



**UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO**

**ESCUELA DE POSGRADO**

**PROGRAMA ACADÉMICO DE MAESTRÍA EN  
PSICOLOGÍA EDUCATIVA**

Programa Artmusiones para mejorar la inteligencia emocional en  
estudiantes de secundaria en una Institución Educativa de Trujillo,  
2023

**TESIS PARA OBTENER EL GRADO ACADÉMICO DE:**

**Maestra en Psicología Educativa**

**AUTORA:**

Ravelo Bobadilla, Maria Fanny ([orcid.org/0000-0003-2065-0759](https://orcid.org/0000-0003-2065-0759))

**ASESORAS:**

Dra. Sierralta Pinedo, Sheila ([orcid.org/0000-0001-6076-9194](https://orcid.org/0000-0001-6076-9194))

Dra. Guerra de Gonzalez, Yetzy Beatriz ([orcid.org/0000-0001-8801-5618](https://orcid.org/0000-0001-8801-5618))

**LÍNEA DE INVESTIGACIÓN:**

Atención Integral del Infante, Niño y Adolescente

**LÍNEA DE RESPONSABILIDAD SOCIAL UNIVERSITARIA:**

Apoyo a la reducción de brechas y carencias en la educación en todos sus niveles

TRUJILLO – PERÚ

2024

## Dedicatoria

Uno de aspectos más efímeros de la vida se asocia al tiempo que limita en múltiples ocasiones el alcance de propósitos y deseos.

De hecho, los segundos, minutos, horas y años que transcurren desde que uno tiene la capacidad para explorar el mundo es insuficiente.

Y a pesar de ello, en esta limitada vida intentamos demostrar a quiénes nos protegen, motivan y apoyan constantemente el inmenso valor que tuvo el sacrificio realizado para darnos la oportunidad de descubrir, experimentar y alcanzar la felicidad.

Como ser humano, uno de mis mayores anhelos se basa en dedicar el tiempo desconocido que soy capaz de poseer de forma temporal, en aprender sin medida alguna, tratar de lograr metas específicas, fallar una y otra vez para volverlo a intentar.

Por ello, deseo que, los conocimientos recopilados, hallazgos trazados y el esfuerzo dispuesto en este estudio sea apreciado por todas y cada una de las figuras que me permitieron recopilar una extensa variedad de importantes lecciones para enfrentar y sobrellevar *una vida auténtica*.

## **Agradecimiento**

En este momento, poder detenerse para retroceder sobre los pasos dados y observar cada uno de los resultados inesperados que surgieron a partir de una decisión particular, es simplemente impresionante.

Desde el preciso instante en el que uno contiene diferentes tipos de dudas, preocupaciones y temores para avanzar, tratando de mantenerse firme en una convicción de individualidad, hasta llegar a un punto donde existen múltiples oportunidades experimentales de conexión, soporte y reforzamiento de un espacio seguro con el que es posible continuar.

En mi proceso de formación, esta vida me permitió reconstruir lazos perdidos a través de la comprensión de historias opuestas a la mía, también, la posibilidad de apreciar las distintas emociones encerradas en memorias propias y ajenas, así como descubrir tesoros en completos desconocidos que, lograron transformarse en parte de un hogar al que deseo recurrir.

A todos ustedes, les agradezco por darme la oportunidad de explorar más allá, por las enseñanzas que llevo conmigo y por los recuerdos que formé.

*Los admiro y aprecio, por siempre.*



**UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO**

**ESCUELA DE POSGRADO  
MAESTRÍA EN PSICOLOGÍA EDUCATIVA**

**Declaratoria de Autenticidad del Asesor**

Yo, SIERRALTA PINEDO SHEILA, docente de la ESCUELA DE POSGRADO MAESTRÍA EN PSICOLOGÍA EDUCATIVA de la UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO SAC - TRUJILLO, asesor de Tesis titulada: "Programa Artmusicones para mejorar la inteligencia emocional en estudiantes de secundaria en una Institución Educativa de Trujillo, 2023", cuyo autor es RAVELO BOBADILLA MARIA FANNY, constato que la investigación tiene un índice de similitud de %, verificable en el reporte de originalidad del programa Turnitin, el cual ha sido realizado sin filtros, ni exclusiones.

He revisado dicho reporte y concluyo que cada una de las coincidencias detectadas no constituyen plagio. A mi leal saber y entender la Tesis cumple con todas las normas para el uso de citas y referencias establecidas por la Universidad César Vallejo.

En tal sentido, asumo la responsabilidad que corresponda ante cualquier falsedad, ocultamiento u omisión tanto de los documentos como de información aportada, por lo cual me someto a lo dispuesto en las normas académicas vigentes de la Universidad César Vallejo.

TRUJILLO, 02 de Enero del 2024

Apellidos y Nombres del Asesor:	Firma
SIERRALTA PINEDO SHEILA <b>DNI:</b> 18157345 <b>ORCID:</b> 0000-0001-6076-9194	Firmado electrónicamente por: SSIERRALTAP el 02- 01-2024 22:12:23

Código documento Trilce: TRI - 0715768





**UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO**

**ESCUELA DE POSGRADO**

**MAESTRÍA EN PSICOLOGÍA EDUCATIVA**

**Declaratoria de Originalidad del Autor**

Yo, RAVELO BOBADILLA MARIA FANNY estudiante de la ESCUELA DE POSGRADO MAESTRÍA EN PSICOLOGÍA EDUCATIVA de la UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO SAC - TRUJILLO, declaro bajo juramento que todos los datos e información que acompañan la Tesis titulada: "Programa Artmusiones para mejorar la inteligencia emocional en estudiantes de secundaria en una Institución Educativa de Trujillo, 2023", es de mi autoría, por lo tanto, declaro que la Tesis:

1. No ha sido plagiada ni total, ni parcialmente.
2. He mencionado todas las fuentes empleadas, identificando correctamente toda cita textual o de paráfrasis proveniente de otras fuentes.
3. No ha sido publicada, ni presentada anteriormente para la obtención de otro grado académico o título profesional.
4. Los datos presentados en los resultados no han sido falseados, ni duplicados, ni copiados.

En tal sentido asumo la responsabilidad que corresponda ante cualquier falsedad, ocultamiento u omisión tanto de los documentos como de la información aportada, por lo cual me someto a lo dispuesto en las normas académicas vigentes de la Universidad César Vallejo.

<b>Nombres y Apellidos</b>	<b>Firma</b>
MARIA FANNY RAVELO BOBADILLA <b>DNI:</b> 73038863 <b>ORCID:</b> 0000-0003-2065-0759	Firmado electrónicamente por: MRAVELOB el 02-01- 2024 17:28:34

Código documento Trilce: TRI - 0715780



## Índice de contenidos

Dedicatoria.....	ii
Agradecimiento.....	iii
Declaratoria de autenticidad de la asesora.....	iv
Declaratoria de originalidad de la autora.....	v
Índice de contenidos.....	vi
Índice de tablas.....	viii
Resumen.....	x
Abstract.....	xi
I. INTRODUCCIÓN.....	01
II. MARCO TEÓRICO.....	06
III. METODOLOGÍA.....	16
3.1. Tipo y diseño de investigación.....	16
3.2. Variables y operacionalización.....	17
3.3. Población, muestra y muestreo.....	19
3.4. Técnicas e instrumentos de recolección de datos.....	21
3.5. Procedimientos.....	22
3.6. Método de análisis de datos.....	23
3.7. Aspectos éticos.....	24
IV. RESULTADOS.....	26
V. DISCUSIÓN.....	39
VI. CONCLUSIONES.....	47
VII. RECOMENDACIONES.....	49

REFERENCIAS.....51

ANEXOS

## Índice de tablas

Tabla 1. Nivel de Inteligencia Emocional en estudiantes de primer año de secundaria de una Institución Educativa Pública de Trujillo, de acuerdo a pretest y postest, año 2023.

Tabla 2. Nivel de Inteligencia Emocional en la Dimensión Intrapersonal en estudiantes de primer año de secundaria de una Institución Educativa Pública de Trujillo, según pretest y postest, año 2023.

Tabla 3. Nivel de Inteligencia Emocional en la Dimensión Interpersonal en estudiantes de primer año de secundaria de una Institución Educativa Pública de Trujillo, acorde a pretest y postest, año 2023.

Tabla 4. Nivel de Inteligencia Emocional en la Dimensión Adaptabilidad en estudiantes de primer año de secundaria de una Institución Educativa Pública de Trujillo, según pretest y postest, año 2023.

Tabla 5. Nivel de Inteligencia Emocional en la Dimensión Manejo del Estrés en estudiantes de primer año de secundaria de una Institución Educativa Pública de Trujillo, acorde pretest y postest, año 2023.

Tabla 6. Nivel de Inteligencia Emocional en la Dimensión Estado de Ánimo en estudiantes de primer año de secundaria de una Institución Educativa Pública de Trujillo, según pretest y postest, año 2023.

Tabla 7. Prueba de normalidad de Shapiro-Wilk de Inteligencia Emocional del grupo control y experimental de estudiantes de primer año de secundaria de una Institución Educativa Pública – Trujillo, 2023.

Tabla 8. Prueba de hipótesis de la influencia significativa de la aplicación del programa Artmusiones en la Inteligencia Emocional de alumnos de primer año de secundaria de una Institución Educativa Pública en Trujillo, 2023.

Tabla 9. Prueba de hipótesis de la influencia significativa de la aplicación del programa Artmusiones en la Dimensión Intrapersonal de alumnos de primer año de secundaria de una Institución Educativa Pública en Trujillo, 2023.

Tabla 10. Prueba de hipótesis de la influencia significativa de la aplicación del programa Artmusiones en la Dimensión Interpersonal de alumnos de primer año de secundaria de una Institución Educativa Pública en Trujillo, 2023.

Tabla 11. Prueba de hipótesis de la influencia significativa de la aplicación del programa Artmusiones en la Dimensión Adaptabilidad de alumnos de primer año de secundaria de una Institución Educativa Pública en Trujillo, 2023.

Tabla 12. Prueba de hipótesis de la influencia significativa de la aplicación del programa Artmusiones en la Dimensión Manejo del Estrés de alumnos de primer año de secundaria de una Institución Educativa Pública en Trujillo, 2023.

Tabla 13. Prueba de hipótesis de la influencia significativa de la aplicación del programa Artmusiones en la Dimensión Estado de Ánimo de alumnos de primer año de secundaria de una Institución Educativa Pública en Trujillo, 2023.

## Resumen

Esta investigación, presentó como propósito principal, analizar en qué medida la aplicación del programa Artmusiones influye en la inteligencia emocional de estudiantes de secundaria pertenecientes a una Institución Educativa en Trujillo, 2023. Es importante destacar que, la metodología del estudio fue aplicada, con un enfoque cuantitativo, basado en un diseño cuasi experimental, razón por la cual, se utilizó un muestreo por conveniencia sobre la población objetivo, con el fin de determinar la cantidad de participantes, definiendo como muestra un total de 97 alumnos de sexo masculino, quienes cursaban el primer año de nivel secundaria en un centro de estudios estatal, mismos que fueron distribuidos en grupo control y grupo experimental en cantidades de 49 y 48 participantes respectivamente. Por otra parte, la aplicación del programa Artmusiones, compuesto por estrategias asociadas a la terapia artística y musical, demostró una efectividad significativa en la mejoría de los índices de inteligencia emocional presente en el grupo experimental, alcanzando posicionar al 23.7% en un nivel muy alto, junto al 63.9% en un nivel alto, acompañado por un nivel de significancia inferior a 0.05, hecho que permite comprobar la eficiencia del diseño propuesto en el programa para mejorar la variable de estudio.

Palabras clave: Inteligencia emocional, arteterapia, musicoterapia.

## **Abstract**

The main purpose of this research was to analyze to what extent the application of the Artmusiones program influences the emotional intelligence of high school students belonging to an educational institution in Trujillo, 2023. It is important to highlight that, the methodology of the study was applied with a quantitative approach, based on a quasi-experimental design, which is why a convenience sampling was used on the target population, in order to determine the number of participants, defining as a sample a total of 97 male students, who were in the first year of high school in a state school, which were distributed in control group and experimental group in quantities of 49 and 48 participants respectively. On the other hand, the application of the Artmusiones program, composed of strategies associated with art and music therapy, demonstrated a significant effectiveness in the improvement of the emotional intelligence indexes present in the experimental group, reaching 23.7% in a very high level, together with 63.9% in a high level, accompanied by a level of significance lower than 0.05, a fact that allows to prove the efficiency of the design proposed in the program to improve the variable of study.

Keywords: Emotional intelligence, art therapy, music therapy.

## I. INTRODUCCIÓN

La salud mental en el ser humano, implica el equilibrio del estado emocional, traduciéndose en la adquisición de un bienestar psicológico y social. A su vez, la Organización Mundial de la Salud (2022) señaló que, la salud mental cuenta con factores de protección, los cuales están constituidos por la inteligencia emocional y habilidades sociales.

No obstante, existen factores ambientales que aumentan la probabilidad de generar alteraciones u enfermedades a lo largo de la vida, aunque, al desarrollarse en etapas tempranas pueden ocasionar daños perjudiciales. De acuerdo al informe estadístico referente al estado de salud mundial dispuesto por la World Health Organization (2023), se evidenció que, los trastornos mentales equivalen al 10% de causas de morbilidad a nivel mundial, destacando además la presencia de depresión, ansiedad y trastornos de conducta como factores ocasionantes de enfermedades en la población adolescente. Es por ello que, en el Perú, el Congreso de la República (2019) decretó la Ley de la Salud Mental N° 30947, cuyo propósito se enfocó en garantizar el acceso de la población a los múltiples servicios de salud capacitados para brindar atención, tratamiento e incluso rehabilitación acorde a las necesidades que presenten.

Es importante señalar que, para fomentar y fortalecer la inteligencia emocional, que forma parte de la salud mental, se consideran múltiples estrategias de intervención que demuestran efectividad, entre ellas se destacan la arteterapia y musicoterapia, mismas que poseen un carácter multidisciplinar e integrador, el cual favorece su aplicación sobre distintos rangos de edad, así como problemáticas o patologías (Gerlitz et al., 2020; Torres et al., 2021). Frente a ello, en nuestro país, Perú, durante el año 2019 se presentó el Proyecto de Ley 3523/2018-CR con el objetivo de incorporar en el sistema educativo, una visión con énfasis en el desarrollo tanto del área emocional como social, dentro de los contenidos establecidos en el plan de estudios dirigido a la comunidad educativa.

Por tanto, al direccionar la atención sobre la realidad del desarrollo y estabilidad de la salud mental en los adolescentes, se observó que, en la Institución Educativa de Trujillo, donde se realizó la investigación, al implementar

una metodología tradicional en sus estrategias de enseñanza, se apreció un nivel deficiente con respecto al estado de la inteligencia emocional de los alumnos, reflejándose en dificultades para el control eficiente de impulsos, canalización de emociones y dificultades en la convivencia.

Frente a lo expuesto, la presente investigación planteó como problema general ¿En qué medida la aplicación del programa Artmusiones influye en la inteligencia emocional en alumnos de secundaria de una Institución Educativa de Trujillo, 2023?. Adicionalmente, se formuló como problemas específicos: ¿Cómo la aplicación del programa Artmusiones influye en la dimensión intrapersonal en alumnos de secundaria de una Institución Educativa de Trujillo, 2023?, ¿De qué manera el programa Artmusiones influye en la dimensión interpersonal en alumnos de secundaria de una Institución Educativa de Trujillo, 2023?, ¿Cómo la aplicación del programa Artmusiones influye en la dimensión adaptabilidad en alumnos de secundaria de una Institución Educativa de Trujillo, 2023?, ¿De qué manera el programa Artmusiones influye en la dimensión manejo del estrés en alumnos de secundaria de una Institución Educativa de Trujillo, 2023? y ¿Cómo la aplicación del programa Artmusiones influye en la dimensión estado de ánimo en alumnos de secundaria de una Institución Educativa de Trujillo, 2023?.

La investigación halló su criterio de justificación a nivel teórico al destacar la teoría propuesta por Reuven Bar-On y James Parker (1997), dicho por Florez (2021), que explica el origen, composición e importancia de la inteligencia emocional. También, desde una perspectiva práctica, la investigación brindará a toda la comunidad educativa el acceso al programa Artmusiones, apto para fortalecer la inteligencia emocional en alumnos de nivel secundaria, quienes serán capaces de crear y mejorar lazos afectivos con el resto, liderando tanto la manifestación como intensidad de las emociones e impulsos que se generen de forma repentina y común en la vida de cada uno (De la Lama et al., 2023). A nivel metodológico, se llevó a cabo una exploración de la realidad problemática existente usando el “Cuestionario de Inteligencia Emocional - ITAME”, adaptado a la muestra de estudio, por medio del cual se realizó el procesamiento de la información adquirida a fin de examinar, interpretar y emitir los resultados finales

(Fernández, 2020). Adicional a ello, socialmente, los datos, producto de la aplicación del programa, tuvieron un efecto de prevención de problemáticas con respecto al inadecuado manejo emocional y vulnerabilidad ante conductas riesgosas, por lo que, habrá una transformación en la toma de decisiones cruciales (Tunal, 2021). Finalmente, a nivel epistemológico, a través del diseño de un programa con principios centralizados en múltiples técnicas relacionadas a la terapia musical y artística, la investigación buscó fomentar un aprendizaje didáctico, el cual permitirá dirigir de manera asertiva los pensamientos y sentimientos personales, para un desempeño óptimo en sus distintos entornos de desarrollo, incrementando la base de datos informativos y el conocimiento propicio del campo de estudio (Sánchez, 2023).

En cuanto a su propósito de estudio, la investigación definió como objetivo general analizar en qué medida la aplicación del programa Artmusiones influye en la inteligencia emocional de estudiantes de secundaria pertenecientes a una Institución Educativa en Trujillo, 2023. Del mismo modo, se precisó como objetivos específicos: Conocer la influencia de la aplicación del programa Artmusiones sobre la dimensión intrapersonal de estudiantes de secundaria en una Institución Educativa de Trujillo, 2023, identificar la influencia de la aplicación del programa Artmusiones sobre la dimensión interpersonal de estudiantes de secundaria en una Institución Educativa de Trujillo, 2023, determinar la influencia de la aplicación del programa Artmusiones sobre la dimensión adaptabilidad de estudiantes de secundaria en una Institución Educativa de Trujillo, 2023, conocer la influencia de la aplicación del programa Artmusiones sobre la dimensión manejo del estrés de estudiantes de secundaria en una Institución Educativa de Trujillo, 2023 e identificar la influencia de la aplicación del programa Artmusiones sobre la dimensión estado de ánimo de estudiantes de secundaria en una Institución Educativa de Trujillo, 2023.

Por otro lado, se propuso como hipótesis general que, el programa Artmusiones influye significativamente en la inteligencia emocional en alumnos de secundaria en una Institución Educativa, Trujillo, 2023. No obstante, como hipótesis nula se consideró que, la aplicación del programa Artmusiones no influye significativamente en la inteligencia emocional en alumnos de secundaria

en una Institución Educativa, Trujillo, 2023. Además, se detalló como hipótesis específicas: La aplicación del programa Artmusiones influye significativamente en la dimensión intrapersonal en alumnos de secundaria de una Institución Educativa en Trujillo, 2023, la aplicación del programa Artmusiones influye significativamente en la dimensión interpersonal en alumnos de secundaria de una Institución Educativa en Trujillo, 2023, la aplicación del programa Artmusiones influye significativamente en la dimensión adaptabilidad en alumnos de secundaria de una Institución Educativa en Trujillo, 2023, la aplicación del programa Artmusiones influye significativamente en la dimensión manejo del estrés en alumnos de secundaria de una Institución Educativa en Trujillo, 2023 y la aplicación del programa Artmusiones influye significativamente en la dimensión estado de ánimo en alumnos de secundaria de una Institución Educativa en Trujillo, 2023.

## II. MARCO TEÓRICO

El estudio de Gómez et al. (2023) en Ecuador definió como propósito efectuar tanto técnicas de comunicación asertiva como aplazamiento asertivo para mejorar las relaciones interpersonales entre 21 estudiantes que cursaban el noveno año de educación básica, con sus iguales. Para conseguirlo, se optó por un diseño pre experimental, utilizando a su vez el Cuestionario de evaluación de dificultades interpersonales en la adolescencia, por lo que, tras el análisis de datos correspondiente, se evidenció niveles inferiores en cuanto a la alta dificultad inicial presente en los participantes para establecer relaciones sociales, generando un efecto satisfactorio general tras la ejecución de las estrategias propuestas.

Salvador y Calatrava (2020) realizaron una investigación cuasi experimental en Valencia sobre 104 estudiantes que atravesaban tanto el tercer como cuarto año de secundaria, así como el primer y segundo año de bachillerato, con el principal objetivo enfocado en averiguar la relación existente entre una música específica para una audición y las repercusiones de tipo emocional que se provocan en el grupo de alumnos, motivo por el cual se empleó el Cuestionario PANAS. Posterior a la evaluación efectuada, se observó que, la experiencia trazada en relación a la música permitió modificar el estado emocional, mejorando a su vez el bienestar psicológico de cada uno de los participantes al aumentar las sensaciones emocionales positivas, disminuyendo en consecuencia la aparición de sensaciones emocionales negativas.

También, surgió en Madrid el estudio dirigido por Rodríguez (2019) quien sostuvo como fin principal adaptar, implementar y verificar el programa PIEI en 207 estudiantes de nivel secundaria, con un rango de edad entre 12 y 17 años, bajo un diseño cuasi experimental, asignando entonces 104 participantes al grupo de carácter experimental y 103 participantes al de control. A su vez, se implementó la Escala rasgo de metaconocimientos sobre estados emocionales (TMMS-24), denotando que, el programa es aplicable tanto en adolescentes como en un contexto escolar, mostrando ser eficaz para la mejora de la inteligencia emocional, así como la conducta prosocial a corto y mediano plazo,

reduciendo el accionar disruptivo y/o antisocial, al igual que la experimentación de sensaciones asociadas al estrés y ansiedad.

De igual forma, la investigación, de tipo cuasi experimental elaborado en España por Pérez (2017), cuyo propósito se centró en identificar el efecto de la intervención de musicoterapia sobre las relaciones sociales en 24 alumnos con un margen de edad entre 15 y 17 años, empleó el sociograma como método de recopilación de información, lo que permitió evidenciar que, el desarrollo de actividades asociadas al arte y la música, fortalece la formación positiva del autoconcepto y autoestima, debido a que, mediante la interpretación musical, se reforzó la seguridad propia de capacidades, mejorando a su vez la conducta, propiciando así una integración adecuada que favorece el establecimiento de relaciones sociales.

Posteriormente, Florez (2021) diseñó el programa PRIESA, buscando evidenciar el nivel de impacto en el estado de la inteligencia emocional de 55 estudiantes de tercer año de secundaria en Cusco, siendo designadas 30 a un grupo de control, entretanto 25 constituyeron el grupo experimental. Esta investigación, cuyo diseño fue cuasi experimental, utilizó como instrumento para la obtención de información el Inventario de coeficiente emocional Bar-On (ICE), resultando en un 80% de la muestra posicionándose en un nivel alto posterior al desarrollo del programa PRIESA, comprobando de ese modo, la capacidad del mismo para mejorar de forma significativa la inteligencia emocional, observando aquello en las habilidades de reconocimiento, manifestación, formación de empatía, adaptación, motivación y actitud positiva en las participantes.

En Lima, Vidal (2019) llevó a cabo un estudio de diseño experimental con sub diseño cuasi experimental para lograr determinar los efectos de las estrategias artísticas sobre el desarrollo de la inteligencia emocional, por lo que, definió como muestra 46 estudiantes femeninas pertenecientes al quinto año de secundaria, cuyas edades fluctuaban entre 14 y 16 años. Asimismo, para la adquisición de los datos correspondientes a la investigación, se seleccionó el Inventario de coeficiente emocional de Bar-On (ICE), a través del cual se consiguió como resultado que, la implementación de técnicas asociadas al arte potencia de manera significativa la formación de las habilidades de tipo

intrapersonal, interpersonal, de adaptabilidad y ánimo en las adolescentes, favoreciendo consigo el fortalecimiento óptimo de la inteligencia emocional.

Vera (2018), con la intención de demostrar que la implementación del programa de desarrollo de habilidades emocionales y sociales mejora la inteligencia emocional en un centro de estudios ubicado en Arequipa, realizó una investigación pre experimental con apoyo de un conjunto constituido por 23 estudiantes de tercer año de secundaria, quienes poseían entre 14 y 16 años. Al utilizar el Inventario de coeficiente emocional Bar-On (ICE) como medio de examinación de las variables, se mostró que, los participantes alcanzaron niveles altos de desarrollo de la inteligencia emocional, destacándose particularmente dimensiones que comparten vínculo tanto con las habilidades sociales como el manejo de estrés, donde se halló mayor grado de mejoría.

En Cuzco, Benites (2018) estructuró un programa motivacional, con la finalidad de establecer el grado de influencia sobre la inteligencia emocional de 101 estudiantes que se hallaban en segundo año de secundaria, cuyas edades oscilaron entre 12 a 16 años. Al tratarse de un estudio cuasi experimental, se segmentó a los participantes en dos grupos, 47 bajo condición de control, entretanto 54 bajo condición experimental, aplicando en ambos el Inventario de coeficiente emocional Bar-On (ICE): NA. En consecuencia, se denotó que, el programa diseñado contribuye de forma significativa sobre el estado, mejora y fortalecimiento de la inteligencia emocional, impulsando la identificación, asimilación, aceptación y adecuación de las habilidades frente a las circunstancias presentes.

Por otro lado, Galvez (2017) llevó a cabo en Lima una investigación cuasi experimental, centrándose en determinar los efectos de un programa de habilidades sociales en una muestra total de 47 estudiantes de tercer año de secundaria, razón por la cual, se eligió como herramienta de evaluación la Lista de chequeo de habilidades sociales de Goldstein. Como resultado, logró demostrarse una mejoría significativa de las capacidades asociadas al área social en cada uno de los participantes que formaron parte del programa efectuado, favoreciendo e impulsando la expresión, comprensión, demostración de empatía y solidaridad para con los demás.

En cuanto al estudio cuasi experimental preparado por Gamarra (2023) en Trujillo, éste buscó determinar el efecto del programa de inteligencia emocional en la agresividad presente de 72 estudiantes de cuarto año de secundaria, con un margen de edad de 15 a 17 años. A causa del diseño dispuesto, se formaron dos grupos, experimental y de control, repartiendo 33 y 39 participantes en el orden correspondiente, a quienes se evaluó a través del Cuestionario de agresividad (AQ), obteniendo en respuesta que, la aplicación del programa mostró efectividad en el abordaje de la agresividad sobre los adolescentes, fomentando en los mismos el desarrollo de capacidades destinadas a la exploración, distinción y consciencia de las reacciones emocionales, logrando con ello disminuir tanto actitudes como comportamientos hostiles y/o violentos que generen margen de daño directa o indirectamente al entorno en el que conviven.

Del mismo modo, Santa y D' Angelo (2020) desarrollaron una investigación cuasi experimental, con el propósito de lograr precisar el grado de influencia del programa de herramientas para la vida con disciplina positiva en el fortalecimiento de la inteligencia emocional, por lo cual se estableció una muestra de 51 estudiantes femeninas con edades oscilantes entre los 12 y 13 años, quienes fueron fraccionadas en dos grupos, 25 destinadas a la fase de control, entretanto, 26 a la fase experimental. Además, con motivo de examinar a las participantes, se empleó el Inventario de coeficiente emocional Bar-On (ICE): NA, mediante el cual se observó un reforzamiento tanto moderado como significativo en las distintas dimensiones que componen la variable de inteligencia emocional sobre el grupo experimental, demostrando un contraste de mejoría notable entre ambas secciones de la muestra.

Sierralta (2019) construyó el taller Alesia canta, con la finalidad de demostrar la influencia de su aplicación en la mejora de la inteligencia emocional en 24 estudiantes que atravesaban el segundo año de secundaria en Trujillo. Al tratar un diseño pre experimental en el estudio, se implementó como instrumento de medición de variables, la Escala rasgo de metaconocimientos sobre estados emocionales (TMMS-24), revelando que, es posible mejorar significativamente la inteligencia emocional mediante las técnicas empleadas dentro de la

estructura del taller, resaltando de forma notable las dimensiones asociadas a la percepción, comprensión y regulación propicia de los distintos estados emocionales.

En Trujillo, con el objetivo de definir en qué medida el taller de relajación creativa es capaz de fortalecer la inteligencia emocional en una institución educativa particular, Gutierrez (2019) trabajó una investigación de tipo cuasi experimental con 30 estudiantes que se encontraban en segundo año de secundaria, dividiendo el conjunto total en dos grupos equitativos de 15 participantes en un margen experimental y de control. Se hizo uso de una Guía de observación y el Inventario de coeficiente emocional Bar-On (ICE): NA en simultáneo, lo cual permitió evidenciar que, las estrategias con base en principios de relajación y creatividad consideradas en el taller son capaces de desarrollar de manera significativa la inteligencia emocional en los estudiantes, reduciendo los índices de dificultad sobre el manejo de estrés, impulsos, emociones y adaptación ante múltiples cambios.

Asimismo, el estudio cuasi experimental formulado por Castañeda (2019), tuvo como objetivo determinar la influencia del taller de arteterapia en la conducta antisocial, sobre un promedio total de 24 estudiantes de tercer año de secundaria, razón por la que, se optó por el Cuestionario de conductas antisociales en la infancia y adolescencia (CASIA) como herramienta de análisis, denotando como resultado que, la aplicación de estrategias relacionadas a la terapia artística influye significativamente en la conducta antisocial de los estudiantes, logrando con ello que, éstos puedan identificar y compartir sus emociones de forma adecuada, mostrando respeto, tolerancia y empatía con sus semejantes, mejorando a su vez el compromiso y responsabilidad tanto de decisiones como acciones.

Tras la descripción de los trabajos previos centrados en inteligencia emocional, bajo aplicación en múltiples y diferenciales circunstancias, se vuelve factible, la precisión conceptual de diversos términos en función de la temática principal a trabajar.

Barbosa y Garzón (2019) abordaron como modelo de intervención en conexión al plano artístico frente a las múltiples problemáticas vinculadas a la inteligencia emocional, la “Arteterapia”, una disciplina que pretende determinar los diferentes conflictos que ocurren en el interior de los seres humanos mediante producciones artísticas, las cuales albergan una variedad de símbolos y significados inconscientes, al transmitir tanto pensamientos como sentimientos de forma implícita, no verbal. De hecho, el método se ve compuesto por distintos aportes de enfoques, capaces de modificar y ampliar tanto la dirección de sus propósitos como formulación de estrategias, entre los que se hallan las teorías de tipo conductista, humanista, cognitivista y psicoanalista, mostrando un medio a través del cual se garantizan aprendizajes significativos, transformando patrones de conducta dañinos para el individuo y su entorno, producto de una crianza de estilo agresivo o restrictivo, empleando como base de diseño y acción, la creatividad (González et al., 2018; Rojas y Vargas, 2019; Bellón, 2020). Cabe resaltar que, las competencias individuales en el arte no representan un factor indispensable para la aplicación del método, puesto que, es el proceso creativo lo que favorecerá la canalización de emociones, mejorando el bienestar del organismo y la mente en niños, jóvenes, adultos y ancianos (Trejos, 2021). Además, González y Abad (2021) señalaron que, la experimentación frecuente de estados emocionales positivos, potenciará la creatividad en los individuos, impulsando de ese modo la producción de una diversidad de ideas y opciones para resolver diferentes problemáticas de manera eficaz.

A nivel clínico, actúa como una herramienta para fortalecer la salud fisiológica de los pacientes ante las distintas preocupaciones, dolencias o enfermedades que atraviesan (Thompson y Tawell, 2017). La aplicación de talleres artísticos se encarga de enseñar a toda la población en los centros de salud, hospitales psiquiátricos y albergues, a explorar, compartir y dirigir de manera asertiva sus sentimientos (Gerlitz et al., 2020). De igual modo, a nivel educativo, la arteterapia cumple su función como un recurso destinado a instruir, a través de la práctica, habilidades comunicativas, sentido de responsabilidad emocional individual y grupal, así como resolución óptima de problemas en los estudiantes, motivándolos a asumir nuevos retos más adelante (Barbosa y Garzón, 2019; Regev, 2022). Incluso, Zimmermann y Harden (2020) mostraron

que, en los adolescentes, la terapia del arte promueve una nueva visión y comprensión de la vida y los seres que los rodean, despejando los prejuicios arraigados de las críticas sociales y expandiendo los horizontes de la propia perspectiva para trabajar el estado emocional de cada uno, ofreciendo soluciones en lugar de la común evasión. La arteterapia, en los jóvenes, es capaz de provocar una reflexión continua acerca de sí mismo, del sentido y propósito de vida que existe a partir de las circunstancias a las que tuvo acceso hasta el momento, ejerciendo un rol de soporte para la estabilidad del humor y la autoestima (Jaramillo, 2020; Trelles, 2023).

Posteriormente, para Magdalena (2018) la música tiene como propiedad, el condicionamiento positivo de la capacidad de observación, asimilación y retención de información externa llevada a cabo por el sistema cognitivo. Basándose en tal fundamento, nace el término de “Musicoterapia”, un modelo de tratamiento diseñado para optimizar tanto el estado de salud como la calidad de vida del ser humano en función del bienestar otorgado a los aspectos físicos, intelectuales, emocionales y sociales (Mogro y Lorin, 2020). Esta disciplina, emplea para su fin, elementos relacionados al sonido, la música y el movimiento, los cuales se conectan para fabricar un canal de comunicación entre el terapeuta y paciente a través de la práctica de actividades diseñadas (Torres et al, 2021). Asimismo, se revela que, este método contempla la influencia de múltiples teorías, entre los que destacan enfoques psicoanalíticos, cognitivos, humanistas y conductistas, evidenciando resultados favorables en la modificación de un accionar violento, neutralizando los impulsos a fin de propiciar una regulación emocional en niños, adolescentes e incluso adultos, quienes a su vez poseen accesibilidad a una consciencia interna sobre los recursos que poseen para trabajar eventos, procesos y pensamientos específicos (Cusipuma, 2020).

Bajo un contexto clínico, la terapia musical contribuye al mejoramiento de las facultades de memoria, agilidad mental, diálogo y socialización en las clínicas y hospitales, alcanzando incluso, estabilizar tanto el ritmo cardiaco como respiratorio en los pacientes, mitigando la intensidad emocional en los episodios y secuelas de casos psicopatológicos, oncológicos y de rehabilitación (Jamaica et al., 2019; Aggarwal, 2021). Mientras tanto, en las instituciones educativas, la

musicoterapia se transforma en una herramienta de utilidad significativa para la verbalización de experiencias y sentimientos en niños y jóvenes, dado que, muchas de ellas son complejas y difíciles de explicar y comprender con palabras, resolviendo con mayor facilidad problemas fisiológicos, cognitivos y sociales (Ortegón, 2021; Salokivi et al., 2022). De hecho, Bence (2020) profundizó en sus estudios sobre el impacto de las estrategias musicales en las diferentes áreas de desarrollo de la etapa infantil hacia la adolescencia, descubriendo que, a nivel físico logra incitar la actividad motriz, otorgando resistencia y equilibrio al cuerpo, a nivel psíquico consigue focalizar la atención sobre determinados estímulos e impulsar los periodos de almacenamiento de estímulos externos, junto al nivel socio afectivo, donde los ejercicios en grupo crean oportunidades de interacción disminuyendo significativamente situaciones de discriminación o aislamiento. A su vez, propicia distintas oportunidades tanto para la identificación como regulación de emociones, constituyendo parte de los conocimientos y valoración de cada individuo en formación (Blasco et al., 2022; Schwantes y Hughes, 2022).

Por otra parte, Orozco (2020), en la formación de la definición de inteligencia emocional, determinó que, ésta constituye la incorporación de habilidades orientadas a identificar, comprender y expresar tanto los pensamientos como sensaciones generadas a partir de la exposición a distintas circunstancias continuamente variantes. Es importante señalar que, este concepto armoniza en su origen con los planteamientos del enfoque humanista disertados tanto por Abraham Maslow como Daniel Goleman, quienes señalan que, el óptimo aprendizaje y desarrollo del autoconocimiento, adaptabilidad, empatía y gestión emocional, permiten al ser humano resolver de manera exitosa problemas y afrontar adversidades que afectan directa o indirectamente su bienestar al involucrar contextos familiares, educativos, laborales y sociales (Valdiviezo y Rivera, 2022).

Además, Vásquez et al. (2022) revelaron que, en el cerebro humano prevalece un porcentaje superior del 90% sobre el involucramiento de las emociones, entretanto, la parte lógica y real de la mente es representada por el 10% del total. Motivo por el cual, establecer un equilibrio entre el área emocional y racional de la mente, proporciona la mejora de la capacidad de observación,

para analizar a detalle los factores capaces de influir en la alteración de los estados emocionales, planteando a su vez, diferentes alternativas eficaces (Castro et al., 2022; Rueda et al., 2022).

En base a tal premisa, Reuven Bar-On y James Parker (1997) construyeron un modelo vinculado a las siglas ESI, cuyo significado desemboca en “Inteligencia social emocional”. Producto del estudio llevado a cabo, se fraccionaron dimensiones básicas, entre las que se halló el área “Intrapersonal”, donde se consigue desarrollar la conciencia de existencia, contención y libertad de los propios sentimientos, consolidando gradualmente, aspectos ligados al autoconcepto e independencia de los individuos (Martínez, 2023). Antagónicamente, el área “Interpersonal” amplifica la zona de alcance, tomando como eje de acción a la sociedad, adquiriendo competencias de responsabilidad afectiva, empatía y protección de lazos creados con su respectivo entorno (Valdiviezo y Rivera, 2022). Debido a ello, aparece el área de “Manejo del estrés”, en principio, un desafío para extender los índices de tolerancia, con la finalidad de aprender a gestionar los impulsos frente a acontecimientos tensos, difíciles y frustrantes (Fernández, 2021). Asimismo, el área de “Adaptabilidad” evidencia interés en fortalecer la flexibilidad de la conducta, aceptación y asimilación de alteraciones en los hábitos de la vida cotidiana, diseñando estrategias particulares para resolver todo tipo de conflictos (Contreras, 2020). Por ende, al señalar el área de “Estado de ánimo”, su significado abarca el sentido de vida del ser humano, al igual que los niveles de optimismo fundamentales para crear una sensación de felicidad periódicamente (Machado, 2022).

Martín (2018) refirió que, el proceso de enseñanza y aprendizaje referente a las emociones en los centros de estudio, se orienta al propósito de integración de la personalidad, junto a las habilidades cognitivas. En vista de ello, el plan de estudios requiere incorporar a las disciplinas un aprendizaje con énfasis en la detección de necesidades afectivas, intereses personales y estimulación del grado de motivación de los estudiantes desde una temprana edad, para definir metas de logro tanto a corto, como mediano y largo plazo, dentro de un clima positivo y ambiente seguro. Caso contrario, Fernández (2021)

reveló que, una formación emocional inadecuada afectaría el desarrollo personal de los alumnos, disminuyendo los cimientos de una buena autoestima, por lo que, se suscitarían problemas para adaptarse correctamente a los cambios del entorno, perjudicando con ello, el rendimiento académico alcanzado en distintas materias, aumentando la probabilidad futura de vulnerabilidad ante conductas erróneas.

En realidad, tanto en los centros de estudio, como el ambiente social y particular, la inteligencia emocional comprende el rol de un mecanismo protector en las personas, el cual surge a partir de circunstancias asociadas al estrés o ansiedad, capaces de incrementar la posibilidad de desencadenar situaciones de acoso, ciberacoso, depresión, aislamiento, ideación e intento suicida cada día. Por ello, al construir y reforzar las bases de valor, motivación y satisfacción que propician el bienestar integral, se reducen los contextos de discriminación y agresividad habituales, fomentando una cultura vinculada a la práctica de valores en beneficio de la convivencia sana para la creación de lazos interpersonales de soporte, promoviendo la confianza y seguridad en torno a la experimentación de la felicidad en conjunto (Quintana et al., 2021; Remaycuna et al., 2022; Jiménez et al., 2023).

### **III. METODOLOGÍA**

#### **3.1. Tipo y diseño de investigación**

##### **3.1.1. Tipo de investigación**

El estudio basó su composición de trabajo en una categoría aplicada, la cual direcciona su acción sobre el descubrimiento o resolución de diversas problemáticas de tipo práctico, por lo que, parte de diferentes aspectos teóricos propuestos para hallar alternativas de solución aplicables (Polanía et al., 2020).

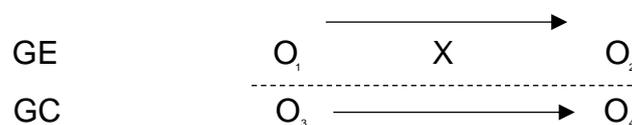
En cuanto al enfoque, la investigación sostuvo una visión y método cuantitativo, contemplando la examinación de las variables observables y cuantificables a través pruebas y/o instrumentos que poseen como propiedad la capacidad de analizar y medir estadísticamente la información recolectada de las muestras seleccionadas a partir de una población específica (Sánchez, 2019). De hecho, Yucra y Bernedo (2020) revelaron que, la obtención de datos tiene como propósito contrastar o verificar el cumplimiento de las distintas hipótesis formuladas en el estudio, las cuales se construyen a partir de sustentos teóricos previos, adquiriendo múltiples resultados a partir de la experimentación a la que se someten.

##### **3.1.2. Diseño de investigación**

Asimismo, en lo que refiere al carácter del estudio, éste demostró ser de tipo experimental, puesto que, se concentra en comprobar el nivel de influencia o efectividad de determinados estímulos, intervenciones, programas e incluso tratamientos sobre un porcentaje parcial o total de una población particular sobre un contexto de control designado por el investigador (Hernández y Mendoza, 2018). Es importante señalar que, es posible manipular cada una de las variables independientes, ello con el fin de averiguar tanto las reacciones como consecuencias que ello desencadena en las variables dependientes de la investigación (Arias y Covinos, 2021).

Del mismo modo, se definió una condición cuasi experimental como diseño de investigación, la cual implica evaluar de forma previa el estado de la variable de estudio a través de un pre test en dos grupos de muestra definidos

bajo criterios de los investigadores, asignando a cada uno un valor experimental y de control, incorporando únicamente en el primero la aplicación de una intervención o tratamiento específico, para posteriormente medir en ambos conjuntos la condición de la variable dependiente empleando un post test, llevando a cabo un contraste de los resultados adquiridos bajo distintas condiciones (Polanía et al., 2020). Cabe resaltar que, la selección de grupos que participan en diseños cuasi experimentales carece del factor aleatorio, debido a que, la composición de los mismos es determinada de manera independiente antes del inicio del estudio, considerándose grupos intactos (Ramos, 2021).



Dónde:

X = Aplicación del programa Artmusiones.

$O_1 O_3$  = Mediciones pre test de la inteligencia emocional.

$O_2 O_4$  = Mediciones post test de la inteligencia emocional.

### 3.2. Variables y operacionalización

#### Definición conceptual

El punto central de la investigación corresponde en principio a la primera variable, cuya definición observa:

La intervención terapéutica sustentada en el arte, comprende una composición de sesiones y actividades respecto a una disciplina que pretende determinar los diferentes conflictos que ocurren en el interior de los seres humanos mediante producciones artísticas, las cuales albergan una variedad de símbolos y significados inconscientes, que a su vez permiten a las personas manifestar tanto pensamientos como sentimientos de forma implícita, no verbal. (Barbosa y Garzón, 2019, pp. 58).

Además, la intervención terapéutica vinculada a la música, busca optimizar la salud y calidad de vida en función del bienestar proporcionado dentro del área física, intelectual, emocional y social, el cual emplea para su fin, elementos relacionados al sonido, la música y el movimiento, mismos que se conectan para fabricar un canal de comunicación entre el terapeuta y paciente a través de la práctica de actividades planificadas (Bellon, 2020, pp. 26).

### **Definición conceptual**

Por otro lado, la segunda variable evidencia desde un índice conceptual que:

“El término inteligencia emocional comprende la adquisición y desarrollo de habilidades direccionadas al descubrimiento, reflexión y manifestación tanto de los pensamientos como emociones, producto de múltiples acontecimientos, a través de los cuales se generan diversos aprendizajes” (Cusipuma, 2020, pp. 23).

### **Definición operacional**

Adicional a ello, sobre la definición de tipo operacional en base al tema de elección, se utilizará el Cuestionario de Inteligencia Emocional - ITAME, construido por la autora, instrumento conformado en su totalidad por 34 interrogantes distribuidas en 5 dimensiones exactas, puntuadas con una escala de medición cualitativa y ordinal, con opciones de “Siempre, casi siempre, a veces, pocas veces y nunca”.

Cabe destacar que, la primera dimensión referente a habilidades de tipo intrapersonal, tiene como indicadores los primeros siete ítems de la prueba, los cuales buscan identificar los niveles de conocimiento al igual que el grado de valorización que poseen los seres humanos sobre sí mismos. Al momento de continuar en dirección a la segunda dimensión en conexión a las cualidades interpersonales, se evidencia que, desde el ítem número 8 hasta el número 14, la prueba se centra en la evaluación del desarrollo de la empatía para el establecimiento de relaciones interpersonales saludables, responsables y adecuadas. En cuanto a la tercera dimensión, la cual hace énfasis en la

adaptabilidad del individuo, se presenta en los siete ítems posteriores, mismos que poseen la intención de determinar la capacidad de flexibilidad para adecuar tanto las emociones como comportamientos ante múltiples situaciones, con el propósito a su vez de brindar efectivas soluciones a distintas problemáticas. De igual modo, la cuarta dimensión centrada en el manejo del estrés abarca a partir del ítem 22 hasta el ítem 27, ello con la intención de realizar un análisis destinado a la estimación de los niveles de control de impulsos que mantienen los sujetos, como parte de la tolerancia a la frustración experimentada frente a determinados acontecimientos desencadenantes. Por su parte, en la quinta dimensión recaen los últimos siete ítems, los cuales pretenden establecer el grado de internalización sobre la felicidad y optimismo que consiguen manifestar y direccionar en el tiempo presente, dentro de las actividades comunes e incluso frente a diferentes complicaciones que se contemplen.

### **3.3. Población, muestra, muestreo y unidad de análisis**

#### **3.3.1. Población**

De acuerdo a Arias et al. (2016) la población, contempla un conjunto delimitado de objetos, centros, individuos e incluso bases de datos, los cuales comparten características o condiciones de distinto tipo, conformando una estructura específica de un estudio determinado a futuro. Por tal motivo, el universo de estudio correspondiente a la investigación presente, estuvo constituido por 450 estudiantes que cursaban el primer año de secundaria en una institución educativa pública monogénica, única para varones, quienes a su vez estuvieron distribuidos en quince secciones durante el periodo escolar 2023 y cuyo rango de edad oscilaba entre los 12 y 13 años.

#### **Criterios de inclusión**

Con respecto a los criterios de elegibilidad, los cuales representan principios de inclusión y exclusión para la obtención de una muestra particular, Mucha et al. (2021) consideraron a ambos, parte de un proceso capaz de delimitar propiedades características y específicas que se presentan en una cantidad singular de la población, volviéndose fundamentales para lograr alcances favorables en el estudio, reduciendo de forma considerable los

porcentajes de probabilidad de error a suceder al evitar contemplar participantes que carezcan de una relación directa con de los requisitos señalados.

Frente a ello y acorde al juicio de la autora, la investigación contó con una muestra total de 97 alumnos, de sexo masculino, que pertenecían únicamente al primer año de nivel secundaria en un centro de estudio público de la ciudad de Trujillo.

### **Criterios de exclusión**

Se descartará a su vez, los casos que dispongan de diagnósticos psiquiátricos actuales y/o se encuentren bajo tratamiento farmacológico.

### **3.3.2. Muestra**

Asimismo, en la investigación se empleó la muestra, que, para Hernández y Carpio (2019), se denomina como subconjunto o parte representativa, pertenecientes a la población beneficiaria, a su vez, se utiliza constantemente como una herramienta dentro de la investigación científica, con el fin de llevar a cabo una selección detallada y exacta, bajo condiciones de homogeneidad, para la obtención de una representación precisa en conexión a las variables de estudio designadas.

Además, de la cantidad de participantes seleccionados, se formó un grupo de control con 49 estudiantes, constituido por las secciones “J” y “K”, con una capacidad máxima para albergar 23 o 26 alumnos por casa salón, respectivamente. Del mismo modo, el grupo experimental contuvo 48 estudiantes, quienes conformaron las secciones “D” y “M”, donde la amplitud de cada aula corresponde a 22 o 26 alumnos.

### **3.3.3. Muestreo**

Complementario a ello, se utilizó el muestreo de tipo no probabilístico, a través del cual se pretende escoger a los individuos que formarán parte del estudio, considerando criterios específicos y precisos. Por tal razón, se aplicó la categoría de muestreo intencional o por conveniencia, mismo que tiene como propósito alcanzar un subconjunto significativo que evidencie las características requeridas frente al interés de estudio de manera premeditada, en función de la

disposición o accesibilidad que se evidencie en la población, resultando conveniente para el desarrollo de la investigación (Reales et al., 2022).

Es importante señalar que, por cuestiones de accesibilidad y tiempo, dado que la institución educativa sólo permite llevar a cabo la aplicación del programa durante la asignatura de tutoría de los alumnos, junto a la coincidencia de horario que se evidencia entre las primeras dos secciones que estudian los días martes y las segundas dos secciones que reciben lecciones los días jueves y viernes, se tomó la decisión de desarrollar el estudio con los grupos antes mencionados.

#### **3.3.4. Unidad de análisis**

En cuanto a la unidad de análisis, constituyó de forma particular a cada uno de los estudiantes que cursaban el primer año de secundaria en una Institución Educativa de Trujillo, 2023.

### **3.4. Técnicas e instrumentos de recolección de datos**

Con el propósito de recopilar información específica referente al estado de las habilidades que constituyen la inteligencia emocional, el estudio en cuestión seleccionó como herramienta de análisis, la encuesta. Guevara et al. (2020) hicieron mención del soporte del cuestionario como instrumento que forma parte de la estructura de la técnica de encuesta, el cual es dirigido sólo a seres humanos, de quienes obtiene datos relacionados a las formas de pensamiento, razonamiento y comportamiento sobre los estímulos y/o sucesos en el universo. Los resultados se consiguen por medio de una secuencia tanto estructurada como enumerada de interrogantes, en conjunto con una diversidad propia de respuestas probables disponibles, las cuales requieren someterse previamente a un proceso esencial para determinar los índices de validación y confiabilidad que permiten su posterior implementación bajo un contexto definido (Feria et al., 2020).

Respecto al instrumento aplicado en función de pre test y post test, denominado Cuestionario de inteligencia emocional ITAME, atravesó un procedimiento de validación a cargo de distintos y reconocidos expertos en el ámbito de psicología educativa, quienes poseen un historial amplio de experiencia en el campo. El juicio destinado y procesado permitió adquirir un

índice adecuado de 1 en base al margen V de Aiken. Aparte, tras la recopilación de datos mediante una prueba piloto constituida por 15 participantes, se logró definir una cifra apropiada de confiabilidad 0,918 de Alfa de Cronbach.

### **3.5. Procedimientos**

La investigación estuvo acompañada por una sucesión de determinados procedimientos, diseñados bajo el propósito de prueba y logro entre los diferentes objetivos e hipótesis planteados.

