



Escuela de Postgrado

TESIS

**PROGRAMA DE EDUCACIÓN EMOCIONAL PARA MEJORAR LAS
RELACIONES SOCIALES (EN ESTUDIANTES DEL 6TO GRADO
DEL NIVEL PRIMARIO DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA PNP
“NEPTALÍ VALDERRAMA AMPUERO” AREQUIPA, AÑO 2015)**

PRESENTADO POR:

Mg. CESAR LUIS, ALFARO RODRÍGUEZ

**PARA OPTAR EL GRADO ACADÉMICO DE
DOCTOR EN EDUCACIÓN**

LIMA – PERÚ

2016

DEDICATORIA

A mi ángel protector mi mamá Florita, a mi señora madre Yuli Victoria, y a mis queridas hermanas Caroll, Yani, Bettzy y a toda mi familia.

César

AGRADECIMIENTO

El agradecimiento a las siguientes instituciones:

A la Universidad Alas Peruanas

A la I.E.PNP “Neptalí Valderrama Ampuero”

Al Ministerio de Educación

El autor.

RESUMEN

La investigación titulada: “Programa de Educación Emocional para mejorar las Relaciones Sociales” ha sido realizada en estudiantes del 6to grado del nivel primaria de la Institución Educativa PNP “Neptalí Valderrama Ampuero” del distrito de Paucarpata Departamento de Arequipa, el problema consistió en investigar cómo eran las relaciones sociales de los estudiantes investigados antes y después de la aplicación del Programa de Educación Emocional, para ello se utilizó como instrumentos una ficha de observación y dos cuestionarios, elaborados por el investigador con validez y confiabilidad.

Asimismo, la hipótesis pretendió comprobar que el Programa de Educación Emocional mejora las relaciones sociales de los estudiantes investigados. Para poder llevar a cabo esta investigación, la metodología utilizada es: una investigación de tipo pre-experimental y un diseño con pre-test y post-test con un solo grupo. Por tanto se utilizó la estadística inferencial a través de la t de student. Y por consiguiente, podemos decir que el Programa de Educación Emocional mejora significativamente el autocontrol, la asertividad y la resolución de conflictos de los estudiantes investigados.

ABSTRACT

The research titled "Emotional Education Program to improve social relations" has been made in the 6th grade students primary level educational institution PNP "Neptalí Valderrama Ampuero" del de Paucarpata, district, de Arequipa city, the problem was to find out what it was social relations of the students surveyed before and after application of emotional education program, for it was used as a form of observation instruments and two questionnaires developed by the researcher in validity and reliability.

It also sought to verify the hypothesis that emotional education program improves students' social relationships investigated. To carry out this research, the methodology used is a type of investigation and a pre-experimental design with pretest and post-test with a single group. Therefore we used inferential statistics through the Student's t test. And therefore, we can say that the education program significantly improved emotional self-control, assertiveness and conflict resolution students investigated.

ÍNDICE

Caratula	i
Dedicatoria	ii
Agradecimiento	iii
Resumen	iv
Abstract	v
Índice	vi
Introducción	vii

CAPÍTULO I

PLANTEAMIENTO METODOLÓGICO

1.1 Descripción de la Realidad Problemática	1
1.2 Delimitación de la Investigación	7
1.2.1 Delimitación Social	7
1.2.2 Delimitación Temporal	7
1.2.3 Delimitación Espacial	7
1.3 Problema de Investigación	7
1.3.1 Problema General	7
1.3.2 Problemas Específicos	7
1.4 Objetivos de la Investigación	8
1.4.1 Objetivo General	8
1.4.2 Objetivos Específicos	8

1.5 Hipótesis de la Investigación	8
1.5.1 Hipótesis General	8
1.5.2 Hipótesis Específicas	9
1.5.3 Identificación y Clasificación de Variables e Indicadores	9
1.6 Diseño de la Investigación	10
1.6.1 Tipo de Investigación	10
1.6.2 Nivel de Investigación	10
1.6.3 Método	11
1.7 Población y Muestra de la Investigación	11
1.7.1 Población	11
1.7.2 Muestra	12
1.8 Técnicas e Instrumentos de la Recolección de Datos	13
1.8.1 Técnicas	13
1.8.2 Instrumentos	14
1.8.3 Matriz de Instrumentos	16
1.9 Justificación e Importancia de la Investigación	17
1.9.1 Justificación Teórica	17
1.9.2 Justificación Práctica	17
1.9.3 Justificación Social	17
1.9.4 Justificación Legal	17

CAPÍTULO II

MARCO FILOSOFICOS

2.1 FUNDAMENTACION ONTOLOGICA

CAPÍTULO III

MARCO TEÓRICO

3.1 Antecedentes de la Investigación	18
3.1.1 Tesis Nacionales	18
3.1.2 Tesis Internacionales	20
3.2 Bases Teóricas	22
3.2.1 Teoría de la Inteligencia Emocional de Daniel Goleman	22
3.2.2.- Educación Emocional	24
3.2.2.1.- Emoción	24
3.2.2.1.1.- Definición	24
3.2.2.1.2 Componentes	25
3.2.2.1.3.- Clasificación	25
3.2.2.2.- Inteligencia emocional	30
3.2.2.3.- Competencias emocionales	31
3.2.2.3.1.- Conciencia emocional	31
3.2.2.3.2.- Regulación emocional	34
3.2.2.3.3.- Autoestima	34

3.2.2.3.4.- Habilidades socio-emocionales	36
3.2.2.3.5.- Habilidades de vida	37
3.2.2.4.- Educación emocional	37
3.2.2.4.1.- Concepto	37
3.2.2.4.3.- Principios de la Educación Emocional	39
3.2.2.4.4.- Objetivos de la Educación Emocional	40
3.2.3 Relaciones sociales	40
3.2.3.1 Definición	40
3.2.3.2 Características de las Relaciones Sociales	41
2.2.3.3 Tipos de Relaciones sociales	42
2.2.3.4.- La inteligencia social	45
3.2.3.5.- Autocontrol	46
3.2.3.6.- Asertividad	47
3.2.3.6.1 Principales características de la persona asertividad	48
3.2.3.6.2 Componentes de la Asertividad	49
3.2.3.7.- Resolución de conflictos	50
3.2.3.7.1.- El conflicto	50
3.2.3.7.1.1.- Tipos de conflicto	51
3.2.3.7.1.2.- Causas de los conflictos en el aula	52
3.2.3.7.1.3.- Actitudes ante los conflictos	52
3.2.3.7.2.- Factores a considerar en la resolución de conflictos	53

