIA

A Doña: ASTO PAREDES INES OLIVIA.

Quien ha terminado las doce sesiones del programa denominado "CONSTRUYE T" para el desarrollo de la inteligencia emocional en estudiantes del 3º grado, de la sección "B" de educación primaria

Se deja constancia que, durante su permanencia en la Institución Educativa, la Psicóloga ha demostrado responsabilidad en el cumplimiento de sus obligaciones

Huamachuco, 28 de Junio del 2019

Atentamente,



ROSA B. RAMIREZ SANCHEZ
DIRECTORA