En primer lugar, se examinó a ambos grupos fraccionados de carácter experimental y de control, mediante la resolución de instrumento particular para el reconocimiento de la condición actual que poseen las habilidades vinculadas a la inteligencia emocional de cada estudiante. La obtención, evaluación y comprensión de los resultados se transformó en base central para el diseño y formación de un esquema propicio del programa de intervención Artmusiones, con principios en técnicas de terapia artística y musical, los cuales sostuvieron como finalidad alcanzar un efecto de mejora sobre los índices de inteligencia emocional a través del desarrollo adecuado de las sesiones propuestas en su totalidad.

En segundo lugar, tras la implementación del programa, se llevó a cabo nuevamente un estudio y valoración del estado de las capacidades asociadas al área de interés en los estudiantes, empleando el mismo tipo de prueba para establecer un contraste entre las respuestas brindadas por las secciones de muestra específicas, alcanzando a reconocer estadios de cambio favorables.

Por último, al realizar un proceso de comparación sobre los resultados que fueron identificados en la prueba inicial previa a la intervención, frente a la información recolectada posterior a la ejecución de estrategias cuya identidad corresponde tanto a la arteterapia como musicoterapia, se adquirió un juicio definitivo acerca del efecto que sostiene el programa Artmusiones para mejorar las competencias emocionales sobre los individuos partícipes del estudio.

### **3.6. Método de análisis de datos**

Con el objetivo de procesar la información recabada, se optó por emplear la versión 27.0 del software estadístico IBM SPSS, el cual presenta como función principal el cálculo y formulación de cifras determinantes asociadas a la frecuencia de los resultados obtenidos. Al mismo tiempo, los programas de Microsoft Word y Excel logran complementar el sistema de análisis dispuesto al involucrarse en la evaluación de los datos estadísticos alcanzados y sus posibles variaciones acorde a las condiciones a las que se sometan (Morgan et al., 2020).

Por su parte, Robles (2018) reveló que, para conseguir verificar la validez de contenido sobre un instrumento específico, éste debe ser examinado en profundidad por un equipo de jueces y/o expertos en la materia que se pretende investigar, con un límite mínimo compuesto entre 3 a 5 profesionales, quienes estarán a cargo de precisar que la prueba, en efecto, sea capaz de medir correctamente lo que busca evaluar en los individuos a los que está dirigida. Para ello, se hizo uso del coeficiente V de Aiken, el cual puede asumir valores en un margen de 0 a 1, reflejando a través de las cifras más elevadas, el grado de acuerdo sobre los ítems, variables y dimensiones definidas.

Referente a la validez de criterio, Hernández y Mendoza (2018) manifiestaron que, consiste en la correlación formada entre los puntajes adquiridos por los individuos que son partícipes tras la resolución de la prueba establecida para el estudio y los resultados estimados acorde a los rangos de puntuaciones instaurados en los criterios que determinan el desarrollo de percepciones y conductas estimadas, acorde a un margen cronológico, maduracional y contextual de las personas.

De acuerdo a Useche et al. (2019), la validez de constructo implicó comprobar la cantidad tanto de dimensiones como ítems que componen la estructura de una variable en particular, hecho que se demostró a través del análisis de factores, un método propicio para clasificar y seccionar los enunciados que se acoplan de manera ideal, señalando a su vez aquellos que deben ser excluidos del instrumento.

En cuanto al índice de confiabilidad, según mencionaron Villasís et al. (2018) hace referencia a la escasez o presencia nula de margen de error al contar con un grado significativamente alto de validez, volviendo un instrumento consistente y aplicable. De hecho, la medición del mismo se llevó a cabo por medio de Alfa de Cronbach, proceso que da inicio al implementar una prueba en una sola ocasión sobre casos particulares o conjuntos de muestra en un lapso determinado, ello con el fin de alcanzar una correlación positiva entre los resultados, la cual es aceptable al hallar tanto un puntaje mínimo de 0.70 como máximo de 0.90 (Herrera et al., 2022).

Por otro lado, para conseguir realizar un análisis de datos efectivo, se consideró indispensable la obtención de frecuencias y porcentajes enlazados a la variable de estudio (Mesa y Caicedo, 2020). Asimismo, con el propósito de efectuar una contrastación de hipótesis, se identificó mediante la prueba de normalidad de Shapiro – Wilk, cuyo uso es factible al contar con cifras de muestras inferiores a cincuenta, demostrando la normalidad de los datos obtenidos en la evaluación (Banda y Tailoka, 2021; Hernandez, 2021). Frente a ello se optó por emplear la T de Student, prueba de estilo paramétrico acorde a los resultados normales alcanzados, con un margen de confianza .05, razón por la que, puntuaciones de igual o menor medida, son capaces de reflejar una diferencia y contraste estadístico significativo entre las medias de los grupos involucrados en la investigación (Lugo y Pino, 2021).

### **3.7. Aspectos éticos**

En cuestión a los principios de ética, la presente investigación mantuvo una dirección permanente hacia las normas estipuladas por la casa de estudios, donde se contempla una estructura de formato único para la elaboración y distribución de información considerada parte del trabajo de análisis, la cual requiere ofrecer el propicio reconocimiento tanto de los creadores con fuentes de adquisición, por medio de un estilo de citación particular, acorde a las características que presenten los estudios en revisión, asegurándose de evitar probabilidad alguna de comprometer el proyecto en una condición de plagio parcial o total. Además, la evaluación, calificación y validación de los instrumentos a utilizar para la adquisición de datos relevantes que permiten

determinar el cumplimiento de objetivos, requiere ser efectuado por profesionales con grados de especialización en el área al que pertenece la temática seleccionada, así como el contexto sobre el que se aplica. Es importante resaltar que, es un deber del investigador adoptar un enfoque humano en relación a la muestra de participantes, lo que implica sostener un estilo de comunicación transparente respecto a los propósitos y condiciones de desarrollo que presenta el estudio, garantizando completo respeto hacia los derechos, diversidad de percepciones y emociones propias de los estudiantes, conservando en todo momento la absoluta confidencialidad de la información dispuesta antes, durante y después de la ejecución del proyecto (Universidad César Vallejo, 2022).

## IV. RESULTADOS

### 4.1. Presentación y análisis de resultados

**Tabla 1**

*Nivel de Inteligencia Emocional en estudiantes de primer año de secundaria de una Institución Educativa Pública de Trujillo, de acuerdo a pre test y post test, año 2023.*

Inteligencia Emocional	G. Control				G. Experimental			
	Pre test		Post test		Pre test		Pos test	
	N°	%	N°	%	N°	%	N°	%
Medio (69-102)	13	26.5%	9	18.4%	5	10.4%	3	6.3%
Alto (102-136)	31	63.3%	33	67.3%	37	77.1%	29	63.9%
Muy Alto (137-170)	5	10.2%	7	14.3%	6	12.5%	16	23.7%
<b>Total</b>	<b>49</b>	<b>100%</b>	<b>49</b>	<b>100%</b>	<b>48</b>	<b>100%</b>	<b>48</b>	<b>100%</b>

Fuente: Información obtenida de la base de datos de la Inteligencia Emocional.

Salida SPSS versión 27.0

### Interpretación

Se observó en la Tabla 1 que, tras el desarrollo del pre test, el 63.3% de los alumnos pertenecientes al grupo control registraron un nivel alto y el 26.5% nivel medio de inteligencia emocional. Entretanto, el 77.1% del grupo experimental obtuvo un nivel alto y el 12.5% nivel muy alto, mostrando similitud en cuanto a las condiciones de las capacidades emocionales de ambas divisiones en un comienzo. Es importante señalar que, posterior al transcurso del tiempo y ejecución del post test, el 67.3% del grupo control consiguió mantener un nivel alto correspondiente a la inteligencia emocional y el 18.4% un nivel medio, distinto de los miembros del grupo experimental, con un 63.9% en nivel alto, alcanzando un 23.7% de inteligencia emocional en nivel muy alto, reflejando una mejoría sobre las habilidades propias de los estudiantes tras la aplicación del Programa Artmusiones en comparación al grupo control.

**Tabla 2**

*Nivel de Inteligencia Emocional en la Dimensión Intrapersonal en estudiantes de primer año de secundaria de una Institución Educativa Pública de Trujillo, según pre test y post test, año 2023.*

Dimensión Intrapersonal	G. Control				G. Experimental			
	Pre test		Post test		Pre test		Post test	
	N°	%	N°	%	N°	%	N°	%
Bajo (8-14)	1	2.0%	1	2.0%	0	0.0%	0	0.0%
Medio (15-21)	13	26.5%	13	26.5%	8	16.7%	8	16.7%
Alto (22-28)	23	46.9%	23	46.9%	29	60.4%	21	43.8%
Muy Alto (29-35)	12	24.5%	12	24.5%	11	2.9%	19	39.6%
<b>Total</b>	<b>49</b>	<b>100%</b>	<b>49</b>	<b>100%</b>	<b>48</b>	<b>100%</b>	<b>48</b>	<b>100%</b>

Fuente: Información obtenida de la base de datos de la Dimensión Intrapersonal.

Salida SPSS versión 27.0

### Interpretación

En cuanto a la Tabla 2 de la dimensión intrapersonal, se identificó dentro del pre test que, el 46.9% del grupo control logró posicionarse en un nivel alto y el 26.5% nivel medio sobre las habilidades intrapersonales. A su vez, el 60.4% del grupo experimental contó con un nivel alto y el 16.7% nivel medio, denotando semejanzas entre las puntuaciones que poseen inicialmente. Posterior a ello, el 46.9% de los participantes identificados en el grupo control sostuvieron un nivel alto sobre las destrezas de tipo intrapersonal en el post test, mientras tanto el 26.5% permaneció en nivel medio. Además, luego de la implementación del Programa Artmusiones se evidenció que, el 43.8% del grupo experimental logró un nivel alto y el 39.6% muy alto, contemplando así un aumento progresivo de mejora de las capacidades intrapersonales frente al grupo de control.

**Tabla 3**

*Nivel de Inteligencia Emocional en la Dimensión Interpersonal en estudiantes de primer año de secundaria de una Institución Educativa Pública de Trujillo, acorde a pret test y post test, año 2023.*

Dimensión Interpersonal	G. Control				G. Experimental			
	Pre test		Post test		Pre test		Post test	
	N°	%	N°	%	N°	%	N°	%
Muy Bajo (0-7)	1	2.0%	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%
Bajo (8-14)	1	2.0%	4	8.2%	0	0.0%	1	2.1%
Medio (15-21)	13	26.5%	9	18.4%	7	14.6%	7	14.6%
Alto (22-28)	25	51.0%	20	40.8%	19	39.6%	19	39.6%
Muy Alto (29-35)	9	18.4%	16	32.7%	22	45.8%	21	43.8%
<b>Total</b>	<b>49</b>	<b>100%</b>	<b>49</b>	<b>100%</b>	<b>48</b>	<b>100%</b>	<b>48</b>	<b>100%</b>

Fuente: Información obtenida de la base de datos de la Dimensión Interpersonal.

Salida SPSS versión 27.0

### Interpretación

La Tabla 3 referente a la dimensión interpersonal, reveló en el pre test que, el 51.0% de los integrantes del grupo control se ubicaron en un nivel alto y el 26.5% nivel medio sobre destrezas de tipo interpersonal. También, el 45.8% del grupo experimental obtuvo un nivel muy alto y el 39.6% nivel alto, reflejando similitud entre las categorías previo a un determinado lapso e implementación de estrategias planificadas en el Programa Artmusiones. Por otra parte, tras el desarrollo del post test, el 40.8% de miembros del grupo control fueron capaces de mantener un nivel alto y el 32.7% nivel muy alto sobre las competencias interpersonales. No obstante, el 43.8% del grupo experimental tuvo un nivel muy alto mientras que el 39.6% conservó un nivel alto, apreciándose una leve disminución de puntajes ante la aplicación del programa de intervención.

**Tabla 4**

*Nivel de Inteligencia Emocional en la Dimensión Adaptabilidad en estudiantes de primer año de secundaria de una Institución Educativa Pública de Trujillo, según pre test y post test, año 2023.*

Dimensión Adaptabilidad	G. Control				G. Experimental			
	Pretest		Posttest		Pretest		Posttest	
	N°	%	N°	%	N°	%	N°	%
Bajo (8-14)	1	2.0%	0	0.0%	1	2.1%	0	0.0%
Medio (15-21)	18	36.7%	12	24.5%	14	29.2%	12	25.0%
Alto (22-28)	27	55.1%	33	67.3%	25	52.1%	25	52.1%
Muy Alto (29-35)	3	6.1%	4	8.2%	8	16.7%	11	22.9%
<b>Total</b>	<b>49</b>	<b>100%</b>	<b>49</b>	<b>100%</b>	<b>48</b>	<b>100%</b>	<b>48</b>	<b>100%</b>

Fuente: Información obtenida de la base de datos de la Dimensión Adaptabilidad.

Salida SPSS versión 27.0

### Interpretación

Sobre la Tabla 4 de la dimensión adaptabilidad, fue posible reconocer mediante el pre test que, el 55.1% del grupo control presentó un nivel alto y el 36.7% nivel medio en relación a las habilidades de adaptabilidad. Al mismo tiempo, el 52.1% del grupo experimental mostró un nivel alto y el 20.2% nivel medio, evidenciando semejanzas entre las cifras obtenidas al principio de la investigación. Luego de la resolución del post test, el 67.3% de los participantes asignados al grupo control consiguieron un nivel alto y el 24.5% nivel medio sobre las destrezas de adaptación. Cabe añadir que, posterior a la implementación de sesiones del Programa Artmusiones, el grupo experimental sostuvo el 52.1% de nivel alto y logró aumentar al 22.9% las capacidades de adaptabilidad en un nivel muy alto, en contraste con el grupo de control.

**Tabla 5**

*Nivel de Inteligencia Emocional en la Dimensión Manejo del Estrés en estudiantes de primer año de secundaria de una Institución Educativa Pública de Trujillo, acorde pre test y post test, año 2023.*

Dimensión Manejo del Estrés	G. Control				G. Experimental			
	Pre test		Post test		Pre test		Post test	
	N°	%	N°	%	N°	%	N°	%
Bajo (8-14)	0	0.0%	0	0.0%	1	2.1%	0	0.0%
Medio (15-21)	17	34.7%	18	36.7%	18	37.5%	12	25.0%
Alto (22-28)	25	51.0%	26	53.1%	23	47.9%	21	43.8%
Muy Alto (29-35)	7	14.3%	5	10.2%	6	12.5%	15	31.3%
<b>Total</b>	<b>49</b>	<b>100%</b>	<b>49</b>	<b>100%</b>	<b>48</b>	<b>100%</b>	<b>48</b>	<b>100%</b>

Fuente: Información obtenida de la base de datos de la Dimensión Manejo del Estrés.

Salida SPSS versión 27.0

### Interpretación

Se denotó en la Tabla 5 que, después del desarrollo de la prueba pre test, el 51.0% de los alumnos que conformaron el grupo control se posicionaron en un nivel alto y el 34.7% nivel medio en cuanto a las capacidades para manejar de forma adecuada el estrés. De igual modo, el 47.9% del grupo experimental consiguió un nivel alto y el 37.5% nivel medio, mostrando cierto grado de similitud entre los puntajes iniciales. Por otro lado, una vez completado el post test se determinó que el 53.1% de los integrantes del grupo control mantuvo un nivel alto y el 34.7% nivel medio sobre las facultades vinculadas tanto al control de impulsos como solución de conflictos que forman parte de la dimensión manejo del estrés, lo opuesto al grupo experimental, el cual registró un 43.8% en nivel alto y alcanzó el 31.3% de inteligencia relacionada al manejo del estrés, reflejando mejora en las destrezas tras la aplicación del Programa Artmusiones.

**Tabla 6**

*Nivel de Inteligencia Emocional en la Dimensión Estado de Ánimo en estudiantes de primer año de secundaria de una Institución Educativa Pública de Trujillo, según pre test y post test, año 2023.*

Dimensión Estado de Ánimo	G. Control				G. Experimental			
	Pre test		Post test		Pre test		Post test	
	N°	%	N°	%	N°	%	N°	%
Bajo (7-12)	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%	1	2.1%
Medio (13-18)	8	16.3%	13	26.5%	5	10.4%	6	12.5%
Alto (19-24)	25	51.0%	25	51.0%	26	54.2%	19	39.6%
Muy Alto (25-30)	16	32.7%	11	22.4%	17	35.4%	22	45.8%
<b>Total</b>	<b>49</b>	<b>100%</b>	<b>49</b>	<b>100%</b>	<b>48</b>	<b>100%</b>	<b>48</b>	<b>100%</b>

Fuente: Información obtenida de la base de datos de la Dimensión Estado de Ánimo.

Salida SPSS versión 27.0

### Interpretación

En la Tabla 6 de la dimensión estado de ánimo, se develó que en el pre test el 51.0% de los miembros pertenecientes al grupo control lograron ubicarse en un nivel alto y el 32.7% nivel muy alto sobre las habilidades de estabilidad emocional habitual. A su vez, el 54.2% del grupo experimental mostró un nivel alto y el 35.4% nivel muy alto, evidenciando semejanzas entre los niveles de la presente dimensión. Es importante precisar que, después del transcurso del tiempo como el uso de técnicas estructuradas en el Programa Artmusiones, el 51.0% del grupo control sostuvo un nivel alto correspondiente al estado de ánimo y el 26.5% en nivel medio, diferente de los participantes distribuidos en el grupo experimental con un 45.8% en nivel muy alto y 39.6% en nivel alto, mostrando índices de mejora en cuanto a los indicadores de motivación y felicidad que constituyen la dimensión estado de ánimo.

## 4.2. Prueba de hipótesis

**Tabla 7**

*Prueba de normalidad de Shapiro-Wilk de Inteligencia Emocional del grupo control y experimental de estudiantes de primer año de secundaria de una Institución Educativa Pública – Trujillo, 2023.*

PRUEBA DE NORMALIDAD							
GRUPO	VARIABLE/DIMENSIONES	SHAPIRO-WILK					
		Estadístico	gl	Sig.			
Pre test	Control	Inteligencia Emocional	,959	49	,087		
		Intrapersonal	,980	49	,583		
		Interpersonal	,957	49	,074		
		Adaptabilidad	,982	49	,658		
		Manejo del Estrés	,966	49	,166		
		Estado de Ánimo	,960	49	,092		
	Experimental	Inteligencia Emocional	,983	48	,694		
		Intrapersonal	,989	48	,930		
		Interpersonal	,958	48	,082		
		Adaptabilidad	,978	48	,510		
		Manejo del Estrés	,971	48	,276		
		Estado de Ánimo	,976	48	,436		
		Post test	Control	Inteligencia Emocional	,968	49	,206
				Intrapersonal	,946	49	,025
Interpersonal	,966			49	,165		
Experimental	Adaptabilidad		,966	49	,165		
	Manejo del Estrés		,981	49	,588		
	Estado de Ánimo		,970	49	,248		
Experimental	Inteligencia Emocional	,967	48	,202			
	Intrapersonal	,973	48	,343			
	Interpersonal	,954	48	,061			
	Adaptabilidad	,966	48	,175			
	Manejo del Estrés	,963	48	,129			
		Estado de Ánimo	,939	48	,015		

Fuente: Información obtenida de la base de datos de la Inteligencia Emocional.

Salida SPSS versión 27.0

### Interpretación

Respecto a la Tabla 7, se observó que, la prueba de Shapiro-Wilk destinada a muestras menores de 50 ( $n < 50$ ), capaz de verificar la normalidad de los datos informativos que componen las variables de estudio así como sus dimensiones,

reveló que, el nivel de significancia para la variable dependiente de inteligencia emocional en grupo control como experimental, aborda cifras entre 0.087 y 0.694, comprendiendo un puntaje mayor al 5% ( $p > 0.05$ ), por lo cual, es posible determinar que, la distribución de los datos es normal, razón suficiente para emplear la prueba paramétrica T de Student, con el fin de comprobar y contrastar las hipótesis de investigación.

### Contrastación de hipótesis

**Tabla 8**

*Prueba de hipótesis de la influencia significativa de la aplicación del programa Artmusiones en la Inteligencia Emocional de alumnos de primer año de secundaria de una Institución Educativa Pública en Trujillo, 2023.*

Inteligencia Emocional	Grupo	Media	Diferencia de Medias	T	Significancia
Pre test	Control	116.61	-6,221	-1,871	p = 0.064 > 0.05 No significativo
	Experimental	122.83			
Post test	Control	117.92	-9,977	-2,782	p = 0.007 < 0.05 Significativo
	Experimental	127.9			

Fuente: Información obtenida de la base de datos de la Inteligencia Emocional.

Salida SPSS versión 27.0

### Interpretación

En la Tabla 8 se observó que, el puntaje de la media en el pre test del grupo control fue de 116.61 y el grupo experimental de 122.83, con una diferencia media de 6.221 y valor de prueba estadística  $T= 1.871$  frente a un nivel de significancia mayor al 5% ( $p > 0.05$ ), mostrando que, previo a la aplicación del Programa Artmusiones, los alumnos del grupo control y experimental poseían similitud en el nivel de inteligencia emocional. Posterior a la ejecución del post test, el puntaje de la media del grupo control fue de 117.92 y el grupo experimental de 127.9, junto a una diferencia media de 9.977 y valor de prueba estadística  $T= 2.782$  con un nivel de significancia menor al 5% ( $p < 0.05$ ), reflejando que, tras la aplicación del Programa Artmusiones, los estudiantes tanto del grupo control como experimental presentaron una diferencia

significativa sobre la inteligencia emocional, donde los miembros del grupo experimental tuvieron una mayor mejoría en comparación al grupo control, evidenciando efectividad.

**Tabla 9**

*Prueba de hipótesis de la influencia significativa de la aplicación del programa Artmusiones en la Dimensión Intrapersonal de alumnos de primer año de secundaria de una Institución Educativa Pública en Trujillo, 2023.*

<b>Dimensión Intrapersonal</b>	<b>Grupo</b>	<b>Media</b>	<b>Diferencia de Medias</b>	<b>T</b>	<b>Significancia</b>
<b>Pre test</b>	<b>Control</b>	24,04	-1,355	-1,538	p = 0.127 > 0.05 No significativo
	<b>Experimental</b>	25,40			
<b>Post test</b>	<b>Control</b>	24,24	-2,422	-2,483	p = 0.015 < 0.05 Significativo
	<b>Experimental</b>	26,67			

Fuente: Información obtenida de la base de datos de la Dimensión Intrapersonal.

Salida SPSS versión 27.0

### **Interpretación**

En la Tabla 9 se identificó que, el puntaje de la media en el pre test del grupo control fue de 24.04 y el grupo experimental de 25.40, con una diferencia media de 1.355 y valor de prueba estadística  $T = 1.538$  frente a un nivel de significancia mayor al 5% ( $p > 0.05$ ), denotando que, los alumnos del grupo control y experimental poseían semejanza en el nivel de la dimensión intrapersonal antes de la aplicación del Programa Artmusiones. Después de la resolución del post test, el puntaje de la media del grupo control fue de 24.24 y el grupo experimental de 26.67, junto a una diferencia media de 2.422 y valor de prueba estadística  $T = 2.483$  con un nivel de significancia menor al 5% ( $p < 0.05$ ), evidenciando que, tras la implementación del Programa Artmusiones, los estudiantes tanto del grupo control como experimental tuvieron una diferencia significativa sobre la dimensión intrapersonal, donde los participantes del grupo experimental consiguieron un aumento progresivo de mejora frente al grupo control, contemplando así efectividad.

**Tabla 10**

*Prueba de hipótesis de la influencia significativa de la aplicación del programa Artmusiones en la Dimensión Interpersonal de alumnos de primer año de secundaria de una Institución Educativa Pública en Trujillo, 2023.*

<b>Dimensión Interpersonal</b>	<b>Grupo</b>	<b>Media</b>	<b>Diferencia de Medias</b>	<b>T</b>	<b>Significancia</b>
<b>Pre test</b>	<b>Control</b>	23,92	-3,436	-3,308	p = 0.001 < 0.05 Significativo
	<b>Experimental</b>	27,35			
<b>Post test</b>	<b>Control</b>	25,53	-1,428	-1,216	p = 0.227 > 0.05 No significativo
	<b>Experimental</b>	26,96			

Fuente: Información obtenida de la base de datos de la Dimensión Interpersonal.

Salida SPSS versión 27.0

### **Interpretación**

En la Tabla 10 se reveló que, el puntaje de la media en el pre test del grupo control fue de 23.92 y el grupo experimental de 27.35, con una diferencia media de 3.436 y valor de prueba estadística  $T= 3.308$  frente a un nivel de significancia menor al 5% ( $p < 0.05$ ), mostrando que, previo a la aplicación del Programa Artmusiones, los alumnos del grupo control y experimental poseían desigualdad en el nivel de la dimensión interpersonal. Por otra parte, tras el desarrollo del post test, el puntaje de la media del grupo control fue de 26.96 y el grupo experimental de 25.53, junto a una diferencia media de 1.428 y valor de prueba estadística  $T= 1.216$  con un nivel de significancia mayor al 5% ( $p > 0.05$ ), reflejando que, luego de la aplicación del Programa Artmusiones, los estudiantes tanto del grupo control como experimental tuvieron una semejanza significativa sobre la dimensión interpersonal, donde los integrantes del grupo experimental no tuvieron una mayor mejoría en contraste al grupo control, apreciándose ningún tipo de efectividad.

**Tabla 11**

*Prueba de hipótesis de la influencia significativa de la aplicación del programa Artmusiones en la Dimensión Adaptabilidad de alumnos de primer año de secundaria de una Institución Educativa Pública en Trujillo, 2023.*

<b>Dimensión Adaptabilidad</b>	<b>Grupo</b>	<b>Media</b>	<b>Diferencia de Medias</b>	<b>T</b>	<b>Significancia</b>
<b>Pre test</b>	<b>Control</b>	22,33	-1,465	-1,720	p = 0.089 > 0.05 No significativo
	<b>Experimental</b>	23,79			
<b>Post test</b>	<b>Control</b>	25,53	,551	,502	p = 0.617 > 0.05 No significativo
	<b>Experimental</b>	24,98			

Fuente: Información obtenida de la base de datos de Inteligencia Emocional.

Salida SPSS versión 27.0

### **Interpretación**

En la Tabla 11 fue posible reconocer que, el puntaje de la media en el pre test del grupo control fue de 22.33 y el grupo experimental de 23.79, con una diferencia media de 1.465 y valor de prueba estadística  $T = 1.720$  frente a un nivel de significancia mayor al 5% ( $p > 0.05$ ), denotando que, los alumnos del grupo control y experimental poseían semejanza en el nivel de la dimensión adaptabilidad antes de la aplicación del Programa Artmusiones. Luego de la resolución del post test, el puntaje de la media del grupo control fue de 25.53 y el grupo experimental de 24.98, junto a una diferencia media de .551 y valor de prueba estadística  $T = .502$  con un nivel de significancia mayor al 5% ( $p > 0.05$ ), evidenciando que, después de la implementación del Programa Artmusiones, los estudiantes tanto del grupo control como experimental presentaron una similitud significativa sobre la dimensión adaptabilidad, donde los miembros del grupo experimental no alcanzaron un incremento en comparación al grupo control, contemplando así ningún tipo de efectividad.

**Tabla 12**

*Prueba de hipótesis de la influencia significativa de la aplicación del programa Artmusiones en la Dimensión Manejo del Estrés de alumnos de primer año de secundaria de una Institución Educativa Pública en Trujillo, 2023.*

<b>Dimensión Manejo del Estrés</b>	<b>Grupo</b>	<b>Media</b>	<b>Diferencia de Medias</b>	<b>T</b>	<b>Significancia</b>
<b>Pre test</b>	<b>Control</b>	23,84	,524	,578	p = 0.565 > 0.05 No significativo
	<b>Experimental</b>	23,31			
<b>Post test</b>	<b>Control</b>	23,37	-2,008	-2,242	p = 0.027 < 0.05 Significativo
	<b>Experimental</b>	25,38			

Fuente: Información obtenida de la base de datos de la Dimensión Manejo del Estrés.

Salida SPSS versión 27.0

### **Interpretación**

En la Tabla 12 se denotó que, el puntaje de la media en el pre test del grupo control fue de 23.84 y el grupo experimental de 23.31, con una diferencia media de .524 y valor de prueba estadística  $T = .578$  frente a un nivel de significancia mayor al 5% ( $p > 0.05$ ), mostrando que, previo a la aplicación del Programa Artmusiones, los alumnos del grupo control y experimental poseían similitud en el nivel de la dimensión manejo del estrés. Una vez completado el post test, el puntaje de la media del grupo control fue de 23.37 y el grupo experimental de 25.38, junto a una diferencia media de 2.008 y valor de prueba estadística  $T = 2.242$  con un nivel de significancia menor al 5% ( $p < 0.05$ ), reflejando que, tras la aplicación del Programa Artmusiones, los estudiantes tanto del grupo control como experimental presentaron una diferencia significativa sobre la dimensión manejo del estrés, donde los participantes del grupo experimental tuvieron una mayor mejoría, opuesto al grupo control, evidenciando efectividad.

**Tabla 13**

*Prueba de hipótesis de la influencia significativa de la aplicación del programa Artmusiones en la Dimensión Estado de Ánimo de alumnos de primer año de secundaria de una Institución Educativa Pública en Trujillo, 2023.*

<b>Dimensión Estado de Ánimo</b>	<b>Grupo</b>	<b>Media</b>	<b>Diferencia de Medias</b>	<b>T</b>	<b>Significancia</b>
<b>Pre test</b>	<b>Control</b>	22,49	-,489	-,602	p = 0.549 > 0.05 No significativo
	<b>Experimental</b>	22,98			
<b>Post test</b>	<b>Control</b>	21,29	-2,631	-3,074	p = 0.003 < 0.05 Significativo
	<b>Experimental</b>	23,92			

Fuente: Información obtenida de la base de datos de la Dimensión Estado de Ánimo.

Salida SPSS versión 27.0

### **Interpretación**

En la Tabla 13 se develó que, el puntaje de la media en el pre test del grupo control fue de 22.49 y el grupo experimental de 22.98, con una diferencia media de .489 y valor de prueba estadística  $T = .602$  frente a un nivel de significancia mayor al 5% ( $p > 0.05$ ), evidenciando que, los alumnos del grupo control y experimental poseían semejanza en el nivel de la dimensión estado de ánimo antes de la aplicación del Programa Artmusiones. Después de la resolución del post test, el puntaje de la media del grupo control fue de 21.29 y el grupo experimental de 23.92, junto a una diferencia media de 2.631 y valor de prueba estadística  $T = 3.074$  con un nivel de significancia menor al 5% ( $p < 0.05$ ), mostrando que, tras la implementación del Programa Artmusiones, los estudiantes tanto del grupo control como experimental presentaron una diferencia significativa sobre la dimensión estado de ánimo, donde los integrantes del grupo experimental consiguieron un aumento progresivo de mejora frente al grupo control, contemplando así efectividad.

## V. DISCUSIÓN

En base al objetivo general, centrado en analizar en qué medida la aplicación del programa Artmusiones influye en la inteligencia emocional de estudiantes de secundaria de una Institución Educativa de Trujillo en el año 2023, se comprobó que, el programa diseñado fue capaz de mejorar significativamente la variable de estudio principal al obtener un valor de  $T = 2.782$  y nivel de significancia menor a 0.05 en el contraste de resultados post test correspondientes tanto al grupo control como experimental, reflejando una diferencia notable en relación al grado de inteligencia emocional presente en los alumnos que formaron parte de la implementación de estrategias asociadas a la arteterapia y musicoterapia, denotando efectividad. Similar a ello, la investigación que realizó Benites (2018) mostró una mejoría significativa de la inteligencia emocional de los estudiantes al desarrollar un programa motivacional. Del mismo modo, el estudio de Vidal (2019) logró un efecto positivo de mejora sobre la inteligencia emocional en una muestra femenina perteneciente al quinto año de nivel secundaria a través de la práctica de estrategias artísticas. Es importante señalar que, acorde a Regev (2022), en un entorno educativo, la terapia basada en el arte favorece el reconocimiento, expresión y control emocional para enfrentar diferentes circunstancias y/o cambios que representen un reto para los estudiantes. Por lo cual, trabajar y fortalecer las habilidades que constituyen la inteligencia emocional incrementa las posibilidades de crecimiento personal, resolución exitosa de problemas y estabilidad emocional (Valdiviezo y Rivera, 2022).

Respecto al primer objetivo específico, enfocado en conocer la influencia de la aplicación del programa Artmusiones sobre la dimensión intrapersonal de estudiantes de secundaria pertenecientes a una Institución Educativa Estatal de Trujillo durante el 2023, se logró identificar que, el 39.6% de integrantes del grupo experimental en la fase post test posicionó sus habilidades de tipo intrapersonal en un nivel muy alto, entretanto, el 43.8% en un nivel alto. Además, se observó un valor  $T = 2.483$  acompañado por un nivel de significancia inferior a 0.05 sobre los puntajes del grupo control así como grupo experimental que fueron adquiridos en la evaluación post test, por lo que se distingue una diferencia evidente en conexión a las destrezas que contemplan la dimensión intrapersonal de la

persona, demostrando con ello el grado de mejora, tanto del autoconcepto como autoestima de los alumnos partícipes en la ejecución de un programa eficaz fundamentado en terapia artística y musical. Este hecho presentó similitud con el estudio de Benites (2018), donde, a través de la evaluación post test, el 57% de los miembros del grupo experimental que cursaban el segundo año de secundaria, consiguió un nivel muy desarrollado de las capacidades de índole intrapersonal, al mismo tiempo, el 37% un nivel adecuado, notándose la efectividad del programa motivacional planteado. A su vez, los resultados de la investigación de Salvador y Calatrava (2020) permitieron la modificación de los estados emocionales, disminuyendo la aparición de emociones negativas y potenciando la experimentación de emociones positivas mediante la exposición a estrategias musicales terapéuticas en una muestra de alumnos que se hallaban en quinto año de nivel secundaria. Frente a ello, Bence (2020) destacó que, el uso de musicoterapia dentro de contextos educativos fomenta la expresión abstracta de sentimientos, otorgando libertad a niños, adolescentes e incluso adultos para la óptima canalización emocional al descubrir, crear, reproducir e internalizar múltiples melodías. De hecho, Valiente et al. (2020) consideraron importante lograr manifestar de forma sana y segura las emociones, puesto que, representa una base fundamental para la construcción de la autoestima, misma que requiere el ser humano para la correcta formación de seguridad, autonomía y conducta prosocial. Adicionalmente, para González et al. (2023) la percepción, valoración y aceptación de uno mismo conforma la estructura de los factores de protección para el bienestar emocional, los cuales simbolizan un punto clave para mantener el control sobre pensamientos, acciones y decisiones de riesgo a las que pueden verse involucrados en cualquier etapa de la vida.

Opuesto a los resultados señalados con anterioridad, el segundo objetivo específico que busca identificar la influencia de la aplicación del programa Artmusiones sobre la dimensión interpersonal en estudiantes de secundaria en una Institución Educativa Pública de Trujillo en el 2023, mostró que, tras la resolución del post test el 43.8% de participantes seccionados en el grupo experimental se ubicó en un nivel muy alto con respecto al progreso obtenido en sus capacidades de interacción social y el 39.6% en un nivel alto. Asimismo, se obtuvo un valor de  $T= 1.216$  en conjunto a un nivel de significancia superior a

0.05 entre las cifras post test alcanzadas por el grupo control al igual que el grupo experimental, revelando con ello una semejanza significativa entre las puntuaciones, lo que denota a su vez un menor índice de mejora por parte del grupo experimental en comparación al grupo control, lo que indica nula efectividad en las habilidades asociadas a las relaciones de tipo social y la empatía presentes en los alumnos con los que se llevó a cabo el desarrollo del programa. Este resultado fue compatible con la investigación que formuló Gutierrez (2019), en la cual el 60% de los estudiantes pertenecientes a segundo año de secundaria que integraron el grupo experimental, obtuvo un nivel promedio sobre las destrezas pertenecientes a la dimensión interpersonal, entretanto, el 40% aún requería desarrollar de manera adecuada esta sección que constituye un pilar fundamental para la inteligencia emocional. De igual forma, el estudio de Florez (2021) logró incrementar aspectos interpersonales de la inteligencia emocional al posicionar al 72% de una muestra femenina de tercer año de nivel secundaria participante del programa PRIESA, en una categoría adecuada. La razón de este particular fenómeno encontró respuesta en lo que Herrero et al. (2023) postularon como efectos de la transición escolar, especialmente entre el nivel primaria y secundaria, mismos que se ven acompañados del despertar de la adolescencia, por lo que, existe la probabilidad de aparición de temores asociados a un nuevo procedimiento de familiarización con un centro de estudios totalmente distinto al habitual, sensación que produce en ocasiones, múltiples dificultades, tanto leves como complejas para conseguir establecer vínculos afectivos y amicales con quienes componen un nuevo ambiente de interacción. Es conveniente añadir que, acorde a Valdiviezo y Rivera (2022), impulsar la formación y fortalecimiento de competencias sociales con énfasis en responsabilidad afectiva reflejada en las expresiones verbales empleadas y comportamientos realizados con los demás, favorecerá la creación de lazos significativos y duraderos a futuro.

En relación al tercer objetivo específico que pretende determinar la influencia de la aplicación del programa Artmusiones sobre la dimensión adaptabilidad de estudiantes de secundaria que pertenecen a una Institución Educativa Estatal de Trujillo en el año 2023, se encontró que, después de la aplicación del post test, el 22.9% de miembros que conformaron el grupo experimental alcanzó un nivel

muy alto en capacidades vinculadas a la adecuación emocional y comportamental frente a factores o circunstancias variables, mientras tanto, el 52.1% un nivel alto. También, se evidenció un valor  $T = .551$  con un nivel de significancia mayor a 0.05 respecto a los puntajes post test obtenidos por el grupo control y grupo experimental, lo que permite discernir una similitud significativa entre los resultados, mostrando en consecuencia un grado de mejora inferior del grupo experimental sobre el grupo control, probando una inexistente efectividad en cuanto a las destrezas enlazadas a familiarización en nuevos contextos que poseen los alumnos partícipes del programa. Incluso, los resultados señalados fueron semejantes a los encontrados en el estudio de Gutierrez (2019), donde, posterior a la implementación del taller diseñado, el 67% de los integrantes del grupo experimental que cursaba el segundo año de secundaria, logró posicionarse en un nivel promedio sobre las habilidades contempladas en la dimensión adaptabilidad de la inteligencia emocional, entretanto el 33% mostraron necesidad de un desarrollo apropiado. No obstante, el motivo que desencadena un efecto inferior al estimado comprendió la fundamentación de Herrero et al. (2023), quienes sostuvieron que, durante la fase de transición a la que se ven sometidos los estudiantes para formar parte de una instrucción superior en el nivel secundaria, surgen pensamientos contradictorios asociados a expectativas de logro como también preocupación ante una posible dificultad para habituarse a un entorno parcial o totalmente diferente al que se hallaban familiarizados desde etapas tempranas, enfrentando una metodología de enseñanza distinta a cargo de diversas figuras de autoridad, bajo una nueva normativa, costumbres y limitaciones a las que se ven en la obligación de responder correctamente de inmediato. Aparte, Fernández (2023) agregó que, dentro de la adaptación a una escuela convergen tanto el estado de enganche como el sentido de pertenencia, ambos orientados al accionar y participación progresiva del alumno sobre el ambiente desconocido en el que se encuentra, con el propósito de explorar y reconocer oportunidades de aprendizaje, construir una identidad en sintonía con el espacio así como una conexión con aquellos que conviven en los periodos de enseñanza programados cada día alrededor del año. Por consiguiente, Contreras (2020) resaltó la necesidad de desarrollar y potenciar en los niños, adolescentes y adultos,

habilidades que impliquen amplificar la percepción de los sucesos para asimilar cambios o retos con estrategias de afrontamiento saludables como medio de soporte.

Acerca del cuarto objetivo específico, el cual se concentra en conocer la influencia de la aplicación del programa Artmisiones sobre la dimensión manejo del estrés en estudiantes de secundaria en una Institución Educativa Pública de Trujillo durante el 2023, se logró evidenciar que, las respuestas del post test consiguieron ubicar al 31.3% de participantes asignados al grupo experimental en un nivel muy alto en relación a las habilidades destinadas al manejo apropiado de sensaciones estrés, preocupación o frustración, siendo capaz de reflexionar y fomentar opciones de solución frente a las dificultades que aparezcan de forma habitual, entretanto, el 43.8% se mantuvo en un nivel alto. De igual manera, se observó un valor  $T = 2.242$  en compañía de un nivel de significancia menor a 0.05 referente a los cifras totales finales del post test resuelto tanto por el grupo control como grupo experimental, con lo cual es posible apreciar una diferencia significativa entre el grado de mejoría de capacidades asociadas al dominio y gestión ideal de los impulsos expuesto por el grupo experimental en contraste al grupo control, demostrando al mismo tiempo la eficacia característica del programa estructurado en base a arteterapia y musicoterapia. Además, los datos previamente detallados compartieron relación con la investigación de Castañeda (2019), en el que logró comprobarse que, la aplicación de una metodología vinculada a la terapia artística como principio de un taller dirigido al trabajo sobre las emociones y la conducta en estudiantes que atravesaban el tercer año de secundaria, brindó como resultado una enseñanza certera que fomenta aprendizajes significativos para una óptima identificación, aceptación y transmisión del estado emocional, creando herramientas de expresión segura, lo que a su vez conlleva la disminución de comportamientos agresivos y/o antisociales que podrían de generar daño hacia uno mismo o quienes lo rodean. Por su parte, el estudio de Gutierrez (2019) encontró similitud en los resultados al revelar que, tras la participación del grupo experimental con estudiantes de segundo año de nivel secundaria en el taller postulado se identificó que, un 67% del total de la muestra alcanzó un nivel desarrollado con respecto a las destrezas propias de la dimensión de manejo del estrés de la inteligencia emocional,

mientras que el 33% requirieron someterse a un procedimiento de orientación para mejorar de forma adecuada sus habilidades. En adición, Peralta (2021) hizo mención de la habituación de inhibición emocional que fomenta la cultura machista en el crecimiento de los varones, impulsa consecuencias graves, puesto que, se ven forzados en múltiples oportunidades desde el entorno familiar a restringir e internalizar frecuentemente sus emociones, hecho que, desde una conceptualización errónea “favorecería” el manejo de los sentimientos que se experimentan en el día a día, consiguiendo un equilibrio en el estado de salud mental de los individuos, sin embargo, la instauración y mantenimiento de una idealización de poder por parte del sexo masculino a cambio de la libertad para vivenciar, aprender y aceptar las emociones por temor a mostrar signos de “debilidad”, sólo es capaz de provocar el efecto opuesto, lo que se representado en más de una ocasión por episodios de descontrol, aislamiento, violencia y prácticas de alto riesgo que atentan la seguridad, cordura y salud mental desde etapas tempranas a adultas. A causa de ello, Fernández (2021) reforzó la importancia de la instrucción y construcción de recursos personales que permitan ampliar tanto el rango de tolerancia como afrontamiento adecuado ante situaciones que propicien tensión o frustración inmediata.

En cuanto al quinto objetivo específico que procura identificar la influencia de la aplicación del programa Artmusiones sobre la dimensión estado de ánimo de estudiantes de secundaria pertenecientes a una Institución Educativa Estatal de Trujillo en el año 2023, se halló que, posterior a la resolución de la evaluación post test el 45.8% de integrantes que constituyeron el grupo experimental logró posicionar las destrezas de motivación y optimismo que propician el estado de felicidad en un nivel muy alto, a su vez que el 39.6% figuró en un nivel alto. Del mismo modo, se consiguió un valor de  $T= 3.074$  en conjunto a un nivel de significancia inferior a 0.05 entre las puntuaciones obtenidas por el grupo control y el grupo experimental en la fase post test, denotando con ello una evidente diferencia en el progreso de formación de habilidades relacionadas al estado de ánimo por parte del grupo experimental a comparación del grupo control, una condición que representa la efectividad de la implementación del programa trabajado en el estudio. El resultado pudo ser contrastado con la investigación de Benites (2018), donde el 63% de los alumnos que cursaban el segundo año

de secundaria y comprendían el grupo experimental alcanzaron un nivel muy desarrollado, así como el 35% un nivel adecuado sobre las capacidades de los mismos para generar y direccionar una actitud positiva recurrente frente a los eventos que se originasen, destacando la eficacia del programa con énfasis en la motivación. También fue posible corroborar una similitud con el estudio postulado por Florez (2021), en el cual se mostró que, el 68% de estudiantes femeninas de tercer año de nivel secundaria partícipes como grupo experimental, se ubicaron en un nivel adecuado tras la aplicación del programa PRIESA, resaltando los efectos satisfactorios del mismo sobre la muestra. Frente a ello, Valiente et al. (2020) consideraron necesario hacer hincapié en la importancia que posee el optimismo para dirigir ideas, emociones, acciones y decisiones hacia un propósito de vida específico, desempeñando al mismo tiempo una función de apoyo para reforzar las habilidades de afrontamiento ante acontecimientos negativos, difíciles o frustrantes que amenazan con provocar una desestabilización en el estado emocional de las personas. Asimismo, Moysén et al. (2022) creyeron conveniente puntualizar que, la etapa de desarrollo adolescente comprende un periodo crucial en el que se direcciona mayor atención y preocupación sobre los sentimientos que se producen en base a las circunstancias cotidianas, por lo que, durante los años que constituyen este cambio, se centran en la búsqueda de mantener un equilibrio sobre sus estados de ánimo para experimentar felicidad. En este sentido, Machado (2022) refirió que, al orientar el descubrimiento de los factores que impulsan el despertar de una motivación intrínseca acompañada de una actitud optimista para atravesar múltiples y variantes situaciones con el único fin de alcanzar a cumplir los objetivos propuestos, se favorece la aparición de sensaciones asociadas a la felicidad y satisfacción personal.

## VI. CONCLUSIONES

**Primero:** Tras la aplicación, evaluación y análisis de los resultados obtenidos, se determinó que, el programa Artmusiones logró mejorar de forma significativa el índice de inteligencia emocional en estudiantes de primer año de secundaria de una Institución Educativa de Trujillo, por consiguiente, los alumnos son capaces de reconocer, valorar y regular sus propios estados emocionales, propiciando una actitud positiva frecuente que orienta sus acciones hacia objetivos de logro, demostrando a su vez una gestión óptima de los impulsos ante circunstancias que generen tensión o frustración, resolviendo posibles conflictos o dificultades en el proceso.

**Segundo:** Con respecto a la dimensión intrapersonal, se observó que, las cifras post test obtenidas por los estudiantes de primer año de nivel secundaria en una Institución Educativa Estatal de Trujillo que conformaron el grupo experimental, consiguieron posicionar al 39.6% de la muestra en un nivel muy alto, mientras que, el 43.8% un nivel alto. Este resultado comprende una mejoría significativa en los alumnos, quienes reflejan un conocimiento idóneo sobre los tipos de emociones que experimentan día a día, así como los factores que fomentan o alteran el equilibrio de las mismas, hecho que les permite tanto canalizar como manifestar de forma adecuada sus sentimientos, empleando medios de liberación sanos y seguros.

**Tercero:** En cuanto a la dimensión interpersonal, se denotó que, posterior a la evaluación de los estudiantes que cursaban el primer año en una Institución Educativa Pública de Trujillo, mediante el post test, se encontró que, el 43.8% de los participantes que pertenecían al grupo experimental alcanzaron un nivel muy alto, entretanto, el 39.6% un nivel alto. Ante ello, es posible señalar que, los alumnos cuentan con la destreza necesaria para establecer contacto y formar relaciones basadas en la empatía con su entorno. No obstante, es importante considerar que, el programa no presentó una eficiencia significativa para la mejora de las habilidades vinculadas a la interacción social.

**Cuarto:** Sobre la dimensión de adaptabilidad, se evidenció que, las puntuaciones en la fase post test logradas por los estudiantes de primer año de nivel

secundaria de una Institución Educativa Estatal en Trujillo que constituyeron el grupo experimental, ubicaron al 22.9% de la muestra seleccionada en un nivel muy alto y el 52.1% en un nivel alto. Con ello consigue constatar que, los alumnos presentan habilidad suficiente para familiarizarse con nuevos contextos, enfrentando a su vez a una diversidad de cambios y ampliando en el proceso la percepción de los fenómenos que ocurren a diario. Sin embargo, es fundamental recalcar que, el programa carece de eficacia significativa para asegurar la mejoría de capacidades asociadas a la habituación en distintos entornos y condiciones.

**Quinto:** Con relación a la dimensión de manejo del estrés, se apreció que, los puntajes registrados posterior a la resolución del post test, lograron posicionar al 31.1% de los estudiantes de primer año de secundaria de una Institución Educativa Pública de Trujillo, los cuales se hallaban en el grupo experimental, en un nivel muy alto, mientras que, el 43.8% en un nivel alto. Esto comprueba la efectividad significativa del programa, a través del cual se cerciora que, los alumnos poseen destrezas en conexión al correcto control y propicio manejo tanto de los impulsos como tensiones para hacer frente a situaciones estresantes o frustrantes.

**Sexto:** Referente a la dimensión de estado de ánimo, se distinguió que, después de realizar la evaluación mediante el post test, el 45.8% de los estudiantes que atravesaban el primer año de secundaria en una Institución Educativa Estatal de Trujillo, mismos que formaban parte del grupo experimental, figuraron en un nivel muy alto, entretanto, el 39.6% en un nivel alto. Ello verifica la eficacia significativa del programa, la cual destaca que, los alumnos presentan capacidades relacionadas a la formación de motivación y optimismo para el logro de propósitos planteados con la finalidad de obtener tanto felicidad como satisfacción en la vida.

## VII. RECOMENDACIONES

**Primero:** Ante la problemática descrita y los resultados captados en la evaluación realizada, es recomendable llevar a cabo un análisis frecuente tanto general como específico con respecto a la inteligencia emocional presente en los estudiantes, a fin de identificar casos particulares donde los factores de protección o riesgo podrían favorecer, contrario a ello, limitar el óptimo desarrollo de las capacidades para asegurar la estabilidad emocional.

**Segundo:** Del mismo modo, se sugiere ampliar de manera constante los conocimientos de la comunidad educativa en su totalidad, mediante capacitaciones eficaces para reforzar las herramientas de trabajo de los educadores, así como talleres y programas dirigidos al entorno familiar de los alumnos, quienes representan una figura de suma importancia en la fase de descubrimiento y formación de sus destrezas emocionales, por lo que, para brindar una respuesta eficiente, requieren de una adecuada instrucción en el campo.

**Tercero:** Asimismo, es necesario modificar progresivamente la metodología de enseñanza tradicional que excluye la importancia del factor emocional, para lo cual, es indispensable abordar un enfoque más humano y consciente en relación a la población estudiantil masculina, abandonando paulatinamente la ideología de inhibición emocional destinada al sexo masculino que mantiene la sociedad hasta la actualidad, permitiendo a los alumnos explorar, aceptar y gestionar sus estados emocionales, siendo instruidos por maestros y profesionales capacitados.

**Cuarto:** También, es recomendable trabajar con el ambiente familiar y los estudiantes en conjunto, aspectos relacionados al impacto de las creencias y/o conceptos limitantes con respecto a los “roles” que pueden y deben asumir las personas en base al sexo de nacimiento, principios que se instruyen desde los métodos de crianza y afectan significativamente la percepción y comportamiento de los hijos, quienes podrían experimentar altos niveles de tensión, preocupación y ansiedad al no conseguir adaptarse completamente con las expectativas trazadas dentro del hogar, viéndose obligados a forzar una

restricción emocional sobre sí mismos para responder correctamente a lo que se espera de ellos.