3.2.4.- La pre adolescencia	54
3.2.4 1.- Características de la pre adolescencia	54
3.2.4.2.- Rasgos característicos de un pre adolescente	55
3.3 Definición de Términos Básicos	57

CAPÍTULO IV

PRESENTACIÓN, ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE RESULTADOS

4.1 Resultados con respecto a las Relaciones Sociales	64
4.1.1 Resultados del Autocontrol	64
4.1.2 Resultados de la Asertividad	88
4.1.3 Resultados sobre la Resolución de Conflictos	116
4.2 Resultados del cumplimiento del desarrollo del Programa de Educación Emocional	128
Conclusiones	133
Recomendaciones	134
Referencias bibliográficas	
Anexos	
Matriz de Consistencia	
Programa Experimental	
Instrumentos	
Confiabilidad y validez	
Base de Datos	

INTRODUCCIÓN

Las relaciones sociales son aquellas interacciones sociales que se encuentran reguladas por normas sociales entre dos o más personas, por lo tanto, son un complemento tan importante como la relación que tenemos con nosotros mismos ya que es una cuestión necesaria y primordial de la vida cotidiana.

Sin embargo, el comportamiento agresivo, la pérdida de valores como la tolerancia, el respeto y la disciplina, complican las relaciones sociales que van estableciendo los estudiantes a lo largo de su desarrollo y dificultan por tanto su correcta integración en cualquier ambiente. Es por eso que existe un número importante de estudiantes con problemas de relación y de habilidades sociales. Por ello esta investigación promueve la importancia de la Educación Emocional para fomentar el aspecto social, porque de esta manera se facilitan las actitudes positivas ante la vida.

Por consiguiente, la presente investigación es de vital importancia porque, con la aplicación del Programa de Educación Emocional, permitirá mejorar las relaciones sociales de los estudiantes y de esta manera desarrollar una mayor competencia emocional en las relaciones sociales.

Este trabajo de investigación está estructurado de la siguiente manera:

En el primer capítulo se abordará el planteamiento metodológico de la investigación, dentro de este capítulo se realizará la descripción de la realidad problemática, la delimitación de la investigación, así como también se realizará la formulación del problema, los objetivos y las hipótesis de la investigación, además del tipo y diseños de investigación, asimismo la población y muestra con que se trabajará, las técnicas e instrumentos a utilizarse para la recolección de los datos y para dar por finalizado con este capítulo la justificación de la investigación.

El segundo capítulo, se presenta el marco teórico, que respalda el trabajo de investigación a través de los antecedentes y las bases teóricas de las respectivas variables de investigación.

El tercer capítulo, está destinado a la presentación, análisis e interpretación de los resultados.

Finalizando con las conclusiones, recomendaciones, las referencias bibliográficas y los anexos sobre la matriz de consistencia, el programa experimental, los instrumentos utilizados para la recolección de datos con su respectiva validación y confiabilidad y la base de datos.

El trabajo se realizó bajo la normativa American Psychological Association.

CAPÍTULO I

PLANTEAMIENTO METODOLÓGICO

1.1 Descripción de la realidad problemática

Las relaciones sociales resultan ser un complemento en la vida de un ser humano como la relación que se tiene con nosotros mismos, entonces, el hecho de relacionarse con otros seres humanos es una cuestión necesaria y primordial de la vida cotidiana.

En Europa, se ha realizado un informe elaborado por un grupo amplio de expertos, bajo la coordinación de la Comisión Europea, se puede afirmar que tanto las víctimas de la violencia escolar como los agresores, pueden padecer daño físico e incluso llegar a la muerte. Es importante también destacar que las mayores consecuencias están relacionadas con la salud mental pues aparecen frecuentes depresiones, traumas y baja autoestima que les impide mantener buenas relaciones con sus iguales. (Salomaki, 2001).

Además, desde hace más de una década la convivencia y disciplina escolar viene siendo un fenómeno que preocupa tanto al profesorado como a los responsables de la Administración Educativa. La preocupación surge por la frecuencia con la que suceden hechos que alteran y rompen la buena armonía y convivencia en las aulas y centros educativos y por la dificultad de encontrar soluciones idóneas y eficaces para superar el problema. (García, 2008).

Asimismo, como lo afirma Olweus (citado por García, 2008) el fenómeno de la violencia escolar preocupa en Europa desde hace varias décadas como se ve por las distintas investigaciones y por las medidas políticas tomadas. Pero en estos últimos años va en aumento y esa preocupación responde al crecimiento de actos violentos que están apareciendo en los centros escolares de estos países.

En el Reino Unido, los medios de comunicación británicos habitualmente centran la atención pública en asuntos que afectan negativamente a la salud mental y a la conducta de los niños y adolescentes, tales como las presiones comerciales, los videojuegos y películas violentas, las estructuras familiares laxas y el elevado número de exámenes que a los niños de Inglaterra se les exige realizar durante su vida escolar. (Clouder, 2008).

De igual manera, las peleas entre grupos, las agresiones a profesores y los robos empiezan a ser característicos en centros de enseñanza británicos. Por consiguiente, los sindicatos docentes de Inglaterra han manifestado varias veces la gravedad de los ataques y agresiones en los colegios. (García, 2008).

En Italia, en los últimos años han proliferado los casos de indisciplina en los centros que en muchos casos los docentes temen a sus estudiantes. Esto se explica por una excesiva permisividad, tanto en casa como en la escuela, y por el hecho de haberse delegado en la escuela el desempeño de funciones que corresponden también a la familia y a la sociedad, por no hablar del excesivo consumo de los modelos violentos que propone la televisión a los jóvenes. La intimidación que se da es psicológica y verbal, si bien en ocasiones llega a generar violencia física, y hasta sexual, entre compañeros y contra adultos. (García, 2008)

En España, los padres de familia se preocupan más por el desarrollo del intelecto de sus hijos, si ellos han aprobado las asignaturas correspondientes, pero no se refieren en ningún caso a su autoestima personal, su capacidad de hacer amigos o sobre su compromiso social. (Hué, 2005).

Asimismo, Hué C. (2005) asevera que los sistemas educativos han ido en la línea del desarrollo de los aspectos cognitivos y han estado orientados a la construcción de centros educativos, su equipamiento, la difusión de textos escolares, aumento de las asignaturas del currículo, etc., sin embargo un estudio realizado por la UNESCO en 1997 (citado en Hué, 2005) puso de manifiesto que el factor que más influye en el rendimiento académico de los estudiantes es el clima emocional en el aula.