**Quinto:** En cuanto al caso exclusivo de los alumnos que ingresan a primer año de secundaria, se sugiere diseñar y desarrollar un taller de preparación para la transición escolar a principios de año, dirigido a familias y los propios estudiantes, con el objetivo de brindar herramientas emocionales útiles que favorezcan la inclusión y habituación en un nuevo centro de estudios, prestando atención a las dudas, preocupaciones y necesidades que presentan tanto adultos como adolescentes, para formar e implementar de ese modo, estrategias de acción, protección y bienestar dentro de la comunidad educativa.

**Sexto:** Con respecto al programa Artmusiones, se recomienda evaluar el grado de efectividad que podría lograr al implementarse en cada uno de los niveles de secundaria con los que trabaja la institución educativa, contemplando la importancia del desarrollo individual y específico que requieren las sesiones diseñadas, en el periodo de tiempo estimado. Además, la aplicación en diversos centros de estudios con población y muestra tanto mixta como monogénica, podría traer una nueva visión sobre la eficiencia de las estrategias terapéuticas artísticas y musicales que incorporan la estructura del programa.

## REFERENCIAS

- Aggarwal, S. (2021). The effect of art and music on stress and anxiety levels in adolescents. *International Journal of Social Sciences*, 9(3), 240-242.
- Arias, J. y Covinos, M. (2021). *Diseño y metodología de la investigación*. (1° ed). Enfoques Consulting EIRL.
- Arias, J., Villasís, M. y Miranda, M. (2016). El protocolo de investigación III: La población de estudio. *Revista Alergia México*, 63(2), 201-206.  
<https://www.redalyc.org/pdf/4867/486755023011.pdf>
- Banda, G. y Tailoka, F. (2021). Parametric and nonparametric tests: A brief review. *International Journal of Statistical Distributions and Applications*, 7(3), 78-82.
- Barbosa, A. y Garzón, S. (2019). Revisión bibliográfica en idioma español sobre el arteterapia como herramienta psicoterapéutica. *Informes Psicológicos*, 20(2), 55-65.  
<https://revistas.upb.edu.co/index.php/informespsicologicos/article/view/192/94>
- Bellón, M. (2020). *Arteterapia en alumnos con riesgo de exclusión social* [Tesis de pregrado, Universidad Pontificia Comillas]. Repositorio Institucional de la Universidad Pontificia Comillas.  
[https://repositorio.comillas.edu/xmlui/bitstream/handle/11531/43043/TFG\\_BellonMarrero%2CMarta.pdf?sequence=1](https://repositorio.comillas.edu/xmlui/bitstream/handle/11531/43043/TFG_BellonMarrero%2CMarta.pdf?sequence=1)
- Bence, G. (2020). *Exploración acerca de los beneficios de la musicoterapia en niños con trastorno del espectro autista* [Trabajo de pregrado, Pontificia Universidad Católica Argentina Santa María de los Buenos Aires]. Repositorio Institucional de la Pontificia Universidad Católica Argentina Santa María de los Buenos Aires.  
<https://repositorio.uca.edu.ar/bitstream/123456789/12398/1/exploracion-beneficios-musicoterapia.pdf>
- Benites, M. (2018). *Programa motivacional en la inteligencia emocional de los estudiantes del segundo grado de secundaria, Angamarca, 2017* [Tesis de posgrado, Universidad César Vallejo]. Repositorio Institucional de la

Universidad César Vallejo.  
[https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/22655/benites\\_mm.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/22655/benites_mm.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

Blasco, J., Marín, P. y Botella, A. (2022). Efectos de la educación musical en el desarrollo emocional de adolescentes entre 10 y 18 años. Una revisión sistemática. *Musica Hodie*, 22(1), 1-28.  
[https://www.researchgate.net/publication/359279309\\_Effects\\_of\\_Music\\_Education\\_on\\_10-to\\_18-Year-Old\\_Adolescents'\\_Emotional\\_Development\\_A\\_Systematic\\_Review](https://www.researchgate.net/publication/359279309_Effects_of_Music_Education_on_10-to_18-Year-Old_Adolescents'_Emotional_Development_A_Systematic_Review)

Castañeda, M. (2019). *Taller de arteterapia en la conducta antisocial de estudiantes de una Institución Educativa de Trujillo* [Tesis de posgrado, Universidad César Vallejo]. Repositorio Institucional de la Universidad César Vallejo.  
[https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/35028/casta%20c3%b1eda\\_vm.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/35028/casta%20c3%b1eda_vm.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

Castro, M., Ramiro, T., García, E. y Chacón, R. (2022). The association of trait emotional intelligence with the levels of anxiety, stress and physical activity engagement of adolescents. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 54(1), 130-139. [http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0120-05342022000100130](http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0120-05342022000100130)

Contreras, R. (2020). *El arteterapia como técnica de intervención psicoterapéutica para aliviar los síntomas de la ansiedad: Una revisión documental*. Repositorio Institucional de la Universidad de La Costa.  
<https://repositorio.cuc.edu.co/bitstream/handle/11323/8171/El%20arteterapia%20como%20t%C3%A9cnica%20de%20intervenci%C3%B3n%20psicoterap%C3%A9utica%20para%20aliviar%20los%20s%C3%ADntomas%20de%20la%20ansiedad.%20Una%20revisi%C3%B3n%20documental.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Cusipuma, M. (2020). *La música y el desarrollo psicológico en la infancia y la adolescencia* [Tesis de pregrado, Universidad Peruana Cayetano Heredia]. Repositorio Institucional de la Universidad Peruana Cayetano Heredia.

[https://repositorio.upch.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12866/8616/Musica\\_CusipumaFrisancho\\_Mayra.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.upch.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12866/8616/Musica_CusipumaFrisancho_Mayra.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

De la Lama, A., De la Lama, P. y De la Lama, M. (2023). El arte de investigar científicamente: Descubrir, probar y comunicar. De la comprensión por medio de la observación de la realidad hasta la comunicación abierta. *Horizonte de la Ciencia*, 13(25), 25-37. <https://revistas.uncp.edu.pe/index.php/horizontedelaciencia/article/view/1799/1974>

Feria, H., Matilla, M. y Mantecón, S. (2020). La entrevista y la encuesta: ¿Métodos o técnicas de indagación empírica?. *Didáctica y Educación ISSN 2224-2643*, 11(3), 62-79. <https://revistas.ult.edu.cu/index.php/didascalía/article/view/992/997>

Fernández, T. (2021). La musicoterapia y las emociones como recurso para la resolución de conflictos en el aula. *Revista de Investigación en Musicoterapia*, 4(1), 44-55. <https://doi.org/10.15366/rim2020.4.003>

Fernández, I. (2023). El enganche y sentido de pertenencia escolar en educación secundaria: Conceptos, procesos y líneas de actuación. *Revista de Investigación en Educación*, 21(2), 156-171. <https://revistas.uvigo.es/index.php/reined/article/view/4597/3454>

Fernández, V. (2020). Tipos de justificación en la investigación científica. *Espíritu Emprendedor TES*, 4(3), 65-76. <https://www.espirituemprededortes.com/index.php/revista/article/view/207/275>

Florez, M. (2021). *Programa PRIESA en la inteligencia emocional de las estudiantes de 3° año de secundaria de una institución educativa, Cusco, 2021* [Tesis de posgrado, Universidad César Vallejo]. Repositorio Institucional de la Universidad César Vallejo. [https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/70607/Florez\\_AMW-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/70607/Florez_AMW-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

- Galvez, L. (2017). *Programa de habilidades sociales en adolescentes de la Institución Educativa Luis Armando Cabello Hurtado Manzanilla - Cercado de Lima* [Tesis de posgrado, Universidad César Vallejo]. Repositorio Institucional de la Universidad César Vallejo.
- Gamarra, S. (2023). *Programa de inteligencia emocional en la agresividad de adolescentes de una Institución Educativa de Víctor Larco Herrera* [Tesis de posgrado, Universidad César Vallejo]. Repositorio Institucional de la Universidad César Vallejo.
- Gerlitz, Y., Regev, D. y Snir, S. (2020). A relational approach to art therapy. *The arts in psychotherapy*, 68(1), 1-8
- Gómez, J., Aguilar, R., Gómez, G. y Obando, M. (2023). Técnicas de comunicación asertiva, aplazamiento asertivo para mejorar las relaciones interpersonales con sus iguales en los estudiantes de noveno año de educación básica. *Pro Sciences: Revista de Producción, Ciencias e Investigación*, 7(47), 228-236. <https://journalprosciences.com/index.php/ps/article/view/657/694>
- González, M. y Abad, E. (2021). Emotional creavity in art education: An exploratory analysis and research trends. *International Journal of Environmental Research and Public Healt*, 18(12), 1-20. <https://doi.org/10.3390/ijerph18126209>
- González, M., Correa, C., Ruíz, S. y Barroso, E. (2023). El modelo de factor dual de salud mental en adolescentes: Relevancia de los factores intrapersonales y contextuales de protección y riesgo. *Psicología y Salud*, 33(2), 487-498. <https://psicologiaysalud.uv.mx/index.php/psicysalud/article/view/2830/4687>
- González, M., Jorge, A. y Rojas, N. (2018). *Investigación científica sobre el papel terapéutico de la música* [Tesis de pregrado, Universidad de La Laguna]. [https://riull.ull.es/xmlui/bitstream/handle/915/9335/Investigacion%20Cientific a%20sobre%20el%20papel%20terapeutico%20de%20la%20musica.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://riull.ull.es/xmlui/bitstream/handle/915/9335/Investigacion%20Cientific%20a%20sobre%20el%20papel%20terapeutico%20de%20la%20musica.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
- Guevara, G., Verdesoto, A. y Castro, N. (2020). Metodologías de investigación educativa: Descriptivas, experimentales, participativas y de investigación-

- acción. *ReciMundo. Revista Científica Mundo de la Investigación y el Conocimiento*, 4(3), 163-172.  
<https://www.recimundo.com/index.php/es/article/view/860/1363>
- Gutierrez, J. (2019). *Taller de relajación creativa para fortalecer la inteligencia emocional en estudiantes de Talentos College, El Porvenir, 2018* [Tesis de posgrado, Universidad Nacional de Trujillo]. Repositorio Institucional de la Universidad Nacional de Trujillo.
- Hernández, C. y Carpio, N. (2019). Introducción a los tipos de muestreo. *Alerta*, 2(1), 75-79. <http://portal.amelica.org/ameli/journal/419/4191907012/>
- Hernandez, H. (2021). Testing for normality: What is the best method?. *ForsChem Research Reports*, 6(1), 1-38.  
[https://www.researchgate.net/publication/351128739\\_Testing\\_for\\_Normality\\_What\\_is\\_the\\_Best\\_Method?channel=doi&linkId=6089833b299bf1ad8d652b2e&showFulltext=true](https://www.researchgate.net/publication/351128739_Testing_for_Normality_What_is_the_Best_Method?channel=doi&linkId=6089833b299bf1ad8d652b2e&showFulltext=true)
- Hernández, R. y Mendoza, C. (2018). *Metodología de la investigación: Las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta*. (1° ed). McGraw Hill Interamericana Editores S.A.  
[http://www.biblioteca.cij.gob.mx/Archivos/Materiales\\_de\\_consulta/Drogas\\_de\\_Abuso/Articulos/SampieriLasRutas.pdf](http://www.biblioteca.cij.gob.mx/Archivos/Materiales_de_consulta/Drogas_de_Abuso/Articulos/SampieriLasRutas.pdf)
- Herrera, J., Calero, J., González, M., Collazo, M. y Travieso, Y. (2022). El método de consulta a expertos en tres niveles de validación. *Revista Habanera de Ciencias Médicas*, 21(1), 1-9.  
<https://www.redalyc.org/journal/1804/180473621013/180473621013.pdf>
- Herrero, A., Trujillo, J., González, C., Pérez, J., Castro, A., Ausín, V. y Díaz, J. (2023). Estudio sobre dimensiones que inciden en la transición del alumnado de la etapa primaria a la secundaria. *Revista Mexicana de Investigación Educativa*, 28(96), 99-128. [https://www.scielo.org.mx/scielo.php?pid=S1405-66662023000100099&script=sci\\_arttext](https://www.scielo.org.mx/scielo.php?pid=S1405-66662023000100099&script=sci_arttext)
- Jamaica, F., Galindo, J. y Jiménez, M. (2019). ¿Psicología sin palabras? Reseña del uso de la energía sonora en la musicoterapia de Rolando Benenzon.

*Eureka*, 16(1)-119-136.  
<https://psicoeureka.com.py/sites/default/files/articulos/eureka-16-M-17.pdf>

Jaramillo, J. (2020). Intervenciones psicológicas basadas en el arte para acompañar procesos de duelo: Un estado del arte. *Arteterapia. Papeles de arteterapia y educación para inclusión social*, 15(1), 1-10.  
<https://revistas.ucm.es/index.php/ARTE/article/view/64538/4564456554468>

Jiménez, D., Soriano, J. y Parras, E. (2023). Beneficios del fomento de la inteligencia emocional en el currículo inclunovador ¿Por qué evaluarla? Una revisión sistemática. *Revista Innova Educación*, 5(3), 7-19.  
<https://revistainnovaeducacion.com/index.php/rie/article/view/848/781>

Ley N° 30947. Ley de salud mental (23 de Mayo de 2019).  
<https://cdn.www.gob.pe/uploads/document/file/1484216/Ley%20N%C2%BA%2030947.pdf.pdf?v=1608073034>

Lugo, J. y Pino, L. (2021). Niveles de razonamiento inferencial para el estadístico T-Student. *Bolema, Rio Claro SP*, 35(71), 1776-1802.  
<https://www.scielo.br/j/bolema/a/KwHRZWjFLHt4CwwHdKp5C5f/?format=pdf&lang=es>

Machado, Y. (2022). Origen y evolución de la educación emocional. *Revista de Educación e Investigación*, 4(6), 35-47.  
<https://revistaalternancia.org/index.php/alternancia/article/view/819/2073>

Magdalena, K. (2018). *Musicoterapia como medio para el tratamiento del estrés y la ansiedad del docente* [Tesis de posgrado, Universidad Internacional de La Rioja]. Repositorio Institucional de la Universidad Internacional de La Rioja.  
<https://reunir.unir.net/bitstream/handle/123456789/7646/MAGDALENA%20GIM%C3%89NEZ%2C%20KEVIN.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Martín, A. (2018). *Arte y emociones en el aula de educación infantil. El proyecto EmpapArte de emoción* [Tesis de pregrado, Universidad de Valladolid]. Repositorio Institucional de la Universidad de Valladolid.  
<https://uvadoc.uva.es/bitstream/handle/10324/32322/TFG-G3112.pdf?sequence=1>

- Martínez, Y. (2023). Musicoterapia y desarrollo de la inteligencia emocional en la infancia. *Revista de Musicoterapia MISOSTENIDO*, 4(1), 61-69.
- Mesa, J. y Caicedo, S. (2020). *Introducción a la estadística descriptiva* (1° ed). Editorial Universidad de Nariño. <https://sired.udenar.edu.co/6671/1/Introducci%C3%B3n%20a%20la%20Estad%C3%ADstica%20Descriptiva.pdf>
- Mogro, C. y Lorin, T. (2020). *Influencing social and emotional awareness and empathy with a visual arts and music intervention for adolescents*. National Association of Social Workers.
- Morgan, G., Barrett, K., Leech, N. & Gloeckner, G. (2020). *IBM SPSS for Introductory Statistics: Use and interpretation* (6° ed.) Routledge. Taylor & Francis.
- Moysén, A., Villaveces, M., Estrada, E., Balcázar, P. y Gurrola, G. (2022). Inteligencia emocional: El caso de jóvenes, adultos y personas mayores hombres y mujeres. *Revista de Psicología Santiago*, 31(2), 46-53. [https://www.scielo.cl/scielo.php?pid=S0719-05812022000200046&script=sci\\_arttext&tIng=pt](https://www.scielo.cl/scielo.php?pid=S0719-05812022000200046&script=sci_arttext&tIng=pt)
- Mucha, L., Chamorro, R., Oseda, M. y Ajania, R. (2021). Evaluación de procedimientos empleados para determinar la población y muestra en trabajos de investigación de posgrado. *Desafíos*, 12(1), 50-56. <http://revistas.udh.edu.pe/index.php/udh/article/view/253e/23>
- Organización Mundial de la Salud (2022). *Informe mundial sobre salud mental: Transformar la salud mental para todos. Panorama general*. <https://iris.who.int/bitstream/handle/10665/356118/9789240051966-spa.pdf?sequence=1>
- Orozco, M. (2020). Inteligencia emocional, empatía y buen trato como factores protectores frente a la agresión física en adolescentes. *Revista CES Psicología*, 14(2), 1-19. <https://revistas.ces.edu.co/index.php/psicologia/article/view/5222/3439>

- Ortegón, L. (2021). *La musicoterapia en el fortalecimiento de la autoestima en un grupo de adolescentes del colegio Rafael Bernal Jiménez de Bogotá* [Tesis de posgrado, Universidad Nacional de Colombia]. Repositorio Institucional de la Universidad Nacional de Colombia. <https://repositorio.unal.edu.co/bitstream/handle/unal/79403/2950171611.2021.pdf.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Peralta, L. (2021). La importancia de la inteligencia emocional en la población masculina. *Revista Digital Universitaria*, 22(6), 1-7. <https://biblat.unam.mx/hevila/Revistadigitaluniversitaria/2021/vol22/no6/7.pdf>
- Pérez, M. (2017). Efectos de la musicoterapia en las relaciones sociales de grupos de adolescentes en un centro educativo. *Revista Electrónica Complutense de Educación Musical*, 15(1), 175-191. <https://revistas.ucm.es/index.php/RECI/article/view/53627/4564456548357>
- Polanía, C., Cardona, D., Castañeda, G, Vargas, I., Calvache, O. y Abanto, W. (2020). *Metodología de investigación cuantitativa & cualitativa. Aspectos conceptuales y prácticos para la aplicación en niveles de educación superior*. (1° ed). Institución Universitaria Antonio José Camacho y Universidad César Vallejo.
- Proyecto de Ley 3524/2018-CR (05 de Julio de 2019). [https://leyes.congreso.gob.pe/Documentos/2016\\_2021/Dictámenes/Proyectos\\_de\\_Ley/03523DC10MAY20190705.pdf](https://leyes.congreso.gob.pe/Documentos/2016_2021/Dictámenes/Proyectos_de_Ley/03523DC10MAY20190705.pdf)
- Quintana, C., Rey, L. y Neto, F. (2021). Are loneliness and emotional intelligence important factor for adolescents? Understanding the influence of bullying and cyberbullying victimisation on suicidal ideation. *Psychosocial Intervention*, 30(2), 67-74. <https://www.redalyc.org/jatsRepo/1798/179866477001/179866477001.pdf>
- Ramos, C. (2021). Diseños de investigación experimental. *CienciAmérica*, 10(1), 1-6. <https://www.cienciamerica.edu.ec/index.php/uti/article/view/356/698>

- Reales, L., Robalino, G., Peñafiel, A., Cárdenas, J. y Cantuña, P. (2022). El muestreo intencional no probabilístico como herramienta de la investigación científica en carreras de Ciencias de la Salud. *Revista Universidad y Sociedad*, 14(S5), 681-691.  
<https://rus.ucf.edu.cu/index.php/rus/article/view/3338/3278>
- Regev, D. (2022). A process-outcome study of school based art therapy. *International Journal of Art Therapy*, 27(1), 17-25.
- Remaycuna, A., Atoche, L., García, E. 7 Espinoza, F. (2022). Social opportunities of emotional intelligence. *Revista de Filosofía (Venezuela)*, 39(1), 481-498.  
<https://www.scopus.com/inward/record.uri?eid=2-s2.0-85141700346&doi=10.5281%2fzenodo.7312110&partnerID=40&md5=77d7bf5616a9e8da55de086ee58f91dd>
- Robles, B. (2018). Índice de validez de contenido: Coeficiente V de Aiken. *Pueblo Continente*, 29(1), 193-197.
- Rodríguez, G. (2019). *Eficacia del programa de inteligencia emocional intensivo (PIEI) en la inteligencia emocional y la conducta prosocial de alumnos de la ESO* [Tesis de posgrado, Universidad Complutense de Madrid]. Repositorio Institucional de la Universidad Complutense de Madrid.  
<https://docta.ucm.es/rest/api/core/bitstreams/85bbde4c-9e42-4ecc-9dc2-7cb8ed734147/content>
- Rojas, K. y Vargas, M. (2019). *Taller AMEKA para estimular el control de emociones en niños de 2 años del jardín privado Rafael Narváez Cadenillas, 2019* [Tesis de pregrado, Universidad Nacional de Trujillo]. Repositorio Institucional de la Universidad Nacional de Trujillo.  
<https://dspace.unitru.edu.pe/bitstream/handle/UNITRU/17025/ROJAS%20SERRANO-VARGAS%20YPARRAGUIRRE.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Rueda, P., Pérez, N., Victoria, M. y Fernández, P. (2022). The role of emotional intelligence in adolescent bullying: A systematic review. *Psicología Educativa*, 28(1), 53-59.  
<https://www.redalyc.org/journal/6137/613770660007/613770660007.pdf>

- Salokivi, M., Salanterä, S. y Ala, E. (2022). Scoping review and concept analysis of early adolescents' emotional skills: Towards development of a music therapy assessment tool. *Nordic Journal of Music Therapy*, 31(1), 63-88. <https://www.tandfonline.com/doi/epdf/10.1080/08098131.2021.1903977?nedAccess=true>
- Salvador, J. y Calatrava, C. (2020). Influencia de la música en las emociones percibidas en el alumnado de educación secundaria y bachillerato. *Espiral. Cuadernos del Profesorado*, 13(27), 180-189. <https://redined.educacion.gob.es/xmlui/bitstream/handle/11162/249123/Influencia%20%282%29.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Sánchez, F. (2019). Fundamentos epistémicos de la investigación cualitativa y cuantitativa: Consensos y disensos. *Revista Digital de Investigación en Docencia Universitaria*, 13(1), 102-122. [http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S2223-25162019000100008](http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2223-25162019000100008)
- Sánchez, J. (2023). Las tendencias epistemológicas de la investigación científica en el siglo XXI. *South Florida Journal of Development*, 4(1), 354-371. <https://ojs.southfloridapublishing.com/ojs/index.php/jdev/article/view/2057/1596>
- Santa, F. y D' Angelo, G. (2020). Disciplina positiva para el desarrollo de las habilidades emocionales. *Revista de Investigación Psicológica*, 24(1), 53-74. [http://www.scielo.org.bo/scielo.php?pid=S2223-30322020000200005&script=sci\\_arttext](http://www.scielo.org.bo/scielo.php?pid=S2223-30322020000200005&script=sci_arttext)
- Schwantes, M. y Hughes, J. (2022). Experiencing empathy in music therapy practice: A heuristics study. *The Arts in Psychotherapy*, 79(1), 1-9.
- Sierralta, K. (2019). *Taller Alessia Canta y la inteligencia emocional en estudiantes del 2do grado de secundaria de la I.E Dios es Amor* [Tesis de posgrado, Universidad Nacional de Trujillo]. Repositorio Institucional de la Universidad Nacional de Trujillo.

- Thompson, I. y Tawell, A. (2017). Becoming other: Social and emotional development through the creative arts for young people with behavioural difficulties. *Emotional and Behavioural Difficulties*, 22(1), 18-34.
- Torres, D., Santiago, C. y Paredes, P. (2021). Utilidad de la musicoterapia en la salud y el desarrollo humano. *Revista Peruana de Medicina Integrativa*, 6(3), 80-86.
- Trejos, C. (2021). *La artererapia: Orientaciones metodológicas como forma de intervención psicosocial* [Tesis de pregrado, Universidad Abierta y a Distancia UNAD]. Repositorio Institucional de la Universidad Abierta y a Distancia UNAD. <https://repository.unad.edu.co/bitstream/handle/10596/39278/catrejosa.pdf?sequence=3&isAllowed=y>
- Trelles, D. (2023). *Talleres de arte terapia "Arte & Zen" para reducir el estrés académico en los estudiantes de 5to grado de primaria de una Institución Educativa en Lima* [Tesis de posgrado, Universidad San Ignacio de Loyola]. Repositorio Institucional de la Universidad San Ignacio de Loyola.
- Tunal, G. (2021). Protocolizando la investigación científica. *Investigación y Postgrado*, 37(1), 235-255.
- Universidad César Vallejo (2022). *Resolución de consejo universitario N° 0470-2022/UCV del 19 de Julio de 2022. Por lo cual se aprueba la actualización del código de ética en investigación de la Universidad César Vallejo, versión 01.* <https://www.ucv.edu.pe/wp-content/uploads/2020/09/RCUN%C2%B0470-2022-UCV-Aprueba-actualizacion-del-Codigo-de-Etica-en-Investigacion-V01.pdf>
- Useche, M., Wileidys, A., Queipo, B. y Perozo, E. (2019). *Técnicas e instrumentos de recolección de datos cuali-cuantitativos* (1° ed). Universidad de La Guajira. <https://repositoryinst.uniguajira.edu.co/bitstream/handle/uniguajira/467/88.%20Tecnicas%20e%20instrumentos%20recolecci%C3%B3n%20de%20datos.pdf?sequence=1>

- Valdiviezo, M. y Rivera, J. (2022). La inteligencia emocional en la educación, una revisión sistemática en América Latina y el Caribe. *Revista peruana de investigación e innovación educativa*, 2(2), 2-7. <https://revistasinvestigacion.unmsm.edu.pe/index.php/repiie/article/view/22931/18349>
- Valiente, C., Arguedas, M., Marcos, R. y Martínez, M. (2020). Fortaleza psicológica adolescente: Relación con la inteligencia emocional y los valores. *Aula Abierta*, 49(4), 385-394. <https://digiuv.villanueva.edu/bitstream/handle/20.500.12766/335/Fortaleza%20psicol%c3%b3gica%20adolescente.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Vásquez, M., Arapa, R. Pancca, N., Paricahua, N. y Gonzales, M. (2022). Inteligencia emocional y sus modelos: Su importancia para el proceso enseñanza aprendizaje. *Paidagogo. Revista de Investigación en Ciencias de la Educación*, 4(1), 116-130. <https://educas.com.pe/index.php/paidagogo/article/view/107/350>
- Vera, A. (2019). *Programa para mejorar la inteligencia emocional de estudiantes de secundaria, Arequipa, 2018* [Tesis de posgrado, Universidad Nacional de San Agustín de Arequipa]. Repositorio Institucional de la Universidad Nacional de San Agustín de Arequipa. <https://repositorio.unsa.edu.pe/server/api/core/bitstreams/c6995153-c410-4aa7-abfd-87554c7b915f/content>
- Vidal, E. (2019). *Estrategias artísticas en la inteligencia emocional en estudiantes de la Institución Educativa Divina Providencia* [Tesis de posgrado, Universidad César Vallejo]. Repositorio Institucional de la Universidad César Vallejo.
- Villasís, M., Márquez, H., Zurita, J., Miranda, G. y Escamilla, A. (2018). El protocolo de investigación VII. Validez y confiabilidad de las mediciones. *Revista Alergia México*, 65(4), 414-421. [https://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S2448-91902018000400414](https://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2448-91902018000400414)

World Health Organization (2023). *World health Statistics 2023: Monitoring health for the SDG's, sustainable development goals.*

Yucra, T. y Bernedo, L. (2020). Epistemología e investigación cuantitativa. *IGOVERNANZA*, 3(12), 107-120.  
<https://igobernanza.org/index.php/IGOB/article/view/88/471>

Zimmermann, N. y Harden, H. (2020). Emotional benefits of brief creative movement and art interventions. *The Arts in Psychotherapy*, 70 (1), 1-8.  
<https://doi.org/10.1016/j.aip.2020.101686>

## ANEXOS

### Anexo 1

#### Matriz de consistencia

**Título:** Programa Artmusiones para mejorar la inteligencia emocional en estudiantes de secundaria en una Institución Educativa de Trujillo, 2023.

**Autora:** Ravelo Bobadilla, María Fanny.

PROBLEMA	OBJETIVO	HIPÓTESIS	VARIABLES Y DIMENSIONES	METODOLOGÍA
<b>Problema general:</b>  ¿En qué medida la aplicación del programa Artmusiones influye en la inteligencia emocional de alumnos de secundaria de una Institución Educativa de Trujillo, 2023?	<b>Objetivo general:</b>  Determinar si la aplicación del programa Artmusiones incrementa la inteligencia emocional en estudiantes de secundaria pertenecientes a una Institución Educativa en Trujillo, 2023.	<b>Hipótesis general:</b>  – El programa Artmusiones influye significativamente en la inteligencia emocional en alumnos de secundaria en una Institución Educativa, Trujillo, 2023.  – La aplicación del programa	<b>Variable independiente:</b>  Programa Artmusiones  <b>Variable dependiente:</b>  Inteligencia emocional  • Intrapersonal Autoconcepto Autoestima	<b>Tipo de investigación:</b>  Aplicada  <b>Método de investigación:</b>  Cuantitativo  <b>Carácter de estudio:</b>  Experimental  <b>Diseño:</b>

<b>Problemas específicos:</b>		Artmusiones no influye		Cuasi experimental
a. ¿Cómo la aplicación del programa Artmusiones influye en la dimensión intrapersonal en alumnos de secundaria de una Institución Educativa de Trujillo, 2023?.	<p><b>Objetivos específicos:</b></p> <p>a. Analizar en qué medida la aplicación del programa Artmusiones influye en la inteligencia emocional de estudiantes de secundaria pertenecientes a una Institución Educativa en Trujillo, 2023.</p>	<p>significativamente en la inteligencia emocional en alumnos de secundaria en una Institución Educativa, Trujillo, 2023.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Interpersonal</li> <li>• Relaciones interpersonales</li> <li>• Empatía</li> <li>• Adaptabilidad</li> <li>• Solución de problemas</li> <li>• Flexibilidad</li> <li>• Manejo del estrés</li> <li>• Control de impulsos</li> <li>• Tolerancia a la frustración</li> <li>• Estado de ánimo</li> <li>• Felicidad</li> <li>• Optimismo</li> </ul>	<p><b>Población:</b></p> <p>La institución educativa se encuentra constituida, únicamente para el primer año de secundaria, por un total de 450 estudiantes distribuidos en 15 secciones.</p> <p><b>Muestra:</b></p> <p>120 estudiantes, fraccionados en grupo control y grupo experimental, formados por una cantidad 60 participantes respectivamente.</p>
b. ¿De qué manera el programa Artmusiones influye en la dimensión interpersonal en alumnos de secundaria de una Institución Educativa de Trujillo, 2023?.	<p>b. Conocer la influencia de la aplicación del programa Artmusiones sobre la dimensión</p>	<p><b>Hipótesis específicas:</b></p> <p>a. La aplicación del programa Artmusiones influye significativamente en la dimensión intrapersonal en alumnos de secundaria de una Institución</p>		<p><b>Muestreo:</b></p> <p>No probabilístico, por conveniencia.</p>

- 
- c. ¿Cómo la aplicación del programa Artmusiones influye en la dimensión adaptabilidad en alumnos de secundaria de una Institución Educativa de Trujillo, 2023?
- d. ¿De qué manera el programa Artmusiones influye en la dimensión manejo del estrés en alumnos de secundaria de una Institución Educativa de Trujillo, 2023?
- e. ¿Cómo la aplicación del programa Artmusiones influye en la dimensión intrapersonal de estudiantes de secundaria en una Institución Educativa de Trujillo, 2023.
- c. Identificar la influencia de la aplicación del programa Artmusiones sobre la dimensión interpersonal de estudiantes de secundaria en una Institución Educativa de Trujillo, 2023.
- d. Determinar la influencia de la aplicación del programa Artmusiones sobre la dimensión adaptabilidad de estudiantes de Educativa en Trujillo, 2023.
- b. La aplicación del programa Artmusiones influye significativamente en la dimensión interpersonal en alumnos de secundaria de una Institución Educativa en Trujillo, 2023.
- c. La aplicación del programa Artmusiones influye significativamente en la dimensión adaptabilidad en alumnos de secundaria de una Institución Educativa en Trujillo, 2023.
- 

**Técnicas:**

Encuesta, con soporte de cuestionario a modo de instrumento.

**Instrumentos:**

Cuestionario de Inteligencia Emocional - ITAME

---

dimensión estado de ánimo en alumnos de secundaria de una Institución Educativa de Trujillo, 2023?.

secundaria en una Institución Educativa de Trujillo, 2023.

e. Conocer la influencia de la aplicación del programa Artmusiones sobre la dimensión manejo del estrés de estudiantes de secundaria en una Institución Educativa de Trujillo, 2023.

d. La aplicación del programa Artmusiones influye significativamente en la dimensión manejo del estrés en alumnos de secundaria de una Institución Educativa en Trujillo, 2023.

e. La aplicación del programa Artmusiones influye significativamente en la dimensión estado de ánimo en alumnos de secundaria de una Institución Educativa en Trujillo, 2023.

---

## Anexo 2

### Matriz de operacionalización de variable independiente

Variable de estudio	Definición conceptual	Definición operacional	Dimensión	Indicadores	Escala de medición
Programa Artmusiones	De acuerdo a Barbosa, A. y Garzón, Z. (2019) la intervención terapéutica sustentada en el arte, comprende una composición de sesiones y actividades respecto a una disciplina que pretende determinar los diferentes conflictos que ocurren en el interior de los seres humanos mediante producciones artísticas, las cuales albergan una variedad de símbolos y significados inconscientes, que a su vez permiten a las personas manifestar tanto pensamientos	La intervención con énfasis en el uso del método de terapia en el arte, fundamenta la planificación de sesiones y ejecución de actividades a través de la expresión emocional de los pensamientos conscientes e inconscientes en la elaboración de productos artísticos, conformado por bosquejos, dibujos, trazos, líneas, pinturas y modelado de material.  La implementación de la terapia en relación a la música dentro de una intervención. constituye el	Unidimensional	No aplica	No aplica

---

como sentimientos de forma implícita, no verbal. (pg. 58).

Según Bellon, M. (2020) la intervención terapéutica vinculada a la música, busca optimizar la salud y calidad de vida en función del bienestar proporcionado dentro del área física, intelectual, emocional y social, el cual emplea para su fin, elementos relacionados al sonido, la música y el movimiento, mismos que se conectan para fabricar un canal de comunicación entre el terapeuta y paciente a través de la práctica de actividades planificadas (pg. 26).

diseño de múltiples actividades que favorecen la formación de un medio para la transmisión tanto de ideas como sentimientos contenidos, mediante el soporte del sonido, melodía y movimiento corporal.

---

### Anexo 3

#### Matriz de operacionalización de variable dependiente

Variables de estudio	Definición conceptual	Definición operacional	Dimensión	Indicadores	Escala de medición
Inteligencia emocional	Para Cusipuma, M. (2020) el término “inteligencia emocional” comprende la adquisición y desarrollo de habilidades direccionadas al descubrimiento, reflexión y manifestación tanto de los pensamientos como emociones, producto de múltiples acontecimientos, a través de los cuales se generan diversos aprendizajes (pg. 23).	La estructura de la inteligencia emocional abarca capacidades relacionadas al área intrapersonal e interpersonal del ser humano, mismas que se obtienen a lo largo del tiempo, en función de las enseñanzas que generan determinados eventos. Además, se utilizará el Cuestionario de Inteligencia Emocional ITAME, construido por el autor Ravelo (2023), instrumento conformado en su totalidad por 34 interrogantes	Intrapersonal	Autoconcepto	Cualitativa – ordinal.
				Autoestima	
			Interpersonal	Relaciones interpersonales	Valores: Siempre
				Empatía	Casi siempre
			Adaptabilidad	Solución de problemas	A veces Pocas veces
				Flexibilidad	Nunca

distribuidas en 5 dimensiones exactas, puntuadas con una escala de medición cualitativa y ordinal, con opciones de “Siempre, casi siempre, a veces, pocas veces y nunca”.

Manejo del estrés	Control de impulsos	Valor máximo = 5
	Tolerancia a la frustración	Valor mínimo = 0
	Felicidad	Niveles:
		Muy alto
		<113-122>
Estado de ánimo		Alto
		<103-112>
	Optimismo	Medio
		<93-102>
		Bajo
		<83-92>

---

Muy bajo

<0-82>

---

## Anexo 4

### Ficha técnica de instrumento

#### FICHA TÉCNICA DE INSTRUMENTO

##### I. Descripción general

**1.1. Nombre del instrumento:** Cuestionario de inteligencia emocional ITAME.

**1.2. Autor(a):** María Fanny Ravelo Bobadilla.

**1.3. Área general:** Inteligencia emocional.

**1.4. Área de aplicación:** Educativa.

**1.5. N° de ítems:** 34 ítems.

**1.6. Soporte:** Administración impresa.

**1.7. Administración:** Individual.

**1.8. Tiempo estimado de aplicación:** 20 a 30 minutos.

**1.9. Descripción de las poblaciones a las que el instrumento es aplicable:**

Estudiantes de primer año de nivel secundaria.

**1.10. Puntuaciones de los ítems:**

Muy alto <113-122>

Alto <103-112>

Medio <93-102>

Bajo <83-92>

Muy bajo <0-82>

**1.11. Variable de estudio:**

“El término inteligencia emocional comprende la adquisición y desarrollo de habilidades direccionadas al descubrimiento, reflexión y manifestación tanto de los pensamientos como emociones, producto de múltiples acontecimientos, a través de los cuales se generan diversos aprendizajes” (Cusipuma, 2020, pp. 23).

**1.12. Dimensiones que evalúa:**

**D1. Intrapersonal**

Se refiere a la capacidad para desarrollar conciencia de la propia existencia, contención y libertad de los propios sentimientos, consolidando

gradualmente, aspectos ligados al autoconcepto e independencia de los individuos (Martínez, 2023).

## **D2. Interpersonal**

La persona tiene presente como eje de acción a la sociedad, adquiriendo competencias de responsabilidad afectiva, empatía y protección de lazos creados con su respectivo entorno (Valdiviezo y Rivera, 2022).

## **D3. Adaptabilidad**

En la habilidad se evidencia un interés por fortalecer la flexibilidad de la conducta, aceptación y asimilación de alteraciones en los hábitos de la vida cotidiana, diseñando estrategias particulares para resolver todo tipo de conflictos (Fernández, 2021).

## **D4. Manejo del estrés**

La obtención de la capacidad representa un desafío para extender los índices de tolerancia, con la finalidad de aprender a gestionar los impulsos frente a acontecimientos tensos, difíciles y frustrantes (Contreras, 2020).

## **D5. Estado de ánimo**

Su significado abarca el sentido de vida del ser humano, al igual que los niveles de optimismo fundamentales para crear una sensación de felicidad periódicamente (Machado, 2022).

### **1.13. Descripción del instrumento:**

El Cuestionario de Inteligencia Emocional - ITAME, instrumento conformado en su totalidad por 34 interrogantes distribuidas en 5 dimensiones exactas, puntuadas con una escala de medición cualitativa y ordinal, con opciones de "Siempre, casi siempre, a veces, pocas veces y nunca".

La primera dimensión referente a habilidades de tipo intrapersonal, tiene como indicadores los primeros siete ítems de la prueba, los cuales buscan identificar los niveles de conocimiento al igual que el grado de valorización que poseen los seres humanos sobre sí mismos. Al momento de continuar en dirección a la segunda dimensión en conexión a las cualidades

interpersonales, se evidencia que, desde el ítem número 8 hasta el número 14, la prueba se centra en la evaluación del desarrollo de la empatía para el establecimiento de relaciones interpersonales saludables, responsables y adecuadas. En cuanto a la tercera dimensión, la cual hace énfasis en la adaptabilidad del individuo, se presenta en los siete ítems posteriores, mismos que poseen la intención de determinar la capacidad de flexibilidad para adecuar tanto las emociones como comportamientos ante múltiples situaciones, con el propósito a su vez de brindar efectivas soluciones a distintas problemáticas. De igual modo, la cuarta dimensión centrada en el manejo del estrés abarca a partir del ítem 22 hasta el ítem 27, ello con la intención de realizar un análisis destinado a la estimación de los niveles de control de impulsos que mantienen los sujetos, como parte de la tolerancia a la frustración experimentada frente a determinados acontecimientos desencadenantes. Por su parte, en la quinta dimensión recaen los últimos siete ítems, los cuales pretenden establecer el grado de internalización sobre la felicidad y optimismo que consiguen manifestar y direccionar en el tiempo presente, dentro de las actividades comunes e incluso frente a diferentes complicaciones que se contemplen.

#### **1.14. Baremos:**

##### **a. De la variable:**

INTERVALO DE PUNTUACIONES	NIVELES/TIPOS/FORMAS/ESTILOS
113 a 122	Muy alto
103 a 112	Alto
93 a 102	Medio
83 a 92	Bajo
0 a 82	Muy bajo

##### **b. De las dimensiones:**

###### **Dimensión intrapersonal**

INTERVALO DE PUNTUACIONES	NIVELES/TIPOS/FORMAS/ESTILOS
29 a 35	Muy alto
22 a 28	Alto
15 a 21	Medio
8 a 14	Bajo
0 a 7	Muy bajo

### **Dimensión interpersonal**

INTERVALO DE PUNTUACIONES	NIVELES/TIPOS/FORMAS/ESTILOS
29 a 35	Muy alto
22 a 28	Alto
15 a 21	Medio
8 a 14	Bajo
0 a 7	Muy bajo

### **Dimensión adaptabilidad**

INTERVALO DE PUNTUACIONES	NIVELES/TIPOS/FORMAS/ESTILOS
29 a 35	Muy alto
22 a 28	Alto
15 a 21	Medio
8 a 14	Bajo
0 a 7	Muy bajo

### **Dimensión manejo del estrés**

INTERVALO DE PUNTUACIONES	NIVELES/TIPOS/FORMAS/ESTILOS
29 a 35	Muy alto
22 a 28	Alto
15 a 21	Medio
8 a 14	Bajo
0 a 7	Muy bajo

### **Dimensión estado de ánimo**

INTERVALO DE PUNTUACIONES	NIVELES/TIPOS/FORMAS/ESTILOS
25 a 30	Muy alto
19 a 24	Alto
13 a 18	Medio
7 a 12	Bajo
0 a 6	Muy bajo

#### **1.15. Validez:**

Bajo la evaluación por juicio de expertos, el instrumento cuenta con un puntaje de 1.3 en el margen de V de Aiken, evidenciando un cumplimiento certero de los requisitos de validez de contenido.

### **1.16. Confiabilidad:**

Mediante el coeficiente de Alfa de Cronbach, es posible reconocer que, el instrumento, al obtener una cifra de 0,918 demuestra cumplir con los requisitos adecuados para asegurar la confiabilidad del mismo.

## Anexo 5

### Cuestionario de inteligencia emocional ITAME

#### CUESTIONARIO DE INTELIGENCIA EMOCIONAL "ITAME"

**Objetivo:** Evaluar e identificar el nivel de desarrollo de las aptitudes que conforman la inteligencia emocional para alcanzar estabilidad y bienestar en el área emocional.

**Autor(a):** Ps. María Fanny Ravelo Bobadilla.

**1. Instrucciones:**

A continuación, se presentarán diferentes enunciados en relación a las maneras personales y propias de pensar, sentir o actuar, las cuales hacen referencia a la "Inteligencia emocional", compuesta por la dimensión "Intrapersonal", "Interpersonal", "Adaptabilidad", "Manejo del estrés" y "Estado de ánimo".

Existen cinco posibles alternativas de respuesta para cada sentencia.

1. Nunca
2. Pocas veces
3. A veces
4. Casi siempre
5. Siempre

Indicar su respuesta marcando con una "X" en la opción que mejor lo represente, de acuerdo a la forma en que comúnmente pensaría, sentiría o actuaría sobre las distintas situaciones planteadas.

Asegúrese de contestar honesta y sinceramente, teniendo en cuenta que no hay respuestas "correctas" o "incorrectas", tampoco "buenas" o "malas".

**2. Datos generales:**

**Edad:** \_\_\_\_\_

**Género:** Masculino ( ) Femenino ( )

**Grado y sección:** \_\_\_\_\_

**Fecha:** \_\_\_\_\_

**CUESTIONARIO DE INTELIGENCIA EMOCIONAL ITAME**

D	I	N°	Ítems	Escala de valoración				
				Nunca (1)	Pocas veces (2)	A veces (3)	Casi siempre (4)	Siempre (5)
INTRAPERSONAL	AUTOCONCEPTO	1	Me es sencillo identificar mis propias emociones.					
		2	Puedo reconocer tanto mis fortalezas como limitaciones personales.					
		3	Soy capaz de expresar con facilidad cómo me siento.					
		4	Es más fácil para mí pensar en mis virtudes antes que en mis defectos.					
	AUTOESTIMA	5	Me cuesta confiar en mí mismo(a) para lograr mis objetivos.					
		6	Me es difícil sentirme bien con mi aspecto físico y mi forma de ser.					
		7	He llegado a creer que no valgo para nada.					
INTERPERSONAL	RELACIONES	8	Disfruto los momentos en que puedo apoyar a los demás.					
		9	Me es sencillo formar nuevas amistades.					
		10	Para mí, compartir libremente mis ideas con el resto, es fácil.					

	<b>EMPATÍA</b>	11	Me es sencillo comprender los sentimientos de quiénes me rodean.					
		12	Me aseguro de prestar total atención a lo que me confían los demás.					
		13	Me preocupo por lo que les ocurre a las personas e intento ayudarlas.					
		14	Soy cuidadoso(a) con la manera en que me expreso, para evitar lastimar los sentimientos del resto.					
<b>ADAPTABILIDAD</b>	<b>SOLUCIÓN DE PROBLEMAS</b>	15	Me estreso con facilidad ante los problemas que se me presentan.					
		16	Ante un problema, mantengo la calma para analizar a detalle la situación y hallar la mejor solución.					
		17	Por lo general, intento ser objetivo(a) al momento de tomar decisiones para resolver un conflicto.					
		18	Antes de actuar frente a un problema, me aseguro de buscar la información necesaria para plantear soluciones adecuadas.					
	<b>FLEXIBILIDAD</b>	19	Puedo adaptarme con facilidad a los cambios que ocurran, así sean repentinos.					
		20	Me es difícil cambiar de opinión, aunque los demás intenten convencerme.					
		21	Es complicado para mí hacer cambios en mi vida cotidiana, pese a que soy consciente de que es lo mejor.					

<b>MANEJO DEL ESTRÉS</b>	<b>CONTROL DE IMPULSOS</b>	22	Me es sencillo encontrar la calma cuando estoy enfadado(a).					
		23	Termino metido(a) en problemas debido a la intensidad de mis impulsos.					
		24	Es fácil para mí mantenerme tranquilo(a) en situaciones que me hacen sentir nervioso(a).					
	<b>TOLERANCIA A LA</b>	25	Me cuesta responder bien ante las dificultades la mayor parte del tiempo y eso me genera malestar.					
		26	Me rindo con facilidad cuando no logro lo que me propongo.					
		27	Cuando me siento frustrado(a), suelo guardar lo que siento en lugar de comunicárselo a alguien.					
<b>ESTADO DE ÁNIMO</b>	<b>FELICIDAD</b>	28	Considero que no disfruto realmente de lo que hago día a día.					
		29	Intento retomar aquellas actividades que disfrutaba hacer en mi tiempo libre.					
		30	Me es difícil disfrutar de la vida.					
	<b>OPTIMISMO</b>	31	Intento valorar los aciertos y fallos que ocurren en mi vida.					
		32	Mantengo una actitud positiva a pesar de los problemas que aparezcan.					
		33	No me arrepiento de lo que hice hasta ahora, porque aprendí algo nuevo de cada experiencia.					

		<b>34</b>	Soy capaz de motivarme para dirigir mis pensamientos y acciones hacia adelante, pese a las adversidades.					
--	--	-----------	--	--	--	--	--	--

## Anexo 06

### Matriz de evaluación del instrumento por juicio de expertos



## Anexo 2

### Evaluación por juicio de expertos

Respetado juez: Usted ha sido seleccionado para evaluar el instrumento "Cuestionario de Inteligencia Emocional – ITAME". La evaluación del instrumento es de gran relevancia para lograr que sea válido y que los resultados obtenidos a partir de éste sean utilizados eficientemente; aportando al quehacer psicológico. Agradecemos su valiosa colaboración.

#### 1. Datos generales del juez

<b>Nombre del juez:</b>	Sheyla Liz Loli Escobar	
<b>Grado profesional:</b>	Maestría ( )	Doctorado (X)
<b>Área de formación académica:</b>	Clínica ( )	Social ( )
	Educativa (X)	Organizacional ( )
<b>Áreas de experiencia profesional:</b>	Educativa	
<b>Institución donde labora:</b>	Universidad César Vallejo	
<b>Tiempo de experiencia profesional en el área:</b>	2 a 4 años ( )	Más de 5 años (X)
<b>Experiencia en Investigación Psicométrica:</b> (si corresponde)	Trabajo(s) psicométricos realizados Título del estudio realizado.	



#### 2. Propósito de la evaluación

Validar el contenido del instrumento, por juicio de expertos.

#### 3. Datos de la escala

<b>Nombre de la prueba:</b>	Cuestionario de Inteligencia Emocional - ITAME
<b>Autora:</b>	Ps. María Fanny Ravelo Bobadilla.
<b>Procedencia:</b>	Perú.
<b>Administración:</b>	Individual.
<b>Tiempo de aplicación:</b>	20 a 30 minutos.
<b>Ámbito de aplicación:</b>	Estudiantes de nivel secundaria en Trujillo.
<b>Significación:</b>	El Cuestionario de Inteligencia Emocional - ITAME, instrumento conformado en su totalidad por 34 interrogantes distribuidas en 5 dimensiones exactas, puntuadas con una escala de medición cualitativa y ordinal, con opciones de "Siempre, casi siempre, a veces, pocas veces y nunca". La primera dimensión referente a habilidades de tipo intrapersonal, tiene

	<p>como indicadores los primeros siete ítems de la prueba, los cuales buscan identificar los niveles de conocimiento al igual que el grado de valorización que poseen los seres humanos sobre sí mismos. Al momento de continuar en dirección a la segunda dimensión en conexión a las cualidades interpersonales, se evidencia que, desde el ítem número 8 hasta el número 14, la prueba se centra en la evaluación del desarrollo de la empatía para el establecimiento de relaciones interpersonales saludables, responsables y adecuadas. En cuanto a la tercera dimensión, la cual hace énfasis en la adaptabilidad del individuo, se presenta en los siete ítems posteriores, mismos que poseen la intención de determinar la capacidad de flexibilidad para adecuar tanto las emociones como comportamientos ante múltiples situaciones, con el propósito a su vez de brindar efectivas soluciones a distintas problemáticas. De igual modo, la cuarta dimensión centrada en el manejo del estrés abarca a partir del ítem 22 hasta el ítem 27, ello con la intención de realizar un análisis destinado a la estimación de los niveles de control de impulsos que mantienen los sujetos, como parte de la tolerancia a la frustración experimentada frente a determinados acontecimientos desencadenantes. Por su parte, en la quinta dimensión recaen los últimos siete ítems, los cuales pretenden establecer el grado de internalización sobre la felicidad y optimismo que consiguen manifestar y direccionar en el tiempo presente, dentro de las actividades comunes e incluso frente a diferentes complicaciones que se contemplen.</p>
--	---

#### 4. Soporte teórico

Escala/ÁREA	Subescala (dimensiones)	Definición
Inteligencia emocional	<b>Intrapersonal</b>	Se refiere a la capacidad para desarrollar conciencia de la propia existencia, contención y libertad de los propios sentimientos, consolidando gradualmente, aspectos ligados al autoconcepto e independencia de los individuos (Martínez, 2023).
	<b>Interpersonal</b>	La persona tiene presente como eje de acción a la sociedad, adquiriendo competencias de responsabilidad afectiva, empatía y protección de lazos creados con su respectivo entorno (Valdiviezo y Rivera, 2022).
	<b>Adaptabilidad</b>	En la habilidad se evidencia un interés por fortalecer la flexibilidad de la conducta, aceptación y asimilación de alteraciones en los hábitos de la vida cotidiana, diseñando estrategias particulares para resolver todo tipo de conflictos (Fernández, 2021).
	<b>Manejo del estrés</b>	La obtención de la capacidad representa un desafío para extender los índices de tolerancia, con la finalidad de aprender a gestionar los impulsos frente a acontecimientos tensos, difíciles y frustrantes (Contreras, 2020).
	<b>Estado de ánimo</b>	Su significado abarca el sentido de vida del ser humano, al igual que los niveles de optimismo fundamentales para crear una sensación de felicidad periódicamente (Machado, 2022).

**5. Presentación de instrucciones para el juez**

A continuación, a usted le presento el Cuestionario de Inteligencia Emocional - ITAME elaborado por la Ps. María Fanny Ravelo Bobadilla en el año 2023. De acuerdo con los siguientes indicadores califique cada uno de los ítems según corresponda.



Categoría	Calificación	Indicador
<b>CLARIDAD</b> El ítem se comprende fácilmente, es decir, su sintáctica y semántica son adecuadas.	1. No cumple con el criterio	El ítem no es claro.
	2. Bajo Nivel	El ítem requiere bastantes modificaciones o una modificación muy grande en el uso de las palabras de acuerdo con su significado o por la ordenación de estas.
	3. Moderado nivel	Se requiere una modificación muy específica de algunos de los términos del ítem.
	4. Alto nivel	El ítem es claro, tiene semántica y sintaxis adecuada.
<b>COHERENCIA</b> El ítem tiene relación lógica con la dimensión o indicador que está midiendo.	1. totalmente en desacuerdo (no cumple con el criterio)	El ítem no tiene relación lógica con la dimensión.
	2. Desacuerdo (bajo nivel de acuerdo)	El ítem tiene una relación tangencial /lejana con la dimensión.
	3. Acuerdo (moderado nivel)	El ítem tiene una relación moderada con la dimensión que se está midiendo.
	4. Totalmente de Acuerdo (alto nivel)	El ítem se encuentra está relacionado con la dimensión que está midiendo.
<b>RELEVANCIA</b> El ítem es esencial o importante, es decir debe ser incluido.	1. No cumple con el criterio	El ítem puede ser eliminado sin que se vea afectada la medición de la dimensión.
	2. Bajo Nivel	El ítem tiene alguna relevancia, pero otro ítem puede estar incluyendo lo que mide éste.
	3. Moderado nivel	El ítem es relativamente importante.
	4. Alto nivel	El ítem es muy relevante y debe ser incluido.

*Leer con detenimiento los ítems y calificar en una escala de 1 a 4 su valoración, así como solicitamos brinde sus observaciones que considere pertinente.*

1 No cumple con el criterio
2. Bajo Nivel
3. Moderado nivel
4. Alto nivel

**Dimensiones del instrumento:** Cuestionario de Inteligencia Emocional – ITAME.

- Primera dimensión: Intrapersonal
- Objetivos de la dimensión: Identificar el nivel de desarrollo de las habilidades intrapersonales.

Indicadores	Ítem	Claridad	Coherencia	Relevancia	Observaciones/ Recomendaciones
Autoconcepto	Me es sencillo identificar mis propias emociones.	4	4	4	
	Puedo reconocer tanto mis fortalezas como limitaciones personales.	4	4	4	
	Soy capaz de expresar con facilidad cómo me siento.	4	4	4	
	Es más fácil para mí pensar en mis virtudes antes que en mis defectos.	4	4	4	
Autoestima	Me cuesta confiar en mí mismo(a) para lograr mis objetivos.	4	4	4	
	Me es difícil sentirme bien con mi aspecto físico y mi forma de ser.	4	4	4	
	He llegado a creer que no valgo para nada.	4	4	4	



- Segunda dimensión: Interpersonal
- Objetivos de la dimensión: Identificar el nivel de desarrollo de las habilidades interpersonales.

Indicadores	Ítem	Claridad	Coherencia	Relevancia	Observaciones/ Recomendaciones
Relaciones interpersonales	Disfruto los momentos en que puedo apoyar a los demás.	4	4	4	
	Me es sencillo formar nuevas amistades.	4	4	4	
	Para mí, compartir libremente mis ideas con el resto, es fácil.	4	4	4	
Empatía	Me es sencillo comprender los sentimientos de quienes me rodean.	4	4	4	
	Me aseguro de prestar total atención a lo que me confían los demás.	4	4	4	
	Me preocupo por lo que les ocurre a las personas e intento ayudarlas.	4	4	4	
	Jadoso(a) con la manera en que me expreso, para evitar lastimar los sentimientos del resto.	4	4	4	



- Tercera dimensión: Adaptabilidad
- Objetivos de la dimensión: Identificar el nivel de desarrollo de las habilidades relacionadas a la adaptabilidad.

Indicadores	Ítem	Claridad	Coherencia	Relevancia	Observaciones/ Recomendaciones
<b>Solución de problemas</b>	Me estreso con facilidad ante los problemas que se me presentan.	4	4	4	
	Ante un problema, mantengo la calma para analizar a detalle la situación y hallar la mejor solución.	4	4	4	
	Por lo general, intento ser objetivo(a) al momento de tomar decisiones para resolver un conflicto.	4	4	4	
	Antes de actuar frente a un problema, me aseguro de buscar la información necesaria para plantear soluciones adecuadas.	4	4	4	
<b>Flexibilidad</b>	Puedo adaptarme con facilidad a los cambios que ocurran, así sean repentinos.	4	4	4	
	Me es difícil cambiar de opinión, aunque los demás intenten convencerme.	4	4	4	
	Es complicado para mí hacer cambios en mi vida cotidiana, pese a que soy consciente de que es lo mejor.	4	4	4	



- Cuarta dimensión: Manejo del estrés
- Objetivos de la dimensión: Identificar el nivel de desarrollo de las habilidades asociadas al manejo del estrés.

Indicadores	Ítem	Claridad	Coherencia	Relevancia	Observaciones/ Recomendaciones
<b>Control de impulsos</b>	Me es sencillo encontrar la calma cuando estoy enfadado(a).	4	4	4	
	Termino metido(a) en problemas debido a la intensidad de mis impulsos.	4	4	4	
	Es fácil para mí mantenerme tranquilo(a) en situaciones que me hacen sentir nervioso(a).	4	4	4	
<b>Tolerancia a la frustración</b>	Me cuesta responder bien ante las dificultades la mayor parte del tiempo y eso me genera malestar.	4	4	4	
	Me rindo con facilidad cuando no logro lo que me propongo.	4	4	4	
	Cuando me siento frustrado(a), suelo guardar lo que siento en lugar de comunicárselo a alguien.	4	4	4	

- Quinta dimensión: Estado de ánimo
- Objetivos de la dimensión: Identificar el nivel de desarrollo de las habilidades referentes al estado de ánimo.

Indicadores	Ítem	Claridad	Coherencia	Relevancia	Observaciones/ Recomendaciones
Felicidad	Considero que no disfruto realmente de lo que hago día a día.	4	4	4	
	Intento retomar aquellas actividades que disfrutaba hacer en mi tiempo libre.	4	4	4	
	Me es difícil disfrutar de la vida.	4	4	4	
Optimismo	Intento valorar los aciertos y fallos que ocurren en mi vida.	4	4	4	
	Mantengo una actitud positiva a pesar de los problemas que aparezcan.	4	4	4	
	No me arrepiento de lo que hice hasta ahora, porque aprendí algo nuevo de cada experiencia.	4	4	4	
	Soy capaz de motivarme para dirigir mis pensamientos y acciones hacia adelante, pese a las adversidades.	4	4	4	




Sheyla Liz Escobar  
DRA. EN PSICOLOGÍA  
C.P.S.R. 22377

Dra. Sheyla Liz Loli Escobar  
40382763

Pd.: el presente formato debe tomar en cuenta:

Williams y Webb (1994) así como Powell (2003), mencionan que no existe un consenso respecto al número de expertos a emplear. Por otra parte, el número de jueces que se debe emplear en un juicio depende del nivel de experticia y de la diversidad del conocimiento. Así, mientras Gable y Wolf (1993), Grant y Davis (1997), y Lynn (1986) (citados en McGartland et al. 2003) sugieren un rango de 2 hasta 20 expertos, Hyrkás et al. (2003) manifiestan que 10 expertos brindarán una estimación confiable de la validez de contenido de un instrumento (cantidad mínimamente recomendable para construcciones de nuevos instrumentos). Si un 80 % de los expertos han estado de acuerdo con la validez de un ítem éste puede ser incorporado al instrumento (Voutilainen & Liukkonen, 1995, citados en Hyrkás et al. (2003).

Ver: <https://www.revistaspacios.com/cited2017/cited2017-23.pdf> entre otra bibliografía.

## Anexo 2

### Evaluación por juicio de expertos

Respetado juez: Usted ha sido seleccionado para evaluar el instrumento "Cuestionario de Inteligencia Emocional – ITAME". La evaluación del instrumento es de gran relevancia para lograr que sea válido y que los resultados obtenidos a partir de éste sean utilizados eficientemente; aportando al quehacer psicológico. Agradecemos su valiosa colaboración.

#### 1. Datos generales del juez

<b>Nombre del juez:</b>	Sandra Fuentes Chávez	
<b>Grado profesional:</b>	Maestría (X)	Doctorado ( )
<b>Área de formación académica:</b>	Clinica ( )	Social ( )
	Educativa (X)	Organizacional ( )
<b>Áreas de experiencia profesional:</b>	Educativa	
<b>Institución donde labora:</b>	Universidad César Vallejo	
<b>Tiempo de experiencia profesional en el área:</b>	2 a 4 años ( )	Más de 5 años (X)
<b>Experiencia en Investigación Psicométrica:</b> (si corresponde)	Trabajo(s) psicométricos realizados Título del estudio realizado.	



#### 2. Propósito de la evaluación

Validar el contenido del instrumento, por juicio de expertos.

#### 3. Datos de la escala

<b>Nombre de la prueba:</b>	Cuestionario de Inteligencia Emocional - ITAME
<b>Autora:</b>	Ps. María Fanny Ravelo Bobadilla.
<b>Procedencia:</b>	Perú.
<b>Administración:</b>	Individual.
<b>Tiempo de aplicación:</b>	20 a 30 minutos.
<b>Ámbito de aplicación:</b>	Estudiantes de nivel secundaria en Trujillo.
<b>Significación:</b>	El Cuestionario de Inteligencia Emocional - ITAME, instrumento conformado en su totalidad por 34 interrogantes distribuidas en 5 dimensiones exactas, puntuadas con una escala de medición cualitativa y ordinal, con opciones de "Siempre, casi siempre, a veces, pocas veces y nunca". La primera dimensión referente a habilidades de tipo intrapersonal, tiene

	<p>como indicadores los primeros siete ítems de la prueba, los cuales buscan identificar los niveles de conocimiento al igual que el grado de valoración que poseen los seres humanos sobre sí mismos. Al momento de continuar en dirección a la segunda dimensión en conexión a las cualidades interpersonales, se evidencia que, desde el ítem número 8 hasta el número 14, la prueba se centra en la evaluación del desarrollo de la empatía para el establecimiento de relaciones interpersonales saludables, responsables y adecuadas. En cuanto a la tercera dimensión, la cual hace énfasis en la adaptabilidad del individuo, se presenta en los siete ítems posteriores, mismos que poseen la intención de determinar la capacidad de flexibilidad para adecuar tanto las emociones como comportamientos ante múltiples situaciones, con el propósito a su vez de brindar efectivas soluciones a distintas problemáticas. De igual modo, la cuarta dimensión centrada en el manejo del estrés abarca a partir del ítem 22 hasta el ítem 27, con la intención de realizar un análisis destinado a la estimación de los niveles de control de impulsos que mantienen los sujetos, como parte de la tolerancia a la frustración experimentada frente a determinados acontecimientos desencadenantes. Por su parte, en la quinta dimensión recaen los últimos siete ítems, los cuales pretenden establecer el grado de internalización sobre la felicidad y optimismo que consiguen manifestar y direccionar en el tiempo presente, dentro de las actividades comunes e incluso frente a diferentes complicaciones que se contemplan.</p>
--	--

#### 4. Soporte teórico

Escala/ÁREA	Subescala (dimensiones)	Definición
Inteligencia emocional	<b>Intrapersonal</b>	Se refiere a la capacidad para desarrollar conciencia de la propia existencia, contención y libertad de los propios sentimientos, consolidando gradualmente, aspectos ligados al autoconcepto e independencia de los individuos (Martínez, 2023).
	<b>Interpersonal</b>	La persona tiene presente como eje de acción a la sociedad, adquiriendo competencias de responsabilidad afectiva, empatía y protección de lazos creados con su respectivo entorno (Valdiviezo y Rivera, 2022).
	<b>Adaptabilidad</b>	En la habilidad se evidencia un interés por fortalecer la flexibilidad de la conducta, aceptación y asimilación de alteraciones en los hábitos de la vida cotidiana, diseñando estrategias particulares para resolver todo tipo de conflictos (Fernández, 2021).
	<b>Manejo del estrés</b>	La obtención de la capacidad representa un desafío para extender los índices de tolerancia, con la finalidad de aprender a gestionar los impulsos frente a acontecimientos tensos, difíciles y frustrantes (Contreras, 2020).
	<b>Estado de ánimo</b>	Su significado abarca el sentido de vida del ser humano, al igual que los niveles de optimismo fundamentales para crear una sensación de felicidad periódicamente (Machado, 2022).

**5. Presentación de instrucciones para el juez**

A continuación, a usted le presento el Cuestionario de Inteligencia Emocional - ITAME elaborado por la Ps. María Fanny Ravelo Bobadilla en el año 2023. De acuerdo con los siguientes indicadores califique cada uno de los ítems según corresponda.



Categoría	Calificación	Indicador
<b>CLARIDAD</b> El ítem se comprende fácilmente, es decir, su sintáctica y semántica son adecuadas.	1. No cumple con el criterio	El ítem no es claro.
	2. Bajo Nivel	El ítem requiere bastantes modificaciones o una modificación muy grande en el uso de las palabras de acuerdo con su significado o por la ordenación de estas.
	3. Moderado nivel	Se requiere una modificación muy específica de algunos de los términos del ítem.
	4. Alto nivel	El ítem es claro, tiene semántica y sintaxis adecuada.
<b>COHERENCIA</b> El ítem tiene relación lógica con la dimensión o indicador que está midiendo.	1. totalmente en desacuerdo (no cumple con el criterio)	El ítem no tiene relación lógica con la dimensión.
	2. Desacuerdo (bajo nivel de acuerdo)	El ítem tiene una relación tangencial /lejana con la dimensión.
	3. Acuerdo (moderado nivel)	El ítem tiene una relación moderada con la dimensión que se está midiendo.
	4. Totalmente de Acuerdo (alto nivel)	El ítem se encuentra está relacionado con la dimensión que está midiendo.
<b>RELEVANCIA</b> El ítem es esencial o importante, es decir debe ser incluido.	1. No cumple con el criterio	El ítem puede ser eliminado sin que se vea afectada la medición de la dimensión.
	2. Bajo Nivel	El ítem tiene alguna relevancia, pero otro ítem puede estar incluyendo lo que mide éste.
	3. Moderado nivel	El ítem es relativamente importante.
	4. Alto nivel	El ítem es muy relevante y debe ser incluido.

Leer con detenimiento los ítems y calificar en una escala de 1 a 4 su valoración, así como solicitamos brinde sus observaciones que considere pertinente.

1 No cumple con el criterio
2. Bajo Nivel
3. Moderado nivel
4. Alto nivel

**Dimensiones del instrumento:** Cuestionario de Inteligencia Emocional – ITAME.

- Primera dimensión: Intrapersonal
- Objetivos de la dimensión: Identificar el nivel de desarrollo de las habilidades intrapersonales.

Indicadores	Ítem	Claridad	Coherencia	Relevancia	Observaciones/ Recomendaciones
Autoconcepto	Me es sencillo identificar mis propias emociones.	4	4	4	
	Puedo reconocer tanto mis fortalezas como limitaciones personales.	4	4	4	
	Soy capaz de expresar con facilidad cómo me siento.	4	4	4	
	Es más fácil para mí pensar en mis virtudes antes que en mis defectos.	4	4	4	
Autoestima	Me cuesta confiar en mí mismo(a) para lograr mis objetivos.	4	4	4	
	Me es difícil sentirme bien con mi aspecto físico y mi forma de ser.	4	4	4	
	He llegado a creer que no valgo para nada.	4	4	4	



- Segunda dimensión: Interpersonal
- Objetivos de la dimensión: Identificar el nivel de desarrollo de las habilidades interpersonales.

Indicadores	Ítem	Claridad	Coherencia	Relevancia	Observaciones/ Recomendaciones
Relaciones interpersonales	Disfruto los momentos en que puedo apoyar a los demás.	4	4	4	
	Me es sencillo formar nuevas amistades.	4	4	4	
	Para mí, compartir libremente mis ideas con el resto, es fácil.	4	4	4	
Empatía	Me es sencillo comprender los sentimientos de quienes me rodean.	4	4	4	
	Me aseguro de prestar total atención a lo que me confían los demás.	4	4	4	
	Me preocupo por lo que les ocurre a las personas e intento ayudarlas.	4	4	4	
	Sensitivo(a) con la manera en que me expreso, para evitar lastimar los sentimientos del resto.	4	4	4	



- Tercera dimensión: Adaptabilidad
- Objetivos de la dimensión: Identificar el nivel de desarrollo de las habilidades relacionadas a la adaptabilidad

Indicadores	Ítem	Claridad	Coherencia	Relevancia	Observaciones/ Recomendaciones
<b>Solución de problemas</b>	Me estreso con facilidad ante los problemas que se me presentan.	4	4	4	
	Ante un problema, mantengo la calma para analizar a detalle la situación y hallar la mejor solución.	4	4	4	
	Por lo general, intento ser objetivo(a) al momento de tomar decisiones para resolver un conflicto.	4	4	4	
	Antes de actuar frente a un problema, me aseguro de buscar la información necesaria para plantear soluciones adecuadas.	4	4	4	
<b>Flexibilidad</b>	Puedo adaptarme con facilidad a los cambios que ocurren, así sean repentinos.	4	4	4	
	Me es difícil cambiar de opinión, aunque los demás intenten convencerme.	4	4	4	
	Es complicado para mí hacer cambios en mi vida cotidiana, pese a que soy consciente de que es lo mejor.	4	4	4	



- Cuarta dimensión: Manejo del estrés
- Objetivos de la dimensión: Identificar el nivel de desarrollo de las habilidades asociadas al manejo del estrés.

Indicadores	Ítem	Claridad	Coherencia	Relevancia	Observaciones/ Recomendaciones
<b>Control de impulsos</b>	Me es sencillo encontrar la calma cuando estoy enfadado(a).	4	4	4	
	Termino metido(a) en problemas debido a la intensidad de mis impulsos.	4	4	4	
	Es fácil para mí mantenerme tranquilo(a) en situaciones que me hacen sentir nervioso(a).	4	4	4	
<b>Tolerancia a la frustración</b>	Me cuesta responder bien ante las dificultades la mayor parte del tiempo y eso me genera malestar.	4	4	4	
	Me rindo con facilidad cuando no logro lo que me propongo.	4	4	4	
	Cuando me siento frustrado(a), suelo guardar lo que siento en lugar de comunicárselo a alguien.	4	4	4	

- Quinta dimensión: Estado de ánimo
- Objetivos de la dimensión: Identificar el nivel de desarrollo de las habilidades referentes al estado de ánimo.

Indicadores	Ítem	Claridad	Coherencia	Relevancia	Observaciones/ Recomendaciones
Felicidad	Considero que no disfruto realmente de lo que hago día a día.	4	4	4	
	Intento retomar aquellas actividades que disfrutaba hacer en mi tiempo libre.	4	4	4	
	Me es difícil disfrutar de la vida.	4	4	4	
Optimismo	Intento valorar los aciertos y fallos que ocurren en mi vida.	4	4	4	
	Mantengo una actitud positiva a pesar de los problemas que aparezcan.	4	4	4	
	No me arrepiento de lo que hice hasta ahora, porque aprendí algo nuevo de cada experiencia.	4	4	4	
	Soy capaz de motivarme para dirigir mis pensamientos y acciones hacia adelante, pese a las adversidades.	4	4	4	




Mg. Sandra Fuentes Chávez  
PEDAGOGA  
C.A.R. 19924

Mg. Sandra Fuentes Chávez  
45649962

Pd.: el presente formato debe tomar en cuenta:

Williams y Webb (1994) así como Powell (2003), mencionan que no existe un consenso respecto al número de expertos a emplear. Por otra parte, el número de jueces que se debe emplear en un juicio depende del nivel de experticia y de la diversidad del conocimiento. Así, mientras Gable y Wolf (1993), Grant y Davis (1997), y Lynn (1986) (citados en McGartland et al. 2003) sugieren un rango de 2 hasta 20 expertos, Hyrkás et al. (2003) manifiestan que 10 expertos brindarán una estimación confiable de la validez de contenido de un instrumento (cantidad mínimamente recomendable para construcciones de nuevos instrumentos). Si un 80 % de los expertos han estado de acuerdo con la validez de un ítem éste puede ser incorporado al instrumento (Voutilainen & Liukkonen, 1995, citados en Hyrkás et al. (2003).  
Ver: <https://www.revistaespacios.com/cited2017/cited2017-23.pdf> entre otra bibliografía.

## Anexo 2

### Evaluación por juicio de expertos

Respetado juez: Usted ha sido seleccionado para evaluar el instrumento "Cuestionario de Inteligencia Emocional – ITAME". La evaluación del instrumento es de gran relevancia para lograr que sea válido y que los resultados obtenidos a partir de éste sean utilizados eficientemente; aportando al quehacer psicológico. Agradecemos su valiosa colaboración.

#### 1. Datos generales del juez

<b>Nombre del juez:</b>	Blanca Nathalie Dávila Estrada		
<b>Grado profesional:</b>	Maestría ( )	Doctorado (X)	
<b>Área de formación académica:</b>	Clinica (X)	Social ( )	
	Educativa (X)	Organizacional ( )	
<b>Áreas de experiencia profesional:</b>	Educativa		
<b>Institución donde labora:</b>	EAP LatinA Universidad César Vallejo		
<b>Tiempo de experiencia profesional en el área:</b>	2 a 4 años ( )	Más de 5 años (X)	
<b>Experiencia en Investigación Psicométrica:</b> (si corresponde)	Trabajo(s) psicométricos realizados Título del estudio realizado.		



#### 2. Propósito de la evaluación

Validar el contenido del instrumento, por juicio de expertos.

#### 3. Datos de la escala

<b>Nombre de la prueba:</b>	Cuestionario de Inteligencia Emocional - ITAME
<b>Autora:</b>	Ps. María Fanny Ravelo Bobadilla.
<b>Procedencia:</b>	Perú.
<b>Administración:</b>	Individual.
<b>Tiempo de aplicación:</b>	20 a 30 minutos.
<b>Ámbito de aplicación:</b>	Estudiantes de nivel secundaria en Trujillo.
<b>Significación:</b>	El Cuestionario de Inteligencia Emocional - ITAME, instrumento conformado en su totalidad por 34 interrogantes distribuidas en 5 dimensiones exactas, puntuadas con una escala de medición cualitativa y ordinal, con opciones de "Siempre, casi siempre, a veces, pocas veces y nunca".

	<p>La primera dimensión referente a habilidades de tipo intrapersonal, tiene como indicadores los primeros siete ítems de la prueba, los cuales buscan identificar los niveles de conocimiento al igual que el grado de valoración que poseen los seres humanos sobre sí mismos. Al momento de continuar en dirección a la segunda dimensión en conexión a las cualidades interpersonales, se evidencia que, desde el ítem número 8 hasta el número 14, la prueba se centra en la evaluación del desarrollo de la empatía para el establecimiento de relaciones interpersonales saludables, responsables y adecuadas. En cuanto a la tercera dimensión, la cual hace énfasis en la adaptabilidad del individuo, se presenta en los siete ítems posteriores, mismos que poseen la intención de determinar la capacidad de flexibilidad para adecuar tanto las emociones como comportamientos ante múltiples situaciones, con el propósito a su vez de brindar efectivas soluciones a distintas problemáticas. De igual modo, la cuarta dimensión centrada en el manejo del estrés abarca a partir del ítem 22 hasta el ítem 27, ello con la intención de realizar un análisis destinado a la estimación de los niveles de control de impulsos que mantienen los sujetos, como parte de la tolerancia a la frustración experimentada frente a determinados acontecimientos desencadenantes. Por su parte, en la quinta dimensión recaen los últimos siete ítems, los cuales pretenden establecer el grado de internalización sobre la felicidad y optimismo que consiguen manifestar y direccionar en el tiempo presente, dentro de las actividades comunes e incluso frente a diferentes complicaciones que se contemplan.</p>
--	---

#### 4. Soporte teórico

Escala/ÁREA	Subescala (dimensiones)	Definición
Inteligencia emocional	<b>Intrapersonal</b>	Se refiere a la capacidad para desarrollar conciencia de la propia existencia, contención y libertad de los propios sentimientos, consolidando gradualmente, aspectos ligados al autoconcepto e independencia de los individuos (Martínez, 2023).
	<b>Interpersonal</b>	La persona tiene presente como eje de acción a la sociedad, adquiriendo competencias de responsabilidad afectiva, empatía y protección de lazos creados con su respectivo entorno (Valdiviezo y Rivera, 2022).
	<b>Adaptabilidad</b>	En la habilidad se evidencia un interés por fortalecer la flexibilidad de la conducta, aceptación y asimilación de alteraciones en los hábitos de la vida cotidiana, diseñando estrategias particulares para resolver todo tipo de conflictos (Fernández, 2021).
	<b>Manejo del estrés</b>	La obtención de la capacidad representa un desafío para extender los índices de tolerancia, con la finalidad de aprender a gestionar los impulsos frente a acontecimientos tensos, difíciles y frustrantes (Contreras, 2020).
	<b>Estado de ánimo</b>	Su significado abarca el sentido de vida del ser humano, al igual que los niveles de optimismo fundamentales para crear una sensación de felicidad periódicamente (Machado, 2022).

**5. Presentación de instrucciones para el juez**

A continuación, a usted le presento el Cuestionario de Inteligencia Emocional - ITAME elaborado por la Ps. María Fanny Ravelo Bobadilla en el año 2023. De acuerdo con los siguientes indicadores califique cada uno de los ítems según corresponda.



Categoría	Calificación	Indicador
<b>CLARIDAD</b> El ítem se comprende fácilmente, es decir, su sintáctica y semántica son adecuadas.	1. No cumple con el criterio	El ítem no es claro.
	2. Bajo Nivel	El ítem requiere bastantes modificaciones o una modificación muy grande en el uso de las palabras de acuerdo con su significado o por la ordenación de estas.
	3. Moderado nivel	Se requiere una modificación muy específica de algunos de los términos del ítem.
	4. Alto nivel	El ítem es claro, tiene semántica y sintaxis adecuada.
<b>COHERENCIA</b> El ítem tiene relación lógica con la dimensión o indicador que está midiendo.	1. totalmente en desacuerdo (no cumple con el criterio)	El ítem no tiene relación lógica con la dimensión.
	2. Desacuerdo (bajo nivel de acuerdo)	El ítem tiene una relación tangencial /lejana con la dimensión.
	3. Acuerdo (moderado nivel)	El ítem tiene una relación moderada con la dimensión que se está midiendo.
	4. Totalmente de Acuerdo (alto nivel)	El ítem se encuentra está relacionado con la dimensión que está midiendo.
<b>RELEVANCIA</b> El ítem es esencial o importante, es decir debe ser incluido.	1. No cumple con el criterio	El ítem puede ser eliminado sin que se vea afectada la medición de la dimensión.
	2. Bajo Nivel	El ítem tiene alguna relevancia, pero otro ítem puede estar incluyendo lo que mide éste.
	3. Moderado nivel	El ítem es relativamente importante.
	4. Alto nivel	El ítem es muy relevante y debe ser incluido.

Leer con detenimiento los ítems y calificar en una escala de 1 a 4 su valoración, así como solicitamos brinde sus observaciones que considere pertinente.

1 No cumple con el criterio
2. Bajo Nivel
3. Moderado nivel
4. Alto nivel

**Dimensiones del instrumento:** Cuestionario de Inteligencia Emocional – ITAME.

- Primera dimensión: Intrapersonal
- Objetivos de la dimensión: Identificar el nivel de desarrollo de las habilidades intrapersonales.

Indicadores	Ítem	Claridad	Coherencia	Relevancia	Observaciones/ Recomendaciones
Autoconcepto	Me es sencillo identificar mis propias emociones.	4	4	4	
	Puedo reconocer tanto mis fortalezas como limitaciones personales.	4	4	4	
	Soy capaz de expresar con facilidad cómo me siento.	4	4	4	
	Es más fácil para mí pensar en mis virtudes antes que en mis defectos.	4	4	4	
Autoestima	Me cuesta confiar en mí mismo(a) para lograr mis objetivos.	4	4	4	
	Me es difícil sentirme bien con mi aspecto físico y mi forma de ser.	4	4	4	
	He llegado a creer que no valgo para nada.	4	4	4	



- Segunda dimensión: Interpersonal
- Objetivos de la dimensión: Identificar el nivel de desarrollo de las habilidades interpersonales.

Indicadores	Ítem	Claridad	Coherencia	Relevancia	Observaciones/ Recomendaciones
Relaciones interpersonales	Disfruto los momentos en que puedo apoyar a los demás.	4	4	4	
	Me es sencillo formar nuevas amistades.	4	4	4	
	Para mí, compartir libremente mis ideas con el resto, es fácil.	4	4	4	
Empatía	Me es sencillo comprender los sentimientos de quienes me rodean.	4	4	4	
	Me aseguro de prestar total atención a lo que me confían los demás.	4	4	4	
	Me preocupo por lo que les ocurre a las personas e intento ayudarlas.	4	4	4	
	Jadoso(a) con la manera en que me expreso, para evitar lastimar los sentimientos del resto.	4	4	4	



- Tercera dimensión: Adaptabilidad
- Objetivos de la dimensión: Identificar el nivel de desarrollo de las habilidades relacionadas a la adaptabilidad

Indicadores	Ítem	Claridad	Coherencia	Relevancia	Observaciones/ Recomendaciones
<b>Solución de problemas</b>	Me estreso con facilidad ante los problemas que se me presentan.	4	4	4	
	Ante un problema, mantengo la calma para analizar a detalle la situación y hallar la mejor solución.	4	4	4	
	Por lo general, intento ser objetivo(a) al momento de tomar decisiones para resolver un conflicto.	4	4	4	
	Antes de actuar frente a un problema, me aseguro de buscar la información necesaria para plantear soluciones adecuadas.	4	4	4	
<b>Flexibilidad</b>	Puedo adaptarme con facilidad a los cambios que ocurran, así sean repentinos.	4	4	4	
	Me es difícil cambiar de opinión, aunque los demás intenten convencerme.	4	4	4	
	Es complicado para mí hacer cambios en mi vida cotidiana, pese a que soy consciente de que es lo mejor.	4	4	4	



- Cuarta dimensión: Manejo del estrés
- Objetivos de la dimensión: Identificar el nivel de desarrollo de las habilidades asociadas al manejo del estrés.

Indicadores	Ítem	Claridad	Coherencia	Relevancia	Observaciones/ Recomendaciones
<b>Control de impulsos</b>	Me es sencillo encontrar la calma cuando estoy enfadado(a).	4	4	4	
	Termino metido(a) en problemas debido a la intensidad de mis impulsos.	4	4	4	
	Es fácil para mí mantenerme tranquilo(a) en situaciones que me hacen sentir nervioso(a).	4	4	4	
<b>Tolerancia a la frustración</b>	Me cuesta responder bien ante las dificultades la mayor parte del tiempo y eso me genera malestar.	4	4	4	
	Me rindo con facilidad cuando no logro lo que me propongo.	4	4	4	
	Cuando me siento frustrado(a), suelo guardar lo que siento en lugar de comunicárselo a alguien.	4	4	4	

- Quinta dimensión: Estado de ánimo
- Objetivos de la dimensión: Identificar el nivel de desarrollo de las habilidades referentes al estado de ánimo.

Indicadores	Ítem	Claridad	Coherencia	Relevancia	Observaciones/ Recomendaciones
Felicidad	Considero que no disfruto realmente de lo que hago día a día.	4	4	4	
	Intento retomar aquellas actividades que disfrutaba hacer en mi tiempo libre.	4	4	4	
	Me es difícil disfrutar de la vida.	4	4	4	
Optimismo	Intento valorar los aciertos y fallos que ocurren en mi vida.	4	4	4	
	Mantengo una actitud positiva a pesar de los problemas que aparezcan.	4	4	4	
	No me arrepiento de lo que hice hasta ahora, porque aprendí algo nuevo de cada experiencia.	4	4	4	
	Soy capaz de motivarme para dirigir mis pensamientos y acciones hacia adelante, pese a las adversidades.	4	4	4	




**Dra. Blanca Nathalie Dávila Estrada**  
DOCTORA EN PSICOLOGÍA  
C. N. 12294

Dra. Blanca Nathalie Dávila Estrada  
41666474

Pd.: el presente formato debe tomar en cuenta:

Williams y Webb (1994) así como Powell (2003), mencionan que no existe un consenso respecto al número de expertos a emplear. Por otra parte, el número de jueces que se debe emplear en un juicio depende del nivel de experticia y de la diversidad del conocimiento. Así, mientras Gable y Wolf (1993), Grant y Davis (1997), y Lynn (1986) (citados en McGartland et al. 2003) sugieren un rango de 2 hasta 20 expertos, Hyrkás et al. (2003) manifiestan que 10 expertos brindarán una estimación confiable de la validez de contenido de un instrumento (cantidad mínimamente recomendable para construcciones de nuevos instrumentos). Si un 80 % de los expertos han estado de acuerdo con la validez de un ítem éste puede ser incorporado al instrumento (Voutilainen & Liukkonen, 1995, citados en Hyrkás et al. (2003).

Ver: <https://www.revistaespacios.com/cited2017/cited2017-23.pdf> entre otra bibliografía.



Número de sesiones:	10
Tiempo de aplicación:	40 a 45 minutos aproximadamente por sesión.
Ámbito de aplicación:	180 estudiantes de primer año de secundaria de una Institución Educativa en Trujillo, 2023.

#### 4. Soporte teórico

Escala/ÁREA	Subescala (dimensiones)	Definición
Inteligencia emocional	<b>Intrapersonal</b>	Se refiere a la capacidad para desarrollar conciencia de la propia existencia, contención y libertad de los propios sentimientos, consolidando gradualmente, aspectos ligados al autoconcepto e independencia de los individuos (Martínez, 2023).
	<b>Interpersonal</b>	La persona tiene presente como eje de acción a la sociedad, adquiriendo competencias de responsabilidad afectiva, empatía y protección de lazos creados con su respectivo entorno (Valdiviezo y Rivera, 2022).
	<b>Adaptabilidad</b>	En la habilidad se evidencia un interés por fortalecer la flexibilidad de la conducta, aceptación y asimilación de alteraciones en los hábitos de la vida cotidiana, diseñando estrategias particulares para resolver todo tipo de conflictos (Fernández, 2021).
	<b>Manejo del estrés</b>	La obtención de la capacidad representa un desafío para extender los índices de tolerancia, con la finalidad de aprender a gestionar los impulsos frente a acontecimientos tensos, difíciles y frustrantes (Contreras, 2020).
	<b>Estado de ánimo</b>	Su significado abarca el sentido de vida del ser humano, al igual que los niveles de optimismo fundamentales para crear una sensación de felicidad periódicamente (Machado, 2022).

#### 5. Presentación de instrucciones para el juez

A continuación, a usted le presento el programa titulado: Programa Artmusiones para mejorar la inteligencia emocional en estudiantes de secundaria en una Institución Educativa de Trujillo, 2023. Y SE SOLICITA QUE REALICE LA CALIFICACIÓN. De acuerdo con los siguientes indicadores, califique cada uno de los ítems según corresponda.

Categoría	Calificación	La actividad y/o procedimientos
<b>CLARIDAD</b> La actividad se comprende fácilmente, es decir, el procedimiento está adecuadamente descritos.	1 No cumple con el criterio	La actividad no es clara.
	2. Bajo Nivel	La actividad requiere bastantes modificaciones o una modificación muy grande en el uso de las palabras de acuerdo con su significado o por la ordenación de las mismas.
	3. Moderado nivel	Se requiere una modificación muy específica.
	4. Alto nivel	La actividad es clara, tiene semántica y sintaxis adecuada.
<b>COHERENCIA</b> La actividad tiene relación lógica con el objetivo que se está midiendo.	1 No cumple con el criterio	La actividad no tiene relación lógica con el objetivo que se está midiendo
	2. Bajo Nivel	La actividad tiene una relación tangencial con el objetivo que se está midiendo.

<b>RELEVANCIA</b> La actividad es esencial o importante, es decir contribuye al desarrollo de los objetivos propuestos.	3. Moderado nivel	La actividad tiene una relación moderada con el objetivo que se está midiendo.
	4. Alto nivel	La actividad se encuentra completamente relacionado con el objetivo que se está midiendo.
	1 No cumple con el criterio	La actividad puede ser eliminada sin que se vea afectada la medición de la dimensión.
	2. Bajo Nivel	La actividad tiene alguna relevancia, pero otro ítem puede estar incluyendo lo que mide éste.
	3. Moderado nivel	La actividad es relativamente importante.
	4. Alto nivel	La actividad es muy relevante y debe ser incluida.

*Leer con detenimiento los ítems y calificar en una escala de 1 a 4 su valoración, así como solicitamos brinde sus observaciones que considere pertinente.*

1 No cumple con el criterio
2. Bajo Nivel
3. Moderado nivel
4. Alto nivel

**DIMENSIONES DEL PROGRAMA**

- **Primera dimensión:** Intrapersonal
- **Objetivos de la Dimensión:** Fortalecer el autoconcepto y autoestima de los estudiantes.
- **Sesión 01:** "Veamos cómo somos por dentro".

Objetivo de la actividad.	Actividad	Claridad	Coherencia	Relevancia	Observaciones/ Recomendaciones
Promover tanto el reconocimiento como aceptación de las emociones y virtudes que poseen los estudiantes.	<p><b>Inicio</b></p> <p>Presentación del responsable del programa, la composición de temas a trabajar y tiempo de duración. Establecimiento de las normas de convivencia.</p> <p>Aplicación de pretest.</p> <p><b>Dinámica:</b> Capturar ritmo y melodía.</p> <p>Los estudiantes permanecerán en sus asientos y sólo podrán ejecutar movimientos con la cabeza, manos o pies para lograr seguir el ritmo de la melodía que se reproducirá, estableciendo a su vez una conexión con las emociones que surgen producto de la pieza musical expuesta.</p> <p>Luego se realizarán las siguientes interrogantes:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- ¿Cuántos logramos seguir el ritmo de la melodía?</li> <li>- ¿Qué emociones despertó en ustedes la pieza musical?</li> </ul> <p>Se escucharán una a una las respuestas y se agradecerá la participación de cada uno con aplausos.</p>	4	4	4	
	<p><b>Desarrollo</b></p> <p><b>Dinámica:</b> El código de la emoción.</p> <p>Los alumnos tendrán que formarse en grupos para trabajar esta actividad, posteriormente, un</p>	3	4	4	

<p>representante se acercará al ánfora dispuesta en el centro del salón, la cual contiene distintos papeles con emociones, mismas que deberán retratar de forma abstracta, cada uno.</p> <p>Para realizar el dibujo sólo será posible emplear un lápiz y se llevará a cabo dentro de un límite de tiempo (10 minutos), los estudiantes tendrán los ojos vendados y como acompañamiento del ejercicio, se reproducirán distintas melodías acústicas.</p> <p>Transcurrido el periodo determinado, cada grupo presentará las obras elaboradas, las cuales serán observadas por el resto de sus compañeros, quienes tendrán la misión de intentar descifrar la emoción que debían representar.</p> <p>Después de ello se planteará una serie de preguntas:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- ¿Qué trabajos fueron los más difíciles de adivinar? ¿Debido a qué?</li> <li>- ¿Las emociones son iguales para todas las personas? ¿Qué las hace diferentes?</li> </ul> <p>Se brindará una ronda de aplausos por todas las respuestas obtenidas por parte de los participantes.</p>					
<p><b>Cierre</b></p> <p>Mostrar a los estudiantes una imagen del cielo nocturno totalmente vacío, razón por la cual, se invitará a que puedan iluminarlo con estrellas que contendrán las virtudes que poseen como seres humanos, colocando en la parte posterior sus nombres, para ello se realizará un ejemplo, con el propósito de comprender la actividad.</p> <p><i>"Cada uno de nosotros somos capaces de brillar, puesto que contamos con muchos puntos favorables, desde ser atentos o responsables, hasta ser justos o amables".</i></p>	4	4	4		

<b>Producto</b>	La imagen del cielo nocturno acompañado de las fichas de estrellas completadas con las virtudes de los alumnos.				
-----------------	---	--	--	--	--

- **Primera dimensión:** Intrapersonal
- **Objetivos de la Dimensión:** Fortalecer el autoconcepto y autoestima de los estudiantes.
- **Sesión 02:** "Del 1 al 1000 ¿Qué número somos?".



Objetivo de la actividad.	Actividad	Claridad	Coherencia	Relevancia	Observaciones/ Recomendaciones
Promover tanto el reconocimiento como aceptación de las emociones y virtudes que proveen los estudiantes.	<p><b>Inicio</b></p> <p>Saludo entre el responsable y los alumnos. Mención de las normas de convivencia establecidas.</p> <p><b>Dinámica:</b> Un compás singular.</p> <p>Se formará un círculo en el medio del salón, los estudiantes tomarán asiento y se procederá a explicar cómo expresar el ritmo a través del compás de los dedos, para lo cual se realizará tanto una demostración como ronda de práctica, tomando en cuenta que los ojos deben permanecer cerrados, para estimular los sentidos y concentración de los participantes, trabajando en la modificación del estado emocional.</p> <p>Después se plantearán diferentes preguntas:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Del 1 al 10 ¿Qué tan difícil fue la dinámica? ¿Debido a qué?</li> <li>- ¿Qué tipo de emociones les transmitió la melodía?</li> </ul> <p>Se escucharán una a una las respuestas y se agradecerá la participación de cada uno con aplausos.</p>	4	4	4	
	<p><b>Desarrollo</b></p> <p><b>Dinámica:</b> El misterio del reflejo.</p>	4	4	4	

	<p>Los alumnos se dividirán para trabajar este ejercicio al seleccionar una de las cuatro cajas misteriosas que se encontrarán dispuesta por el salón, las cuales contendrá un objeto (hojas de distintas plantas, un frasco con agua, una linterna encendida y un depósito con arena) con el que deberán elaborar un dibujo que represente cómo se ven cada uno a través del mismo, la relación o vínculo que pueden establecer entre el objeto y su autoestima.</p> <p>Para llevar a cabo la obra dispondrán de lápiz, colores y borrador, en un tiempo estimado (10 minutos), además, la actividad estará acompañada por distintas melodías acústicas.</p> <p>Transcurrido el lapso establecido, cada grupo presentará los trabajos realizados y procederán a compartir el significado tanto de las imágenes trazadas como los colores empleados para demostrar la conexión del objeto consigo mismos.</p> <p>Luego se realizarán las siguientes interrogantes:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Si pudiésemos hacer este ejercicio tiempo atrás o después ¿Creen que el resultado sería diferente? ¿Debido a qué?</li> <li>- ¿Nos gustaría cambiar algo de nuestro dibujo más adelante? ¿Qué sería?</li> </ul> <p>Se brindará una ronda de aplausos por todas las respuestas obtenidas por parte de los participantes.</p>				
	<p><b>Cierre</b></p> <p>Se invitará a los estudiantes a escribir sobre uno o más papeles aquello que los hace sentirse orgullosos de ser ellos mismos desde hace mucho tiempo o que incluso ese mismo día sienten. Una vez completado, podrán colocarlo dentro de la caja y se pasará a revolotear para obtener algunos papeles al azar, los cuales se leerán en voz alta, con la intención de reforzar el valor que cada uno posee.</p>	4	4	4	

	"A veces nuestros días no son los más buenos, dudamos mucho y pensamos que estamos haciendo mal las cosas, pero es importante recordar que, hemos logrado mucho hasta ahora y debemos estar orgullosos de eso".				
<b>Producto</b>	Los papeles que contienen aspectos por los que los alumnos se sienten orgullosos de sí mismos.	4	4	4	

- **Segunda dimensión:** Interpersonal
- **Objetivos de la Dimensión:** Mejorar las capacidades de empatía y relaciones interpersonales en los estudiantes.
- **Sesión 03:** "¿Sientes lo mismo que yo? ¡Es imposible!".

Objetivo de la actividad.	Actividad	Claridad	Coherencia	Relevancia	Observaciones/ Recomendaciones
Fomentar la comprensión y valoración del establecimiento de vínculos interpersonales basados en el respeto.	<p><b>Inicio</b></p> <p>Saludo entre el facilitador y los alumnos. Establecimiento de las normas de convivencia.</p> <p><b>Dinámica:</b> Ritmo en todo el cuerpo.</p> <p>Los estudiantes permanecerán en sus asientos y se procederá a reproducir una pieza musical, la cual será interpretada empleando todas las partes del cuerpo en conjunto, reflejando a través del movimiento las emociones que produce la melodía sobre sí mismos.</p> <p>Luego se realizarán las siguientes interrogantes:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– ¿Qué partes de nuestro cuerpo lograron seguir mejor el ritmo de la música?</li> <li>– ¿Cuáles fueron las emociones que surgieron en esta ocasión?</li> </ul> <p>Se escucharán una a una las respuestas y se agradecerá la participación de cada uno con aplausos.</p>	4	4	4	

	<p><b>Desarrollo</b></p> <p><b>Dinámica:</b> Significados ocultos.</p> <p>Alrededor del salón de clases estarán dispuestas distintas obras de arte del mundo (Los nenúfares de Monet, La noche estrellada, Las dos Fridas y El Guernica), por lo que, se solicitará a los alumnos posicionarse en aquella que más les guste o llame la atención y escribir sobre los papeles que se hallan en la mesa debajo de la pintura su interpretación personal de lo que logran observar detenidamente para luego colocarlo en el ánfora correspondiente.</p> <p>Transcurrido el periodo determinado (10 minutos), se revisará cada uno de los papeles que se hallan dentro de las ánforas de las obras de arte y se procederá a relatar el verdadero significado y/o intención de los autores al elaborar las piezas que se expusieron anteriormente.</p> <p>Después de ello se planteará una serie de preguntas:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– Cuando vemos por primera vez las obras de arte ¿Pensamos que tendría un significado como el que el autor menciona? ¿Debido a qué?</li> <li>– Entonces ¿Es posible saber cómo se sienten las personas todo el tiempo, aunque no nos digan nada?</li> <li>– ¿Qué pasa si nos equivocamos y no se sienten de ese modo?</li> </ul> <p>Se brindará una ronda de aplausos por todas las respuestas obtenidas por parte de los participantes.</p>	4	4	4	
	<p><b>Cierre</b></p> <p>Se solicitará a los estudiantes redactar misiones o propósitos reales para mejorar la relación que pueden establecer con los demás en su centro de estudios (maestros, compañeros, personal de servicio) sobre distintas hojas de colores. Posteriormente, se les brindará pequeños calendarios elaborados en los que</p>	4	3	4	



	<p>podrán marcar los días en que conseguirán cumplir sus misiones o propósitos con el color correspondiente de cada uno.</p> <p>Es importante recalcar que, los calendarios se colocarán en el salón, para que, de ese modo puedan recordar sus compromisos y llevarlos a la práctica a su propio ritmo.</p> <p><i>"En ocasiones, lo mejor es poder acercarnos para conocer lo que le ocurre a los demás e incluso lo que eso les hace sentir, en lugar de creer o asumir apresuradamente".</i></p>				
<b>Producto</b>	Los calendarios junto a las misiones o propósitos de mejora elaborados por los alumnos.	4	3	4	

- **Tercera dimensión:** Adaptabilidad
- **Objetivos de la Dimensión:** Reforzar las habilidades de adaptación a los cambios y solución de problemas de los estudiantes.
- **Sesión 04:** "Cambios que emocionan, asustan y enfadan".

Objetivo de la actividad.	Actividad	Claridad	Coherencia	Relevancia	Observaciones/ Recomendaciones
Impulsar la formación de pensamientos y acciones flexibles ante los cambios que permitan la resolución de conflictos.	<p><b>Inicio</b></p> <p>Saludo entre el responsable y los alumnos.</p> <p>Mención de las normas de convivencia establecidas.</p> <p><b>Dinámica:</b> Sincronía a la par.</p> <p>Los estudiantes se dividirán en parejas para llevar a cabo el ejercicio, colocando tanto sus mesas como asientos frente a frente.</p> <p>Se explicará que, la melodía que se reproducirá en esta oportunidad tendrá como instrumentos principales una batería y un piano, por lo que, deberán decidir quién se concentrará en seguir el ritmo de cada instrumento. Una vez definido, se recordará que la actividad se realizará con los ojos cerrados, mediante el compás de los dedos sobre las mesas, para conseguir mayor</p>	4	4	4	



	<p>concentración en la percepción de la pieza musical y la carga emocional que la misma les transmitirá.</p> <p>Después se plantearán diferentes preguntas:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- ¿Cuál fue la parte más fácil de la dinámica? ¿Debido a qué?</li> <li>- ¿Cuál fue la parte más complicada de la dinámica? ¿Debido a qué?</li> <li>- ¿Qué tipo de emociones les transmitió la melodía en esta oportunidad?</li> </ul> <p>Se escucharán una a una las respuestas y se agradecerá la participación de cada uno con aplausos.</p>				
	<p><b>Desarrollo</b></p> <p><b>Dinámica:</b> Ruleta de cambios inesperados.</p> <p>Se formará un círculo con las mesas y asientos de los alumnos, en el medio de éste se encontrará el responsable del taller con una ruleta, la cual, dependiendo de lo que apunte la flecha representará un cambio para la elaboración de los dibujos que realizarán, cuya temática será a libre elección, entretanto, las alternativas de la ruleta corresponderán a cambios como: Emplear lápiz, girar la hoja de trabajo, usar colores, borrar lo último que hiciste, emplear plumones, cambiar la mano con la que dibujas, añadir líneas, usar corrector.</p> <p>Para llevar a cabo la obra dispondrán de un tiempo estimado (10 minutos), la temática será libre, además, la actividad estará acompañada por distintas melodías acústicas.</p> <p>Transcurrido el lapso establecido, cada estudiante presentará su trabajo procederá a compartir su inspiración para crear la pieza de arte y cómo la idea se mantuvo o cambió durante la actividad.</p> <p>Luego se realizarán las siguientes interrogantes:</p>	4	4	4	

	<p>– ¿Cuántos tuvieron dificultades para seguir los cambios de la ruleta? ¿Debido a qué?</p> <p>– Si pudiesen realizar el ejercicio una vez más ¿Lo harían con la ruleta o sin la ruleta?</p> <p>Se brindará una ronda de aplausos por todas las respuestas obtenidas por parte de los participantes.</p>				
	<p><b>Cierre</b></p> <p>Se mostrará a los alumnos una imagen de una habitación oscura y se les entregarán papeles, en los que podrán escribir los temores o preocupaciones que tienen cuando atraviesan un cambio repentino y lo colocarán en el fondo dispuesto. Se leerán al azar algunas de las ideas que expresan y se validarán las emociones.</p> <p>Luego, se dará vuelta a la imagen inicial y se podrá visualizar un campo de naturaleza brillante, el cual se complementará con las anotaciones de los estudiantes acerca de lo mejor que podría pasar cuando algo en sus vidas cambia.</p> <p><i>“Sentir preocupación o temor a lo desconocido, incluso al futuro, es natural, siempre tenemos un 50/50 de posibilidades, sin embargo, eso no puede detenernos de disfrutar cada instante, aunque sea con miedo”.</i></p>	4	4	4	
<b>Producto</b>	Las imágenes que contienen los pensamientos de los alumnos sobre sus temores, preocupaciones y esperanzas sobre los cambios.				