En igual forma, los comportamientos incívicos, la destrucción de los locales o del mobiliario escolar, la falta de respeto entre iguales o hacia un superior, que impiden el desarrollo normal de un curso académico, son situaciones a las que los docentes de Educación Primaria o Secundaria deben hacer frente día a día. La progresiva devaluación de la educación como un valor imprescindible para la mejora personal, las dificultades en el desempeño cotidiano de la tarea docente y un ambiente social marcado por la pérdida de valores como la tolerancia, el respeto y la disciplina son, entre otras más, las causas de los problemas de convivencia y de un incremento en la conflictividad en los centros educativos tanto públicos como privados. Estos problemas se traducen en algunos casos en hechos violentos de diversos grados, que algunas veces ejercen los estudiantes contra sus propios compañeros. (García, 2008).

Por su parte, Extremera y Fernández (2004) realizaron una investigación sobre el papel de la inteligencia emocional en estudiantes y se encontró con cuatro áreas fundamentales en las que una falta de inteligencia emocional provoca o facilita la aparición de problemas entre los estudiantes los cuales son:

1. Déficit en los niveles de bienestar y ajuste psicológico del alumnado.
2. Disminución en la cantidad y calidad de las relaciones interpersonales.
3. Descenso del rendimiento académico.
4. Aparición de conductas disruptivas y consumo de sustancias adictivas.

En Cuba, tradicionalmente la educación ha centrado su mayor interés en el desarrollo cognoscitivo y los resultados de la inteligencia del educando y con un olvido generalizado de la dimensión emocional. Además todos los profesores enfrentan en la actualidad un reto enorme en relación con los aprendizajes y la vida escolar por lo que es de vital importancia motivar a los estudiantes para que produzcan los resultados deseados, con eficiencia, calidad y creatividad. De ahí que las consecuencias de la educación emocional se dejan sentir en las relaciones interpersonales, el clima en la clase, la disciplina y el rendimiento académico. Incluso es una forma de prevención inespecífica de hábitos no deseados que implican a aquellos educandos que consumen drogas, tienen actitudes violentas y agresivas, estrés, ansiedad, estados depresivos entre otros. (Terre, 2011)

Asimismo, para Terre (2011), el descontrol de la agresividad que comienza con una pelea y termina con un disparo es una vivencia social y cotidiana que se presenta en el sistema de este país. La ineficiencia de no saber canalizar las emociones y la falta de valores son incidencias básicas en lo que ocurre hoy en el marco escolar, familiar y social. Es frecuente encontrar jóvenes con manifestaciones como la depresión, la ansiedad, el estrés, los desórdenes en las comidas: la bulimia y la anorexia, entre otros efectos sociales. Por tanto, con el proporcionado acontecimiento social tan preocupante debemos coincidir en que está en juego las generaciones futuras.

En Colombia, en la actualidad existen casos de menores de edad que asesinan, roban, que cometen crímenes, uno se podría preguntar ¿Qué los motiva a delinquir? y según Rojas, psicóloga del Instituto Colombiano de Bienestar Familiar. (Citado por Gutiérrez, 2011) comenta que:

“Uno pensaría que estos muchachos hacen lo que hacen porque vienen de un sistema familiar que no les provee absolutamente nada económicamente, pero resulta que en muchas de las ocasiones no es sólo eso, son jóvenes que tienen un bajo control de impulsos y poca tolerancia a la frustración, que siempre están a la expectativa de obtener más, no porque necesitan satisfacer sus necesidades básicas, sino porque quieren más de lo que se les provee. Son muchachos que vienen de hogares con graves conflictos, entonces a nivel emocional son inestables, tienen carencias afectivas. Eso les genera inseguridad, baja autoestima y los lleva a buscar un reconocimiento en grupo, ahí es cuando se involucran”.

En Venezuela, se observa que la inseguridad y la degradación de la calidad de vida de los ciudadanos son debido a una interrupción descontrolada de los impulsos, que cada vez son más numerosas. Las estadísticas muestran un aumento de la delincuencia, de los embarazos precoces, de la depresión, de los trastornos alimenticios, que indican que están en presencia de una época en que el entramado social parece descomponerse.

Según investigaciones bibliográficas, en Argentina actualmente las tasas de suicidio de adolescentes varones entre 10 a 14 años se han duplicado como lo sostiene el psicólogo Malaisi (2011) y sostiene que:

“No es raro hoy en día escuchar noticias o saber de chicos que toman drogas, alcohol, roban, no respetan las normas, son agresivos, no se responsabilizan por sus tareas

escolares, se fugan del hogar, no respetan a los mayores, etc. Es evidente la situación en la que están. Pareciera ser que por intentar escapar de sus problemas, sean familiares, personales, de identidad u otros, entran aún más profundamente en ellos; más se los estigmatiza y trata como tales. Es frecuente poder observar que en las escuelas existen estudiantes que están perfectamente identificados (rotulados) siendo famosos no sólo en el curso sino también en todo el establecimiento escolar por ser contestadores, mentirosos, inquietos, irrespetuosos, etc. Para muchos no es fácil tolerarlos y colman la paciencia de cualquiera. Así, aquellos que no responden favorable o sumisamente a las sanciones disciplinarias, se rebelan contra ellas, y eligen sin saber un camino de no muy buen pronóstico entrando más en el problema y cristalizando más sus acciones y reacciones ante un sistema que los margina, extrapolando sus comportamientos luego más allá del establecimiento escolar”.

Asimismo, Malaisi (2011) indica que existen casi cuatrocientos mil adolescentes con trastorno Negativista Desafiante, y cerca de seiscientos mil con trastorno Disocial del Comportamiento. En el ámbito educativo se presentan muchos casos con índices de ausentismo elevados y numerosos niños que no están escolarizados. Por otro lado puede mencionarse la incapacidad de algunos padres para educar; el abuso, la fragmentación familiar, el agotamiento de los padres, la falta de funcionamiento de redes de apoyo comunitario en algunos sectores, la urbanización, la implacable inseguridad social, los cambios económicos, la inequidad, marginación y discriminación social, la sobreexposición a la violencia gráfica, condiciones de hacinamiento, etc. que a pesar de los grandes avances en desarrollo económico a nivel nacional y provincial, se hacen sentir en muchos individuos y familias.

En el Perú, una constatación de los hecho develan que uno de cada cuatro escolares (24.3%) ha sido víctima de una o más agresiones físicas en lo que va de su vida escolar: el 15.3% señala que el agresor o los agresores fueron compañero o compañera de clase, mientras que el 9.9% manifiesta que fue un profesor, auxiliar u otra autoridad escolar. Diversas investigaciones han determinado la correlación entre este factor y el rendimiento educativo. Sin embargo, evidentemente también tiene influencia como ya se mencionó en las relaciones de convivencia entre los estudiantes (Comisión Nacional para el desarrollo y la vida sin drogas, 2007, citado por Aguirre, 2009).

Por su parte, los padres se preocupan mucho y se decepcionan cuando su hijo presenta problemas en la escuela. Sin embargo los estudiantes a pesar de sus esfuerzos tienen mucha dificultad para aprender y sacan malas notas. También hay niños que al irles mal en la escuela, se frustran y se portan mal y suelen ser violentos con sus compañeros porque prefieren que los consideren malos y no tontos. (Huarcaya y Durán, 2010)

El niño, al esforzarse tanto por aprender, se frustra más y más y desarrolla problemas emocionales, tales como una baja autoestima ante tantos fracasos.

Precisamente en Arequipa, los niños demuestran recibir una educación errada por parte de sus padres, ya que reciben maltratos físicos como psicológicos. Afectando su desarrollo personal y social, y ocasionando problemas de seguridad emocional. (Aragón, 2010)

Justamente, estos problemas se observan en la Institución Educativa del distrito de Paucarpata y provincia de Arequipa; donde se refleja alteraciones en las relaciones sociales en los estudiantes. Es decir, muchos de los estudiantes con su comportamiento impiden el desarrollo normal de la clase, por consiguiente se da un conflicto entre el profesor y el estudiante.

Además, existe una intimidación entre compañeros en el salón de clases, se burlan constantemente de sus compañeros, muchos de los estudiantes les cuesta mantener relaciones amistosas, además no les gusta, por tanto tienen dificultades para establecer vínculos afectivos con sus compañeros.

De igual manera, se ha observado que para muchos de los estudiantes es difícil alabar o elogiar a sus compañeros por alguna acción buena; además, les es difícil pedir disculpas a los demás por haber hecho algo malo, prefiriendo antes que los castiguen.

Tal como se ha visto, el comportamiento agresivo complica las relaciones sociales que van estableciendo los estudiantes a lo largo de su vida, desarrollando y dificultando por tanto su correcta integración en cualquier ambiente.

1.2 Delimitación de la investigación

1.2.1 Delimitación Social

El presente trabajo de investigación, se realizará en estudiantes del 6° grado “C” nivel primario de la Institución Educativa PNP “Neptalí Valderrama Ampuero” del distrito de Paucarpata Departamento de Arequipa.

1.2.2 Delimitación Temporal

El presente trabajo de investigación, corresponde al año 2015, asume una visión actual y prospectiva a medida que se realice la investigación. Asimismo la investigación corresponde a un estudio de corte longitudinal por la secuencia de la misma.

1.2.3 Delimitación Espacial

La investigación se realizará en el ámbito general de Arequipa urbana y en el ámbito específico de la Institución Educativa PNP “Neptalí Valderrama Ampuero”, la misma que queda ubicada en la calle Pizarro N° 513, distrito de Paucarpata y provincia de Arequipa.

1.3 Problemas de Investigación

1.3.1 Problema General

¿Cuáles son los efectos de la aplicación del Programa de Educación Emocional para mejorar las relaciones sociales de las estudiantes del 6to grado “C” del nivel primario de la Institución Educativa PNP “Neptalí Valderrama Ampuero” del distrito de Paucarpata, Departamento de Arequipa?

1.3.2 Problemas Secundarios

- ¿Cuáles son los niveles de autocontrol de los estudiantes del 6to grado “C” del nivel primario de la Institución Educativa PNP “Neptalí Valderrama Ampuero”, antes y después de la aplicación del Programa de Educación Emocional?
- ¿Cuáles son los niveles de asertividad de los estudiantes del 6to grado “C” del nivel primario de la Institución Educativa PNP “Neptalí Valderrama Ampuero”, antes y después de la aplicación del Programa de Educación Emocional?

- ¿Cómo es la resolución de conflictos de las estudiantes del 6to grado “C” del nivel primaria de la Institución Educativa PNP “Neptalí Valderrama Ampuero”, antes y después de la aplicación del Programa de Educación Emocional?

1.4 Objetivos de la Investigación

1.4.1 Objetivo General

Analizar los efectos de la aplicación del Programa de Educación Emocional para mejorar la relación social en las estudiantes del 6to grado “C” del nivel primario de la Institución Educativa PNP “Neptalí Valderrama Ampuero”, del distrito de Paucarpata y provincia de Arequipa-2015.

1.4.2 Objetivos Específicos

- Identificar los niveles de autocontrol de las estudiantes del 6to grado “C” del nivel primario de la Institución Educativa PNP “Neptalí Valderrama Ampuero”, antes y después de la aplicación del Programa de Educación Emocional.
- Evaluar los niveles de asertividad de las estudiantes del 6to grado “C” del nivel primario de la Institución Educativa PNP “Neptalí Valderrama Ampuero”, antes y después de la aplicación del Programa de Educación Emocional.
- Identificar la resolución de conflictos de las estudiantes del 6to grado “C” del nivel primario de la Institución Educativa PNP “Neptalí Valderrama Ampuero”, antes y después de la aplicación del Programa de Educación Emocional.

1.5 Hipótesis y Variables de la Investigación

1.5.1 Hipótesis General

El Programa de Educación Emocional mejora significativamente las relaciones sociales en las estudiantes del 6to grado “C” del nivel primario de la Institución Educativa PNP “Neptalí Valderrama Ampuero”,

1.5.2 Hipótesis Secundarias

- Si aplicamos el Programa de Educación Emocional en las estudiantes del 6to grado “C” del nivel primario de la Institución Educativa PNP “Neptalí Valderrama Ampuero”, entonces las estudiantes mejoraran significativamente su autocontrol.
- Si aplicamos el Programa de Educación Emocional en las estudiantes del 6to grado “C” del nivel primario de la Institución Educativa PNP “Neptalí Valderrama Ampuero”, entonces las estudiantes tendrán comportamientos más asertivos.
- Si aplicamos el Programa de Educación Emocional en las estudiantes del 6to grado “C” del nivel primario de la Institución Educativa PNP “Neptalí Valderrama Ampuero”, entonces las estudiantes serán capaces de resolver conflictos.