- **Tercera dimensión:** Adaptabilidad.
- **Objetivos de la Dimensión:** Reforzar las habilidades de adaptación a los cambios y solución de problemas de los estudiantes.
- **Sesión 05:** “¿Perdiste algo? ¡Vamos a encontrarlo!”.

Objetivo de la actividad.	Actividad	Claridad	Coherencia	Relevancia	Observaciones/ Recomendaciones
Impulsar la formación de pensamientos y acciones flexibles a los cambios que permitan la resolución de conflictos.	<p><b>Inicio</b></p> <p>Saludo entre el facilitador y los alumnos.</p> <p>Mención de las normas de convivencia establecidas.</p> <p><b>Dinámica:</b> Sinfónica del día.</p> <p>Se indicará a los estudiantes que deberán formar un círculo en el centro del salón y sentarse con las piernas cruzadas, dando la espalda.</p> <p>A continuación, se les entregarán dos piezas cuadradas de cartón a cada uno, las cuales se colocarán sobre sus rodillas y servirán como soportes para llevar a cabo el compás de los dedos al ritmo de la pieza musical que se reproducirá. Se tendrá en cuenta que, los ojos deberán permanecer cerrados, con el fin de otorgar una mejor concentración y conexión entre los estímulos sonoros con la movilidad de las articulaciones al expresar las emociones que transmite la melodía puesta.</p> <p>Luego se realizarán las siguientes interrogantes:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– ¿Cuántos presentaron dificultades para realizar la dinámica? ¿Cuáles fueron esas dificultades?</li> <li>– ¿Qué emociones despertó en ustedes la melodía en esta ocasión?</li> </ul> <p>Se escucharán una a una las respuestas y se agradecerá la participación de cada uno con aplausos.</p>	4	4	4	
	<p><b>Desarrollo</b></p> <p><b>Dinámica:</b> Cada problema tiene solución.</p>	4	4	4	

	<p>Los alumnos tendrán que formarse en grupos para trabajar esta actividad, posteriormente, en la pizarra se colocarán imágenes que escenifican una pelea, malentendido o discusión entre dos o más personas y se indicará que la misión será modificar la situación en un nuevo dibujo, no obstante, tendrán prohibido hablar entre sí o escribir sus ideas para que el resto las conozca, por lo que deberán expresarse con gestos o mímicas.</p> <p>Para realizar el trabajo contarán con un límite de tiempo (5 minutos) y se reproducirán distintas melodías acústicas como acompañamiento.</p> <p>Transcurrido el periodo determinado, cada grupo presentará las obras elaboradas, las cuales serán observadas por el resto de sus compañeros, quienes tendrán que intentar descifrar la solución propuesta por el equipo.</p> <p>Después de ello se planteará una serie de preguntas:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- <i>¿De qué manera lograron comunicarse si no podían hablar o escribir?</i></li> <li>- <i>¿Qué tan sencillo es tomar decisiones en poco tiempo? ¿Qué creen que es necesario para lograr solucionar un problema?</i></li> </ul> <p>Se brindará una ronda de aplausos por todas las respuestas obtenidas por parte de los participantes.</p>				
<b>Cierre</b>	<p>Se establecerá una plática con los alumnos acerca del tiempo que se necesita para pensar las cosas que suceden con calma antes de elegir o tomar una decisión y cómo en oportunidades la música permite neutralizar la intensidad de las emociones para lograrlo. Por tal motivo, se les brindarán discos de música elaborados con cartón para que puedan personalizarlos inspirándose en algún artista o canción de los que aprendieron lecciones valiosas de vida o incluso que</p>	4	4	4	

	<p>les transmiten tranquilidad en momentos complicados, además, en la parte posterior tendrán que escribir una frase que, a futuro, les será de ayuda tanto para mantener la calma frente a las dificultades como obtener valor para enfrentarlas con una buena actitud.</p> <p><i>“Cada problema tiene una solución, a veces nos sentimos perdidos y pensamos que en realidad no existen, sin embargo, ahí están, sólo necesitamos ver más allá de la confusión”.</i></p>				
<b>Producto</b>	<p>Los discos de música personalizados por los estudiantes con frases que generarán tranquilidad o motivación.</p>	4	4	4	

- **Cuarta dimensión:** Manejo del estrés.
- **Objetivos de la Dimensión:** Fortalecer las capacidades de control de impulsos y tolerancia a la frustración en los estudiantes.
- **Sesión 06:** *“¡Alto ahí! Vayamos despacio”.*

Objetivo de la actividad.	Actividad	Claridad	Coherencia	Relevancia	Observaciones/ Recomendaciones
<p>Brindar estrategias para la canalización de impulsos y tolerancia frente a las dificultades.</p>	<p><b>Inicio</b></p> <p>Saludo entre el responsable y los alumnos.</p> <p>Mención de las normas de convivencia establecidas.</p> <p><b>Dinámica:</b> Ambiente musical.</p> <p>Se invitará a los estudiantes a salir de sus asientos y dispersarse alrededor del salón, para luego cerrar los ojos y centrarse únicamente en la melodía que se reproducirá, con la intención de captar el ritmo y las emociones que despiertan en sus mentes, externalizando ello de forma creativa a través del movimiento de cada parte del cuerpo, disfrutando libremente de la pieza musical en un espacio más amplio en contraste con los trabajados en las sesiones anteriores.</p>	4	4	4	

	<p>Después se plantearán diferentes preguntas:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- ¿Qué diferencias encontramos entre esta dinámica y las que realizamos antes?</li> <li>- ¿Qué tipo de emociones les transmitió la pieza musical en esta oportunidad?</li> </ul> <p>Se escucharán una a una las respuestas y se agradecerá la participación de cada uno con aplausos.</p>				
	<p><b>Desarrollo</b></p> <p><b>Dinámica:</b> El arte en el desastre.</p> <p>Se mostrará a los alumnos una serie de obras elaboradas a partir de retazos o fragmentos de distintos materiales como ejemplo de la actividad que se realizará. Después, se les invitará a observar una pantalla de diversos colores elaborado con papel y se pedirá a cada uno acercarse de manera ordenada para rasgar una parte de la composición, lo que se convertirá en la base principal del producto que construirán de forma individual.</p> <p>El desafío de esta actividad se basará en generar un dibujo que se capaz de plasmar lo difícil que es mantener el control sobre las emociones o impulsos que se experimentan frente a distintas circunstancias, lo que servirá como un recurso de liberación/catarsis consciente e inconsciente.</p> <p>Para llevar a cabo la obra dispondrán de lápiz, colores, plumones, borrador y corrector en un tiempo estimado (10 minutos), además, la actividad estará acompañada por distintas melodías acústicas.</p> <p>Transcurrido el lapso establecido, cada uno de los estudiantes presentarán los trabajos realizados y procederán a compartir el significado tanto de las imágenes trazadas como los colores empleados para demostrar la conexión que comparte con aquello que sienten al perder o intentar mantener el control de sí mismos.</p>	4	4	4	

	<p>Luego se realizarán las siguientes interrogantes:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- ¿Podemos perder el control de nuestras palabras o acciones? ¿A qué se debe?</li> <li>- ¿Alguna vez nos enseñaron qué hacer con eso que sentimos y no es tan sencillo mantener bajo control?</li> <li>- ¿Para qué necesitamos aprender a controlar nuestros impulsos?</li> </ul> <p>Se brindará una ronda de aplausos por todas las respuestas obtenidas por parte de los participantes.</p>				
	<p><b>Cierre</b></p> <p>Se enseñará a los estudiantes cómo elaborar un molino de viento con la técnica de origami, el cual será personalizado por cada uno de acuerdo a sus preferencias de colores, ideas y temáticas. Asimismo, se explicará que el propósito de su creación se centra en utilizarlo como una herramienta de desfogue y atracción tanto de calma como estabilidad emocional al liberar de forma correcta lo que sienten a través del proceso de inhalación y exhalación que se emplea para que el molino de viento gire.</p> <p><i>"En lugar de temer constantemente perder el control sobre nosotros, podemos intentar buscar a quién nos enseñe de qué manera lograr expresarnos con los cuidados necesarios".</i></p>	4	4	4	
<b>Producto</b>	Las obras de arte que reflejan las dificultades que experimentan los alumnos para mantener el control de sus impulsos.	4	4	4	

- **Cuarta dimensión:** Manejo del estrés.
- **Objetivos de la Dimensión:** Fortalecer las capacidades de control de impulsos y tolerancia a la frustración en los estudiantes.
- **Sesión 07:** “¿Y si me equivoco? ¡No pasa nada!”.

Objetivo de la actividad.	Actividad	Claridad	Coherencia	Relevancia	Observaciones/ Recomendaciones
Brindar estrategias para la canalización de impulsos y tolerancia frente a las dificultades.	<p><b>Inicio</b></p> <p>Saludo entre el facilitador y los alumnos. Mención de las normas de convivencia establecidas.</p> <p><b>Dinámica:</b> Ritmo continuo.</p> <p>Se solicitará a los estudiantes ubicar sus sillas formando la estructura del caparazón de un caracol, tomando asiento y dándose la espalda unos a otros. Antes de reproducir la pieza musical, se les explicará que deberán cerrar los ojos y posicionar las manos sobre la espalda del compañero que tengan delante para aplicar la técnica de compás de los dedos, de tal forma que puedan transmitir el ritmo de la melodía que captan desde el inicio hasta el final, reflejando a su vez las emociones que genera la música consigo.</p> <p>Luego se realizarán las siguientes interrogantes:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– ¿Qué logramos sentir cada uno durante la actividad?</li> <li>– Del 1 al 10 ¿Qué tan fácil fue mantener la concentración entre nuestras acciones y las de los demás?</li> <li>– ¿Qué emociones despertó en ustedes la melodía en esta ocasión?</li> </ul> <p>Se escucharán una a una las respuestas y se agradecerá la participación de cada uno con aplausos.</p>	4	4	4	
	<p><b>Desarrollo</b></p> <p><b>Dinámica:</b> Todo se puede reparar.</p>	4	4	4	

<p>Se invitará a los alumnos para colocarse en el centro del salón alrededor de una caja, la cual contendrá diferentes papeles con los colores que podrán utilizar para elaborar el ejercicio, por lo que deberán tomar de manera aleatoria uno de los hilos que se encuentran conectados a los papeles, con lo que obtendrán el tipo de color que emplearán. Adicionalmente, se pedirá a los estudiantes ubicarse en frente a los cuadros tapados que se hallarán distribuidos por toda el aula, una vez divididos en grupos, se develará la pintura y se entregará una copia de la imagen a cada integrante del grupo, con el fin de reparar el daño de la obra de arte empleando únicamente materiales del color que obtendrán en la caja.</p> <p>Para realizar el dibujo contarán con un límite de tiempo (10 minutos) y como acompañamiento del ejercicio, se reproducirán distintas melodías acústicas.</p> <p>Transcurrido el periodo determinado, cada grupo presentará de forma secuencial las obras elaboradas, las cuales serán observadas por el resto de sus compañeros y procederán a explicar su fuente de inspiración para arreglar de manera creativa el daño de la pintura.</p> <p>Después de ello se planteará una serie de preguntas:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– ¿Qué emociones sintieron mientras intentaban reparar el dibujo?</li> <li>– ¿Qué tipo de dificultades se les presentaron para lograr su propósito?</li> <li>– ¿En algún momento llegamos a experimentar frustración? ¿Qué hicimos para superarlo?</li> </ul> <p>Se brindará una ronda de aplausos por todas las respuestas obtenidas por parte de los participantes.</p>					
<p><b>Cierre</b></p> <p>Se indicará a los estudiantes a redactar una carta de agradecimiento por todo el esfuerzo y perseverancia</p>	4	4	4		

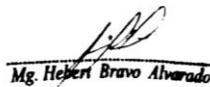
	<p>que han puesto en el día a día, incluso frente a las dificultades que se presentaban y los momentos en que sentían que no tenían una solución o salida a la que dirigirse.</p> <p>Una vez completado, se les brindará un marco de cartón en el que podrán colocar la carta que escribieron, con el fin de conservar esas palabras hacia sí mismos por mucho tiempo.</p> <p>Adicionalmente, se les solicitará que, para la siguiente sesión lleven consigo una fotografía o impresión de algún momento de su infancia que los hiciese felices, así como revistas donde observen imágenes similares a los sueños que quieren lograr.</p> <p><i>"A veces nos vemos perdidos en un laberinto de problemas y posibilidades, los caminos parecen confusos e imposibles, no obstante, sólo necesitamos mantener la calma para hallar la manera de salir".</i></p>				
<b>Producto</b>	Las cartas de agradecimiento elaborado por los estudiantes que refuerza su esfuerzo y perseverancia pese a las adversidades.	4	4	4	

- **Quinta dimensión:** Estado de ánimo (Felicidad y optimismo).
- **Objetivos de la Dimensión:** Mejorar las habilidades de motivación y optimismo de los estudiantes.
- **Sesión 08:** "Transforma tu vida en una maravilla".

Objetivo de la actividad.	Actividad	Claridad	Coherencia	Relevancia	Observaciones/ Recomendaciones
Promover la concientización y valoración tanto de la motivación como actitud optimista.	<p><b>Inicio</b></p> <p>Saludo entre el responsable y los alumnos.</p> <p>Mención de las normas de convivencia establecidas.</p> <p><b>Dinámica:</b> Pieza musical de memorias.</p> <p>Se formará un círculo en el medio del salón, los estudiantes tomarán asiento juntos y procederán a cerrar los ojos, la consigna a trabajar se basará en el</p>	4	4	4	

	<p>rítmo de la melodía para recordar cada una de las experiencias que se han vivenciado en las sesiones hasta ese preciso momento, los aprendizajes que alcanzaron a obtener y las emociones que surgieron en cada actividad en su proceso de mejora, esto podrá ser acompañado del compás de los dedos e incluso incorporar la movilidad de la parte superior del cuerpo que incluye el tronco y la cabeza.</p> <p>Después se plantearán diferentes preguntas:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- <i>¿Cuáles fueron los momentos que logramos recordar de las sesiones?</i></li> <li>- <i>¿Qué tipo de emociones les transmitió la melodía en esta oportunidad?</i></li> </ul> <p>Se escucharán una a una las respuestas y se agradecerá la participación de cada uno con aplausos.</p>				
	<p><b>Desarrollo</b></p> <p><b>Dinámica:</b> Lo que me hacía feliz antes.</p> <p>Los alumnos tendrán a su alcance las fotografías o impresiones de los momentos de su infancia que los hicieron felices entonces, este recurso se empleará como una referencia del pasado para recordar aquellas experiencias que les brindaron entusiasmo y diversión para poder dibujar las pequeñas cosas que les gustaría volver a apreciar y disfrutar como antes, comprometiéndose a valorarlas nuevamente, mejorando día a día.</p> <p>Para llevar a cabo la obra dispondrán de lápiz, colores, plumones, borrador y corrector en un tiempo estimado (10 minutos), además, la actividad estará acompañada por distintas melodías acústicas.</p> <p>Transcurrido el lapso establecido, cada estudiante presentará los trabajos realizados y procederán a compartir el significado tanto de las imágenes trazadas como los colores empleados para demostrar la conexión entre el dibujo, su pasado, el presente que</p>	4	4	4	

	<p>viven y el futuro que les gustaría alcanzar.</p> <p>Luego se realizarán las siguientes interrogantes:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- ¿Es posible ser feliz con tan poco? ¿Debido a qué?</li> <li>- Si después de unos años volvemos a hacer lo que nos generaba felicidad ¿Creen que será igual? ¿Y eso será bueno o malo?</li> <li>- ¿Qué podemos hacer si no nos sentimos igual con lo que antes nos hacía felices?</li> </ul> <p>Se brindará una ronda de aplausos por todas las respuestas obtenidas por parte de los participantes.</p> <p><b>Cierre</b></p> <p>Se invitará a los estudiantes a elaborar un collage, para ello se utilizarán las revistas solicitadas en la sesión anterior, las cuales estarán asociadas a sus preferencias o sueños.</p> <p>El espacio de trabajo para el collage se dividirá en dos partes, en el lado izquierdo colocarán imágenes relacionadas a sus aspiraciones, motivaciones, objetivos o metas, entretanto, en el lado derecho se encargarán de reflejar de manera libre, abstracta y creativa, todas las emociones que han vivenciado desde la primera hasta la última sesión.</p> <p>Aplicación de postest.</p> <p><i>"Lo que logramos sentir en el pasado, presente y futuro que desconocemos, fueron, son y serán emociones únicas, aunque, eso no significa que la felicidad ocurra una sola vez, esta puede aparecer una y mil veces".</i></p>				
		4	4	4	
<b>Producto</b>	Los dibujos de valoración y compromiso basado en los momentos de infancia que los hicieron felices y que surgen de la fotografía que emplearon como referencia.	4	4	4	



Mg. Hebert Roberto Bravo Alvarado  
18097832

Pd.: el presente formato debe tomar en cuenta:

Williams y Webb (1994) así como Powell (2003), mencionan que no existe un consenso respecto al número de expertos a emplear. Por otra parte, el número de jueces que se debe emplear en un juicio depende del nivel de experticia y de la diversidad del conocimiento. Así, mientras Gable y Wolf (1993), Grant y Davis (1997), y Lynn (1986) (citados en McGartland et al. 2003) sugieren un rango de 2 hasta 20 expertos, Hyrkás et al. (2003) manifiestan que 10 expertos brindarán una estimación confiable de la validez de contenido de un instrumento (cantidad mínimamente recomendable para construcciones de nuevos instrumentos). Si un 80 % de los expertos han estado de acuerdo con la validez de un ítem éste puede ser incorporado al instrumento (Voutilainen & Liukkonen, 1995, citados en Hyrkás et al. (2003).

Ver: <https://www.revistaespacios.com/cited2017/cited2017-23.pdf> entre otra bibliografía.



Ámbito de aplicación:	180 estudiantes de primer año de secundaria de una Institución Educativa en Trujillo, 2023.
-----------------------	---

#### 4. Soporte teórico

Escala/ÁREA	Subescala (dimensiones)	Definición
Inteligencia emocional	Intrapersonal	Se refiere a la capacidad para desarrollar conciencia de la propia existencia, contención y libertad de los propios sentimientos, consolidando gradualmente, aspectos ligados al autoconcepto e independencia de los individuos (Martínez, 2023).
	Interpersonal	La persona tiene presente como eje de acción a la sociedad, adquiriendo competencias de responsabilidad afectiva, empatía y protección de lazos creados con su respectivo entorno (Valdiviezo y Rivera, 2022).
	Adaptabilidad	En la habilidad se evidencia un interés por fortalecer la flexibilidad de la conducta, aceptación y asimilación de alteraciones en los hábitos de la vida cotidiana, diseñando estrategias particulares para resolver todo tipo de conflictos (Fernández, 2021).
	Manejo del estrés	La obtención de la capacidad representa un desafío para extender los índices de tolerancia, con la finalidad de aprender a gestionar los impulsos frente a acontecimientos tensos, difíciles y frustrantes (Contreras, 2020).
	Estado de ánimo	Su significado abarca el sentido de vida del ser humano, al igual que los niveles de optimismo fundamentales para crear una sensación de felicidad periódicamente (Machado, 2022).

#### 5. Presentación de instrucciones para el juez

A continuación, a usted le presento el programa titulado: Programa Artmusiones para mejorar la inteligencia emocional en estudiantes de secundaria en una Institución Educativa de Trujillo, 2023. Y SE SOLICITA QUE REALICE LA CALIFICACIÓN. De acuerdo con los siguientes indicadores, califique cada uno de los ítems según corresponda.

Categoría	Calificación	La actividad y/o procedimientos
<b>CLARIDAD</b> La actividad se comprende fácilmente, es decir, el procedimiento está adecuadamente descritos.	1 No cumple con el criterio	La actividad no es clara.
	2. Bajo Nivel	La actividad requiere bastantes modificaciones o una modificación muy grande en el uso de las palabras de acuerdo con su significado o por la ordenación de las mismas.
	3. Moderado nivel	Se requiere una modificación muy específica.
	4. Alto nivel	La actividad es clara, tiene semántica y sintaxis adecuada.
<b>COHERENCIA</b> La actividad tiene relación lógica con el objetivo que se está midiendo.	1 No cumple con el criterio	La actividad no tiene relación lógica con el objetivo que se está midiendo
	2. Bajo Nivel	La actividad tiene una relación tangencial con el objetivo que se está midiendo.
	3. Moderado nivel	La actividad tiene una relación moderada con el objetivo que se está midiendo.
	4. Alto nivel	La actividad se encuentra completamente relacionado con el objetivo que se está midiendo.

<b>RELEVANCIA</b> La actividad es esencial o importante, es decir contribuye al desarrollo de los objetivos propuestos.	1 No cumple con el criterio	La actividad puede ser eliminada sin que se vea afectada la medición de la dimensión.
	2. Bajo Nivel	La actividad tiene alguna relevancia, pero otro ítem puede estar incluyendo lo que mide éste.
	3. Moderado nivel	La actividad es relativamente importante.
	4. Alto nivel	La actividad es muy relevante y debe ser incluida.

*Leer con detenimiento los ítems y calificar en una escala de 1 a 4 su valoración, así como solicitamos brinde sus observaciones que considere pertinente.*

1 No cumple con el criterio
2. Bajo Nivel
3. Moderado nivel
4. Alto nivel

**DIMENSIONES DEL PROGRAMA**

- **Primera dimensión:** Intrapersonal
- **Objetivos de la Dimensión:** Fortalecer el autoconcepto y autoestima de los estudiantes.
- **Sesión 01:** "Veamos cómo somos por dentro".

Objetivo de la actividad.	Actividad	Claridad	Coherencia	Relevancia	Observaciones/ Recomendaciones
Promover tanto el reconocimiento como aceptación de las emociones y virtudes que poseen los estudiantes.	<p><b>Inicio</b></p> <p>Presentación del responsable del programa, la composición de temas a trabajar y tiempo de duración. Establecimiento de las normas de convivencia.</p> <p>Aplicación de pretest.</p> <p><b>Dinámica:</b> Capturar ritmo y melodía.</p> <p>Los estudiantes permanecerán en sus asientos y sólo podrán ejecutar movimientos con la cabeza, manos o pies para lograr seguir el ritmo de la melodía que se reproducirá, estableciendo a su vez una conexión con las emociones que surgen producto de la pieza musical expuesta.</p> <p>Luego se realizarán las siguientes interrogantes:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- ¿Cuántos logramos seguir el ritmo de la melodía?</li> <li>- ¿Qué emociones despertó en ustedes la pieza musical?</li> </ul> <p>Se escucharán una a una las respuestas y se agradecerá la participación de cada uno con aplausos.</p>	4	4	4	
	<p><b>Desarrollo</b></p> <p><b>Dinámica:</b> El código de la emoción.</p> <p>Los alumnos tendrán que formarse en grupos para trabajar esta actividad, posteriormente, un</p>	4	4	4	

<p>representante se acercará al ánfora dispuesta en el centro del salón, la cual contiene distintos papeles con emociones, mismas que deberán retratar de forma abstracta, cada uno.</p> <p>Para realizar el dibujo sólo será posible emplear un lápiz y se llevará a cabo dentro de un límite de tiempo (10 minutos), los estudiantes tendrán los ojos vendados y como acompañamiento del ejercicio, se reproducirán distintas melodías acústicas.</p> <p>Transcurrido el periodo determinado, cada grupo presentará las obras elaboradas, las cuales serán observadas por el resto de sus compañeros, quienes tendrán la misión de intentar descifrar la emoción que debían representar.</p> <p>Después de ello se planteará una serie de preguntas:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- ¿Qué trabajos fueron los más difíciles de adivinar? ¿Debido a qué?</li> <li>- ¿Las emociones son iguales para todas las personas? ¿Qué las hace diferentes?</li> </ul> <p>Se brindará una ronda de aplausos por todas las respuestas obtenidas por parte de los participantes.</p>					
<p><b>Cierre</b></p> <p>Mostrar a los estudiantes una imagen del cielo nocturno totalmente vacío, razón por la cual, se invitará a que puedan iluminarlo con estrellas que contendrán las virtudes que poseen como seres humanos, colocando en la parte posterior sus nombres, para ello se realizará un ejemplo, con el propósito de comprender la actividad.</p> <p><i>"Cada uno de nosotros somos capaces de brillar, puesto que contamos con muchos puntos favorables, desde ser atentos o responsables, hasta ser justos o amables".</i></p>	4	4	4		

<b>Producto</b>	La imagen del cielo nocturno acompañado de las fichas de estrellas completadas con las virtudes de los alumnos.				
-----------------	---	--	--	--	--

- **Primera dimensión:** Intrapersonal
- **Objetivos de la Dimensión:** Fortalecer el autoconcepto y autoestima de los estudiantes.
- **Sesión 02:** "Del 1 al 1000 ¿Qué número somos?".



Objetivo de la actividad.	Actividad	Claridad	Coherencia	Relevancia	Observaciones/ Recomendaciones
Promover tanto el reconocimiento como aceptación de las emociones y virtudes que proveen los estudiantes.	<b>Inicio</b> Saludo entre el responsable y los alumnos. Mención de las normas de convivencia establecidas. <b>Dinámica:</b> Un compás singular.  Se formará un círculo en el medio del salón, los estudiantes tomarán asiento y se procederá a explicar cómo expresar el ritmo a través del compás de los dedos, para lo cual se realizará tanto una demostración como ronda de práctica, tomando en cuenta que los ojos deben permanecer cerrados, para estimular los sentidos y concentración de los participantes, trabajando en la modificación del estado emocional.  Después se plantearán diferentes preguntas: – Del 1 al 10 ¿Qué tan difícil fue la dinámica? ¿Debido a qué? – ¿Qué tipo de emociones les transmitió la melodía?  Se escucharán una a una las respuestas y se agradecerá la participación de cada uno con aplausos.	4	4	4	
	<b>Desarrollo</b> <b>Dinámica:</b> El misterio del reflejo.	4	4	4	

	Los alumnos se dividirán para trabajar este ejercicio al seleccionar una de las cuatro cajas misteriosas que se encontrarán dispuesta por el salón, las cuales contendrá un objeto (hojas de distintas plantas, un frasco con agua, una linterna encendida y un depósito con arena) con el que deberán elaborar un dibujo que represente cómo se ven cada uno a través del mismo, la relación o vínculo que pueden establecer entre el objeto y su autoestima.  Para llevar a cabo la obra dispondrán de lápiz, colores y borrador, en un tiempo estimado (10 minutos), además, la actividad estará acompañada por distintas melodías acústicas.  Transcurrido el lapso establecido, cada grupo presentará los trabajos realizados y procederán a compartir el significado tanto de las imágenes trazadas como los colores empleados para demostrar la conexión del objeto consigo mismos.  Luego se realizarán las siguientes interrogantes: – Si pudiésemos hacer este ejercicio tiempo atrás o después ¿Creen que el resultado sería diferente? ¿Debido a qué? – ¿Nos gustaría cambiar algo de nuestro dibujo más adelante? ¿Qué sería?  Se brindará una ronda de aplausos por todas las respuestas obtenidas por parte de los participantes.				
	<b>Cierre</b> Se invitará a los estudiantes a escribir sobre uno o más papeles aquello que los hace sentirse orgullosos de ser ellos mismos desde hace mucho tiempo o que incluso ese mismo día sienten. Una vez completado, podrán colocarlo dentro de la caja y se pasará a revolotear para obtener algunos papeles al azar, los cuales se leerán en voz alta, con la intención de reforzar el valor que cada uno posee.	4	4	4	

	"A veces nuestros días no son los más buenos, dudamos mucho y pensamos que estamos haciendo mal las cosas, pero es importante recordar que, hemos logrado mucho hasta ahora y debemos estar orgullosos de eso".				
<b>Producto</b>	Los papeles que contienen aspectos por los que los alumnos se sienten orgullosos de sí mismos.	4	4	4	

- **Segunda dimensión:** Interpersonal
- **Objetivos de la Dimensión:** Mejorar las capacidades de empatía y relaciones interpersonales en los estudiantes.
- **Sesión 03:** "¿Sientes lo mismo que yo? ¡Es imposible!".

Objetivo de la actividad.	Actividad	Claridad	Coherencia	Relevancia	Observaciones/ Recomendaciones
Fomentar la comprensión y valoración del establecimiento de vínculos interpersonales basados en el respeto.	<p><b>Inicio</b></p> <p>Saludo entre el facilitador y los alumnos. Establecimiento de las normas de convivencia.</p> <p><b>Dinámica:</b> Ritmo en todo el cuerpo.</p> <p>Los estudiantes permanecerán en sus asientos y se procederá a reproducir una pieza musical, la cual será interpretada empleando todas las partes del cuerpo en conjunto, reflejando a través del movimiento las emociones que produce la melodía sobre sí mismos.</p> <p>Luego se realizarán las siguientes interrogantes:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– ¿Qué partes de nuestro cuerpo lograron seguir mejor el ritmo de la música?</li> <li>– ¿Cuáles fueron las emociones que surgieron en esta ocasión?</li> </ul> <p>Se escucharán una a una las respuestas y se agradecerá la participación de cada uno con aplausos.</p>	4	4	4	

	<p><b>Desarrollo</b></p> <p><b>Dinámica:</b> Significados ocultos.</p> <p>Alrededor del salón de clases estarán dispuestas distintas obras de arte del mundo (Los nenúfares de Monet, La noche estrellada, Las dos Fridas y El Guernica), por lo que, se solicitará a los alumnos posicionarse en aquella que más les guste o llame la atención y escribir sobre los papeles que se hallan en la mesa debajo de la pintura su interpretación personal de lo que logran observar detenidamente para luego colocarlo en el ánfora correspondiente.</p> <p>Transcurrido el periodo determinado (10 minutos), se revisará cada uno de los papeles que se hallan dentro de las ánforas de las obras de arte y se procederá a relatar el verdadero significado y/o intención de los autores al elaborar las piezas que se expusieron anteriormente.</p> <p>Después de ello se planteará una serie de preguntas:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– Cuando vemos por primera vez las obras de arte ¿Pensamos que tendría un significado como el que el autor menciona? ¿Debido a qué?</li> <li>– Entonces ¿Es posible saber cómo se sienten las personas todo el tiempo, aunque no nos digan nada?</li> <li>– ¿Qué pasa si nos equivocamos y no se sienten de ese modo?</li> </ul> <p>Se brindará una ronda de aplausos por todas las respuestas obtenidas por parte de los participantes.</p>	4	4	4	
	<p><b>Cierre</b></p> <p>Se solicitará a los estudiantes redactar misiones o propósitos reales para mejorar la relación que pueden establecer con los demás en su centro de estudios (maestros, compañeros, personal de servicio) sobre distintas hojas de colores. Posteriormente, se les brindará pequeños calendarios elaborados en los que</p>	4	4	4	



	<p>podrán marcar los días en que conseguirán cumplir sus misiones o propósitos con el color correspondiente de cada uno.</p> <p>Es importante recalcar que, los calendarios se colocarán en el salón, para que, de ese modo puedan recordar sus compromisos y llevarlos a la práctica a su propio ritmo.</p> <p><i>"En ocasiones, lo mejor es poder acercarnos para conocer lo que le ocurre a los demás e incluso lo que eso les hace sentir, en lugar de creer o asumir apresuradamente".</i></p>				
<b>Producto</b>	Los calendarios junto a las misiones o propósitos de mejora elaborados por los alumnos.	4	4	4	

- **Tercera dimensión:** Adaptabilidad
- **Objetivos de la Dimensión:** Reforzar las habilidades de adaptación a los cambios y solución de problemas de los estudiantes.
- **Sesión 04:** "Cambios que emocionan, asustan y enfadan".

Objetivo de la actividad.	Actividad	Claridad	Coherencia	Relevancia	Observaciones/ Recomendaciones
Impulsar la formación de pensamientos y acciones flexibles ante los cambios que permitan la resolución de conflictos.	<p><b>Inicio</b></p> <p>Saludo entre el responsable y los alumnos.</p> <p>Mención de las normas de convivencia establecidas.</p> <p><b>Dinámica:</b> Sincronía a la par.</p> <p>Los estudiantes se dividirán en parejas para llevar a cabo el ejercicio, colocando tanto sus mesas como asientos frente a frente.</p> <p>Se explicará que, la melodía que se reproducirá en esta oportunidad tendrá como instrumentos principales una batería y un piano, por lo que, deberán decidir quién se concentrará en seguir el ritmo de cada instrumento. Una vez definido, se recordará que la actividad se realizará con los ojos cerrados, mediante el compás de los dedos sobre las mesas, para conseguir mayor</p>	4	4	4	



	<p>concentración en la percepción de la pieza musical y la carga emocional que la misma les transmitirá.</p> <p>Después se plantearán diferentes preguntas:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- ¿Cuál fue la parte más fácil de la dinámica? ¿Debido a qué?</li> <li>- ¿Cuál fue la parte más complicada de la dinámica? ¿Debido a qué?</li> <li>- ¿Qué tipo de emociones les transmitió la melodía en esta oportunidad?</li> </ul> <p>Se escucharán una a una las respuestas y se agradecerá la participación de cada uno con aplausos.</p>				
	<p><b>Desarrollo</b></p> <p><b>Dinámica:</b> Ruleta de cambios inesperados.</p> <p>Se formará un círculo con las mesas y asientos de los alumnos, en el medio de éste se encontrará el responsable del taller con una ruleta, la cual, dependiendo de lo que apunte la flecha representará un cambio para la elaboración de los dibujos que realizarán, cuya temática será a libre elección, entretanto, las alternativas de la ruleta corresponderán a cambios como: Emplear lápiz, girar la hoja de trabajo, usar colores, borrar lo último que hiciste, emplear plumones, cambiar la mano con la que dibujas, añadir líneas, usar corrector.</p> <p>Para llevar a cabo la obra dispondrán de un tiempo estimado (10 minutos), la temática será libre, además, la actividad estará acompañada por distintas melodías acústicas.</p> <p>Transcurrido el lapso establecido, cada estudiante presentará su trabajo procederá a compartir su inspiración para crear la pieza de arte y cómo la idea se mantuvo o cambió durante la actividad.</p> <p>Luego se realizarán las siguientes interrogantes:</p>	4	4	4	

	<ul style="list-style-type: none"> <li>- ¿Cuántos tuvieron dificultades para seguir los cambios de la ruleta? ¿Debido a qué?</li> <li>- Si pudiesen realizar el ejercicio una vez más ¿Lo harían con la ruleta o sin la ruleta?</li> </ul> <p>Se brindará una ronda de aplausos por todas las respuestas obtenidas por parte de los participantes.</p>				
	<p><b>Cierre</b></p> <p>Se mostrará a los alumnos una imagen de una habitación oscura y se les entregarán papeles, en los que podrán escribir los temores o preocupaciones que tienen cuando atraviesan un cambio repentino y lo colocarán en el fondo dispuesto. Se leerán al azar algunas de las ideas que expresan y se validarán las emociones.</p> <p>Luego, se dará vuelta a la imagen inicial y se podrá visualizar un campo de naturaleza brillante, el cual se complementará con las anotaciones de los estudiantes acerca de lo mejor que podría pasar cuando algo en sus vidas cambia.</p> <p><i>"Sentir preocupación o temor a lo desconocido, incluso al futuro, es natural, siempre tenemos un 50/50 de posibilidades, sin embargo, eso no puede detenernos de disfrutar cada instante, aunque sea con miedo".</i></p>	4	4	4	
<b>Producto</b>	Las imágenes que contienen los pensamientos de los alumnos sobre sus temores, preocupaciones y esperanzas sobre los cambios.				

- **Tercera dimensión:** Adaptabilidad.
- **Objetivos de la Dimensión:** Reforzar las habilidades de adaptación a los cambios y solución de problemas de los estudiantes.
- **Sesión 05:** "¿Perdiste algo? ¡Vamos a encontrarlo!".

Objetivo de la actividad.	Actividad	Claridad	Coherencia	Relevancia	Observaciones/ Recomendaciones
Impulsar la formación de pensamientos y acciones flexibles a los cambios que permitan la resolución de conflictos.	<p><b>Inicio</b></p> <p>Saludo entre el facilitador y los alumnos.</p> <p>Mención de las normas de convivencia establecidas.</p> <p><b>Dinámica:</b> Sinfónica del día.</p> <p>Se indicará a los estudiantes que deberán formar un círculo en el centro del salón y sentarse con las piernas cruzadas, dando la espalda.</p> <p>A continuación, se les entregarán dos piezas cuadradas de cartón a cada uno, las cuales se colocarán sobre sus rodillas y servirán como soportes para llevar a cabo el compás de los dedos al ritmo de la pieza musical que se reproducirá. Se tendrá en cuenta que, los ojos deberán permanecer cerrados, con el fin de otorgar una mejor concentración y conexión entre los estímulos sonoros con la movilidad de las articulaciones al expresar las emociones que transmite la melodía puesta.</p> <p>Luego se realizarán las siguientes interrogantes:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- ¿Cuántos presentaron dificultades para realizar la dinámica? ¿Cuáles fueron esas dificultades?</li> <li>- ¿Qué emociones despertó en ustedes la melodía en esta ocasión?</li> </ul> <p>Se escucharán una a una las respuestas y se agradecerá la participación de cada uno con aplausos.</p>	4	4	4	
	<p><b>Desarrollo</b></p> <p><b>Dinámica:</b> Cada problema tiene solución.</p>	4	4	4	

	<p>Los alumnos tendrán que formarse en grupos para trabajar esta actividad, posteriormente, en la pizarra se colocarán imágenes que escenifican una pelea, malentendido o discusión entre dos o más personas y se indicará que la misión será modificar la situación en un nuevo dibujo, no obstante, tendrán prohibido hablar entre sí o escribir sus ideas para que el resto las conozca, por lo que deberán expresarse con gestos o mímicas.</p> <p>Para realizar el trabajo contarán con un límite de tiempo (5 minutos) y se reproducirán distintas melodías acústicas como acompañamiento.</p> <p>Transcurrido el periodo determinado, cada grupo presentará las obras elaboradas, las cuales serán observadas por el resto de sus compañeros, quienes tendrán que intentar descifrar la solución propuesta por el equipo.</p> <p>Después de ello se planteará una serie de preguntas:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- ¿De qué manera lograron comunicarse si no podían hablar o escribir?</li> <li>- ¿Qué tan sencillo es tomar decisiones en poco tiempo? ¿Qué creen que es necesario para lograr solucionar un problema?</li> </ul> <p>Se brindará una ronda de aplausos por todas las respuestas obtenidas por parte de los participantes.</p>				
<b>Cierre</b>	<p>Se establecerá una plática con los alumnos acerca del tiempo que se necesita para pensar las cosas que suceden con calma antes de elegir o tomar una decisión y cómo en oportunidades la música permite neutralizar la intensidad de las emociones para lograrlo. Por tal motivo, se les brindarán discos de música elaborados con cartón para que puedan personalizarlos inspirándose en algún artista o canción de los que aprendieron lecciones valiosas de vida o incluso que</p>	4	4	4	

	<p>les transmiten tranquilidad en momentos complicados, además, en la parte posterior tendrán que escribir una frase que, a futuro, les será de ayuda tanto para mantener la calma frente a las dificultades como obtener valor para enfrentarlas con una buena actitud.</p> <p><i>“Cada problema tiene una solución, a veces nos sentimos perdidos y pensamos que en realidad no existen, sin embargo, ahí están, sólo necesitamos ver más allá de la confusión”.</i></p>				
<b>Producto</b>	<p>Los discos de música personalizados por los estudiantes con frases que generarán tranquilidad o motivación.</p>	4	4	4	

- **Cuarta dimensión:** Manejo del estrés.
- **Objetivos de la Dimensión:** Fortalecer las capacidades de control de impulsos y tolerancia a la frustración en los estudiantes.
- **Sesión 06:** *“¡Alto ahí! Vayamos despacio”.*

Objetivo de la actividad.	Actividad	Claridad	Coherencia	Relevancia	Observaciones/ Recomendaciones
<p>Brindar estrategias para la canalización de impulsos y tolerancia frente a las dificultades.</p>	<p><b>Inicio</b></p> <p>Saludo entre el responsable y los alumnos.</p> <p>Mención de las normas de convivencia establecidas.</p> <p><b>Dinámica:</b> Ambiente musical.</p> <p>Se invitará a los estudiantes a salir de sus asientos y dispersarse alrededor del salón, para luego cerrar los ojos y centrarse únicamente en la melodía que se reproducirá, con la intención de captar el ritmo y las emociones que despiertan en sus mentes, externalizando ello de forma creativa a través del movimiento de cada parte del cuerpo, disfrutando libremente de la pieza musical en un espacio más amplio en contraste con los trabajados en las sesiones anteriores.</p>	4	4	4	

	<p>Después se plantearán diferentes preguntas:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- ¿Qué diferencias encontramos entre esta dinámica y las que realizamos antes?</li> <li>- ¿Qué tipo de emociones les transmitió la pieza musical en esta oportunidad?</li> </ul> <p>Se escucharán una a una las respuestas y se agradecerá la participación de cada uno con aplausos.</p>				
	<p><b>Desarrollo</b></p> <p><b>Dinámica:</b> El arte en el desastre.</p> <p>Se mostrará a los alumnos una serie de obras elaboradas a partir de retazos o fragmentos de distintos materiales como ejemplo de la actividad que se realizará. Después, se les invitará a observar una pantalla de diversos colores elaborado con papel y se pedirá a cada uno acercarse de manera ordenada para rasgar una parte de la composición, lo que se convertirá en la base principal del producto que construirán de forma individual.</p> <p>El desafío de esta actividad se basará en generar un dibujo que se capaz de plasmar lo difícil que es mantener el control sobre las emociones o impulsos que se experimentan frente a distintas circunstancias, lo que servirá como un recurso de liberación/catarsis consciente e inconsciente.</p> <p>Para llevar a cabo la obra dispondrán de lápiz, colores, plumones, borrador y corrector en un tiempo estimado (10 minutos), además, la actividad estará acompañada por distintas melodías acústicas.</p> <p>Transcurrido el lapso establecido, cada uno de los estudiantes presentarán los trabajos realizados y procederán a compartir el significado tanto de las imágenes trazadas como los colores empleados para demostrar la conexión que comparte con aquello que sienten al perder o intentar mantener el control de sí mismos.</p>	4	4	4	

	<p>Luego se realizarán las siguientes interrogantes:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- ¿Podemos perder el control de nuestras palabras o acciones? ¿A qué se debe?</li> <li>- ¿Alguna vez nos enseñaron qué hacer con eso que sentimos y no es tan sencillo mantener bajo control?</li> <li>- ¿Para qué necesitamos aprender a controlar nuestros impulsos?</li> </ul> <p>Se brindará una ronda de aplausos por todas las respuestas obtenidas por parte de los participantes.</p>				
	<p><b>Cierre</b></p> <p>Se enseñará a los estudiantes cómo elaborar un molino de viento con la técnica de origami, el cual será personalizado por cada uno de acuerdo a sus preferencias de colores, ideas y temáticas. Asimismo, se explicará que el propósito de su creación se centra en utilizarlo como una herramienta de desfogue y atracción tanto de calma como estabilidad emocional al liberar de forma correcta lo que sienten a través del proceso de inhalación y exhalación que se emplea para que el molino de viento gire.</p> <p><i>"En lugar de temer constantemente perder el control sobre nosotros, podemos intentar buscar a quién nos enseñe de qué manera lograr expresarnos con los cuidados necesarios".</i></p>	4	4	4	
<b>Producto</b>	Las obras de arte que reflejan las dificultades que experimentan los alumnos para mantener el control de sus impulsos.	4	4	4	

- **Cuarta dimensión:** Manejo del estrés.
- **Objetivos de la Dimensión:** Fortalecer las capacidades de control de impulsos y tolerancia a la frustración en los estudiantes.
- **Sesión 07:** “¿Y si me equivoco? ¡No pasa nada!”.

Objetivo de la actividad.	Actividad	Claridad	Coherencia	Relevancia	Observaciones/ Recomendaciones
Brindar estrategias para la canalización de impulsos y tolerancia frente a las dificultades.	<p><b>Inicio</b></p> <p>Saludo entre el facilitador y los alumnos. Mención de las normas de convivencia establecidas.</p> <p><b>Dinámica:</b> Ritmo continuo.</p> <p>Se solicitará a los estudiantes ubicar sus sillas formando la estructura del caparazón de un caracol, tomando asiento y dándose la espalda unos a otros. Antes de reproducir la pieza musical, se les explicará que deberán cerrar los ojos y posicionar las manos sobre la espalda del compañero que tengan delante para aplicar la técnica de compás de los dedos, de tal forma que puedan transmitir el ritmo de la melodía que captan desde el inicio hasta el final, reflejando a su vez las emociones que genera la música consigo.</p> <p>Luego se realizarán las siguientes interrogantes:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- ¿Qué logramos sentir cada uno durante la actividad?</li> <li>- Del 1 al 10 ¿Qué tan fácil fue mantener la concentración entre nuestras acciones y las de los demás?</li> <li>- ¿Qué emociones despertó en ustedes la melodía en esta ocasión?</li> </ul> <p>Se escucharán una a una las respuestas y se agradecerá la participación de cada uno con aplausos.</p>	4	4	4	
	<p><b>Desarrollo</b></p> <p><b>Dinámica:</b> Todo se puede reparar.</p>	4	4	4	

<p>Se invitará a los alumnos para colocarse en el centro del salón alrededor de una caja, la cual contendrá diferentes papeles con los colores que podrán utilizar para elaborar el ejercicio, por lo que deberán tomar de manera aleatoria uno de los hilos que se encuentran conectados a los papeles, con lo que obtendrán el tipo de color que emplearán. Adicionalmente, se pedirá a los estudiantes ubicarse en frente a los cuadros tapados que se hallarán distribuidos por toda el aula, una vez divididos en grupos, se develará la pintura y se entregará una copia de la imagen a cada integrante del grupo, con el fin de reparar el daño de la obra de arte empleando únicamente materiales del color que obtendrán en la caja.</p> <p>Para realizar el dibujo contarán con un límite de tiempo (10 minutos) y como acompañamiento del ejercicio, se reproducirán distintas melodías acústicas.</p> <p>Transcurrido el periodo determinado, cada grupo presentará de forma secuencial las obras elaboradas, las cuales serán observadas por el resto de sus compañeros y procederán a explicar su fuente de inspiración para arreglar de manera creativa el daño de la pintura.</p> <p>Después de ello se planteará una serie de preguntas:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- ¿Qué emociones sintieron mientras intentaban reparar el dibujo?</li> <li>- ¿Qué tipo de dificultades se les presentaron para lograr su propósito?</li> <li>- ¿En algún momento llegamos a experimentar frustración? ¿Qué hicimos para superarlo?</li> </ul> <p>Se brindará una ronda de aplausos por todas las respuestas obtenidas por parte de los participantes.</p>					
<p><b>Cierre</b></p> <p>Se indicará a los estudiantes a redactar una carta de agradecimiento por todo el esfuerzo y perseverancia</p>	4	4	4		

	<p>que han puesto en el día a día, incluso frente a las dificultades que se presentaban y los momentos en que sentían que no tenían una solución o salida a la que dirigirse.</p> <p>Una vez completado, se les brindará un marco de cartón en el que podrán colocar la carta que escribieron, con el fin de conservar esas palabras hacia sí mismos por mucho tiempo.</p> <p>Adicionalmente, se les solicitará que, para la siguiente sesión lleven consigo una fotografía o impresión de algún momento de su infancia que los hiciese felices, así como revistas donde observen imágenes similares a los sueños que quieren lograr.</p> <p><i>"A veces nos vemos perdidos en un laberinto de problemas y posibilidades, los caminos parecen confusos e imposibles, no obstante, sólo necesitamos mantener la calma para hallar la manera de salir".</i></p>				
<b>Producto</b>	Las cartas de agradecimiento elaborado por los estudiantes que refuerza su esfuerzo y perseverancia pese a las adversidades.	4	4	4	

- **Quinta dimensión:** Estado de ánimo (Felicidad y optimismo).
- **Objetivos de la Dimensión:** Mejorar las habilidades de motivación y optimismo de los estudiantes.
- **Sesión 08:** *"Transforma tu vida en una maravilla"*.