1.5.3 Variables e Indicadores

Variables	Indicadores	Sub-indicadores
Programa de Educación Emocional	Conciencia emocional	¿Qué se siente?
		Paseando
		¿Qué hago yo?
		Mirando fotografías
	Regulación emocional	Relajando el cuerpo con la música
		Noticias y emociones
		No llego la nota
		¿Qué puedo pensar?
	Autoestima	Algo habla dentro de mi
		¿Soy yo?
		La persona que admiro
		Nos miramos la cara
	Habilidades socio-emocionales	Maneras de actuar
		Sentir y comunicar
		Mis manos en tu cara
		¿Entendemos todo lo mismo?
	Habilidades de vida	El amigo ideal
Vamos a decir		
Simulando la vida		
Consultorio familiar		
Relaciones Sociales	Autocontrol	Relación entre compañeros
		Control de timidez
		Selectivo en trato
	Asertividad	Opina
		Respeto a los compañeros
		Respeto el turno para hablar
	Resolución de conflictos	Clima del aula/Colaboración

1.6 Metodología de la Investigación

1.6.1 Tipo y Nivel de la Investigación

a) Tipo de la Investigación

El tipo de investigación es pre-experimental, corresponde al paradigma positivista, al enfoque cuantitativo, al método experimental, puesto que según el número de variables es un estudio bivariado, porque evidentemente incluye dos variables, según la temporalidad es un estudio prospectivo, debido a que se registra información según van ocurriendo los fenómenos, los datos necesarios son recogidos a propósito de la investigación, según el número de mediciones es un estudio longitudinal porque la variable de estudio es medida en dos o más ocasiones y según el lugar donde se realiza la investigación es un estudio de campo porque la recolección de datos es directamente de los sujetos de investigación, o de la realidad donde ocurren los hechos.

Para el diseño de la investigación, emplearemos el diseño con pre-test y pos-test con un solo grupo. El esquema del diseño es el siguiente:

$$\text{G.E} : \text{O}_1 \times \text{O}_2$$

Dónde:

- G.E : Grupo experimental
- O_1 : Pre-test
- O_2 : Post test
- \times : Programa experimental

b) Nivel de la Investigación

La investigación corresponde al nivel explicativo porque se encarga de buscar el porqué de los hechos, mediante el establecimiento de relación causa-efecto. (Deza y Muñoz, 2008). Asimismo, son más estructurados y en la mayoría de los casos requiere del control y manipulación de la variable en un mayor o menor grado. (Grajales, 2000).

1.6.2 Método y Diseño de la Investigación

Por su parte Ávila, (citado por Valderrama, 2007), define el concepto de método de la siguiente manera: “Entendemos como método al camino o procedimiento que se sigue mediante un conjunto sistemático de operaciones y reglas prefijadas, para alcanzar un resultado propuesto. El método es el orden que se sigue en las ciencias para hallar la verdad y enseñar la manera de alcanzar un objetivo, también es un determinado procedimiento para ordenar una actividad”.

En esta investigación el método a aplicarse es el experimental, debido a que el investigador manipula deliberadamente una variable independiente, para observar los efectos que la manipulación produce en una o más variables dependientes. (Deza y Muñoz, 2008). Además puede controlar la conformación de los grupos que necesita para su estudio. (Brione, 2002)

1.6.3 Población y Muestra de la Investigación

a) Población

Según Deza y Muñoz (2008) la población es la totalidad del fenómeno a estudiar, la cual se encuentra por características que permiten distinguir los sujetos unos de los otros.

Por lo tanto la población motivo de esta investigación está conformada por estudiantes del 6to grado “C” de la Institución Educativa PNP “Neptalí Valderrama Ampuero”, que presentan las siguientes características:

- Estudiantes cuyas edades oscilan entre 10 a 12 años.
- El aula está constituido por 21 mujeres y cinco varones.
- Estudiantes de asistencia normal.
- Estudiantes que reciben maltrato físico, como psicológico de sus padres o tutores.
- Estudiantes que no mantiene relaciones amistosas.
- Estudiantes con problemas emocionales.
- Estudiantes con carencia de habilidades para la resolución de conflictos.

TABLA N° 1

POBLACIÓN

Grado/Sección	Sexo	fi	%
6to "C"	Varones	5	19.23
	Mujeres	21	80.77
Total		26	100

Fuente: I.E. PNP "Neptalí Valderrama Ampuero, Arequipa 2015.

b) Muestra

En esta investigación el tipo de muestra es no probabilístico porque se seleccionan las muestras según el criterio o criterios del investigador y conforme a las circunstancias lo sugieran o permitan, es de carácter intencional debido a que el investigador escoge a sus unidades de análisis por facilidades de la investigación a finalidad del estudio (Hernández, 2007) quedando la muestra representado en la siguiente tabla:

TABLA N° 2

MUESTRA

Grado/Sección	Grupo	Fi	%
6to "C"	G.E	17	100
Total		17	100

Fuente: I.E. PNP "Neptalí Valderrama Ampuero, Arequipa 2015.

La muestra la conforman 17 estudiantes del 6to grado "C" de la Institución Educativa PNP Neptalí Valderrama Ampuero, orientados por los siguientes criterios:

Criterio de Inclusión:

- Los estudiantes para ser incluidos en el estudio deben tener una edad cronológica al estudio de 10 a 12 años.
- Estudiantes con asistencia normal.
- Se incluirá sólo a las mujeres por ser una muestra representativa.

Criterio de Exclusión:

- Se excluye a los estudiantes mayores a la edad cronológica correspondiente.
- A los estudiantes que no han asistido para la aplicación de los instrumentos.
- Se excluye a los estudiantes varones por no ser una muestra representativa ya que sólo son cinco varones.
- Estudiantes que no asistieron para la aplicación del programa.

1.6.4 Técnicas e Instrumentos de la Recolección de Datos

a) Técnicas

Las principales técnicas que se utilizará en la investigación son:

- **Encuesta**, según el Profesor García (citado por Paz y Torres, s/f) define a la encuesta como “una investigación realizada sobre una muestra de sujetos representativa de un colectivo más amplio utilizando procedimientos estandarizados de interrogantes con el fin de obtener mediciones cuantitativas de una gran variedad de características objetivas y subjetivas de la población”.

Además en la encuesta no se tiene control directo sobre lo que se investiga, no se puede alterar, simplemente se recopila y presenta la encuesta, se auxilia de instrumentos básicos como el cuestionario. (Paz y Torres, s/f)

- **Observación**, es el empleo sistemático de los sentidos en la búsqueda de los datos que se necesitan para resolver un problema de investigación (Deza y Muñoz, 2008). El tipo de observación que se utilizara en la investigación es la observación estructurada, debido a que el investigador sabe qué aspectos de la actividad del grupo son relevantes para sus propósitos, lo que le permite desarrollar un plan específico para la realización e información sobre observaciones antes de comenzar la recolección de datos (Ugarriza, 1998)

b) Instrumentos

Los principales instrumentos que se aplicarán en las técnicas son:

- **Cuestionario**, es un conjunto de preguntas sobre los hechos o aspectos que interesan en una investigación y que son contestados por los encuestados. Se trata de un instrumento fundamental para la obtención de datos. (Paz y Torres, s/f)

Por consiguiente para la recolección de la información que corresponde al indicador autocontrol, se elaboró un cuestionario, compuesto de diez preguntas con temas como:

selectivo en trato y la relación con compañeros. Además se elaboró otro cuestionario para averiguar el grado de asertividad.

- **Ficha de observación**, es un instrumento que permite monitorear el comportamiento de los estudiantes durante las sesiones de aprendizaje, es decir en un contexto de aula donde la posibilidad de observar el desenvolvimiento de los estudiantes y su interacción con sus compañeros.

Al respecto, se elaboró una ficha de observación, para monitorear el comportamiento de los estudiantes.

- **Lista de cotejo**, es un instrumento que nos permite obtener información más precisa sobre el nivel de logro de un comportamiento o actitud, indicando su presencia o ausencia. (Olivero, 2010).

Para la investigación se elaboró una lista de cotejo que permitirá verificar el cumplimiento de las actividades del programa de educación emocional, realizadas por los estudiantes.

Matriz de Instrumento

Variables	Indicadores	Sub-indicadores	Instrumentos	Técnicas	Preguntas
Programa de Educación Emocional	Conocimiento emocional	¿Qué se siente?	Programa de Educación Emocional		
		Paseando			
		¿Qué hago yo?			
		Mirando fotografías			
	Regulación emocional	Relajando el cuerpo con la música			
		Noticias y emociones			
		No llego la nota			
		¿Qué puedo pensar?			
	Autoestima	Algo habla dentro de mí			
		¿Soy yo?			
		La persona que admiro			
		Nos miramos la cara			
	Habilidades socio-emocional	Maneras de actuar			
		Sentir y comunicar			
		Mis manos en tu cara			
		¿Entendemos todo lo mismo?			
Habilidades de vida	El amigo ideal				
	Vamos a decir				
	Simulando la vida				
	Consultorio familiar				
Relaciones Sociales	Autocontrol	Relación entre compañeras	Cuestionario	Encuesta	1, 2, 3, 4, 7, 9, 10
			Ficha de observación	Observación	1.1, 1.2, 1.3, 1.4
		Control de timidez	Ficha de observación	Observación	2.1, 2.2, 2.3, 2.4
		Selectivo en trato	Cuestionario	Encuesta	5, 6, 8
	Asertividad	Opina	Cuestionario	Encuesta	2, 3, 4, 5, 10, 14, 15, 16, 17, 18, 19
			Ficha de observación	Observación	3.1, 3.2, 3.3, 3.4
		Respeto a los compañeros	Cuestionario	Encuesta	1, 6, 7, 8, 12, 13
			Ficha de observación	Observación	4.1, 4.2, 4.3, 4.4
	Resolución de conflictos	Respeto el turno para hablar	Cuestionario	Encuesta	9, 11, 20
		Clima del aula	Ficha de observación	Observación	5.1, 5.2, 5.3, 5.4
Colaboración	Ficha de observación	6.1, 6.2, 6.3, 6.4			

1.6.5 Justificación, Importancia y Limitaciones de la Investigación

a) Justificación Teórica

La presente investigación pretende, introducir al estudiante en el conocimiento de los conceptos y técnicas utilizadas en el Programa de Educación Emocional, proporcionando una enseñanza que colabore a proporcionar mejoras en las relaciones sociales.

La presente investigación nos permitirá orientar y proveer de información sobre el conocimiento de los fenómenos emocionales, el desarrollo de la conciencia emocional y la capacidad de controlar las emociones, a las personas interesadas en el tema ya que se beneficiarán con toda la información brindada.

b) Importancia

La presente investigación, es importante porque favorecerá las relaciones sociales de los estudiantes en el desarrollo de factores protectores que les sirvan de estrategia preventiva frente a los posibles riesgos que surgen en edades cada vez más tempranas como la violencia, intolerancia, fracaso, drogas, etc. De esta manera se beneficiarán todos los estudiantes de la Institución Educativa PNP Neptalí Valderrama Ampuero, asimismo los profesores, padres de familia.

El presente Proyecto de Investigación, se ajusta a los requerimientos establecidos por la Escuela de Post grado de la Universidad Alas Peruanas.

c) Limitaciones

En el desarrollo de nuestro estudio podemos tener algunas limitaciones como es la dificultad de acceder a información del entorno familiar debido a los horarios de trabajo de los padres de familia.

Otra limitación es que la información recogida de los instrumentos pueda ser distorsionados por los examinados quienes podrían suponer que esta información podría afectar su núcleo familiar.

CAPÍTULO II

MARCO FILOSÓFICO

2.1 Fundamentación Ontológica

2.1.1 La Educación Filosófica

Hay muchas maneras de entender la filosofía una de ellas que nos parece a la aceptable y útil, es considerar que el filósofo esta dedicado a los siguientes quehaceres o tareas: a) una reflexión crítica sobre el conocimiento y la acción b) una orientación racional universal de la existencia. En todos y en cada uno de nuestros quehaceres el filosofar se define por un pensar que hacia las condiciones ultimas y las instancias incondicionadas

2.1-2 Naturaleza de la Filosofía Social

Por su etimología, desde la antigüedad, se entiende por filosofía el amor a la sabiduría, y podemos interrogarnos sobre el contenido de esa expresión inmaterial. La extensión semántica de amor contiene significados como: entregarse a, compartir con, contemplar con especial pasión, ser para, unirse a, etc. Amar es un acto que supone un movimiento hacia la propia satisfacción satisfaciendo al objeto deseado. Amar la sabiduría será, por

tanto, querer enriquecerse intelectualmente y comunicar la propia experiencia de saber. Desde una perspectiva lógica filosofar es un acto que puede expresar dos movimientos en relación al saber:

- a. Desvelar los contenidos que la naturaleza encierra.
- b. Ordenar el saber en un espacio lógico.