Objetivo de la actividad.	Actividad	Claridad	Coherencia	Relevancia	Observaciones/ Recomendaciones
Promover la concientización y valoración tanto de la motivación como actitud optimista.	<p><b>Inicio</b></p> <p>Saludo entre el responsable y los alumnos.</p> <p>Mención de las normas de convivencia establecidas.</p> <p><b>Dinámica:</b> Pieza musical de memorias.</p> <p>Se formará un círculo en el medio del salón, los estudiantes tomarán asiento juntos y procederán a cerrar los ojos, la consigna a trabajar se basará en el</p>	4	4	4	

	<p>rítmico de la melodía para recordar cada una de las experiencias que se han vivenciado en las sesiones hasta ese preciso momento, los aprendizajes que alcanzaron a obtener y las emociones que surgieron en cada actividad en su proceso de mejora, esto podrá ser acompañado del compás de los dedos e incluso incorporar la movilidad de la parte superior del cuerpo que incluye el tronco y la cabeza.</p> <p>Después se plantearán diferentes preguntas:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- <i>¿Cuáles fueron los momentos que logramos recordar de las sesiones?</i></li> <li>- <i>¿Qué tipo de emociones les transmitió la melodía en esta oportunidad?</i></li> </ul> <p>Se escucharán una a una las respuestas y se agradecerá la participación de cada uno con aplausos.</p>				
	<p><b>Desarrollo</b></p> <p><b>Dinámica:</b> Lo que me hacía feliz antes.</p> <p>Los alumnos tendrán a su alcance las fotografías o impresiones de los momentos de su infancia que los hicieron felices entonces, este recurso se empleará como una referencia del pasado para recordar aquellas experiencias que les brindaron entusiasmo y diversión para poder dibujar las pequeñas cosas que les gustaría volver a apreciar y disfrutar como antes, comprometiéndose a valorarlas nuevamente, mejorando día a día.</p> <p>Para llevar a cabo la obra dispondrán de lápiz, colores, plumones, borrador y corrector en un tiempo estimado (10 minutos), además, la actividad estará acompañada por distintas melodías acústicas.</p> <p>Transcurrido el lapso establecido, cada estudiante presentará los trabajos realizados y procederán a compartir el significado tanto de las imágenes trazadas como los colores empleados para demostrar la conexión entre el dibujo, su pasado, el presente que</p>	4	4	4	

	<p>viven y el futuro que les gustaría alcanzar.</p> <p>Luego se realizarán las siguientes interrogantes:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- ¿Es posible ser feliz con tan poco? ¿Debido a qué?</li> <li>- Si después de unos años volvemos a hacer lo que nos generaba felicidad ¿Creen que será igual? ¿Y eso será bueno o malo?</li> <li>- ¿Qué podemos hacer si no nos sentimos igual con lo que antes nos hacía felices?</li> </ul> <p>Se brindará una ronda de aplausos por todas las respuestas obtenidas por parte de los participantes.</p> <p><b>Cierre</b></p> <p>Se invitará a los estudiantes a elaborar un collage, para ello se utilizarán las revistas solicitadas en la sesión anterior, las cuales estarán asociadas a sus preferencias o sueños.</p> <p>El espacio de trabajo para el collage se dividirá en dos partes, en el lado izquierdo colocarán imágenes relacionadas a sus aspiraciones, motivaciones, objetivos o metas, entretanto, en el lado derecho se encargarán de reflejar de manera libre, abstracta y creativa, todas las emociones que han vivenciado desde la primera hasta la última sesión.</p> <p>Aplicación de postest.</p> <p><i>"Lo que logramos sentir en el pasado, presente y futuro que desconocemos, fueron, son y serán emociones únicas, aunque, eso no significa que la felicidad ocurra una sola vez, esta puede aparecer una y mil veces".</i></p>				
		4	4	4	
<b>Producto</b>	Los dibujos de valoración y compromiso basado en los momentos de infancia que los hicieron felices y que surgen de la fotografía que emplearon como referencia.	4	4	4	



Mg. Jean Carlos Nasi Azcárate  
46722888

Pd.: el presente formato debe tomar en cuenta:

Williams y Webb (1994) así como Powell (2003), mencionan que no existe un consenso respecto al número de expertos a emplear. Por otra parte, el número de jueces que se debe emplear en un juicio depende del nivel de experticia y de la diversidad del conocimiento. Así, mientras Gable y Wolf (1993), Grant y Davis (1997), y Lynn (1986) (citados en McGartland et al. 2003) sugieren un rango de 2 hasta 20 expertos, Hyrkás et al. (2003) manifiestan que 10 expertos brindarán una estimación confiable de la validez de contenido de un instrumento (cantidad mínimamente recomendable para construcciones de nuevos instrumentos). Si un 80 % de los expertos han estado de acuerdo con la validez de un ítem éste puede ser incorporado al instrumento (Voutilainen & Liukkonen, 1995, citados en Hyrkás et al. (2003).

Ver: <https://www.revistaespacios.com/cited2017/cited2017-23.pdf> entre otra bibliografía.

## Anexo 2

### Evaluación por juicio de expertos

Respetado juez: Usted ha sido seleccionado para evaluar el **“Programa Artmusiones para mejorar la inteligencia emocional en estudiantes de secundaria en una Institución Educativa, Trujillo, 2023”**.

La evaluación del programa de intervención es de gran relevancia para lograr que sea válido y que los resultados obtenidos a partir de éste sean utilizados eficientemente; aportando al quehacer psicológico. Agradecemos su valiosa colaboración.

#### 1. Datos generales del juez

<b>Nombre del juez:</b>	Susan Fabiola Galloso Baca	
<b>Grado profesional:</b>	Maestría (X)	Doctorado ( )
<b>Área de formación académica:</b>	Clínica (X)	Social ( )
	Educativa (X)	Organizacional ( )
<b>Áreas de experiencia profesional:</b>	Psicología Clínica y Educativa.	
<b>Institución donde labora:</b>	Universidad César Vallejo Universidad Privada del Norte	
<b>Tiempo de experiencia profesional en el área:</b>	2 a 4 años ( )	
	Más de 5 años (X)	
<b>Experiencia en Investigación con Programas Preventivos:</b>	Título del estudio realizado:	



#### 2. Propósito de la evaluación

- Validar el contenido del programa de intervención.
- Juzgar la pertinencia de las actividades y técnicas de intervención de acuerdo a los objetivos diseñados por el autor(a).

#### 3. Datos del programa

Nombre del programa:	Programa "Artmusiones".
Autora:	María Fanny Ravelo Bobadilla.
Objetivo:	Mejorar la inteligencia emocional en estudiantes de secundaria en una Institución Educativa de Trujillo, 2023.
Número de sesiones:	10
Tiempo de aplicación:	40 a 45 minutos aproximadamente por sesión.

Ámbito de aplicación:	180 estudiantes de primer año de secundaria de una Institución Educativa en Trujillo, 2023.
-----------------------	---

#### 4. Soporte teórico

Escala/ÁREA	Subescala (dimensiones)	Definición
Inteligencia emocional	<b>Intrapersonal</b>	Se refiere a la capacidad para desarrollar conciencia de la propia existencia, contención y libertad de los propios sentimientos, consolidando gradualmente, aspectos ligados al autoconcepto e independencia de los individuos (Martínez, 2023).
	<b>Interpersonal</b>	La persona tiene presente como eje de acción a la sociedad, adquiriendo competencias de responsabilidad afectiva, empatía y protección de lazos creados con su respectivo entorno (Valdiviezo y Rivera, 2022).
	<b>Adaptabilidad</b>	En la habilidad se evidencia un interés por fortalecer la flexibilidad de la conducta, aceptación y asimilación de alteraciones en los hábitos de la vida cotidiana, diseñando estrategias particulares para resolver todo tipo de conflictos (Fernández, 2021).
	<b>Manejo del estrés</b>	La obtención de la capacidad representa un desafío para extender los índices de tolerancia, con la finalidad de aprender a gestionar los impulsos frente a acontecimientos tensos, difíciles y frustrantes (Contreras, 2020).
	<b>Estado de ánimo</b>	Su significado abarca el sentido de vida del ser humano, al igual que los niveles de optimismo fundamentales para crear una sensación de felicidad periódicamente (Machado, 2022).

#### 5. Presentación de instrucciones para el juez

A continuación, a usted le presento el programa titulado: Programa Artmusiones para mejorar la inteligencia emocional en estudiantes de secundaria en una Institución Educativa de Trujillo, 2023. Y SE SOLICITA QUE REALICE LA CALIFICACIÓN. De acuerdo con los siguientes indicadores, califique cada uno de los ítems según corresponda.

Categoría	Calificación	La actividad y/o procedimientos
<b>CLARIDAD</b> La actividad se comprende fácilmente, es decir, el procedimiento esta adecuadamente descritos.	1 No cumple con el criterio	La actividad no es clara.
	2. Bajo Nivel	La actividad requiere bastantes modificaciones o una modificación muy grande en el uso de las palabras de acuerdo con su significado o por la ordenación de las mismas.
	3. Moderado nivel	Se requiere una modificación muy específica.
	4. Alto nivel	La actividad es clara, tiene semántica y sintaxis adecuada.
<b>COHERENCIA</b> La actividad tiene relación lógica con el objetivo que se está midiendo.	1 No cumple con el criterio	La actividad no tiene relación lógica con el objetivo que se está midiendo
	2. Bajo Nivel	La actividad tiene una relación tangencial con el objetivo que se está midiendo.
	3. Moderado nivel	La actividad tiene una relación moderada con el objetivo que se está midiendo.
	4. Alto nivel	La actividad se encuentra completamente relacionado con el objetivo que se está midiendo.

<b>RELEVANCIA</b> La actividad es esencial o importante, es decir contribuye al desarrollo de los objetivos propuestos.	1 No cumple con el criterio	La actividad puede ser eliminada sin que se vea afectada la medición de la dimensión.
	2. Bajo Nivel	La actividad tiene alguna relevancia, pero otro ítem puede estar incluyendo lo que mide éste.
	3. Moderado nivel	La actividad es relativamente importante.
	4. Alto nivel	La actividad es muy relevante y debe ser incluida.

*Leer con detenimiento los ítems y calificar en una escala de 1 a 4 su valoración, así como solicitamos brinde sus observaciones que considere pertinente.*

1 No cumple con el criterio
2. Bajo Nivel
3. Moderado nivel
4. Alto nivel

**DIMENSIONES DEL PROGRAMA**

- **Primera dimensión:** Intrapersonal
- **Objetivos de la Dimensión:** Fortalecer el autoconcepto y autoestima de los estudiantes.
- **Sesión 01:** "Veamos cómo somos por dentro".

Objetivo de la actividad.	Actividad	Claridad	Coherencia	Relevancia	Observaciones/ Recomendaciones
Promover tanto el reconocimiento como aceptación de las emociones y virtudes que poseen los estudiantes.	<p><b>Inicio</b></p> <p>Presentación del responsable del programa, la composición de temas a trabajar y tiempo de duración. Establecimiento de las normas de convivencia.</p> <p>Aplicación de pretest.</p> <p><b>Dinámica:</b> Capturar ritmo y melodía.</p> <p>Los estudiantes permanecerán en sus asientos y sólo podrán ejecutar movimientos con la cabeza, manos o pies para lograr seguir el ritmo de la melodía que se reproducirá, estableciendo a su vez una conexión con las emociones que surgen producto de la pieza musical expuesta.</p> <p>Luego se realizarán las siguientes interrogantes:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- ¿Cuántos logramos seguir el ritmo de la melodía?</li> <li>- ¿Qué emociones despertó en ustedes la pieza musical?</li> </ul> <p>Se escucharán una a una las respuestas y se agradecerá la participación de cada uno con aplausos.</p>	4	4	4	
	<p><b>Desarrollo</b></p> <p><b>Dinámica:</b> El código de la emoción.</p> <p>Los alumnos tendrán que formarse en grupos para trabajar esta actividad, posteriormente, un</p>	4	4	4	

<p>representante se acercará al ánfora dispuesta en el centro del salón, la cual contiene distintos papeles con emociones, mismas que deberán retratar de forma abstracta, cada uno.</p> <p>Para realizar el dibujo sólo será posible emplear un lápiz y se llevará a cabo dentro de un límite de tiempo (10 minutos), los estudiantes tendrán los ojos vendados y como acompañamiento del ejercicio, se reproducirán distintas melodías acústicas.</p> <p>Transcurrido el periodo determinado, cada grupo presentará las obras elaboradas, las cuales serán observadas por el resto de sus compañeros, quienes tendrán la misión de intentar descifrar la emoción que debían representar.</p> <p>Después de ello se planteará una serie de preguntas:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- ¿Qué trabajos fueron los más difíciles de adivinar? ¿Debido a qué?</li> <li>- ¿Las emociones son iguales para todas las personas? ¿Qué las hace diferentes?</li> </ul> <p>Se brindará una ronda de aplausos por todas las respuestas obtenidas por parte de los participantes.</p>					
<p><b>Cierre</b></p> <p>Mostrar a los estudiantes una imagen del cielo nocturno totalmente vacío, razón por la cual, se invitará a que puedan iluminarlo con estrellas que contendrán las virtudes que poseen como seres humanos, colocando en la parte posterior sus nombres, para ello se realizará un ejemplo, con el propósito de comprender la actividad.</p> <p><i>"Cada uno de nosotros somos capaces de brillar, puesto que contamos con muchos puntos favorables, desde ser atentos o responsables, hasta ser justos o amables".</i></p>	4	4	4		

<b>Producto</b>	La imagen del cielo nocturno acompañado de las fichas de estrellas completadas con las virtudes de los alumnos.				
-----------------	---	--	--	--	--

- **Primera dimensión:** Intrapersonal
- **Objetivos de la Dimensión:** Fortalecer el autoconcepto y autoestima de los estudiantes.
- **Sesión 02:** "Del 1 al 1000 ¿Qué número somos?".



Objetivo de la actividad.	Actividad	Claridad	Coherencia	Relevancia	Observaciones/ Recomendaciones
Promover tanto el reconocimiento como aceptación de las emociones y virtudes que proveen los estudiantes.	<b>Inicio</b> Saludo entre el responsable y los alumnos. Mención de las normas de convivencia establecidas. <b>Dinámica:</b> Un compás singular.  Se formará un círculo en el medio del salón, los estudiantes tomarán asiento y se procederá a explicar cómo expresar el ritmo a través del compás de los dedos, para lo cual se realizará tanto una demostración como ronda de práctica, tomando en cuenta que los ojos deben permanecer cerrados, para estimular los sentidos y concentración de los participantes, trabajando en la modificación del estado emocional.  Después se plantearán diferentes preguntas: – Del 1 al 10 ¿Qué tan difícil fue la dinámica? ¿Debido a qué? – ¿Qué tipo de emociones les transmitió la melodía?  Se escucharán una a una las respuestas y se agradecerá la participación de cada uno con aplausos.	4	4	4	
	<b>Desarrollo</b> <b>Dinámica:</b> El misterio del reflejo.	4	4	4	

	Los alumnos se dividirán para trabajar este ejercicio al seleccionar una de las cuatro cajas misteriosas que se encontrarán dispuesta por el salón, las cuales contendrá un objeto (hojas de distintas plantas, un frasco con agua, una linterna encendida y un depósito con arena) con el que deberán elaborar un dibujo que represente cómo se ven cada uno a través del mismo, la relación o vínculo que pueden establecer entre el objeto y su autoestima.  Para llevar a cabo la obra dispondrán de lápiz, colores y borrador, en un tiempo estimado (10 minutos), además, la actividad estará acompañada por distintas melodías acústicas.  Transcurrido el lapso establecido, cada grupo presentará los trabajos realizados y procederán a compartir el significado tanto de las imágenes trazadas como los colores empleados para demostrar la conexión del objeto consigo mismos.  Luego se realizarán las siguientes interrogantes: – Si pudiésemos hacer este ejercicio tiempo atrás o después ¿Creen que el resultado sería diferente? ¿Debido a qué? – ¿Nos gustaría cambiar algo de nuestro dibujo más adelante? ¿Qué sería?  Se brindará una ronda de aplausos por todas las respuestas obtenidas por parte de los participantes.				
	<b>Cierre</b> Se invitará a los estudiantes a escribir sobre uno o más papeles aquello que los hace sentirse orgullosos de ser ellos mismos desde hace mucho tiempo o que incluso ese mismo día sienten. Una vez completado, podrán colocarlo dentro de la caja y se pasará a revolotear para obtener algunos papeles al azar, los cuales se leerán en voz alta, con la intención de reforzar el valor que cada uno posee.	4	4	4	

	"A veces nuestros días no son los más buenos, dudamos mucho y pensamos que estamos haciendo mal las cosas, pero es importante recordar que, hemos logrado mucho hasta ahora y debemos estar orgullosos de eso".				
<b>Producto</b>	Los papeles que contienen aspectos por los que los alumnos se sienten orgullosos de sí mismos.	4	4	4	

- **Segunda dimensión:** Interpersonal
- **Objetivos de la Dimensión:** Mejorar las capacidades de empatía y relaciones interpersonales en los estudiantes.
- **Sesión 03:** "¿Sientes lo mismo que yo? ¡Es imposible!".

Objetivo de la actividad.	Actividad	Claridad	Coherencia	Relevancia	Observaciones/ Recomendaciones
Fomentar la comprensión y valoración del establecimiento de vínculos interpersonales basados en el respeto.	<p><b>Inicio</b></p> <p>Saludo entre el facilitador y los alumnos. Establecimiento de las normas de convivencia.</p> <p><b>Dinámica:</b> Ritmo en todo el cuerpo.</p> <p>Los estudiantes permanecerán en sus asientos y se procederá a reproducir una pieza musical, la cual será interpretada empleando todas las partes del cuerpo en conjunto, reflejando a través del movimiento las emociones que produce la melodía sobre sí mismos.</p> <p>Luego se realizarán las siguientes interrogantes:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– ¿Qué partes de nuestro cuerpo lograron seguir mejor el ritmo de la música?</li> <li>– ¿Cuáles fueron las emociones que surgieron en esta ocasión?</li> </ul> <p>Se escucharán una a una las respuestas y se agradecerá la participación de cada uno con aplausos.</p>	4	4	4	

	<p><b>Desarrollo</b></p> <p><b>Dinámica:</b> Significados ocultos.</p> <p>Alrededor del salón de clases estarán dispuestas distintas obras de arte del mundo (Los nenúfares de Monet, La noche estrellada, Las dos Fridas y El Guernica), por lo que, se solicitará a los alumnos posicionarse en aquella que más les guste o llame la atención y escribir sobre los papeles que se hallan en la mesa debajo de la pintura su interpretación personal de lo que logran observar detenidamente para luego colocarlo en el ánfora correspondiente.</p> <p>Transcurrido el periodo determinado (10 minutos), se revisará cada uno de los papeles que se hallan dentro de las ánforas de las obras de arte y se procederá a relatar el verdadero significado y/o intención de los autores al elaborar las piezas que se expusieron anteriormente.</p> <p>Después de ello se planteará una serie de preguntas:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– Cuando vemos por primera vez las obras de arte ¿Pensamos que tendría un significado como el que el autor menciona? ¿Debido a qué?</li> <li>– Entonces ¿Es posible saber cómo se sienten las personas todo el tiempo, aunque no nos digan nada?</li> <li>– ¿Qué pasa si nos equivocamos y no se sienten de ese modo?</li> </ul> <p>Se brindará una ronda de aplausos por todas las respuestas obtenidas por parte de los participantes.</p>	4	4	4	
	<p><b>Cierre</b></p> <p>Se solicitará a los estudiantes redactar misiones o propósitos reales para mejorar la relación que pueden establecer con los demás en su centro de estudios (maestros, compañeros, personal de servicio) sobre distintas hojas de colores. Posteriormente, se les brindará pequeños calendarios elaborados en los que</p>	4	4	4	



	<p>podrán marcar los días en que conseguirán cumplir sus misiones o propósitos con el color correspondiente de cada uno.</p> <p>Es importante recalcar que, los calendarios se colocarán en el salón, para que, de ese modo puedan recordar sus compromisos y llevarlos a la práctica a su propio ritmo.</p> <p><i>"En ocasiones, lo mejor es poder acercarnos para conocer lo que le ocurre a los demás e incluso lo que eso les hace sentir, en lugar de creer o asumir apresuradamente".</i></p>				
<b>Producto</b>	Los calendarios junto a las misiones o propósitos de mejora elaborados por los alumnos.	4	4	4	

- **Tercera dimensión:** Adaptabilidad
- **Objetivos de la Dimensión:** Reforzar las habilidades de adaptación a los cambios y solución de problemas de los estudiantes.
- **Sesión 04:** *"Cambios que emocionan, asustan y enfadan".*

Objetivo de la actividad.	Actividad	Claridad	Coherencia	Relevancia	Observaciones/ Recomendaciones
Impulsar la formación de pensamientos y acciones flexibles ante los cambios que permitan la resolución de conflictos.	<p><b>Inicio</b></p> <p>Saludo entre el responsable y los alumnos.</p> <p>Mención de las normas de convivencia establecidas.</p> <p><b>Dinámica:</b> Sincronía a la par.</p> <p>Los estudiantes se dividirán en parejas para llevar a cabo el ejercicio, colocando tanto sus mesas como asientos frente a frente.</p> <p>Se explicará que, la melodía que se reproducirá en esta oportunidad tendrá como instrumentos principales una batería y un piano, por lo que, deberán decidir quién se concentrará en seguir el ritmo de cada instrumento. Una vez definido, se recordará que la actividad se realizará con los ojos cerrados, mediante el compás de los dedos sobre las mesas, para conseguir mayor</p>	4	4	4	



	<p>concentración en la percepción de la pieza musical y la carga emocional que la misma les transmitirá.</p> <p>Después se plantearán diferentes preguntas:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- <i>¿Cuál fue la parte más fácil de la dinámica? ¿Debido a qué?</i></li> <li>- <i>¿Cuál fue la parte más complicada de la dinámica? ¿Debido a qué?</i></li> <li>- <i>¿Qué tipo de emociones les transmitió la melodía en esta oportunidad?</i></li> </ul> <p>Se escucharán una a una las respuestas y se agradecerá la participación de cada uno con aplausos.</p>				
	<p><b>Desarrollo</b></p> <p><b>Dinámica:</b> Ruleta de cambios inesperados.</p> <p>Se formará un círculo con las mesas y asientos de los alumnos, en el medio de éste se encontrará el responsable del taller con una ruleta, la cual, dependiendo de lo que apunte la flecha representará un cambio para la elaboración de los dibujos que realizarán, cuya temática será a libre elección, entretanto, las alternativas de la ruleta corresponderán a cambios como: Emplear lápiz, girar la hoja de trabajo, usar colores, borrar lo último que hiciste, emplear plumones, cambiar la mano con la que dibujas, añadir líneas, usar corrector.</p> <p>Para llevar a cabo la obra dispondrán de un tiempo estimado (10 minutos), la temática será libre, además, la actividad estará acompañada por distintas melodías acústicas.</p> <p>Transcurrido el lapso establecido, cada estudiante presentará su trabajo procederá a compartir su inspiración para crear la pieza de arte y cómo la idea se mantuvo o cambió durante la actividad.</p> <p>Luego se realizarán las siguientes interrogantes:</p>	4	4	4	

	<ul style="list-style-type: none"> <li>- ¿Cuántos tuvieron dificultades para seguir los cambios de la ruleta? ¿Debido a qué?</li> <li>- Si pudiesen realizar el ejercicio una vez más ¿Lo harían con la ruleta o sin la ruleta?</li> </ul> <p>Se brindará una ronda de aplausos por todas las respuestas obtenidas por parte de los participantes.</p>				
	<p><b>Cierre</b></p> <p>Se mostrará a los alumnos una imagen de una habitación oscura y se les entregarán papeles, en los que podrán escribir los temores o preocupaciones que tienen cuando atraviesan un cambio repentino y lo colocarán en el fondo dispuesto. Se leerán al azar algunas de las ideas que expresan y se validarán las emociones.</p> <p>Luego, se dará vuelta a la imagen inicial y se podrá visualizar un campo de naturaleza brillante, el cual se complementará con las anotaciones de los estudiantes acerca de lo mejor que podría pasar cuando algo en sus vidas cambia.</p> <p><i>"Sentir preocupación o temor a lo desconocido, incluso al futuro, es natural, siempre tenemos un 50/50 de posibilidades, sin embargo, eso no puede detenernos de disfrutar cada instante, aunque sea con miedo".</i></p>	4	4	4	
<b>Producto</b>	Las imágenes que contienen los pensamientos de los alumnos sobre sus temores, preocupaciones y esperanzas sobre los cambios.				

- **Tercera dimensión:** Adaptabilidad.
- **Objetivos de la Dimensión:** Reforzar las habilidades de adaptación a los cambios y solución de problemas de los estudiantes.
- **Sesión 05:** "¿Perdiste algo? ¡Vamos a encontrarlo!".

Objetivo de la actividad.	Actividad	Claridad	Coherencia	Relevancia	Observaciones/ Recomendaciones
Impulsar la formación de pensamientos y acciones flexibles a los cambios que permitan la resolución de conflictos.	<p><b>Inicio</b></p> <p>Saludo entre el facilitador y los alumnos.</p> <p>Mención de las normas de convivencia establecidas.</p> <p><b>Dinámica:</b> Sinfónica del día.</p> <p>Se indicará a los estudiantes que deberán formar un círculo en el centro del salón y sentarse con las piernas cruzadas, dando la espalda.</p> <p>A continuación, se les entregarán dos piezas cuadradas de cartón a cada uno, las cuales se colocarán sobre sus rodillas y servirán como soportes para llevar a cabo el compás de los dedos al ritmo de la pieza musical que se reproducirá. Se tendrá en cuenta que, los ojos deberán permanecer cerrados, con el fin de otorgar una mejor concentración y conexión entre los estímulos sonoros con la movilidad de las articulaciones al expresar las emociones que transmite la melodía puesta.</p> <p>Luego se realizarán las siguientes interrogantes:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- ¿Cuántos presentaron dificultades para realizar la dinámica? ¿Cuáles fueron esas dificultades?</li> <li>- ¿Qué emociones despertó en ustedes la melodía en esta ocasión?</li> </ul> <p>Se escucharán una a una las respuestas y se agradecerá la participación de cada uno con aplausos.</p>	4	4	4	
	<p><b>Desarrollo</b></p> <p><b>Dinámica:</b> Cada problema tiene solución.</p>	4	4	4	

	<p>Los alumnos tendrán que formarse en grupos para trabajar esta actividad, posteriormente, en la pizarra se colocarán imágenes que escenifican una pelea, malentendido o discusión entre dos o más personas y se indicará que la misión será modificar la situación en un nuevo dibujo, no obstante, tendrán prohibido hablar entre sí o escribir sus ideas para que el resto las conozca, por lo que deberán expresarse con gestos o mímicas.</p> <p>Para realizar el trabajo contarán con un límite de tiempo (5 minutos) y se reproducirán distintas melodías acústicas como acompañamiento.</p> <p>Transcurrido el periodo determinado, cada grupo presentará las obras elaboradas, las cuales serán observadas por el resto de sus compañeros, quienes tendrán que intentar descifrar la solución propuesta por el equipo.</p> <p>Después de ello se planteará una serie de preguntas:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- ¿De qué manera lograron comunicarse si no podían hablar o escribir?</li> <li>- ¿Qué tan sencillo es tomar decisiones en poco tiempo? ¿Qué creen que es necesario para lograr solucionar un problema?</li> </ul> <p>Se brindará una ronda de aplausos por todas las respuestas obtenidas por parte de los participantes.</p>				
<b>Cierre</b>	<p>Se establecerá una plática con los alumnos acerca del tiempo que se necesita para pensar las cosas que suceden con calma antes de elegir o tomar una decisión y cómo en oportunidades la música permite neutralizar la intensidad de las emociones para lograrlo. Por tal motivo, se les brindarán discos de música elaborados con cartón para que puedan personalizarlos inspirándose en algún artista o canción de los que aprendieron lecciones valiosas de vida o incluso que</p>	4	4	4	

	<p>les transmiten tranquilidad en momentos complicados, además, en la parte posterior tendrán que escribir una frase que, a futuro, les será de ayuda tanto para mantener la calma frente a las dificultades como obtener valor para enfrentarlas con una buena actitud.</p> <p><i>“Cada problema tiene una solución, a veces nos sentimos perdidos y pensamos que en realidad no existen, sin embargo, ahí están, sólo necesitamos ver más allá de la confusión”.</i></p>				
<b>Producto</b>	<p>Los discos de música personalizados por los estudiantes con frases que generarán tranquilidad o motivación.</p>	4	4	4	

- **Cuarta dimensión:** Manejo del estrés.
- **Objetivos de la Dimensión:** Fortalecer las capacidades de control de impulsos y tolerancia a la frustración en los estudiantes.
- **Sesión 06:** *“¡Alto ahí! Vayamos despacio”.*

Objetivo de la actividad.	Actividad	Claridad	Coherencia	Relevancia	Observaciones/ Recomendaciones
<p>Brindar estrategias para la canalización de impulsos y tolerancia frente a las dificultades.</p>	<p><b>Inicio</b></p> <p>Saludo entre el responsable y los alumnos.</p> <p>Mención de las normas de convivencia establecidas.</p> <p><b>Dinámica:</b> Ambiente musical.</p> <p>Se invitará a los estudiantes a salir de sus asientos y dispersarse alrededor del salón, para luego cerrar los ojos y centrarse únicamente en la melodía que se reproducirá, con la intención de captar el ritmo y las emociones que despiertan en sus mentes, externalizando ello de forma creativa a través del movimiento de cada parte del cuerpo, disfrutando libremente de la pieza musical en un espacio más amplio en contraste con los trabajados en las sesiones anteriores.</p>	4	4	4	

	<p>Después se plantearán diferentes preguntas:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- ¿Qué diferencias encontramos entre esta dinámica y las que realizamos antes?</li> <li>- ¿Qué tipo de emociones les transmitió la pieza musical en esta oportunidad?</li> </ul> <p>Se escucharán una a una las respuestas y se agradecerá la participación de cada uno con aplausos.</p>				
	<p><b>Desarrollo</b></p> <p><b>Dinámica:</b> El arte en el desastre.</p> <p>Se mostrará a los alumnos una serie de obras elaboradas a partir de retazos o fragmentos de distintos materiales como ejemplo de la actividad que se realizará. Después, se les invitará a observar una pantalla de diversos colores elaborado con papel y se pedirá a cada uno acercarse de manera ordenada para rasgar una parte de la composición, lo que se convertirá en la base principal del producto que construirán de forma individual.</p> <p>El desafío de esta actividad se basará en generar un dibujo que se capaz de plasmar lo difícil que es mantener el control sobre las emociones o impulsos que se experimentan frente a distintas circunstancias, lo que servirá como un recurso de liberación/catarsis consciente e inconsciente.</p> <p>Para llevar a cabo la obra dispondrán de lápiz, colores, plumones, borrador y corrector en un tiempo estimado (10 minutos), además, la actividad estará acompañada por distintas melodías acústicas.</p> <p>Transcurrido el lapso establecido, cada uno de los estudiantes presentarán los trabajos realizados y procederán a compartir el significado tanto de las imágenes trazadas como los colores empleados para demostrar la conexión que comparte con aquello que sienten al perder o intentar mantener el control de sí mismos.</p>	4	4	4	

	<p>Luego se realizarán las siguientes interrogantes:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- ¿Podemos perder el control de nuestras palabras o acciones? ¿A qué se debe?</li> <li>- ¿Alguna vez nos enseñaron qué hacer con eso que sentimos y no es tan sencillo mantener bajo control?</li> <li>- ¿Para qué necesitamos aprender a controlar nuestros impulsos?</li> </ul> <p>Se brindará una ronda de aplausos por todas las respuestas obtenidas por parte de los participantes.</p>				
	<p><b>Cierre</b></p> <p>Se enseñará a los estudiantes cómo elaborar un molino de viento con la técnica de origami, el cual será personalizado por cada uno de acuerdo a sus preferencias de colores, ideas y temáticas. Asimismo, se explicará que el propósito de su creación se centra en utilizarlo como una herramienta de desfogue y atracción tanto de calma como estabilidad emocional al liberar de forma correcta lo que sienten a través del proceso de inhalación y exhalación que se emplea para que el molino de viento gire.</p> <p><i>"En lugar de temer constantemente perder el control sobre nosotros, podemos intentar buscar a quién nos enseñe de qué manera lograr expresarnos con los cuidados necesarios".</i></p>	4	4	4	
<b>Producto</b>	Las obras de arte que reflejan las dificultades que experimentan los alumnos para mantener el control de sus impulsos.	4	4	4	

- **Cuarta dimensión:** Manejo del estrés.
- **Objetivos de la Dimensión:** Fortalecer las capacidades de control de impulsos y tolerancia a la frustración en los estudiantes.
- **Sesión 07:** “¿Y si me equivoco? ¡No pasa nada!”.

Objetivo de la actividad.	Actividad	Claridad	Coherencia	Relevancia	Observaciones/ Recomendaciones
Brindar estrategias para la canalización de impulsos y tolerancia frente a las dificultades.	<p><b>Inicio</b></p> <p>Saludo entre el facilitador y los alumnos. Mención de las normas de convivencia establecidas.</p> <p><b>Dinámica:</b> Ritmo continuo.</p> <p>Se solicitará a los estudiantes ubicar sus sillas formando la estructura del caparazón de un caracol, tomando asiento y dándose la espalda unos a otros. Antes de reproducir la pieza musical, se les explicará que deberán cerrar los ojos y posicionar las manos sobre la espalda del compañero que tengan delante para aplicar la técnica de compás de los dedos, de tal forma que puedan transmitir el ritmo de la melodía que captan desde el inicio hasta el final, reflejando a su vez las emociones que genera la música consigo.</p> <p>Luego se realizarán las siguientes interrogantes:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- ¿Qué logramos sentir cada uno durante la actividad?</li> <li>- Del 1 al 10 ¿Qué tan fácil fue mantener la concentración entre nuestras acciones y las de los demás?</li> <li>- ¿Qué emociones despertó en ustedes la melodía en esta ocasión?</li> </ul> <p>Se escucharán una a una las respuestas y se agradecerá la participación de cada uno con aplausos.</p>	4	4	4	
	<p><b>Desarrollo</b></p> <p><b>Dinámica:</b> Todo se puede reparar.</p>	4	4	4	

<p>Se invitará a los alumnos para colocarse en el centro del salón alrededor de una caja, la cual contendrá diferentes papeles con los colores que podrán utilizar para elaborar el ejercicio, por lo que deberán tomar de manera aleatoria uno de los hilos que se encuentran conectados a los papeles, con lo que obtendrán el tipo de color que emplearán. Adicionalmente, se pedirá a los estudiantes ubicarse en frente a los cuadros tapados que se hallarán distribuidos por toda el aula, una vez divididos en grupos, se develará la pintura y se entregará una copia de la imagen a cada integrante del grupo, con el fin de reparar el daño de la obra de arte empleando únicamente materiales del color que obtendrán en la caja.</p> <p>Para realizar el dibujo contarán con un límite de tiempo (10 minutos) y como acompañamiento del ejercicio, se reproducirán distintas melodías acústicas.</p> <p>Transcurrido el periodo determinado, cada grupo presentará de forma secuencial las obras elaboradas, las cuales serán observadas por el resto de sus compañeros y procederán a explicar su fuente de inspiración para arreglar de manera creativa el daño de la pintura.</p> <p>Después de ello se planteará una serie de preguntas:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- ¿Qué emociones sintieron mientras intentaban reparar el dibujo?</li> <li>- ¿Qué tipo de dificultades se les presentaron para lograr su propósito?</li> <li>- ¿En algún momento llegamos a experimentar frustración? ¿Qué hicimos para superarlo?</li> </ul> <p>Se brindará una ronda de aplausos por todas las respuestas obtenidas por parte de los participantes.</p>					
<p><b>Cierre</b></p> <p>Se indicará a los estudiantes a redactar una carta de agradecimiento por todo el esfuerzo y perseverancia</p>	4	4	4		

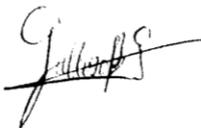
	<p>que han puesto en el día a día, incluso frente a las dificultades que se presentaban y los momentos en que sentían que no tenían una solución o salida a la que dirigirse.</p> <p>Una vez completado, se les brindará un marco de cartón en el que podrán colocar la carta que escribieron, con el fin de conservar esas palabras hacia sí mismos por mucho tiempo.</p> <p>Adicionalmente, se les solicitará que, para la siguiente sesión lleven consigo una fotografía o impresión de algún momento de su infancia que los hiciese felices, así como revistas donde observen imágenes similares a los sueños que quieren lograr.</p> <p><i>"A veces nos vemos perdidos en un laberinto de problemas y posibilidades, los caminos parecen confusos e imposibles, no obstante, sólo necesitamos mantener la calma para hallar la manera de salir".</i></p>				
<b>Producto</b>	Las cartas de agradecimiento elaborado por los estudiantes que refuerza su esfuerzo y perseverancia pese a las adversidades.	4	4	4	

- **Quinta dimensión:** Estado de ánimo (Felicidad y optimismo).
- **Objetivos de la Dimensión:** Mejorar las habilidades de motivación y optimismo de los estudiantes.
- **Sesión 08:** "Transforma tu vida en una maravilla".

Objetivo de la actividad.	Actividad	Claridad	Coherencia	Relevancia	Observaciones/ Recomendaciones
Promover la concientización y valoración tanto de la motivación como actitud optimista.	<p><b>Inicio</b></p> <p>Saludo entre el responsable y los alumnos.</p> <p>Mención de las normas de convivencia establecidas.</p> <p><b>Dinámica:</b> Pieza musical de memorias.</p> <p>Se formará un círculo en el medio del salón, los estudiantes tomarán asiento juntos y procederán a cerrar los ojos, la consigna a trabajar se basará en el</p>	4	4	4	

	<p>ritmo de la melodía para recordar cada una de las experiencias que se han vivenciado en las sesiones hasta ese preciso momento, los aprendizajes que alcanzaron a obtener y las emociones que surgieron en cada actividad en su proceso de mejora, esto podrá ser acompañado del compás de los dedos e incluso incorporar la movilidad de la parte superior del cuerpo que incluye el tronco y la cabeza.</p> <p>Después se plantearán diferentes preguntas:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- ¿Cuáles fueron los momentos que logramos recordar de las sesiones?</li> <li>- ¿Qué tipo de emociones les transmitió la melodía en esta oportunidad?</li> </ul> <p>Se escucharán una a una las respuestas y se agradecerá la participación de cada uno con aplausos.</p>				
	<p><b>Desarrollo</b></p> <p><b>Dinámica:</b> Lo que me hacía feliz antes.</p> <p>Los alumnos tendrán a su alcance las fotografías o impresiones de los momentos de su infancia que los hicieron felices entonces, este recurso se empleará como una referencia del pasado para recordar aquellas experiencias que les brindaron entusiasmo y diversión para poder dibujar las pequeñas cosas que les gustaría volver a apreciar y disfrutar como antes, comprometiéndose a valorarlas nuevamente, mejorando día a día.</p> <p>Para llevar a cabo la obra dispondrán de lápiz, colores, plumones, borrador y corrector en un tiempo estimado (10 minutos), además, la actividad estará acompañada por distintas melodías acústicas.</p> <p>Transcurrido el lapso establecido, cada estudiante presentará los trabajos realizados y procederán a compartir el significado tanto de las imágenes trazadas como los colores empleados para demostrar la conexión entre el dibujo, su pasado, el presente que</p>	4	4	4	

	<p>viven y el futuro que les gustaría alcanzar.</p> <p>Luego se realizarán las siguientes interrogantes:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- ¿Es posible ser feliz con tan poco? ¿Debido a qué?</li> <li>- Si después de unos años volvemos a hacer lo que nos generaba felicidad ¿Creen que será igual? ¿Y eso será bueno o malo?</li> <li>- ¿Qué podemos hacer si no nos sentimos igual con lo que antes nos hacía felices?</li> </ul> <p>Se brindará una ronda de aplausos por todas las respuestas obtenidas por parte de los participantes.</p> <p><b>Cierre</b></p> <p>Se invitará a los estudiantes a elaborar un collage, para ello se utilizarán las revistas solicitadas en la sesión anterior, las cuales estarán asociadas a sus preferencias o sueños.</p> <p>El espacio de trabajo para el collage se dividirá en dos partes, en el lado izquierdo colocarán imágenes relacionadas a sus aspiraciones, motivaciones, objetivos o metas, entretanto, en el lado derecho se encargarán de reflejar de manera libre, abstracta y creativa, todas las emociones que han vivenciado desde la primera hasta la última sesión.</p> <p>Aplicación de postest.</p> <p><i>"Lo que logramos sentir en el pasado, presente y futuro que desconocemos, fueron, son y serán emociones únicas, aunque, eso no significa que la felicidad ocurra una sola vez, esta puede aparecer una y mil veces".</i></p>				
		4	4	4	
<b>Producto</b>	Los dibujos de valoración y compromiso basado en los momentos de infancia que los hicieron felices y que surgen de la fotografía que emplearon como referencia.	4	4	4	



Mg. Susan Fabiola Galloso Baca  
46731686

Pd.: el presente formato debe tomar en cuenta:  
Williams y Webb (1994) así como Powell (2003), mencionan que no existe un consenso respecto al número de expertos a emplear. Por otra parte, el número de jueces que se debe emplear en un juicio depende del nivel de experticia y de la diversidad del conocimiento. Así, mientras Gable y Wolf (1993), Grant y Davis (1997), y Lynn (1986) (citados en McGartland et al. 2003) sugieren un rango de 2 hasta 20 expertos, Hyrkás et al. (2003) manifiestan que 10 expertos brindarán una estimación confiable de la validez de contenido de un instrumento (cantidad mínimamente recomendable para construcciones de nuevos instrumentos). Si un 80 % de los expertos han estado de acuerdo con la validez de un ítem éste puede ser incorporado al instrumento (Voutilainen & Liukkonen, 1995, citados en Hyrkás et al. (2003).  
Ver : <https://www.revistaespacios.com/cited2017/cited2017-23.pdf> entre otra bibliografía.

## Anexo 9

### Carta de presentación para aplicación de instrumento



"AÑO DE LA UNIDAD, LA PAZ Y EL DESARROLLO"

Trujillo, 29 de septiembre de 2023

**CARTA N° 679-2023-UCV-VA-EPG-F01/J**

Dra. Fátima Isela Acevedo Diez

Directora

INSTITUCIÓN EDUCATIVA EMBLEMÁTICA "SAN JUAN" DE TRUJILLO

Presente. –

**ASUNTO: AUTORIZACIÓN PARA APLICAR INSTRUMENTOS PARA EL DESARROLLO DE TESIS**

Es grato dirigirme a usted para saludarle cordialmente y así mismo presentar a la estudiante **MARIA FANNY RAVELO BOBADILLA**, del programa de **MAESTRÍA EN PSICOLOGÍA EDUCATIVA**, de la Escuela de Posgrado de la Universidad César Vallejo.

La estudiante en mención solicita autorización para aplicar los instrumentos necesarios para el desarrollo de su tesis denominada: **"PROGRAMA ARTMUSIONES PARA INCREMENTAR LA INTELIGENCIA EMOCIONAL EN ESTUDIANTES DE SECUNDARIA EN UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA DE TRUJILLO, 2023"**, en la institución que usted dirige.

El objetivo principal de este trabajo de investigación es determinar si la aplicación del programa "Artmusiones" incrementa la inteligencia emocional, en estudiantes de secundaria pertenecientes a una institución educativa en Trujillo, 2023.

Agradeciendo la atención que brinde a la presente, aprovecho la oportunidad para expresarle mi consideración y respeto.

Atentamente. –



Mg. Ricardo Benites Aliaga  
Jefe de la Escuela de Posgrado-Trujillo  
Universidad César Vallejo

**ADJUNTO:**

- Instrumentos de recolección de datos.

## Anexo 10

### Carta de presentación para aplicación de programa



"AÑO DE LA UNIDAD, LA PAZ Y EL DESARROLLO"

Trujillo, 10 de octubre de 2023

**CARTA N° 698-2023-UCV-VA-EPG-F01/J**

Dra. Fátima Isela Acevedo Diez

**Directora**

**INSTITUCIÓN EDUCATIVA EMBLEMÁTICA "SAN JUAN" DE TRUJILLO**

**Presente. –**

**ASUNTO: AUTORIZACIÓN PARA APLICAR INSTRUMENTOS PARA EL DESARROLLO DE TESIS**

Es grato dirigirme a usted para saludarle cordialmente y así mismo presentar a la estudiante **MARIA FANNY RAVELO BOBADILLA**, del programa de **MAESTRÍA EN PSICOLOGÍA EDUCATIVA**, de la Escuela de Posgrado de la Universidad César Vallejo.

La estudiante en mención solicita autorización para aplicar los instrumentos necesarios para el desarrollo de su tesis denominada: **"PROGRAMA ARTMUSIONES PARA MEJORAR LA INTELIGENCIA EMOCIONAL EN ESTUDIANTES DE SECUNDARIA EN UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA DE TRUJILLO, 2023"**, en la institución que usted dirige.

El objetivo principal de este trabajo de investigación es analizar en qué medida, la aplicación del programa Artmusiones, influye en la inteligencia emocional en estudiantes de secundaria, pertenecientes a una institución educativa en Trujillo, 2023.

Agradeciendo la atención que brinde a la presente, aprovecho la oportunidad para expresarle mi consideración y respeto.

**Atentamente. –**



Mg. Ricardo Benites Aliaga  
Jefe de la Escuela de Posgrado-Trujillo  
Universidad César Vallejo

**ADJUNTO:**

- Instrumentos de recolección de datos.

## Anexo 11

Prueba de validez de contenido del instrumento que evalúa la inteligencia emocional, por criterio de jueces.

VALIDEZ DE CONTENIDO				
Nº JUECES	CLARIDAD	COHERENCIA	RELEVANCIA	V DE AIKEN
J1	1	1	1	1
J2	1	1	1	1
J3	1	1	1	1
V DE AIKEN GLOBAL				1

### Jueces

**J1:** Dra. Sheyla Liz Loli Escobar.

**J2:** Mg. Sandra Fuentes Chávez.

**J3:** Dra. Blanca Nathalie Dávila Estrada.

Anexo 12

Base de datos de prueba piloto

PRUEBA PILOTO PARA EL INSTRUMENTO QUE EVALÚA LA INTELIGENCIA EMOCIONAL

BASE DE DATOS

S E	D1:							D2:							D3:							D4:							D5:												
	INTRAPERSONAL							INTERPERSONAL							ADAPTABILIDAD							MANEJO DEL ESTRÉS							ESTADO DE ÁNIMO												
	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34							
C	3	3	3	3	2	3	2	3	3	2	4	3	4	3	3	4	4	3	2	4	3	3	4	3	3	3	4	3	4	3	3	3	2								
C	4	5	3	4	4	4	4	5	4	5	3	2	2	4	5	2	4	4	5	5	4	3	3	4	3	4	3	4	5	4	4	5	5	5							
C	5	4	5	3	2	4	5	5	5	2	2	5	4	4	5	2	3	3	4	3	4	4	2	1	4	3	5	4	3	4	4	5	2	3							
C	6	3	4	5	3	4	5	5	5	5	3	2	4	5	4	4	5	4	5	3	4	5	5	4	4	5	4	3	3	4	4	5	4	4							
C	9	5	5	5	5	5	5	3	5	1	2	4	2	5	5	4	4	4	5	4	3	1	4	4	3	2	5	5	1	5	5	3	5	3	5						
H	1	4	4	5	5	5	5	5	4	5	3	4	4	3	5	2	4	3	5	4	3	4	5	3	4	3	4	2	5	4	4	4	3	5	4						
H	2	3	2	2	1	3	2	3	5	2	2	3	3	4	2	2	2	3	2	1	4	4	2	3	2	5	2	4	2	4	2	4	2	2	2						
H	3	5	5	5	4	4	4	3	4	4	4	5	4	3	4	4	2	3	3	2	2	3	3	5	3	3	4	5	4	1	4	3	3	2	3						
H	5	3	5	4	3	4	5	5	5	4	3	3	5	4	5	4	5	5	5	3	4	3	4	4	4	4	5	2	4	3	5	5	5	5	5						
H	8	3	2	3	3	1	4	2	5	3	3	5	4	5	5	3	4	4	5	2	3	3	2	3	4	3	2	3	2	5	1	4	5	3	5						
A	3	5	4	5	3	4	4	4	5	3	5	5	4	3	5	4	4	4	3	5	3	4	4	3	3	4	5	5	5	4	5	4	4	3	5						
A	5	5	5	5	3	3	5	5	5	3	4	5	4	5	3	1	4	5	4	2	3	5	5	4	3	2	5	4	4	5	5	4	4	4	4						

A<sup>2</sup>  
6 4 3 4 3 4 4 5 4 4 4 3 4 4 3 3 5 4 5 3 2 2 3 4 3 4 5 4 5 5 5 3 4 5 4

A<sup>2</sup>  
7 2 2 2 2 4 1 3 3 4 1 2 2 2 1 2 2 2 2 2 3 4 1 2 2 4 3 2 2 4 2 3 1 4 2

A<sup>3</sup>  
0 4 3 5 3 5 5 5 4 4 5 4 5 5 4 4 4 3 5 2 4 3 4 5 5 4 5 3 4 5 5 3 3 5 4

---

Fuente: Muestra piloto.

## Anexo 13

### Prueba de confiabilidad del instrumento que evalúa la inteligencia emocional “ $\alpha$ ” Alfa de Cronbach.

Estadísticas de fiabilidad		
Alfa de Cronbach	Alfa de Cronbach basada en elementos estandarizados	N de elementos
,918	,911	34

Salida SPSS versión 27.0

### Confiabilidad según ítems

Estadísticas de total de elemento				
Preguntas	Media de escala si el elemento se ha suprimido	Varianza de elemento si se ha suprimido	Correlación de elementos corregida	Alfa de Cronbach si el elemento se ha suprimido
Pregunta 1	120,40	345,257	,562	,914
Pregunta 2	120,60	340,543	,576	,914
Pregunta 3	120,27	330,638	,849	,910
Pregunta 4	121,20	343,029	,557	,914
Pregunta 5	120,47	352,695	,347	,917
Pregunta 6	120,27	323,210	,892	,909
Pregunta 7	120,20	339,314	,652	,913
Pregunta 8	119,87	354,981	,411	,916
Pregunta 9	120,87	353,552	,253	,919
Pregunta 10	121,07	342,924	,534	,914
Pregunta 11	120,60	356,971	,193	,919

<b>Pregunta 12</b>	120,60	350,257	,430	,916
<b>Pregunta 13</b>	120,33	349,667	,454	,916
<b>Pregunta 14</b>	120,33	333,095	,689	,912
<b>Pregunta 15</b>	121,33	353,238	,325	,917
<b>Pregunta 16</b>	120,60	340,686	,702	,913
<b>Pregunta 17</b>	120,53	346,838	,586	,914
<b>Pregunta 18</b>	120,27	336,495	,701	,912
<b>Pregunta 19</b>	121,27	337,924	,567	,914
<b>Pregunta 20</b>	121,00	369,429	-,111	,921
<b>Pregunta 21</b>	120,93	372,638	-,177	,923
<b>Pregunta 22</b>	120,80	330,029	,823	,910
<b>Pregunta 23</b>	120,60	348,257	,486	,915
<b>Pregunta 24</b>	121,13	346,410	,530	,915
<b>Pregunta 25</b>	120,80	376,314	-,312	,923
<b>Pregunta 26</b>	120,27	333,067	,787	,911
<b>Pregunta 27</b>	120,67	360,952	,111	,920
<b>Pregunta 28</b>	120,73	344,067	,461	,916
<b>Pregunta 29</b>	120,33	362,095	,079	,921
<b>Pregunta 30</b>	120,33	330,952	,737	,911
<b>Pregunta 31</b>	120,60	359,543	,299	,917
<b>Pregunta 32</b>	120,47	335,410	,646	,913
<b>Pregunta 33</b>	120,60	347,257	,418	,916
<b>Pregunta 34</b>	120,47	333,981	,755	,911

## **CONFIABILIDAD DE LOS INSTRUMENTOS**

Posterior a la aplicación de la prueba piloto en un total de 15 estudiantes de primer año de secundaria, bajo el propósito de calcular el índice de confiabilidad del Cuestionario de Inteligencia Emocional ITAME que pretende evaluar el nivel de inteligencia emocional, se obtuvo una cifra de  $\alpha = 0.918$  ( $\alpha > 0.70$ ), demostrando que, dentro del margen de confiabilidad de Alfa de Cronbach, el instrumento es válido y aplicable.

## Anexo 14

### Programa Artmusiones

#### I. DATOS GENERALES

- **Denominación:** Programa Artmusiones.
- **Dirigido a:** Estudiantes de primer año de nivel secundaria pertenecientes a las secciones “J”, “K”, “D” y “M”.
- **Nº de participantes máximo:** 97 estudiantes.
- **Nº de participantes mínimo:** 22 estudiantes.
- **Número de sesiones:** 8 sesiones.
- **Fechas de ejecución:** 20/10/2023

26/10/2023

27/10/2023

02/11/2023

03/11/2023

09/11/2023

10/11/2023

#### II. OBJETIVOS

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

Mejorar la inteligencia emocional de los estudiantes de primer año de secundaria mediante la aplicación del programa Artmusiones.

##### **Objetivos específicos:**

- Fortalecer el autoconcepto y autoestima de los estudiantes.
- Mejorar las capacidades de empatía y relaciones interpersonales en los estudiantes.
- Reforzar las habilidades de adaptación a los cambios y solución de problemas de los estudiantes.
- Fortalecer las capacidades de control de impulsos y tolerancia a la frustración en los estudiantes.
- Mejorar las habilidades de motivación y optimismo de los estudiantes.