Siendo la filosofía una pasión por saber, su ámbito será la universalidad del conocimiento, lo que implica dos características:

1. La ordenación del saber particular al general.
2. La verificación de todo saber según criterios de universalidad.

Aunque el objeto de la filosofía sea todo el saber construye su modo operativo desde las últimas causas o sabiduría más universal hacia las aplicaciones más particulares. La filosofía contempla la unidad del saber lógico, que implica la no contradicción de dos contenidos del saber contemplados bajo una identidad causal. Por esta razón de economía la filosofía estudia el saber universal desde las últimas causas que generan los principios de saber más universales.

El fin propio de la filosofía no corresponde al saber empírico o inmediato de cada demostración, sino al que se sigue de la contemplación rigurosa de las verdades que se dan en las esencias. Por ello, su método habitual será el análisis de las realidades propias y comunes de los entes. No obstante, observa el conocimiento empírico en lo que puede predicarse de la esencia.

El binomio filosofía social expresa la realización del concepto de filosofía en el ámbito de la sociedad. Se identificará como el compromiso en saber lo que concierne a la naturaleza, objeto y fin de las relaciones humanas. Su ámbito abarcará la universalidad de estas relaciones desde su aspecto de número, género o cualidad. La filosofía social parte del hombre como ser relacionable y contempla la naturaleza de sus relaciones de grupo desde las más simples a las más universales; desde el género de las mismas:

afectivas, laborales, políticas, culturales... hasta la cualidad o efecto de bien que las mismas derivan para el hombre.

2.1.3 Objeto de filosofía social.

Teniendo por objeto la filosofía como ciencia el desentrañar la adecuación a la verdad más radical que encierra cada proposición que pueda ser pensada, la filosofía social estudiará el objetivar las condiciones de verdad en que se desarrollan las relaciones humanas. La referencia última para la evaluación de las relaciones humanas es única y consiste en la naturaleza u orden global existencial del cosmos. Dado que la filosofía social atiende el estudio de relaciones humanas, su último referente de la naturaleza presentará dos aspectos diferenciados:

1. El hombre como sujeto de toda relación social.
2. La naturaleza material como marco de la relación.

La referencia específica al ser de la persona humana se constituye como fundamento de la filosofía social por ser cada persona como individualidad la que actúa como sujeto de las relaciones sociales. De la naturaleza específica y forma de ser del hombre dependerá la sustancialidad de sus relaciones y la adecuación a los criterios de verdad según se ajusten a su genuina esencia. Por eso, la referencia a su ontología forma parte íntegra del auxilio al objeto de la filosofía social distinguiendo los aspectos ontológicos y existenciales que influyen en su comportamiento relacional. Si bien el ser humano en su unidad es único agente en cada uno de sus actos, habrá determinados espacios intelectivos y decisorios que estarán más directamente vinculados a la relación, siendo éstos los que cooperan de modo especial al objeto de la filosofía social.

La naturaleza o mundo material a la que el hombre pertenece, y en cuya realidad el hombre es, se constituye como objeto esencial de la filosofía social porque en él se producen las relaciones humanas. La materia determina en parte los comportamientos del hombre de dos modos: uno directo, tal y como lo determina en su sustancia material; y otro indirecto, según se relaciona con las demás sustancias materiales con las que comparte la vida.

El hombre además de como sujeto también se constituye como objeto de la filosofía social en cuanto fin de las relaciones sociales. Toda relación es direccional o bidireccional, requiriendo un sujeto y un objeto. Cuando la relación se da entre personas, cada una de ellas puede ser considerada como sujeto, pero también como fin u objeto de la relación. La filosofía social, por tanto, habrá de estudiar diferenciando que los contenidos de verdad que afectan a la entidad del ser humano se adecuan en cada relación no sólo considerando a la persona como sujeto, sino también como término o causa final. La relación sólo se ajustará a la naturaleza cuando no vulnere las esencias de naturaleza de los dos extremos de la relación.

2.1.4 Espacio dentro de la filosofía.

La filosofía social dentro de la filosofía se sitúa entre las ciencias axiológicas que contemplan el valor ético de los actos humanos. La sociedad es el conjunto de relaciones que establecen los seres humanos, en la medida que las mismas sean conforme a su naturaleza y fin podrán ser evaluadas como bien o valor intrínseco para la persona configurando el marco del bien general o común.

La filosofía social requerirá también el apoyo de la ontología y la metafísica en el análisis de la esencia del ser humano, de la lógica en la ordenación de los actos relacionales, de la psicología sobre la percepción intelectual de la sociedad por la persona, de la cosmología

sobre la determinación del ámbito material en el modo de ser y muy especialmente de la ética como rectora del bien común.

La filosofía social tendrá su método propio de naturaleza especulativa que parte desde el ser en sus relaciones más simples a las más complejas; tanto en unas como en otras es necesario que la persona no renuncie a su valor esencial: ser individual de naturaleza intelectual libre. Por eso, la filosofía social no puede perder la perspectiva de la unidad de pensamiento que se conjuga entre las distintas ramas de la filosofía que contemplan un mismo ser verdadero.

Las conclusiones de la filosofía social sólo serán ciertas si además de que no presenten contradicción interna que desdiga sus contenidos de verdad tampoco son contrarias a la crítica que cualquier otra rama de la filosofía pueda realizar sobre una determinada proposición conclusiva. Si se halla controversia en este sentido habrá que replantear el análisis que cada una de estas ramas efectúa hasta alcanzar las auténticas condiciones de verdad que satisfacen a todas las formas de la ciencia filosófica.

2.1.5 Relación con otras disciplinas.

La filosofía social está emparentada directamente con la sociología en cuanto ambas tienen por objeto la sociedad. La diferencia esencial entre ambas es que mientras la sociología estudia cómo son los comportamientos sociales, la filosofía analiza cómo deben ser los mismos a la luz primaria del modo de ser de su sujeto: la persona humana.

Por su condición de ser intelectual y libre, el ser humano no está abocado al determinismo cósmico, pudiendo construir la sociedad estructurada sobre relaciones acertadas o erróneas, que además de

influir sobre él como un bien o una limitación inciden sobre el sistema universal perfeccionándolo o degradándolo.