### III. DESCRIPCIÓN DE LAS SESIONES

**Sesión 01:** “*Veamos cómo somos por dentro*”.

**Objetivo específico:** Fortalecer el autoconcepto y autoestima de los estudiantes.

**Fecha de aplicación:** 20/10/2023

Objetivo de la actividad.	Actividad	Materiales	Tiempo	Responsable
Promover tanto el reconocimiento como aceptación de las emociones y virtudes que poseen los estudiantes.	<p><b>Inicio</b></p> <p>Presentación del responsable del programa, la composición de temas a trabajar y tiempo de duración.</p> <p>Establecimiento de las normas de convivencia.</p> <p>Aplicación de pretest.</p> <p><b>Dinámica:</b> Capturar ritmo y melodía.</p> <p>Los estudiantes permanecerán en sus asientos y sólo podrán ejecutar movimientos con la cabeza, manos o pies para lograr seguir el ritmo de la melodía que se reproducirá, estableciendo a su vez una conexión con las emociones que surgen producto de la pieza musical expuesta.</p>	Normas de convivencia. Pretest. Parlante.	10 minutos.	Ravelo Bobadilla, María Fanny.

	<p>Luego se realizarán las siguientes interrogantes:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- <i>¿Cuántos logramos seguir el ritmo de la melodía?</i></li> <li>- <i>¿Qué emociones despertó en ustedes la pieza musical?</i></li> </ul> <p>Se escucharán una a una las respuestas y se agradecerá la participación de cada uno con aplausos.</p>			
	<p><b>Desarrollo</b></p> <p><b>Dinámica:</b> El código de la emoción.</p> <p>Los alumnos tendrán que formarse en grupos para trabajar esta actividad, posteriormente, un representante se acercará al ánfora dispuesta en el centro del salón, la cual contiene distintos papeles con emociones, mismas que deberán retratar de forma abstracta, cada uno.</p> <p>Para realizar el dibujo sólo será posible emplear un lápiz y se llevará a cabo dentro de un límite de tiempo (10 minutos), los estudiantes tendrán los ojos vendados y como acompañamiento del</p>	<p>Hojas bond. Lápices. Borrador. Parlante. Ánforas.</p>	<p>20 minutos.</p>	<p>Ravelo Bobadilla, María Fanny.</p>

	<p>ejercicio, se reproducirán distintas melodías acústicas.</p> <p>Transcurrido el periodo determinado, cada grupo presentará las obras elaboradas, las cuales serán observadas por el resto de sus compañeros, quiénes tendrán la misión de intentar descifrar la emoción que debían representar.</p> <p>Después de ello se planteará una serie de preguntas:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- <i>¿Qué trabajos fueron los más difíciles de adivinar? ¿Debido a qué?</i></li> <li>- <i>¿Las emociones son iguales para todas las personas? ¿Qué las hace diferentes?</i></li> </ul> <p>Se brindará una ronda de aplausos por todas las respuestas obtenidas por parte de los participantes.</p>			
	<p><b>Cierre</b></p> <p>Mostrar a los estudiantes una imagen del cielo nocturno totalmente vacío, razón por la cual, se invitará a que puedan iluminarlo con estrellas que contendrán las virtudes que poseen como</p>	<p>Imagen de cielo nocturno elaborado con cartulina y hojas de color.</p>	<p>15 minutos.</p>	<p>Ravelo Bobadilla, María Fanny.</p>

	<p>seres humanos, colocando en la parte posterior sus nombres, para ello se realizará un ejemplo, con el propósito de comprender la actividad.</p> <p><i>“Cada uno de nosotros somos capaces de brillar, puesto que contamos con muchos puntos favorables, desde ser atentos o responsables, hasta ser justos o amables”.</i></p>	<p>Figuras en forma de estrellas.</p> <p>Lapiceros.</p> <p>Parlante.</p> <p>Lista de asistencia.</p>		
<b>Producto</b>	<p>La imagen del cielo nocturno acompañado de las fichas de estrellas completadas con las virtudes de los alumnos.</p>			

**Sesión 02:** “Del 1 al 1000 ¿Qué número somos?”.

**Objetivo específico:** Fortalecer el autoconcepto y autoestima de los estudiantes.

**Fecha de aplicación:** 20/10/2023

<b>Objetivo de la actividad.</b>	<b>Actividad</b>	<b>Materiales</b>	<b>Tiempo</b>	<b>Responsable</b>
<p>Promover tanto el reconocimiento como aceptación de las emociones y virtudes que poseen los estudiantes.</p>	<p><b>Inicio</b></p> <p>Saludo entre el responsable y los alumnos.</p> <p>Mención de las normas de convivencia establecidas.</p> <p><b>Dinámica:</b> Un compás singular.</p> <p>Se formará un círculo en el medio del salón, los estudiantes tomarán asiento y se procederá a explicar cómo expresar el ritmo a través del compás de los dedos, para lo cual se realizará tanto una demostración como ronda de práctica, tomando en cuenta que los ojos deben permanecer cerrados, para estimular los sentidos y concentración de los participantes, trabajando en la modificación del estado emocional.</p> <p>Después se plantearán diferentes preguntas:</p>	<p>Normas de convivencia.</p> <p>Parlante.</p>	<p>10 minutos.</p>	<p>Ravelo Bobadilla, María Fanny.</p>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>- <i>Del 1 al 10 ¿Qué tan difícil fue la dinámica? ¿Debido a qué?</i></li> <li>- <i>¿Qué tipo de emociones les transmitió la melodía?</i></li> </ul> <p>Se escucharán una a una las respuestas y se agradecerá la participación de cada uno con aplausos.</p>			
	<p><b>Desarrollo</b></p> <p><b>Dinámica:</b> El misterio del reflejo.</p> <p>Los alumnos se dividirán para trabajar este ejercicio al seleccionar una de las cuatro cajas misteriosas que se encontrarán dispuesta por el salón, las cuales contendrá un objeto (hojas de distintas plantas, un frasco con agua, una linterna encendida y un depósito con arena) con el que deberán elaborar un dibujo que represente cómo se ven cada uno a través del mismo, la relación o vínculo que pueden establecer entre el objeto y su autoestima.</p> <p>Para llevar a cabo la obra dispondrán de lápiz, colores y borrador, en un tiempo estimado (10 minutos), además, la actividad estará acompañada por distintas melodías acústicas.</p>	<p>Cajas de cartón.</p> <p>Hojas de plantas.</p> <p>Frasco con agua.</p> <p>Linterna.</p> <p>Depósito con arena.</p> <p>Hojas bond.</p> <p>Lápices.</p> <p>Colores.</p> <p>Borrador.</p>	<p>20 minutos.</p>	<p>Ravelo Bobadilla, María Fanny.</p>

	<p>Transcurrido el lapso establecido, cada grupo presentará los trabajos realizados y procederán a compartir el significado tanto de las imágenes trazadas como los colores empleados para demostrar la conexión del objeto consigo mismos.</p> <p>Luego se realizarán las siguientes interrogantes:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- <i>Si pudiésemos hacer este ejercicio tiempo atrás o después ¿Creen que el resultado sería diferente? ¿Debido a qué?</i></li> <li>- <i>¿Nos gustaría cambiar algo de nuestro dibujo más adelante? ¿Qué sería?</i></li> </ul> <p>Se brindará una ronda de aplausos por todas las respuestas obtenidas por parte de los participantes.</p>	Parlante.		
	<p><b>Cierre</b></p> <p>Se invitará a los estudiantes a escribir sobre uno o más papeles aquello que los hace sentirse orgullosos de ser ellos mismos desde hace mucho tiempo o que incluso ese mismo día sienten. Una vez completado, podrán colocarlo dentro de la caja y se pasará a revolotear para obtener algunos papeles al azar, los cuales se leerán en voz alta, con la intención de reforzar el valor que cada uno posee.</p>	Caja de cartón. Papeles. Lápices. Lista de asistencia.	15 minutos.	Ravelo Bobadilla, María Fanny.

	<i>“A veces nuestros días no son los más buenos, dudamos mucho y pensamos que estamos haciendo mal las cosas, pero es importante recordar que, hemos logrado mucho hasta ahora y debemos estar orgullosos de eso”.</i>			
<b>Producto</b>	Los papeles que contienen aspectos por los que los alumnos se sienten orgullosos de sí mismos.			

**Sesión 03:** “¿Sientes lo mismo que yo? ¡Es imposible!”.

**Objetivo específico:** Mejorar las capacidades de empatía y relaciones interpersonales en los estudiantes.

**Fecha de aplicación:** 26/10/2023 | 27/10/2023

<b>Objetivo de la actividad.</b>	<b>Actividad</b>	<b>Materiales</b>	<b>Tiempo</b>	<b>Responsable</b>
Fomentar la comprensión y valoración del establecimiento de vínculos interpersonales basados en el respeto.	<p><b>Inicio</b></p> <p>Saludo entre el facilitador y los alumnos.</p> <p>Establecimiento de las normas de convivencia.</p> <p><b>Dinámica:</b> Ritmo en todo el cuerpo.</p> <p>Los estudiantes permanecerán en sus asientos y se procederá a reproducir una pieza musical, la cual será interpretada empleando todas las partes del cuerpo en conjunto, reflejando a través del movimiento las emociones que produce la melodía sobre sí mismos.</p> <p>Luego se realizarán las siguientes interrogantes:</p> <p>– <i>¿Qué partes de nuestro cuerpo lograron seguir mejor el ritmo de la música?</i></p>	Normas de convivencia. Parlante.	10 minutos.	Ravelo Bobadilla, María Fanny.

	<p>– <i>¿Cuáles fueron las emociones que surgieron en esta ocasión?</i></p> <p>Se escucharán una a una las respuestas y se agradecerá la participación de cada uno con aplausos.</p>			
	<p><b>Desarrollo</b></p> <p><b>Dinámica:</b> Significados ocultos.</p> <p>Alrededor del salón de clases estarán dispuestas distintas obras de arte del mundo (Los nenúfares de Monet, La noche estrellada, Las dos Fridas y El Guernica), por lo que, se solicitará a los alumnos posicionarse en aquella que más les guste o llame la atención y escribir sobre los papeles que se hallan en la mesa debajo de la pintura su interpretación personal de lo que logran observar detenidamente para luego colocarlo en el ánfora correspondiente.</p> <p>Transcurrido el periodo determinado (10 minutos), se revisará cada uno de los papeles que se hallan dentro de las ánforas de las obras de arte y se procederá a relatar el verdadero significado y/o intención de los autores al elaborar las piezas que se expusieron anteriormente.</p>	<p>Obras de arte impresas.</p> <p>Papeles.</p> <p>Ánforas.</p> <p>Lápices.</p>	<p>20 minutos.</p>	<p>Ravelo Bobadilla, María Fanny.</p>

	<p>Después de ello se planteará una serie de preguntas:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- <i>Cuando vemos por primera vez las obras de arte ¿Pensamos que tendría un significado como el que el autor menciona? ¿Debido a qué?</i></li> <li>- <i>Entonces ¿Es posible saber cómo se sienten las personas todo el tiempo, aunque no nos digan nada?</i></li> <li>- <i>¿Qué pasa si nos equivocamos y no se sienten de ese modo?</i></li> </ul> <p>Se brindará una ronda de aplausos por todas las respuestas obtenidas por parte de los participantes.</p>			
	<p><b>Cierre</b></p> <p>Se solicitará a los estudiantes redactar misiones o propósitos reales para mejorar la relación que pueden establecer con los demás en su centro de estudios (maestros, compañeros, personal de servicio) sobre distintas hojas de colores. Posteriormente, se les brindará pequeños calendarios elaborados en los que podrán marcar</p>	<p>Calendarios pequeños. Papeles de colores. Lápices. Lista de asistencia.</p>	<p>15 minutos.</p>	<p>Ravelo Bobadilla, María Fanny.</p>

	<p>los días en que conseguirán cumplir sus misiones o propósitos con el color correspondiente de cada uno.</p> <p>Es importante recalcar que, los calendarios se colocarán en el salón, para que, de ese modo puedan recordar sus compromisos y llevarlos a la práctica a su propio ritmo.</p> <p><i>“En ocasiones, lo mejor es poder acercarnos para conocer lo que le ocurre a los demás e incluso lo que eso les hace sentir, en lugar de creer o asumir apresuradamente”.</i></p>			
<b>Producto</b>	Los calendarios junto a las misiones o propósitos de mejora elaborados por los alumnos.			

**Sesión 04:** “Cambios que emocionan, asustan y enfadan”.

**Objetivo específico:** Reforzar las habilidades de adaptación a los cambios y solución de problemas de los estudiantes.

**Fecha de aplicación:** 26/10/2023 | 27/10/2023

<b>Objetivo de la actividad.</b>	<b>Actividad</b>	<b>Materiales</b>	<b>Tiempo</b>	<b>Responsable</b>
Impulsar la formación de pensamientos y acciones flexibles a los cambios que permitan la resolución de conflictos.	<p><b>Inicio</b></p> <p>Saludo entre el responsable y los alumnos.</p> <p>Mención de las normas de convivencia establecidas.</p> <p><b>Dinámica:</b> Sincronía a la par.</p> <p>Los estudiantes se dividirán en parejas para llevar a cabo el ejercicio, colocando tanto sus mesas como asientos frente a frente.</p> <p>Se explicará que, la melodía que se reproducirá en esta oportunidad tendrá como instrumentos principales una batería y un piano, por lo que, deberán decidir quién se concentrará en seguir el ritmo de cada instrumento. Una vez definido, se recordará que la actividad se realizará con los ojos cerrados, mediante el compás de los dedos sobre las mesas, para conseguir mayor concentración en la</p>	Normas de convivencia.  Parlante.	10 minutos.	Ravelo Bobadilla, María Fanny.

	<p>percepción de la pieza musical y la carga emocional que la misma les transmitirá.</p> <p>Después se plantearán diferentes preguntas:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- <i>¿Cuál fue la parte más fácil de la dinámica? ¿Debido a qué?</i></li> <li>- <i>¿Cuál fue la parte más complicada de la dinámica? ¿Debido a qué?</i></li> <li>- <i>¿Qué tipo de emociones les transmitió la melodía en esta oportunidad?</i></li> </ul> <p>Se escucharán una a una las respuestas y se agradecerá la participación de cada uno con aplausos.</p>			
	<p><b>Desarrollo</b></p> <p><b>Dinámica:</b> Ruleta de cambios inesperados.</p> <p>Se formará un círculo con las mesas y asientos de los alumnos, en el medio de éste se encontrará el responsable del taller con una ruleta, la cual, dependiendo de lo que apunte la flecha representará un cambio para la elaboración de los dibujos que realizarán, cuya temática será a libre elección,</p>	<p>Ruleta de cartón.</p> <p>Hojas bond.</p> <p>Lápices.</p> <p>Colores.</p> <p>Plumones.</p> <p>Borrador.</p>	<p>20 minutos.</p>	<p>Ravelo Bobadilla, María Fanny.</p>

	<p>entretanto, las alternativas de la ruleta corresponderán a cambios como: Emplear lápiz, girar la hoja de trabajo, usar colores, borrar lo último que hiciste, emplear plumones, cambiar la mano con la que dibujas, añadir líneas, usar corrector.</p> <p>Para llevar a cabo la obra dispondrán de un tiempo estimado (10 minutos), la temática será libre, además, la actividad estará acompañada por distintas melodías acústicas.</p> <p>Transcurrido el lapso establecido, cada estudiante presentará su trabajo procederá a compartir su inspiración para crear la pieza de arte y cómo la idea se mantuvo o cambió durante la actividad.</p> <p>Luego se realizarán las siguientes interrogantes:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- <i>¿Cuántos tuvieron dificultades para seguir los cambios de la ruleta? ¿Debido a qué?</i></li> <li>- <i>Si pudiesen realizar el ejercicio una vez más ¿Lo harían con la ruleta o sin la ruleta?</i></li> </ul> <p>Se brindará una ronda de aplausos por todas las respuestas obtenidas por parte de los participantes.</p>	<p>Corrector. Parlante.</p>		
--	---	---------------------------------	--	--

	<p><b>Cierre</b></p> <p>Se mostrará a los alumnos una imagen de una habitación oscura y se les entregarán papeles, en los que podrán escribir los temores o preocupaciones que tienen cuando atraviesan un cambio repentino y lo colocarán en el fondo dispuesto. Se leerán al azar algunas de las ideas que expresan y se validarán las emociones.</p> <p>Luego, se dará vuelta a la imagen inicial y se podrá visualizar un campo de naturaleza brillante, el cuál se complementará con las anotaciones de los estudiantes acerca de lo mejor que podría pasar cuando algo en sus vidas cambia.</p> <p><i>“Sentir preocupación o temor a lo desconocido, incluso al futuro, es natural, siempre tenemos un 50/50 de posibilidades, sin embargo, eso no puede detenernos de disfrutar cada instante, aunque sea con miedo”.</i></p>	<p>Imagen de habitación oscura.</p> <p>Imagen de naturaleza.</p> <p>Papeles.</p> <p>Lápices.</p> <p>Parlante.</p> <p>Lista de asistencia.</p>	<p>15 minutos.</p>	<p>Ravelo Bobadilla, María Fanny.</p>
<p><b>Producto</b></p>	<p>Las imágenes que contienen los pensamientos de los alumnos sobre sus temores, preocupaciones y esperanzas sobre los cambios.</p>			

**Sesión 05:** “¿Perdiste algo? ¡Vamos a encontrarlo!”.

**Objetivo específico:** Reforzar las habilidades de adaptación a los cambios y solución de problemas de los estudiantes.

**Fecha de aplicación:** 02/11/2023 | 03/11/2023

<b>Objetivo de la actividad.</b>	<b>Actividad</b>	<b>Materiales</b>	<b>Tiempo</b>	<b>Responsable</b>
Impulsar la formación de pensamientos y acciones flexibles a los cambios que permitan la resolución de conflictos.	<p><b>Inicio</b></p> <p>Saludo entre el facilitador y los alumnos.</p> <p>Mención de las normas de convivencia establecidas.</p> <p><b>Dinámica:</b> Sinfónica del día.</p> <p>Se indicará a los estudiantes que deberán formar un círculo en el centro del salón y sentarse con las piernas cruzadas, dando la espalda.</p> <p>A continuación, se les entregarán dos piezas cuadradas de cartón a cada uno, las cuales se colocarán sobre sus rodillas y servirán como soportes para llevar a cabo el compás de los dedos al ritmo de la pieza musical que se reproducirá. Se tendrá en cuenta que, los ojos deberán permanecer cerrados, con el fin de otorgar una mejor concentración y conexión entre los estímulos</p>	Normas de convivencia.  Parlante.	10 minutos.	Ravelo Bobadilla, María Fanny.

	<p>sonoros con la movilidad de las articulaciones al expresar las emociones que transmite la melodía puesta.</p> <p>Luego se realizarán las siguientes interrogantes:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- <i>¿Cuántos presentaron dificultades para realizar la dinámica? ¿Cuáles fueron esas dificultades?</i></li> <li>- <i>¿Qué emociones despertó en ustedes la melodía en esta ocasión?</i></li> </ul> <p>Se escucharán una a una las respuestas y se agradecerá la participación de cada uno con aplausos.</p>			
	<p><b>Desarrollo</b></p> <p><b>Dinámica:</b> Cada problema tiene solución.</p> <p>Los alumnos tendrán que formarse en grupos para trabajar esta actividad, posteriormente, en la pizarra se colocarán imágenes que escenifican una pelea, malentendido o discusión entre dos o más personas y se indicará que la misión será modificar la situación en un nuevo dibujo, no obstante, tendrán</p>	<p>Imágenes de peleas o discusiones.</p> <p>Papel sábana.</p> <p>Lápices.</p> <p>Plumones.</p> <p>Borrador.</p> <p>Corrector.</p>	<p>20 minutos.</p>	<p>Ravelo Bobadilla, María Fanny.</p>

	<p>prohibido hablar entre sí o escribir sus ideas para que el resto las conozca, por lo que deberán expresarse con gestos o mímicas.</p> <p>Para realizar el trabajo contarán con un límite de tiempo (5 minutos) y se reproducirán distintas melodías acústicas como acompañamiento.</p> <p>Transcurrido el periodo determinado, cada grupo presentará las obras elaboradas, las cuales serán observadas por el resto de sus compañeros, quiénes tendrán que intentar descifrar la solución propuesta por el equipo.</p> <p>Después de ello se planteará una serie de preguntas:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- <i>¿De qué manera lograron comunicarse si no podían hablar o escribir?</i></li> <li>- <i>¿Qué tan sencillo es tomar decisiones en poco tiempo? ¿Qué creen que es necesario para lograr solucionar un problema?</i></li> </ul> <p>Se brindará una ronda de aplausos por todas las respuestas obtenidas por parte de los participantes.</p>	<p>Parlante.</p>		
--	--	------------------	--	--

	<p><b>Cierre</b></p> <p>Se establecerá una plática con los alumnos acerca del tiempo que se necesita para pensar las cosas que suceden con calma antes de elegir o tomar una decisión y cómo en oportunidades la música permite neutralizar la intensidad de las emociones para lograrlo. Por tal motivo, se les brindarán discos de música elaborados con cartón para que puedan personalizarlos inspirándose en algún artista o canción de los que aprendieron lecciones valiosas de vida o incluso que les transmiten tranquilidad en momentos complicados, además, en la parte posterior tendrán que escribir una frase que, a futuro, les será de ayuda tanto para mantener la calma frente a las dificultades como obtener valor para enfrentarlas con una buena actitud.</p> <p><i>“Cada problema tiene una solución, a veces nos sentimos perdidos y pensamos que en realidad no existen, sin embargo, ahí están, sólo necesitamos ver más allá de la confusión”.</i></p>	<p>Discos de cartón.</p> <p>Lápices.</p> <p>Colores.</p> <p>Plumones.</p> <p>Borrador.</p> <p>Corrector.</p> <p>Lista de asistencia.</p>	<p>15 minutos.</p>	<p>Ravelo Bobadilla, María Fanny.</p>
<p><b>Producto</b></p>	<p>Los discos de música personalizados por los estudiantes con frases que generarán tranquilidad o motivación.</p>			

**Sesión 06:** “¡Alto ahí! Vayamos despacio”.

**Objetivo específico:** Fortalecer las capacidades de control de impulsos y tolerancia a la frustración en los estudiantes.

**Fecha de aplicación:** 02/11/2023 | 03/11/2023

<b>Objetivo de la actividad.</b>	<b>Actividad</b>	<b>Materiales</b>	<b>Tiempo</b>	<b>Responsable</b>
Brindar estrategias para la canalización de impulsos y tolerancia frente a las dificultades.	<p><b>Inicio</b></p> <p>Saludo entre el responsable y los alumnos.</p> <p>Mención de las normas de convivencia establecidas.</p> <p><b>Dinámica:</b> Ambiente musical.</p> <p>Se invitará a los estudiantes a salir de sus asientos y dispersarse alrededor del salón, para luego cerrar los ojos y centrarse únicamente en la melodía que se reproducirá, con la intención de captar el ritmo y las emociones que despiertan en sus mentes, externalizando ello de forma creativa a través del movimiento de cada parte del cuerpo, disfrutando libremente de la pieza musical en un espacio más amplio en contraste con los trabajados en las sesiones anteriores.</p> <p>Después se plantearán diferentes preguntas:</p>	Normas de convivencia. Parlante.	10 minutos.	Ravelo Bobadilla, María Fanny.

	<ul style="list-style-type: none"> <li>- <i>¿Qué diferencias encontramos entre esta dinámica y las que realizamos antes?</i></li> <li>- <i>¿Qué tipo de emociones les transmitió la pieza musical en esta oportunidad?</i></li> </ul> <p>Se escucharán una a una las respuestas y se agradecerá la participación de cada uno con aplausos.</p>			
	<p><b>Desarrollo</b></p> <p><b>Dinámica:</b> El arte en el desastre.</p> <p>Se mostrará a los alumnos una serie de obras elaboradas a partir de retazos o fragmentos de distintos materiales como ejemplo de la actividad que se realizará. Después, se les invitará a observar una pantalla de diversos colores elaborado con papel y se pedirá a cada uno acercarse de manera ordenada para rasgar una parte de la composición, lo que se convertirá en la base principal del producto que construirán de forma individual.</p> <p>El desafío de esta actividad se basará en generar un dibujo que se capaz de plasmar lo difícil que es mantener el control sobre las emociones o impulsos</p>	<p>Obras de retazos o fragmentos de distintos materiales.</p> <p>Imagen de distintos colores.</p> <p>Hojas bond.</p> <p>Lápices.</p> <p>Colores.</p> <p>Plumones.</p> <p>Borrador.</p> <p>Corrector.</p>	<p>20 minutos.</p>	<p>Ravelo Bobadilla, María Fanny.</p>

	<p>que se experimentan frente a distintas circunstancias, lo que servirá como un recurso de liberación/catarsis consciente e inconsciente.</p> <p>Para llevar a cabo la obra dispondrán de lápiz, colores, plumones, borrador y corrector en un tiempo estimado (10 minutos), además, la actividad estará acompañada por distintas melodías acústicas.</p> <p>Transcurrido el lapso establecido, cada uno de los estudiantes presentarán los trabajos realizados y procederán a compartir el significado tanto de las imágenes trazadas como los colores empleados para demostrar la conexión que comparte con aquello que sienten al perder o intentar mantener el control de sí mismos.</p> <p>Luego se realizarán las siguientes interrogantes:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- <i>¿Podemos perder el control de nuestras palabras o acciones? ¿A qué se debe?</i></li><li>- <i>¿Alguna vez nos enseñaron qué hacer con eso que sentimos y no es tan sencillo mantener bajo control?</i></li><li>- <i>¿Para qué necesitamos aprender a controlar nuestros impulsos?</i></li></ul>	Parlante.		
--	--	-----------	--	--

	Se brindará una ronda de aplausos por todas las respuestas obtenidas por parte de los participantes.			
	<p><b>Cierre</b></p> <p>Se enseñará a los estudiantes cómo elaborar un molino de viento con la técnica de origami, el cual será personalizado por cada uno de acuerdo a sus preferencias de colores, ideas y temáticas. Asimismo, se explicará que el propósito de su creación se centra en utilizarlo como una herramienta de desfogue y atracción tanto de calma como estabilidad emocional al liberar de forma correcta lo que sienten a través del proceso de inhalación y exhalación que se emplea para que el molino de viento gire.</p> <p><i>“En lugar de temer constantemente perder el control sobre nosotros, podemos intentar buscar a quién nos enseñe de qué manera lograr expresarnos con los cuidados necesarios”.</i></p>	<p>Molino de viento de origami.</p> <p>Hojas de colores.</p> <p>Lista de asistencia.</p>	15 minutos.	Ravelo Bobadilla, María Fanny.
<b>Producto</b>	Las obras de arte que reflejan las dificultades que experimentan los alumnos para mantener el control de sus impulsos.			

**Sesión 07: “¿Y si me equivoco? ¡No pasa nada!”.**

**Objetivo específico:** Fortalecer las capacidades de control de impulsos y tolerancia a la frustración en los estudiantes.

**Fecha de aplicación:** 09/11/2023 | 10/11/2023

<b>Objetivo de la actividad.</b>	<b>Actividad</b>	<b>Materiales</b>	<b>Tiempo</b>	<b>Responsable</b>
Brindar estrategias para la canalización de impulsos y tolerancia frente a las dificultades.	<p><b>Inicio</b></p> <p>Saludo entre el facilitador y los alumnos.</p> <p>Mención de las normas de convivencia establecidas.</p> <p><b>Dinámica:</b> Ritmo continuo.</p> <p>Se solicitará a los estudiantes ubicar sus sillas formando la estructura del caparazón de un caracol, tomando asiento y dándose la espalda unos a otros. Antes de reproducir la pieza musical, se les explicará que deberán cerrar los ojos y posicionar las manos sobre la espalda del compañero que tengan delante para aplicar la técnica de compás de los dedos, de tal forma que puedan transmitir el ritmo de la melodía que captan desde el inicio hasta el final, reflejando a su vez las emociones que genera la música consigo.</p> <p>Luego se realizarán las siguientes interrogantes:</p>	Normas de convivencia. Parlante.	10 minutos.	Ravelo Bobadilla, María Fanny.

	<ul style="list-style-type: none"> <li>- <i>¿Qué logramos sentir cada uno durante la actividad?</i></li> <li>- <i>Del 1 al 10 ¿Qué tan fácil fue mantener la concentración entre nuestras acciones y las de los demás?</i></li> <li>- <i>¿Qué emociones despertó en ustedes la melodía en esta ocasión?</i></li> </ul> <p>Se escucharán una a una las respuestas y se agradecerá la participación de cada uno con aplausos.</p>			
	<p><b>Desarrollo</b></p> <p><b>Dinámica:</b> Todo se puede reparar.</p> <p>Se invitará a los alumnos para colocarse en el centro del salón alrededor de una caja, la cual contendrá diferentes papeles con los colores que podrán utilizar para elaborar el ejercicio, por lo que deberán tomar de manera aleatoria uno de los hilos que se encuentran conectados a los papeles, con lo que obtendrán el tipo de color que emplearán. Adicionalmente, se pedirá a los estudiantes ubicarse en frente a los cuadros tapados que se hallarán distribuidos por toda el aula, una vez divididos en grupos, se develará la pintura y se entregará una copia</p>	<p>Caja de cartón.</p> <p>Papeles.</p> <p>Hilo.</p> <p>Imágenes de obras de arte.</p> <p>Lápices.</p> <p>Colores.</p> <p>Plumones.</p> <p>Borrador.</p>	<p>20 minutos.</p>	<p>Ravelo Bobadilla, María Fanny.</p>

	<p>de la imagen a cada integrante del grupo, con el fin de reparar el daño de la obra de arte empleando únicamente materiales del color que obtendrán en la caja.</p> <p>Para realizar el dibujo contarán con un límite de tiempo (10 minutos) y como acompañamiento del ejercicio, se reproducirán distintas melodías acústicas.</p> <p>Transcurrido el periodo determinado, cada grupo presentará de forma secuencial las obras elaboradas, las cuales serán observadas por el resto de sus compañeros y procederán a explicar su fuente de inspiración para arreglar de manera creativa el daño de la pintura.</p> <p>Después de ello se planteará una serie de preguntas:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- <i>¿Qué emociones sintieron mientras intentaban reparar el dibujo?</i></li> <li>- <i>¿Qué tipo de dificultades se les presentaron para lograr su propósito?</i></li> <li>- <i>¿En algún momento llegamos a experimentar frustración? ¿Qué hicimos para superarlo?</i></li> </ul>	<p>Corrector.</p> <p>Parlante.</p>		
--	---	------------------------------------	--	--

	<p>Se brindará una ronda de aplausos por todas las respuestas obtenidas por parte de los participantes.</p>			
	<p><b>Cierre</b></p> <p>Se indicará a los estudiantes a redactar una carta de agradecimiento por todo el esfuerzo y perseverancia que han puesto en el día a día, incluso frente a las dificultades que se presentaban y los momentos en que sentían que no tenían una solución o salida a la que dirigirse.</p> <p>Una vez completado, se les brindará un marco de cartón en el que podrán colocar la carta que escribieron, con el fin de conservar esas palabras hacia sí mismos por mucho tiempo.</p> <p>Adicionalmente, se les solicitará que, para la siguiente sesión lleven consigo una fotografía o impresión de algún momento de su infancia que los hiciese felices, así como revistas donde observen imágenes similares a los sueños que quieren lograr.</p> <p><i>“A veces nos vemos perdidos en un laberinto de problemas y posibilidades, los caminos parecen confusos e imposibles, no obstante, sólo necesitamos mantener la calma para hallar la manera de salir”.</i></p>	<p>Hojas bond.</p> <p>Sobres para cartas.</p> <p>Lápices.</p> <p>Lapiceros.</p> <p>Borrador.</p> <p>Corrector.</p> <p>Portaretrato de cartón.</p> <p>Lista de asistencia.</p>	<p>15 minutos.</p>	<p>Ravelo Bobadilla, María Fanny.</p>

<b>Producto</b>	Las cartas de agradecimiento elaborado por los estudiantes que refuerza su esfuerzo y perseverancia pese a las adversidades.			
-----------------	--	--	--	--

**Sesión 08:** “Transforma tu vida en una maravilla”.

**Objetivo específico:** Mejorar las habilidades de motivación y optimismo de los estudiantes.

**Fecha de aplicación:** 09/11/2023 | 10/11/2023

<b>Objetivo de la actividad.</b>	<b>Actividad</b>	<b>Materiales</b>	<b>Tiempo</b>	<b>Responsable</b>
Promover la concientización y valoración tanto de la motivación como actitud optimista.	<p><b>Inicio</b></p> <p>Saludo entre el responsable y los alumnos.</p> <p>Mención de las normas de convivencia establecidas.</p> <p><b>Dinámica:</b> Pieza musical de memorias.</p> <p>Se formará un círculo en el medio del salón, los estudiantes tomarán asiento juntos y procederán a cerrar los ojos, la consigna a trabajar se basará en el ritmo de la melodía para recordar cada una de las experiencias que se han vivenciado en las sesiones hasta ese preciso momento, los aprendizajes que alcanzaron a obtener y las emociones que surgieron en cada actividad en su proceso de mejora, esto podrá ser acompañado del compás de los dedos e incluso incorporar la movilidad de la parte superior del cuerpo que incluye el tronco y la cabeza.</p>	Normas de convivencia. Lista de asistencia. Parlante.	10 minutos.	Ravelo Bobadilla, María Fanny.

	<p>Después se plantearán diferentes preguntas:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– <i>¿Cuáles fueron los momentos que logramos recordar de las sesiones?</i></li> <li>– <i>¿Qué tipo de emociones les transmitió la melodía en esta oportunidad?</i></li> </ul> <p>Se escucharán una a una las respuestas y se agradecerá la participación de cada uno con aplausos.</p>			
	<p><b>Desarrollo</b></p> <p><b>Dinámica:</b> Lo que me hacía feliz antes.</p> <p>Los alumnos tendrán a su alcance las fotografías o impresiones de los momentos de su infancia que los hicieron felices entonces, este recurso se empleará como una referencia del pasado para recordar aquellas experiencias que les brindaron entusiasmo y diversión para poder dibujar las pequeñas cosas que les gustaría volver a apreciar y disfrutar como antes, comprometiéndose a valorarlas nuevamente, mejorando día a día.</p>	<p>Fotografías o impresiones de momento de la infancia.</p> <p>Parlante.</p> <p>Lápices.</p> <p>Colores.</p> <p>Plumones.</p> <p>Borrador.</p> <p>Corrector.</p>	<p>15 minutos.</p>	<p>Ravelo Bobadilla, María Fanny.</p>

	<p>Para llevar a cabo la obra dispondrán de lápiz, colores, plumones, borrador y corrector en un tiempo estimado (10 minutos), además, la actividad estará acompañada por distintas melodías acústicas.</p> <p>Transcurrido el lapso establecido, cada estudiante presentará los trabajos realizados y procederán a compartir el significado tanto de las imágenes trazadas como los colores empleados para demostrar la conexión entre el dibujo, su pasado, el presente que viven y el futuro que les gustaría alcanzar.</p> <p>Luego se realizarán las siguientes interrogantes:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- <i>¿Es posible ser feliz con tan poco? ¿Debido a qué?</i></li><li>- <i>Si después de unos años volvemos a hacer lo que nos generaba felicidad ¿Creen que será igual? ¿Y eso será bueno o malo?</i></li><li>- <i>¿Qué podemos hacer si no nos sentimos igual con lo que antes nos hacía felices?</i></li></ul> <p>Se brindará una ronda de aplausos por todas las respuestas obtenidas por parte de los participantes.</p>			
--	---	--	--	--

	<p><b>Cierre</b></p> <p>Se invitará a los estudiantes a elaborar un collage, para ello se utilizarán las revistas solicitadas en la sesión anterior, las cuales estarán asociadas a sus preferencias o sueños.</p> <p>El espacio de trabajo para el collage se dividirá en dos partes, en el lado izquierdo colocarán imágenes relacionadas a sus aspiraciones, motivaciones, objetivos o metas, entretanto, en el lado derecho se encargarán de reflejar de manera libre, abstracta y creativa, todas las emociones que han vivenciado desde la primera hasta la última sesión.</p> <p>Aplicación de postest.</p> <p><i>“Lo que logramos sentir en el pasado, presente y futuro que desconocemos, fueron, son y serán emociones únicas, aunque, eso no significa que la felicidad ocurra una sola vez, esta puede aparecer una y mil veces”.</i></p>	<p>Papel sábana. Lápices. Colores. Plumones. Borrador. Corrector. Parlante. Postest. Lista de asistencia.</p>	<p>20 minutos.</p>	<p>Ravelo Bobadilla, María Fanny.</p>
<p><b>Producto</b></p>	<p>Los dibujos de valoración y compromiso basado en los momentos de infancia que los hicieron felices y que surgen de la fotografía que emplearon como referencia.</p>			

## Anexo 15

### Evidencia de aplicación del programa Artmusiones

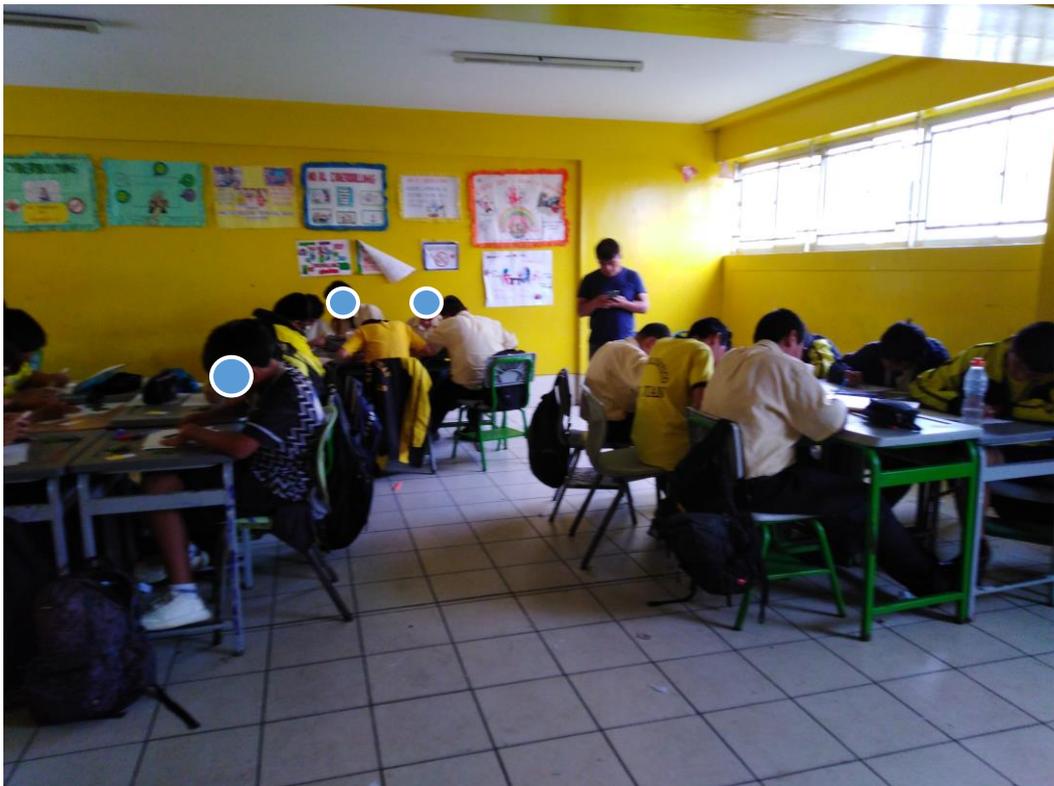
Primera sesión: "Veamos cómo somos por dentro" (19/10/2023)



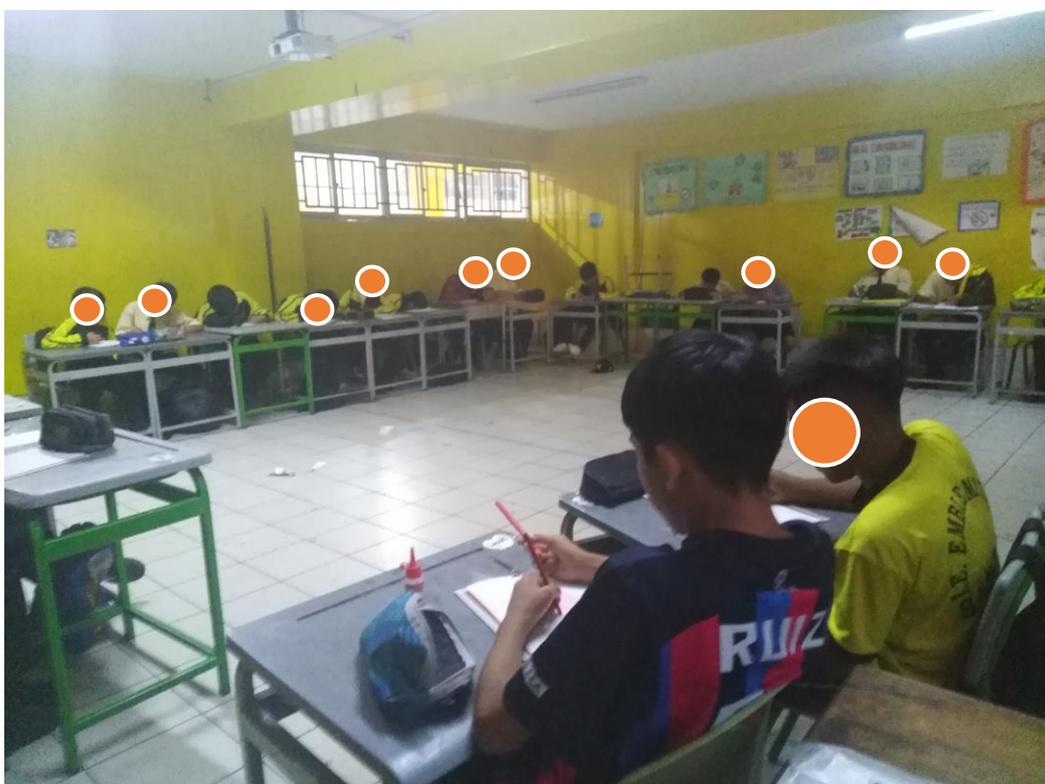


Segunda sesión: “Del 1 al 1000 ¿Qué número somos? (19/10/2023)





Tercera sesión: “¿Sientes lo mismo que yo? ¡Es imposible!”(26/10/2023 | 27/10/2023)





Cuarta sesión: "Cambios que emocionan, asustan y enfadan" (26/10/2023 | 27/10/2023)





Quinta sesión: “¿Perdiste algo? ¡Vamos a encontrarlo!” (02/11/2023 | 03/11/2023)



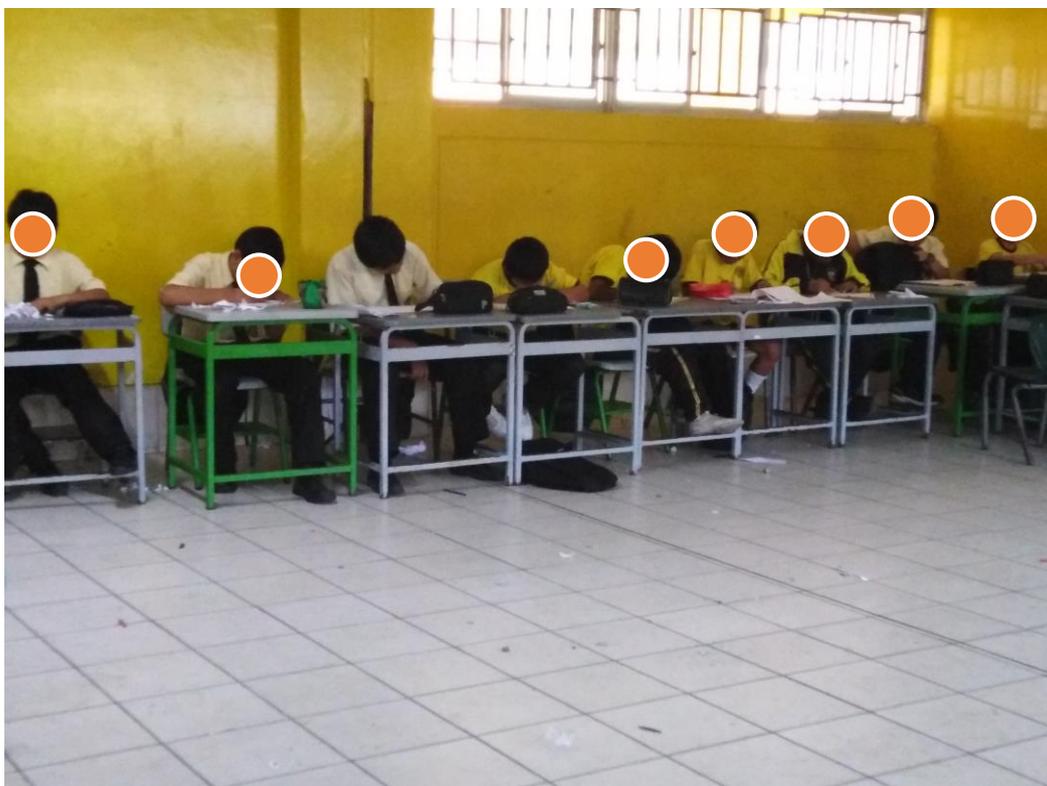
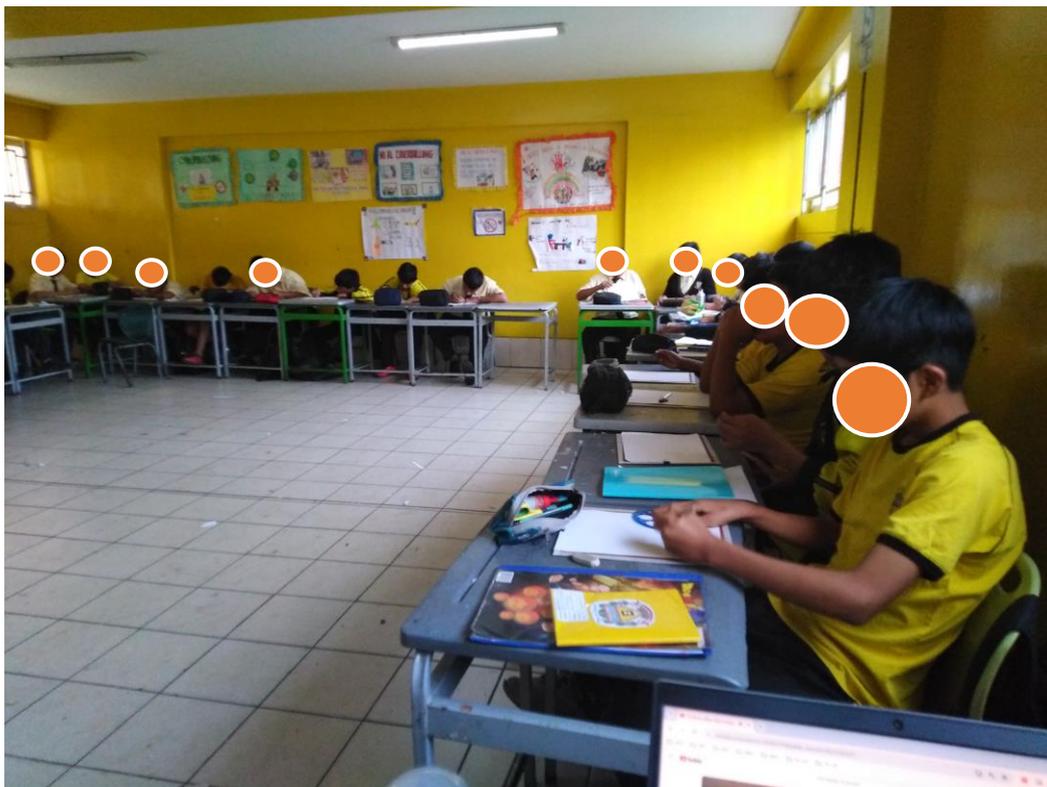


Sexta sesión: “¡Alto ahí! Vayamos despacio” (02/11/2023 | 03/11/2023)





Séptima sesión: “¿Y si me equivoco? ¡No pasa nada! (09/11/2023 | 10/11/2023)





Octava sesión: "Transforma tu vida en una maravilla" (09/11/2023 | 10/11/2023)





Anexo 16

Base de datos de respuestas pre test del grupo control

PRIMER GRUPO CONTROL (PRETEST)

S N o	D1: INTRAPERSONAL							D2: INTERPERSONAL				D3: ADAPTABILIDAD							D4: MANEJO ESTRÉS							D5: DEL ESTADO ÁNIMO				DE	S M - T L	G D 1	G D 2	G D 3	G D 4	G D 5				
	P 1	P 2	P 3	P 4	P 5	P 6	P 7	P 8	P 9	P 0	P 1	P 2	P 3	P 4	P 5	P 6	P 7	P 8	P 9	P 0	P 1	P 2	P 3	P 4	P 5	P 6	P 7	P 8	P 9	P 0	P 1	P 2	P 3	P 4						
J 1	4	3	2	4	3	5	2	3	5	2	1	4	5	4	1	5	3	4	2	5	3	4	4	3	4	5	3	5	5	5	5	5	3	3	1	2	2	2	2	2
J 2	5	5	4	4	4	1	5	5	3	5	5	5	5	5	3	3	5	5	1	4	5	4	5	2	5	4	1	5	5	5	5	5	5	5	4	2	3	2	2	3
J 3	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	3	5	5	5	3	5	4	4	5	5	4	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	6	3	3	3	3	3
J 4	4	4	2	2	3	4	4	5	4	5	5	5	5	5	4	5	5	3	4	3	3	5	5	3	4	4	4	3	3	3	5	3	5	3	3	2	3	2	2	2
J 5	4	3	5	4	3	4	5	4	4	3	3	4	4	4	3	5	4	4	3	3	2	3	2	3	4	3	3	5	4	5	4	4	3	5	2	2	2	2	2	2
J 6	4	3	4	2	4	4	4	3	3	3	4	5	3	4	2	3	4	4	2	4	4	4	4	3	3	4	2	4	4	4	4	3	4	3	1	2	2	2	2	2
J 7	3	3	4	3	5	5	5	5	2	3	5	5	2	5	3	3	4	5	5	3	1	3	5	5	3	5	2	3	1	3	3	5	5	5	2	2	2	2	2	2



J <sub>9</sub> <sup>1</sup>	5	3	3	2	4	4	3	3	2	2	2	3	3	5	1	2	2	2	4	3	4	2	4	2	3	3	2	4	3	3	5	3	2	3	1	2	2	1	2	1	
J <sub>0</sub> <sup>2</sup>	5	4	3	1	5	2	4	5	3	2	2	4	5	5	2	4	4	4	2	1	3	3	5	4	4	5	5	5	5	4	4	5	5	5	1	2	2	2	3	2	
J <sub>1</sub> <sup>2</sup>	5	4	5	3	4	2	5	5	4	2	1	4	5	4	2	3	5	2	4	3	2	3	4	1	4	1	2	3	1	4	3	3	5	4	1	2	2	2	1	2	
J <sub>2</sub> <sup>2</sup>	3	2	4	4	4	3	4	4	3	4	2	5	4	4	4	3	4	4	2	5	3	3	5	4	4	4	4	5	4	5	3	5	4	4	1	2	2	2	2	2	
J <sub>3</sub> <sup>2</sup>	1	1	1	1	5	5	5	1	1	1	1	1	1	1	5	1	1	1	1	5	3	4	5	5	4	5	1	5	5	5	3	1	3	1	9	1	7	1	2	1	
J <sub>4</sub> <sup>2</sup>	3	2	4	2	5	2	1	5	5	5	5	5	5	4	3	2	5	4	5	4	4	2	4	3	4	4	5	4	4	4	5	5	5	5	1	1	3	2	2	2	
J <sub>5</sub> <sup>2</sup>	3	2	2	3	2	4	5	4	2	5	3	2	4	1	1	2	3	2	3	2	3	4	4	3	5	1	2	4	3	4	4	3	3	5	3	2	2	1	2	2	
J <sub>6</sub> <sup>2</sup>	1	1	3	2	4	5	4	5	2	2	2	3	1	3	1	1	1	1	3	3	4	3	3	2	4	2	3	5	4	3	3	4	3	2	9	2	1	1	2	1	
SM	9	8	8	7	9	8	1	1	8	8	7	9	9	9	7	8	9	8	7	8	8	9	1	8	9	1	8	1	1	1	1	1	9	1	1	3	6	6	5	6	6
-	2	1	6	4	9	7	0	0	5	1	3	5	4	2	7	9	6	5	8	0	9	0	0	2	3	3	0	8	1	0	0	0	8	0	0	1	2	2	9	6	0
TL	2	1	6	4	9	7	7	6	5	1	3	5	4	2	7	9	6	5	8	0	9	0	2	3	3	2	1	4	0	7	0	8	1	0	7	6	6	4	5	6	

**SEGUNDO GRUPO CONTROL (PRETEST)**

S N °	D1: INTRAPERSONAL							D2: INTERPERSONAL				D3: ADAPTABILIDAD					D4: MANEJO ESTRÉS					D5: DEL ESTADO ÁNIMO				DE		SM - TL	G D 1	G D 2	G D 3	G D 4	G D 5								
	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P																
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	0	1	2	3	4	5																
K 1	4	3	4	5	3	1	4	3	3	1	2	4	4	3	1	2	4	1	2	3	2	3	1	2	2	5	3	2	3	94	2	2	1	1	1						
K 2	4	2	5	3	1	3	3	5	3	2	2	5	4	5	1	4	3	4	3	4	2	4	3	4	1	3	3	3	2	2	5	4	4	5	111	2	2	2	2	2	
K 3	5	4	3	4	4	5	5	4	5	3	3	4	4	3	4	5	4	3	5	5	4	5	4	5	4	5	2	4	3	5	4	4	3	4	138	3	2	3	2	2	
K 4	3	5	2	1	1	1	2	5	2	2	4	3	5	4	4	1	4	3	1	2	3	2	3	2	4	2	1	4	3	3	4	4	2	5	97	5	5	8	8	1	
K 5	4	3	3	2	3	4	4	4	3	2	2	3	2	3	3	4	3	3	3	3	3	2	4	2	3	3	4	3	3	4	3	4	3	5	107	2	1	2	2	2	
K 6	4	3	2	3	3	4	2	5	3	2	2	3	3	5	3	2	3	4	4	4	2	2	4	4	3	3	2	1	3	1	2	3	2	5	101	2	2	2	1	1	
K 7	4	3	4	4	2	3	2	5	3	4	2	2	4	3	2	3	4	5	2	1	1	3	3	4	4	4	2	3	2	1	4	4	4	3	104	2	2	1	2	1	
K 8	4	3	4	4	3	4	4	5	4	3	4	5	4	5	4	4	4	2	2	3	3	4	5	4	5	4	3	3	4	5	3	4	4	5	131	2	3	2	2	2	
K 9	4	3	5	4	4	4	4	4	2	2	2	4	2	3	3	3	4	3	4	3	3	2	3	4	3	3	2	4	3	4	3	3	2	4	110	2	1	2	2	1	
K 10	2	5	2	5	4	5	3	5	5	3	5	5	4	2	4	3	5	4	5	2	2	2	3	4	3	5	4	4	4	3	4	5	4	5	130	2	2	2	2	2	
K 11	4	3	2	3	2	2	4	5	3	3	2	4	4	3	4	3	4	4	3	4	3	2	3	4	3	4	3	3	4	4	4	3	4	2	112	2	2	2	2	2	
K 12	3	4	2	3	2	5	4	5	3	4	2	3	5	4	2	4	3	4	3	2	3	2	3	2	2	4	3	4	4	5	5	4	4	3	115	2	2	2	2	2	
																																					3	6	1	0	5

<b>K<sup>1</sup><sub>3</sub></b>	4	2	3	5	2	5	4	5	4	2	3	3	5	3	2	3	3	4	4	3	3	4	2	3	4	4	3	3	4	4	2	4	2	4	<b>115</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	
<b>K<sup>1</sup><sub>4</sub></b>	5	5	4	4	4	5	5	5	3	4	3	4	5	2	3	5	4	3	5	2	2	3	4	3	4	5	3	4	2	5	4	4	3	4	<b>130</b>	<b>3</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	
<b>K<sup>1</sup><sub>5</sub></b>	5	4	5	4	2	2	4	5	1	3	3	4	4	3	2	3	2	3	3	4	3	2	4	2	4	4	2	3	3	4	5	3	<b>110</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>2</b>			
<b>K<sup>1</sup><sub>6</sub></b>	4	4	3	4	2	3	5	2	5	2	3	4	2	3	1	3	4	3	3	1	2	2	3	4	3	3	5	3	4	3	4	5	5	5	<b>112</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	
<b>K<sup>1</sup><sub>7</sub></b>	5	5	1	3	4	3	5	2	3	2	3	1	2	2	4	3	4	3	2	3	5	2	4	2	3	2	2	4	3	3	2	3	3	4	<b>102</b>	<b>6</b>	<b>5</b>	<b>4</b>	<b>9</b>	<b>8</b>	
<b>K<sup>1</sup><sub>8</sub></b>	4	2	1	1	2	2	1	5	4	1	5	5	5	5	1	5	4	5	1	3	1	1	5	1	5	1	1	3	1	5	1	5	1	5	<b>98</b>	<b>1</b>	<b>3</b>	<b>2</b>	<b>1</b>	<b>1</b>	
<b>K<sup>1</sup><sub>9</sub></b>	3	3	2	2	3	3	3	5	2	2	2	5	3	2	1	3	2	1	1	4	4	3	2	2	4	2	4	4	3	4	5	2	5	2	<b>98</b>	<b>9</b>	<b>1</b>	<b>6</b>	<b>1</b>	<b>1</b>	
<b>K<sup>2</sup><sub>0</sub></b>	1	5	5	5	5	5	5	1	1	4	5	5	5	3	3	4	3	4	5	4	5	1	4	4	2	5	2	3	5	5	5	5	5	5	<b>134</b>	<b>3</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	
<b>K<sup>2</sup><sub>1</sub></b>	5	5	5	4	1	3	3	5	4	3	4	5	3	4	3	5	5	5	5	3	1	3	2	3	3	5	3	2	5	3	3	4	3	5	<b>125</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	
<b>K<sup>2</sup><sub>2</sub></b>	4	3	2	4	3	4	4	5	3	3	2	4	4	5	4	4	2	1	3	2	4	5	2	1	4	4	2	3	5	3	4	5	4	5	<b>117</b>	<b>4</b>	<b>6</b>	<b>0</b>	<b>1</b>	<b>6</b>	
<b>K<sup>2</sup><sub>3</sub></b>	3	3	5	1	4	5	5	2	2	5	2	4	1	1	1	3	4	5	3	1	5	4	1	2	3	5	5	2	5	2	3	3	2	4	<b>106</b>	<b>6</b>	<b>7</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>9</b>	
<b>SM-TL</b>	<b>8</b>	<b>8</b>	<b>7</b>	<b>7</b>	<b>6</b>	<b>8</b>	<b>8</b>	<b>9</b>	<b>7</b>	<b>6</b>	<b>6</b>	<b>8</b>	<b>8</b>	<b>7</b>	<b>6</b>	<b>7</b>	<b>8</b>	<b>7</b>	<b>7</b>	<b>6</b>	<b>6</b>	<b>6</b>	<b>7</b>	<b>6</b>	<b>7</b>	<b>8</b>	<b>6</b>	<b>7</b>	<b>7</b>	<b>7</b>	<b>7</b>	<b>9</b>	<b>7</b>	<b>9</b>	<b>259</b>	<b>5</b>	<b>5</b>	<b>5</b>	<b>5</b>	<b>4</b>	
	<b>8</b>	<b>2</b>	<b>4</b>	<b>8</b>	<b>4</b>	<b>1</b>	<b>5</b>	<b>7</b>	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>7</b>	<b>9</b>	<b>4</b>	<b>6</b>	<b>0</b>	<b>9</b>	<b>2</b>	<b>7</b>	<b>1</b>	<b>5</b>	<b>6</b>	<b>5</b>	<b>1</b>	<b>8</b>	<b>6</b>	<b>3</b>	<b>6</b>	<b>4</b>	<b>6</b>	<b>9</b>	<b>9</b>	<b>1</b>	<b>6</b>	<b>5</b>	<b>7</b>	<b>5</b>	<b>4</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>9</b>	
																																					<b>2</b>	<b>6</b>	<b>0</b>	<b>3</b>	<b>6</b>

Anexo 17

Base de datos de respuesta pre test del grupo experimental

PRIMER GRUPO EXPERIMENTAL (PRETEST)

S N o	D1: INTRAPERSONAL							D2: INTERPERSONAL							D3: ADAPTABILIDAD							D4: MANEJO ESTRÉS							D5: DEL ESTADO ÁNIMO							DE	S M - T L	G D 1	G D 2	G D 3	G D 4	G D 5
	P1	P2	P3	P4	P5	P6	P7	P8	P9	P0	P1	P2	P3	P4	P5	P6	P7	P8	P9	P0	P1	P2	P3	P4	P5	P6	P7	P8	P9	P0	P1	P2	P3	P4	P5							
D 1	4	4	5	3	4	4	4	5	4	3	4	5	5	4	3	4	3	4	4	5	4	4	3	2	4	4	3	3	4	4	4	5	5	5	3	2	3	2	2	2		
D 2	3	4	5	2	3	1	5	1	3	3	2	5	1	3	2	4	4	5	5	3	1	3	4	5	5	2	1	2	3	4	4	4	4	4	2	0	2	1	2	2	2	
D 3	5	4	5	3	3	1	4	3	4	4	3	3	5	4	3	4	4	5	3	2	3	4	3	5	2	3	4	3	3	4	3	4	4	5	2	2	2	2	2	2		
D 4	3	4	2	3	2	2	4	3	2	2	1	3	2	3	2	3	3	3	2	4	3	3	4	2	3	2	1	5	5	4	3	3	4	4	9	2	1	2	2	2		
D 5	5	3	5	4	5	3	4	5	5	4	4	3	5	5	3	5	2	5	2	2	1	4	5	2	3	5	5	2	5	1	5	5	4	5	3	2	3	2	2	2		
D 6	5	5	5	4	1	5	5	5	3	5	4	3	5	5	3	5	5	4	5	5	5	5	3	5	1	1	5	5	5	5	5	5	5	5	4	3	3	3	2	3		
D 7	5	5	5	3	4	5	5	5	5	5	5	5	5	5	4	5	5	3	5	3	4	5	2	4	5	4	3	5	5	5	4	4	2	5	4	3	3	2	2	2		

<b>D 8</b>	5	4	5	3	4	4	4	4	3	3	5	4	2	2	5	4	3	5	5	3	3	2	2	4	4	4	2	3	4	4	3	3	3	4	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>2</b>				
																																			<b>2</b>	<b>9</b>	<b>3</b>	<b>8</b>	<b>1</b>	<b>1</b>				
<b>D 9</b>	2	3	1	4	4	5	2	3	1	3	2	2	4	2	2	2	2	4	2	5	3	2	3	2	2	4	5	3	3	2	1	2	3	3	<b>9</b>	<b>2</b>	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>1</b>				
																																				<b>3</b>	<b>1</b>	<b>7</b>	<b>0</b>	<b>1</b>	<b>4</b>			
<b>D 0</b>	3	3	5	1	1	4	5	5	3	1	5	5	5	5	5	5	1	5	5	1	1	1	1	1	5	5	1	1	5	5	5	4	1	1	4	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>1</b>	<b>2</b>			
																																					<b>1</b>	<b>2</b>	<b>9</b>	<b>3</b>	<b>9</b>	<b>0</b>		
<b>D 1</b>	5	3	2	3	3	4	5	3	3	3	3	3	3	3	5	2	3	3	3	2	2	4	4	3	5	4	2	3	3	4	3	4	4	4	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>2</b>				
																																						<b>1</b>	<b>5</b>	<b>1</b>	<b>0</b>	<b>5</b>	<b>2</b>	
<b>D 2</b>	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	<b>1</b>	<b>3</b>	<b>3</b>	<b>3</b>	<b>3</b>	<b>2</b>			
																																							<b>6</b>	<b>5</b>	<b>5</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>9</b>
<b>D 3</b>	4	4	3	4	5	5	4	3	4	3	5	5	5	3	5	4	5	3	5	3	2	4	3	4	4	4	3	5	5	4	1	5	4	5	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>2</b>				
																																							<b>3</b>	<b>9</b>	<b>8</b>	<b>7</b>	<b>7</b>	<b>4</b>
<b>D 4</b>	5	5	4	3	2	4	3	5	4	3	5	4	5	5	2	3	5	2	5	2	1	4	4	3	1	2	2	1	4	4	5	4	5	4	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>2</b>	<b>1</b>	<b>2</b>				
																																							<b>2</b>	<b>6</b>	<b>1</b>	<b>0</b>	<b>7</b>	<b>6</b>
<b>D 5</b>	4	5	3	2	2	2	5	5	5	2	5	4	5	4	2	5	5	5	5	1	2	3	2	4	3	2	1	5	5	5	5	4	5	5	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>2</b>				
																																							<b>2</b>	<b>3</b>	<b>0</b>	<b>5</b>	<b>0</b>	<b>9</b>
<b>D 6</b>	4	3	2	5	3	4	3	5	4	5	2	5	2	4	4	4	3	5	5	5	2	5	5	3	5	3	1	4	4	4	2	5	4	5	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>2</b>				
																																							<b>2</b>	<b>4</b>	<b>7</b>	<b>8</b>	<b>6</b>	<b>4</b>
<b>D 7</b>	4	3	2	3	4	3	2	2	3	4	4	3	3	3	4	3	4	3	4	3	3	4	3	4	3	4	2	3	4	3	3	4	4	4	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>2</b>				
																																							<b>1</b>	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>4</b>	<b>3</b>	<b>2</b>

<b>D<sub>8</sub><sup>1</sup></b>	4	3	5	4	3	4	3	4	5	5	4	4	4	3	3	2	4	3	4	2	2	2	3	3	3	3	2	3	4	3	2	4	4	4	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>1</b>	<b>2</b>			
																																				<b>5</b>	<b>6</b>	<b>9</b>	<b>0</b>	<b>9</b>	<b>1</b>		
<b>D<sub>9</sub><sup>1</sup></b>	5	4	3	3	4	3	5	3	4	3	3	4	4	4	1	5	3	3	5	1	3	2	2	3	2	4	3	1	3	2	3	5	3	3	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>1</b>	<b>1</b>			
																																					<b>0</b>	<b>7</b>	<b>5</b>	<b>1</b>	<b>7</b>	<b>9</b>	
<b>D<sub>0</sub><sup>2</sup></b>	4	4	3	3	4	3	4	5	3	2	3	4	5	5	3	3	4	4	3	3	4	2	3	3	3	4	3	3	3	4	3	3	3	3	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>1</b>			
																																					<b>6</b>	<b>5</b>	<b>7</b>	<b>4</b>	<b>1</b>	<b>9</b>	
<b>D<sub>1</sub><sup>2</sup></b>	4	3	4	3	4	1	1	5	4	2	3	5	4	3	2	3	2	1	3	2	1	3	2	5	3	2	5	2	2	1	4	2	4	4	<b>9</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>1</b>			
																																					<b>9</b>	<b>0</b>	<b>6</b>	<b>4</b>	<b>2</b>	<b>7</b>	
<b>D<sub>2</sub><sup>2</sup></b>	4	5	4	4	5	2	5	5	4	5	5	5	4	5	4	4	5	4	5	3	5	4	4	5	5	5	4	4	4	5	4	5	4	4	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>3</b>	<b>3</b>	<b>2</b>			
																																					<b>4</b>	<b>9</b>	<b>3</b>	<b>0</b>	<b>1</b>	<b>6</b>	
<b>D<sub>3</sub><sup>2</sup></b>	3	3	2	3	5	5	5	4	2	2	2	5	3	3	3	3	3	5	3	3	3	3	4	3	2	3	2	4	3	4	3	3	3	3	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>1</b>			
																																						<b>0</b>	<b>6</b>	<b>1</b>	<b>3</b>	<b>1</b>	<b>9</b>
<b>D<sub>4</sub><sup>2</sup></b>	4	3	3	3	4	5	5	5	3	5	5	4	5	5	3	5	4	5	3	3	2	4	1	3	3	4	1	3	4	1	4	4	5	4	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>2</b>	<b>1</b>	<b>2</b>			
																																						<b>2</b>	<b>7</b>	<b>2</b>	<b>5</b>	<b>9</b>	<b>2</b>
<b>D<sub>5</sub><sup>2</sup></b>	5	4	2	3	5	2	5	5	4	3	5	4	5	5	4	5	5	5	2	3	2	3	4	5	4	4	2	5	4	5	5	4	5	4	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>2</b>			
																																						<b>3</b>	<b>6</b>	<b>1</b>	<b>6</b>	<b>7</b>	<b>7</b>
<b>D<sub>6</sub><sup>2</sup></b>	5	4	4	5	3	5	5	3	5	4	2	2	4	1	5	5	3	4	3	5	4	5	5	4	5	3	3	4	5	5	3	5	5	4	<b>1</b>	<b>3</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>2</b>			
																																						<b>7</b>	<b>1</b>	<b>1</b>	<b>9</b>	<b>9</b>	<b>7</b>
<b>SM</b>	<b>1</b>	<b>1</b>				<b>1</b>	<b>1</b>					<b>1</b>	<b>1</b>			<b>1</b>	<b>1</b>										<b>1</b>			<b>1</b>	<b>1</b>	<b>1</b>	<b>1</b>	<b>3</b>	<b>2</b>	<b>6</b>	<b>6</b>	<b>6</b>	<b>6</b>	<b>6</b>			
<b>-</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>9</b>	<b>8</b>	<b>9</b>	<b>9</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>9</b>	<b>8</b>	<b>9</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>9</b>	<b>8</b>	<b>0</b>	<b>9</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>7</b>	<b>7</b>	<b>9</b>	<b>8</b>	<b>9</b>	<b>9</b>	<b>8</b>	<b>7</b>	<b>9</b>	<b>0</b>	<b>9</b>	<b>9</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>1</b>	<b>7</b>	<b>9</b>	<b>3</b>	<b>0</b>	<b>0</b>			
<b>TL</b>	<b>9</b>	<b>0</b>	<b>4</b>	<b>6</b>	<b>2</b>	<b>1</b>	<b>7</b>	<b>6</b>	<b>5</b>	<b>9</b>	<b>6</b>	<b>4</b>	<b>5</b>	<b>9</b>	<b>7</b>	<b>2</b>	<b>5</b>	<b>3</b>	<b>1</b>	<b>7</b>	<b>1</b>	<b>0</b>	<b>3</b>	<b>6</b>	<b>0</b>	<b>6</b>	<b>1</b>	<b>1</b>	<b>3</b>	<b>7</b>	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>7</b>	<b>8</b>	<b>9</b>	<b>4</b>	<b>6</b>	<b>7</b>	<b>2</b>			

**SEGUNDO GRUPO EXPERIMENTAL (PRETEST)**

S N °	D1: INTRAPERSONAL							D2: INTERPERSONAL					D3: ADAPTABILIDAD					D4: MANEJO ESTRÉS					D5: DEL ESTADO ÁNIMO				DE		SM - TL	G D 1	G D 2	G D 3	G D 4	G D 5						
	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P												
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	0	1	2	3	4	5	6	7													
M 1	3	5	2	4	1	1	1	5	5	4	3	4	4	4	1	2	4	2	4	1	1	1	1	1	1	1	2	5	1	5	3	5	4	92	1	2	1	8	2	
M 2	2	4	2	3	5	3	4	5	5	4	5	5	5	3	2	5	3	4	5	2	3	4	2	3	5	5	1	5	5	5	5	5	5	13	2	3	2	2	3	
M 3	5	4	3	3	3	4	5	5	5	5	5	3	5	4	5	5	2	3	2	5	5	5	5	5	3	3	5	5	5	5	5	5	5	14	2	3	2	3	3	
M 4	4	2	3	5	5	4	5	3	4	3	4	5	3	4	1	3	2	2	4	1	2	3	4	3	5	5	3	5	5	5	5	2	3	4	12	2	2	1	2	2
M 5	4	5	3	4	5	2	5	5	5	3	5	5	5	5	5	5	5	5	4	3	2	5	5	4	5	5	5	5	4	5	5	5	4	5	15	2	3	2	3	2
M 6	4	3	5	3	2	3	2	5	3	4	2	4	4	3	3	4	4	5	4	3	2	2	3	3	2	2	2	3	5	2	3	2	4	3	10	2	2	2	1	1
M 7	4	3	2	3	5	4	5	4	3	4	3	5	4	5	3	4	4	5	3	2	3	5	4	2	3	5	4	5	5	5	4	5	1	5	13	2	2	2	2	2
M 8	3	4	2	4	3	1	2	5	4	3	2	2	4	2	1	2	3	2	3	2	4	2	1	4	3	4	4	2	4	3	3	3	4	3	98	1	2	1	2	2
M 9	5	5	4	3	4	4	5	5	2	3	5	5	4	4	4	4	5	5	4	3	4	4	5	2	5	3	3	5	4	5	3	4	1	5	13	3	2	2	2	2
M 10	5	3	4	4	1	3	5	5	4	4	4	3	4	3	2	3	5	4	2	3	2	3	4	3	3	1	4	3	3	2	2	3	3	4	11	2	2	2	2	1
M 11	4	2	3	5	5	4	5	1	5	4	1	3	4	1	5	2	3	5	3	5	1	5	4	5	3	5	4	2	5	1	3	4	1	3	11	2	1	2	2	1
M 12	1	5	1	5	5	1	1	2	5	1	1	5	5	5	1	4	1	4	4	5	5	1	1	4	3	1	5	5	2	4	2	3	4	4	10	1	2	2	2	1

<b>M<sub>3</sub><sup>1</sup></b>	4	4	3	2	3	1	3	5	5	5	5	5	5	3	3	3	3	2	5	1	2	4	2	1	3	1	3	2	5	4	3	3	4	3	<b>11</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>1</b>	<b>1</b>	<b>2</b>
<b>M<sub>4</sub><sup>1</sup></b>	5	5	5	2	1	1	5	5	5	5	5	5	5	5	4	5	5	5	5	1	5	1	2	5	1	1	4	5	5	1	5	2	4	4	<b>12</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>3</b>	<b>1</b>	<b>2</b>
<b>M<sub>5</sub><sup>1</sup></b>	3	3	3	3	2	4	5	3	5	2	5	5	5	3	4	2	3	2	4	4	3	2	2	4	5	2	5	4	5	3	5	3	4	4	<b>12</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>2</b>
<b>M<sub>6</sub><sup>1</sup></b>	5	3	2	4	4	5	3	5	5	3	5	5	4	5	2	3	2	3	2	5	3	5	4	4	5	4	5	4	5	5	4	2	5	3	<b>13</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>2</b>
<b>M<sub>7</sub><sup>1</sup></b>	4	4	5	5	5	4	5	5	5	5	4	3	4	4	1	4	3	4	3	4	2	5	3	4	3	4	2	1	4	3	3	4	2	5	<b>12</b>	<b>3</b>	<b>3</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>2</b>
<b>M<sub>8</sub><sup>1</sup></b>	3	5	5	3	5	4	5	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	5	3	3	2	4	4	3	4	3	5	4	4	3	3	<b>12</b>	<b>3</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>2</b>
<b>M<sub>9</sub><sup>1</sup></b>	2	5	2	5	2	4	5	5	3	3	5	5	4	3	2	4	3	5	4	1	5	5	5	5	5	2	1	3	5	4	5	5	5	5	<b>13</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>2</b>
<b>M<sub>0</sub><sup>2</sup></b>	2	3	2	3	3	5	5	3	3	3	5	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	2	3	3	4	3	3	5	2	4	2	2	1	2	<b>11</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>1</b>
<b>M<sub>1</sub><sup>2</sup></b>	4	4	3	3	2	1	5	3	5	4	5	4	4	4	3	4	4	3	3	5	3	5	3	3	3	2	1	5	5	4	4	4	4	5	<b>12</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>2</b>
<b>M<sub>2</sub><sup>2</sup></b>	4	3	2	4	2	3	5	5	5	4	5	4	5	3	5	3	2	5	4	1	2	2	3	4	3	2	1	4	5	5	2	5	3	5	<b>12</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>2</b>	<b>1</b>	<b>2</b>
<b>SM-TL</b>	<b>8</b>	<b>8</b>	<b>6</b>	<b>8</b>	<b>7</b>	<b>6</b>	<b>9</b>	<b>9</b>	<b>9</b>	<b>7</b>	<b>8</b>	<b>9</b>	<b>9</b>	<b>8</b>	<b>6</b>	<b>7</b>	<b>7</b>	<b>8</b>	<b>8</b>	<b>6</b>	<b>6</b>	<b>7</b>	<b>6</b>	<b>7</b>	<b>7</b>	<b>6</b>	<b>6</b>	<b>8</b>	<b>9</b>	<b>8</b>	<b>8</b>	<b>7</b>	<b>7</b>	<b>8</b>	<b>26</b>	<b>5</b>	<b>6</b>	<b>5</b>	<b>5</b>	<b>5</b>
	<b>0</b>	<b>4</b>	<b>6</b>	<b>0</b>	<b>3</b>	<b>6</b>	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>5</b>	<b>9</b>	<b>5</b>	<b>4</b>	<b>3</b>	<b>1</b>	<b>4</b>	<b>5</b>	<b>4</b>	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>7</b>	<b>4</b>	<b>9</b>	<b>4</b>	<b>7</b>	<b>5</b>	<b>9</b>	<b>4</b>	<b>6</b>	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>8</b>	<b>5</b>	<b>9</b>	<b>78</b>	<b>0</b>	<b>9</b>	<b>6</b>	<b>2</b>	<b>1</b>



<b>J 8</b>	5 4 4 5 3 5 4 5 2 3 3 5 5 5 2 4 4 3 4 2 3 3 3 3 3 3 3 3 3 3 5 1 4 4 2 5	<b>1</b>	3 2 2 2 2
		<b>2</b>	0 8 2 1 1
<b>J 9</b>	4 3 4 3 4 3 4 4 4 3 4 4 3 4 3 4 5 5 3 4 2 3 4 4 3 5 3 5 4 5 4 4 3 3	<b>1</b>	2 2 2 2 2
		<b>2</b>	5 6 6 7 3
		<b>7</b>	
<b>J 10</b>	5 4 5 5 1 5 5 5 5 5 5 5 5 5 5 5 5 5 5 5 1 5 1 5 5 5 5 5 5 5 5 5 5 5	<b>1</b>	3 3 3 3 3
		<b>5</b>	0 5 1 1 0
		<b>7</b>	
<b>J 11</b>	4 5 3 4 3 4 5 5 3 5 3 3 4 5 4 4 3 4 5 3 2 3 2 2 3 3 2 5 2 5 3 4 3 3	<b>1</b>	2 2 2 2 2
		<b>2</b>	8 8 5 0 0
		<b>1</b>	
<b>J 12</b>	5 4 4 3 4 5 5 4 4 5 4 5 5 4 2 5 4 5 4 1 5 4 3 5 2 5 1 1 5 4 5 5 5 5	<b>1</b>	3 3 2 2 2
		<b>3</b>	0 1 6 1 9
		<b>7</b>	
<b>J 13</b>	2 1 1 1 4 5 5 3 3 3 3 3 3 4 2 4 4 3 3 3 4 1 4 3 4 2 3 3 3 4 3 2 2 4	<b>1</b>	1 2 2 2 1
		<b>0</b>	9 2 3 0 8
		<b>2</b>	
<b>J 14</b>	5 4 4 5 3 1 4 5 5 4 4 4 3 5 2 4 5 5 4 3 2 4 4 4 5 4 3 4 3 4 4 4 4 3	<b>1</b>	2 3 2 2 2
		<b>3</b>	6 0 5 8 2
		<b>1</b>	
<b>J 15</b>	5 5 4 5 1 1 1 5 5 5 5 5 5 4 2 4 4 3 3 4 5 1 5 4 2 2 2 1 5 1 5 5 5 5	<b>1</b>	2 3 2 1 2
		<b>2</b>	2 4 5 7 6
		<b>4</b>	
<b>J 16</b>	3 2 1 3 1 5 5 1 1 2 5 4 5 5 2 3 3 2 3 3 3 1 4 3 4 4 4 4 3 4 2 2 2 2	<b>1</b>	2 2 1 2 1
		<b>0</b>	0 3 9 4 5
		<b>1</b>	
<b>J 17</b>	3 4 3 4 4 3 4 4 4 3 3 5 4 4 3 4 4 3 4 4 3 4 5 4 2 4 4 4 3 4 3 4 3 4	<b>1</b>	2 2 2 2 2
		<b>2</b>	5 7 5 7 1
		<b>5</b>	

J	<sup>1</sup> <sub>8</sub>	5	3	4	2	3	2	4	2	4	3	5	2	2	3	3	4	5	3	2	3	5	2	5	3	2	4	4	3	2	3	4	4	3	5	1	2	2	2	2	2
J	<sup>1</sup> <sub>9</sub>	3	2	2	2	3	4	4	4	5	2	4	2	2	2	3	2	3	2	5	5	4	3	4	3	4	2	3	3	2	4	3	3	2	2	1	2	2	2	2	1
J	<sup>2</sup> <sub>0</sub>	5	5	5	4	5	5	4	5	5	5	4	5	4	4	3	3	3	4	3	1	5	3	4	4	4	4	4	4	2	5	4	4	3	4	3	3	3	2	2	2
J	<sup>2</sup> <sub>1</sub>	2	3	3	3	4	4	2	2	2	1	2	3	2	2	4	4	2	3	3	4	4	3	3	4	3	4	4	3	4	3	3	2	4	3	0	2	1	2	2	1
J	<sup>2</sup> <sub>2</sub>	4	3	5	2	3	1	2	1	2	5	3	1	3	4	5	2	3	4	1	4	3	4	4	4	3	4	5	3	5	4	4	1	3	4	1	2	1	2	2	2
J	<sup>2</sup> <sub>3</sub>	1	2	3	4	2	2	4	3	1	5	2	3	5	5	5	3	3	4	3	4	4	2	3	4	2	1	4	3	5	2	2	5	3	1	0	1	2	2	1	1
J	<sup>2</sup> <sub>4</sub>	2	2	1	2	3	1	3	1	4	3	2	2	3	5	4	3	2	3	3	4	5	3	3	4	4	2	3	2	3	4	2	4	2	3	9	1	2	2	2	1
J	<sup>2</sup> <sub>5</sub>	5	5	4	5	2	1	2	5	4	5	3	3	5	4	2	3	3	4	4	1	1	4	2	3	2	2	3	3	5	2	3	4	3	4	1	2	2	1	1	2
J	<sup>2</sup> <sub>6</sub>	5	4	3	5	2	1	3	4	5	3	2	4	3	5	3	4	2	4	5	1	2	5	2	5	3	1	4	2	2	1	2	4	3	5	1	2	2	2	2	1
SM	1	9	9	9	8	8	1	9	9	1	9	9	1	1	8	9	9	1	9	8	9	7	9	9	8	8	8	9	9	9	9	9	8	1	3	6	6	6	6	5	
-	0	1	0	0	3	5	0	6	8	0	3	8	0	1	6	4	5	0	1	1	3	9	8	3	6	9	4	0	8	1	4	9	5	0	1	4	9	4	1	6	
TL	2						1			0			0		6			0			9	8	3	9	4	0	8	1	4	9	5	1	5	2	6	0	9	8			

**SEGUNDO GRUPO CONTROL (POSTEST)**

S N °	D1: INTRAPERSONAL							D2: INTERPERSONAL					D3: ADAPTABILIDAD					D4: MANEJO ESTRÉS					D5: DEL ESTADO ÁNIMO				DE		SM - TL	G D 1	G D 2	G D 3	G D 4	G D 5							
	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P																
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	0	1	2	3	4																	
K 1	5	5	3	3	4	5	5	4	1	3	2	4	2	2	3	4	3	4	5	3	4	3	5	3	3	2	2	3	2	3	4	3	4	4	11	3	1	2	2	2	
K 2	3	5	4	4	3	5	4	1	5	3	2	3	4	5	4	4	4	3	3	2	4	4	5	3	2	4	3	4	4	3	2	3	2	4	11	2	2	2	2	1	
K 3	3	4	2	3	2	4	5	1	4	3	2	3	5	2	2	1	4	2	5	3	5	2	2	5	4	3	4	3	1	2	4	2	3	1	10	2	2	2	2	1	
K 4	5	3	4	4	1	3	2	2	3	4	3	4	4	5	2	5	4	3	2	2	4	3	3	3	2	2	3	1	3	2	4	4	3	4	10	2	2	2	1	2	
K 5	3	5	3	2	3	3	2	4	3	3	3	2	3	2	1	4	3	4	2	1	3	3	1	2	3	2	2	2	2	4	2	4	2	4	3	93	2	2	1	1	1
K 6	3	4	4	4	3	1	3	4	3	2	4	4	3	2	2	5	3	4	2	2	5	3	2	3	1	3	2	4	5	3	4	5	3	4	10	2	2	2	1	2	
K 7	5	4	4	5	4	3	4	5	5	5	5	5	4	3	3	4	5	4	5	5	1	4	4	2	5	4	5	2	5	5	5	4	5	2	5	14	2	3	2	2	2
K 8	5	5	4	5	5	5	5	5	1	1	1	1	1	1	1	5	1	5	4	4	2	3	4	3	2	2	3	2	3	4	1	5	3	4	3	10	3	1	2	1	2
K 9	5	3	5	4	1	5	1	5	2	1	1	5	5	5	4	1	4	2	3	4	2	5	2	4	4	3	4	2	3	1	2	3	3	4	10	2	2	2	2	1	
K 10	3	4	3	4	2	4	4	5	4	3	2	4	3	4	3	4	3	2	4	3	3	2	5	3	2	5	3	5	4	5	3	5	3	4	12	2	2	2	2	2	
K 11	5	4	4	4	2	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	3	3	3	2	2	4	4	3	2	3	2	2	2	2	4	2	4	3	3	4	10	2	2	2	1	2
K 12	2	3	1	3	4	5	3	5	3	4	5	5	5	5	4	4	3	4	2	2	1	3	4	4	2	3	4	5	4	5	3	4	2	3	11	2	3	2	2	2	

<b>K<sup>1</sup><sub>3</sub></b>	5	3	1	5	3	5	1	2	2	3	4	1	1	1	1	3	2	3	4	1	3	3	2	1	2	4	2	3	2	3	3	2	3	2	<b>86</b>	<b>2</b>	<b>1</b>	<b>1</b>	<b>1</b>	<b>1</b>	
<b>K<sup>1</sup><sub>4</sub></b>	2	3	1	4	4	1	4	3	3	2	4	5	2	1	3	4	2	1	3	2	1	3	4	4	3	4	2	3	5	3	2	2	3	3	<b>96</b>	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>1</b>	
<b>K<sup>1</sup><sub>5</sub></b>	4	3	1	5	2	3	4	5	3	3	4	3	4	5	5	4	1	2	3	2	3	5	4	4	3	4	1	4	3	4	5	5	4	5	<b>12</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	
<b>K<sup>1</sup><sub>6</sub></b>	4	5	3	5	5	5	5	4	5	4	3	4	4	4	4	5	4	4	5	3	4	4	5	4	4	5	3	4	5	5	4	4	1	5	<b>14</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>8</b>	<b>9</b>	<b>9</b>	
<b>K<sup>1</sup><sub>7</sub></b>	4	4	2	4	3	1	4	5	4	2	3	4	5	5	3	3	4	4	3	3	3	5	4	2	3	5	4	4	4	5	3	5	4	4	<b>12</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	
<b>K<sup>1</sup><sub>8</sub></b>	3	4	5	5	1	2	5	5	5	1	1	1	1	5	1	1	5	5	5	1	5	1	5	5	5	5	5	5	5	4	5	3	3	1	4	<b>11</b>	<b>2</b>	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>2</b>
<b>K<sup>1</sup><sub>9</sub></b>	1	5	4	3	2	1	5	5	5	5	4	5	5	1	2	4	5	5	5	3	4	5	2	4	5	5	2	5	5	4	4	5	3	5	<b>13</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	
<b>K<sup>2</sup><sub>0</sub></b>	3	2	3	3	2	5	3	5	4	2	4	5	4	5	2	3	4	3	2	2	4	4	4	4	4	4	3	2	4	3	4	3	4	3	4	<b>11</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>2</b>
<b>K<sup>2</sup><sub>1</sub></b>	2	2	3	1	2	5	2	5	4	2	4	5	5	5	2	2	3	5	3	4	1	4	5	3	5	2	1	1	1	1	5	4	5	5	<b>10</b>	<b>1</b>	<b>3</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	
<b>K<sup>2</sup><sub>2</sub></b>	5	4	3	3	2	4	3	5	3	3	4	5	5	5	1	4	4	3	5	2	4	4	3	4	3	4	2	3	3	2	4	4	5	4	<b>12</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	
<b>K<sup>2</sup><sub>3</sub></b>	4	2	3	4	2	2	5	5	3	4	3	4	4	4	3	2	3	3	3	4	4	3	4	1	5	5	1	3	2	1	4	3	3	3	<b>10</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>1</b>	
<b>SM-</b>	<b>8</b>	<b>8</b>	<b>7</b>	<b>8</b>	<b>6</b>	<b>8</b>	<b>8</b>	<b>9</b>	<b>7</b>	<b>6</b>	<b>7</b>	<b>8</b>	<b>8</b>	<b>8</b>	<b>6</b>	<b>7</b>	<b>8</b>	<b>7</b>	<b>8</b>	<b>5</b>	<b>7</b>	<b>8</b>	<b>7</b>	<b>7</b>	<b>7</b>	<b>8</b>	<b>5</b>	<b>7</b>	<b>8</b>	<b>7</b>	<b>8</b>	<b>8</b>	<b>7</b>	<b>8</b>	<b>26</b>	<b>5</b>	<b>5</b>	<b>5</b>	<b>5</b>	<b>4</b>	
<b>TL</b>	<b>4</b>	<b>6</b>	<b>0</b>	<b>7</b>	<b>2</b>	<b>0</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>8</b>	<b>6</b>	<b>1</b>	<b>4</b>	<b>2</b>	<b>1</b>	<b>4</b>	<b>6</b>	<b>0</b>	<b>7</b>	<b>0</b>	<b>6</b>	<b>8</b>	<b>2</b>	<b>6</b>	<b>6</b>	<b>3</b>	<b>3</b>	<b>8</b>	<b>8</b>	<b>0</b>	<b>1</b>	<b>3</b>	<b>3</b>	<b>1</b>	<b>7</b>	<b>18</b>	<b>5</b>	<b>5</b>	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>7</b>	
																																					<b>1</b>	<b>5</b>	<b>1</b>	<b>6</b>	<b>5</b>

Anexo 19

Base de datos de respuesta post test del grupo experimental

PRIMER GRUPO EXPERIMENTAL (POSTEST)

S N o	D1: INTRAPERSONAL							D2: INTERPERSONAL							D3: ADAPTABILIDAD							D4: MANEJO ESTRÉS							D5: DEL ESTADO ÁNIMO							DE	S M - T L	G D 1	G D 2	G D 3	G D 4	G D 5				
	P1	P2	P3	P4	P5	P6	P7	P8	P9	P0	P1	P2	P3	P4	P5	P6	P7	P8	P9	P0	P1	P2	P3	P4	P5	P6	P7	P8	P9	P0	P1	P2	P3	P4	P5								P6	P7	P8	P9
D 1	5	3	4	4	3	3	4	5	4	5	4	4	4	5	2	3	3	3	4	3	1	4	3	3	3	3	3	4	3	3	4	4	4	5	1	2	3	1	2	2	6	1	9	2	3	
D 2	4	5	4	4	3	3	4	2	2	2	4	4	2	2	4	2	4	4	3	4	3	5	4	5	3	4	4	5	4	4	4	4	4	4	2	3	2	7	8	4	0	4				
D 3	5	5	5	5	3	1	1	5	5	5	5	5	4	4	2	4	4	4	3	1	1	5	3	5	1	5	1	3	5	3	3	5	5	5	2	6	5	3	1	2	2	5	3	9	3	6
D 4	4	3	3	4	2	3	4	5	3	3	4	3	4	4	1	4	4	2	3	2	2	2	5	3	2	4	2	3	5	4	2	4	3	5	1	1	3	2	2	3	6	8	1	2	2	
D 5	5	5	5	4	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	4	5	5	5	4	1	5	5	5	5	5	5	5	5	5	6	3	3	3	3	3	4	5	4	0	0	
D 6	5	5	4	4	5	3	5	4	3	3	2	3	5	4	4	4	3	3	2	2	3	5	3	2	2	5	1	5	4	5	4	5	5	5	2	7	3	2	2	2	1	4	1	3	8	
D 7	4	4	3	5	5	5	5	4	2	3	2	4	4	3	5	5	4	5	4	4	5	5	3	5	1	4	3	5	5	5	5	5	4	1	4	3	2	3	2	2	3	2	2	6	9	

<b>D</b>	3	2	3	4	4	1	4	1	3	2	4	2	5	5	1	2	3	1	3	4	3	2	3	2	5	4	3	2	3	1	2	3	2	4	<b>9</b>	2	2	1	2	1			
<b>8</b>																																				<b>6</b>	1	2	7	1	5		
<b>D</b>	4	4	5	3	5	5	5	5	5	3	2	4	3	5	5	5	5	5	5	5	4	5	5	5	5	4	5	5	5	3	5	2	4	5	5	<b>1</b>	3	2	3	3	2		
<b>9</b>																																					<b>8</b>	1	7	2	4	4	
<b>D</b>	5	5	5	5	4	3	5	5	5	4	3	5	5	5	4	5	4	5	4	4	2	4	4	3	3	4	3	5	5	5	5	3	5	4	<b>1</b>	3	3	2	2	2			
<b>0</b>																																					<b>4</b>	2	2	8	6	7	
<b>D</b>	5	5	5	5	3	3	5	5	3	5	5	5	5	5	2	4	4	4	5	3	3	4	4	4	4	4	4	5	5	5	5	5	5	5	5	<b>1</b>	3	3	2	2	3		
<b>1</b>																																					<b>4</b>	1	3	5	9	0	
<b>D</b>	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	<b>8</b>	3	3	3	3	3		
<b>1</b>																																					<b>1</b>	6	5	5	5	1	0
<b>2</b>																																					<b>6</b>	3	3	2	2	2	
<b>D</b>	4	5	4	4	4	4	5	5	4	4	4	4	4	5	5	4	3	4	4	4	2	5	4	3	3	4	2	4	5	5	3	4	4	5	<b>1</b>	3	3	2	2	2			
<b>1</b>																																					<b>3</b>	0	0	6	5	6	
<b>3</b>																																					<b>7</b>	2	3	2	2	2	
<b>D</b>	5	5	5	4	2	1	4	5	4	4	4	5	4	5	1	4	4	4	4	2	2	4	2	4	2	2	2	5	1	5	5	3	5	5	<b>1</b>	2	3	2	2	2			
<b>4</b>																																					<b>2</b>	6	1	1	1	4	
<b>D</b>	5	5	3	3	4	4	5	5	5	4	5	5	5	5	2	5	5	5	4	5	5	4	2	3	2	5	4	4	5	5	5	5	5	5	<b>3</b>	2	3	3	2	3			
<b>5</b>																																					<b>4</b>	9	4	1	4	0	
<b>D</b>	5	5	3	4	2	4	4	5	4	3	4	2	2	5	3	2	4	3	4	2	3	5	3	4	1	3	1	3	2	4	3	5	4	5	<b>8</b>	2	2	2	2	2			
<b>6</b>																																					<b>1</b>	7	5	1	0	3	
<b>D</b>	3	4	2	2	4	2	2	4	2	3	3	3	4	3	1	4	4	4	3	4	3	2	2	2	4	4	1	2	5	2	3	5	5	3	<b>6</b>	1	2	2	1	2			
<b>7</b>																																					<b>1</b>	9	2	3	7	3	
																																					<b>0</b>	1	2	2	1	2	
																																					<b>4</b>	9	2	3	7	3	



**SEGUNDO GRUPO EXPERIMENTAL (POSTEST)**

S N °	D1: INTRAPERSONAL							D2: INTERPERSONAL				D3: ADAPTABILIDAD					D4: MANEJO ESTRÉS					D5: DEL ESTADO ÁNIMO				DE		SM - TL	G D 1	G D 2	G D 3	G D 4	G D 5										
	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P																	
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	0	1	2	3	4	3	3																	
M 1	3	4	1	3	2	2	2	5	5	4	4	3	1	4	1	1	4	3	2	3	3	3	4	1	5	5	1	2	5	3	4	1	4	1	99	7	1	2	1	2	1	8	
M 2	5	3	4	3	3	3	2	5	5	5	5	4	5	2	1	4	5	5	3	4	2	2	5	3	5	5	3	3	2	3	3	5	5	5	12	7	2	3	2	2	2	2	
M 3	5	4	4	3	3	2	5	5	4	5	4	5	4	5	5	5	5	3	4	4	3	4	5	4	3	5	5	5	5	5	3	4	4	4	14	3	2	3	2	3	2	2	
M 4	5	2	5	4	4	3	2	5	5	3	3	3	2	2	3	3	5	4	3	1	3	3	3	2	5	5	3	5	4	4	3	5	3	5	12	0	5	3	2	2	6	4	
M 5	4	5	5	4	3	5	5	4	3	2	3	3	4	4	4	4	5	4	3	2	5	4	1	5	5	5	5	5	5	5	5	5	4	5	13	9	3	2	2	3	2	2	
M 6	3	2	5	4	3	3	1	4	3	3	4	4	5	4	4	5	4	5	3	2	2	4	2	5	1	5	3	4	4	3	4	4	5	4	12	1	2	2	2	2	2	2	
M 7	3	4	4	2	3	5	5	3	2	3	2	5	5	4	4	4	3	3	4	2	3	3	5	5	5	5	5	3	4	2	5	5	4	3	5	12	7	2	2	2	3	2	2
M 8	2	4	2	3	4	3	5	5	3	4	2	5	5	5	2	3	3	4	3	2	3	3	2	5	2	5	4	3	2	3	3	4	4	5	11	7	2	2	2	2	2	2	
M 9	5	5	4	4	5	5	5	5	3	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	4	4	3	5	16	2	3	3	3	3	3	2	
M 10	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	1	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	16	6	5	5	1	5	0	3	
M 11	3	1	2	3	4	3	5	2	5	4	4	5	3	1	4	2	1	3	2	5	5	3	5	1	5	4	4	3	1	4	3	1	2	1	10	4	1	4	2	5	2	1	
M 12	5	5	4	5	3	5	5	5	5	5	5	5	2	5	5	5	5	5	4	5	1	3	2	4	2	3	1	3	5	2	4	5	4	5	13	7	3	3	3	1	2	5	

<b>M<sub>3</sub><sup>1</sup></b>	3	2	2	1	5	1	3	3	5	5	3	3	3	3	2	4	4	1	3	3	1	4	3	3	4	4	2	3	3	3	4	3	4	3	<b>10</b>	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	
<b>M<sub>4</sub><sup>1</sup></b>	5	5	5	3	3	1	3	5	5	5	5	5	5	5	1	5	5	5	5	1	4	3	3	3	1	3	3	3	3	2	5	5	5	5	<b>13</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>2</b>	<b>1</b>	<b>2</b>	
<b>M<sub>5</sub><sup>1</sup></b>	4	3	1	3	2	2	5	2	5	3	3	2	2	3	4	4	4	4	4	4	3	4	3	4	4	5	5	5	4	4	4	4	3	5	<b>12</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>2</b>	
<b>M<sub>6</sub><sup>1</sup></b>	3	4	5	4	3	5	4	4	2	5	5	5	1	5	2	5	3	2	5	4	1	3	5	3	4	5	5	5	5	5	3	3	5	3	<b>13</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>2</b>	
<b>M<sub>7</sub><sup>1</sup></b>	4	4	4	4	4	5	5	4	5	4	5	4	4	3	3	3	5	4	3	3	3	4	4	3	3	5	1	3	3	5	3	4	5	5	<b>13</b>	<b>3</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	
<b>M<sub>8</sub><sup>1</sup></b>	4	4	3	4	4	5	5	4	2	2	3	3	3	3	4	3	3	3	4	2	3	4	5	3	4	4	3	4	4	5	4	4	4	4	<b>12</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	
<b>M<sub>9</sub><sup>1</sup></b>	5	5	5	5	3	1	1	5	5	5	5	5	5	5	1	5	5	5	5	1	1	5	3	5	1	1	1	1	5	1	5	5	5	5	<b>12</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>2</b>	<b>1</b>	<b>2</b>	
<b>M<sub>0</sub><sup>2</sup></b>	2	3	2	2	4	4	5	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	5	3	3	5	3	5	3	4	3	3	3	<b>11</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>1</b>
<b>M<sub>1</sub><sup>2</sup></b>	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	4	4	4	5	5	5	5	5	5	5	4	5	2	5	5	5	5	5	5	4	5	<b>16</b>	<b>3</b>	<b>3</b>	<b>3</b>	<b>3</b>	<b>2</b>
<b>M<sub>2</sub><sup>2</sup></b>	4	3	2	4	3	4	5	3	4	4	3	4	2	3	3	4	4	3	2	4	4	4	3	2	4	4	3	2	4	4	3	3	2	3	<b>11</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>1</b>	
<b>SM-TL</b>	<b>8</b>	<b>8</b>	<b>7</b>	<b>7</b>	<b>7</b>	<b>7</b>	<b>8</b>	<b>9</b>	<b>8</b>	<b>8</b>	<b>8</b>	<b>9</b>	<b>7</b>	<b>8</b>	<b>7</b>	<b>8</b>	<b>9</b>	<b>8</b>	<b>8</b>	<b>6</b>	<b>6</b>	<b>8</b>	<b>8</b>	<b>7</b>	<b>7</b>	<b>9</b>	<b>7</b>	<b>8</b>	<b>8</b>	<b>8</b>	<b>8</b>	<b>8</b>	<b>9</b>	<b>28</b>	<b>5</b>	<b>6</b>	<b>5</b>	<b>5</b>	<b>5</b>		
	<b>7</b>	<b>2</b>	<b>9</b>	<b>8</b>	<b>8</b>	<b>7</b>	<b>8</b>	<b>1</b>	<b>9</b>	<b>9</b>	<b>6</b>	<b>1</b>	<b>9</b>	<b>3</b>	<b>0</b>	<b>6</b>	<b>0</b>	<b>5</b>	<b>1</b>	<b>7</b>	<b>5</b>	<b>2</b>	<b>5</b>	<b>5</b>	<b>8</b>	<b>8</b>	<b>3</b>	<b>5</b>	<b>3</b>	<b>5</b>	<b>5</b>	<b>6</b>	<b>6</b>	<b>1</b>	<b>13</b>	<b>9</b>	<b>8</b>	<b>4</b>	<b>6</b>	<b>6</b>	