La sociología se constituye como una ciencia experimental de las relaciones habidas y su influjo sobre el comportamiento del ser humano. La filosofía, en cambio, parte del análisis de cómo deberían ser las relaciones, y por tanto muchas de sus conclusiones no pueden ser verificadas empíricamente porque aunque deberían haber sido de una determinada manera la realidad social aún no las ha realizado, lo que imposibilita su verificación experimental.

La ciencia de la filosofía social sigue un método radicalmente distinto a la sociología, por lo que sus conclusiones no son evaluables por aquella disciplina salvo en muy reducidos aspectos.

La filosofía social guarda también relación con otras ciencias, como la antropología, la psicología experimental, las ciencias políticas, la geografía, la lingüística, las ciencias de la comunicación y cualquiera otra ciencia que tenga por objeto el comportamiento del hombre en la esfera social.

2.1.6 Educación y Cultura

2.1.7 Derecho a la educación.

Educación es la transmisión generacional de los conocimientos de rango científico y social para el desarrollo de la personalidad, y de las formas de costumbre establecidas para facilitar las relaciones de convivencia en la comunidad.

El fundamento ético de la educación está en el respeto debido al ser humano, de modo que los modos de actuación en la relación interpersonal no hieran la sensibilidad de los concurrentes. La educación debe constituir el substrato de toda relación social porque supone la primera aproximación a la justicia.

La norma próxima de educación es intuitiva en el hombre y consiste en tratar a la otra parte con la misma particularidad con que uno mismo gusta de ser tratado.

Como en la sociedad se crean hábitos culturales que determinan gustos arraigados de urbanidad, éstos deben ser enseñados a las siguientes generaciones para facilitar las relaciones. En esta enseñanza se implica especialmente el grupo familiar.

Los conocimientos derivados de la penetración intelectual en la naturaleza se han venido a denominar científicos. La transmisión generacional de los mismos constituye el patrimonio social por excelencia y al que toda persona como sujeto de la humanidad tiene derecho a acceder. Una parte primordial de la educación consiste en la enseñanza sistematizada de todo ese elenco científico. Además de la ciencia y sus aplicaciones técnicas la educación atiende al desarrollo de la creatividad artística del hombre mediante los modelos creativos de nuestros antecesores que conforman el patrimonio humanístico.

El derecho a participar en el conocimiento colectivo de la humanidad genera el derecho a la educación. Dado que la enseñanza exige una especialización educativa es por lo que, en el reparto de la asignación de tareas en el grupo social, se han constituido los profesores. Ello origina el que la educación, en esta faceta de conocimiento intelectual,

haya sido constituida con rango de responsabilidad colectiva para atender este derecho social.

La diferencia de capacidad y personalidad de los individuos es lo que origina el que en cada cual se sustancie en mayor o menor medida el influjo educativo igualmente transmitido dentro de un grupo social. Aunque en el derecho a saber se igualan todos los ciudadanos, en el rendimiento de los conocimientos adquiridos que facilitarán el desarrollo laboral la aplicación es muy distinta. Por eso se predica de justicia la igualdad de oportunidades para aprender.

La educación constituye el elemento básico de desarrollo de una comunidad, porque siendo la creatividad humana el motor de cualquier progreso se estará en plena dependencia del conocimiento adquirido como contenido material elaborado sobre el que proyectar la capacidad creativa.

La diferencia esencial de desarrollo entre los distintos pueblos estriba más en su educación que en su accesibilidad a los recursos naturales. Desde esta perspectiva, la implicación de toda la humanidad en potenciar la educación debería constituirse como una de las necesidades prioritarias a atender.

El derecho en sí a la educación es uno de los contenidos esenciales que debe contener la enseñanza cuando aborda la comunicación de las relaciones del individuo con la comunidad. Esto se entiende tanto para la comunidad familiar, en la que se crean deberes en los mayores respecto a la educación de la prole, como en las estructuras superiores en las que sobre la corporación adecuada recae la obligación de la enseñanza de las personas hasta su capacitación suficiente para actuar responsablemente en el entramado social.

El derecho a la educación, como derecho fundamental de la persona, es de ámbito universal, por lo que debe ejercerse en toda situación. De algún modo también esta responsabilidad de que la educación llegue a todos los seres humanos implica a toda la sociedad, quien a través de los organismos internacionales adecuados debe propiciar el que sea una realidad en todo el mundo. Para ello es preciso secundar planes de promoción y ayuda para los pueblos menos sensibilizados con este bien social de primera necesidad.

Este derecho debe ser especialmente cuidado cuando por circunstancias de desplazamiento, migración, minusvalía, injusta segregación, etc. pudieran presentarse especiales dificultades para ser atendido. En cuanto supone un derecho fundamental para la formación de la personalidad es de vital importancia atender a las individualidades psicológicamente complicadas.

CAPÍTULO III

MARCO TEÓRICO

3.1 Antecedentes de la Investigación

3.1.1 Tesis Nacionales

Trabajo de investigación educativa titulado. “Inteligencia Emocional y su relación con el logro de Competencias en el área de Desarrollo Social, del Currículo Escolar en estudiantes de 5° grado de Secundaria de Puerto Maldonado” 2009.- Presentado por Telésforo Porcel Moscoso; a la Universidad Nacional Mayor de San Marcos. Cuyo Objetivo general es: Conocer la inteligencia emocional de la población estudiantil adolescente y relacionar con los aprendizajes procesados según los contenidos en el área de Aprendizaje de Desarrollo Social, llamado también Ciencias Sociales. Llegando a las conclusiones: 1. La relación entre cociente emocional que tienen los estudiantes y los aprendizajes logrados en un área de conocimiento escolar, en este caso, en el Área de Desarrollo Social, es una relación de concordancia y contradicción. 2. Es importante considerar el contexto socio-cultural para explicar la Inteligencia Emocional de las alumnas y alumnos evaluados, pues presenta características específicas que tienen variación con las otras realidades.

Trabajo de investigación titulado. “La Inteligencia emocional y las estrategias de aprendizaje como predictores del rendimiento académico en estudiantes universitarios - 2008” presentado por Olimpia López Munguía; a la Universidad Nacional Mayor de San Marcos, para obtener el grado académico de Magíster en Psicología con Mención en Psicología Educativa. Cuyo objetivo general es conocer si la inteligencia emocional y las estrategias de aprendizaje son factores predictivos del rendimiento académico. Llegando a

las conclusiones: 1. Existen diferencias respecto de la Inteligencia Emocional, en cuanto al sexo, siendo las mujeres quienes presentan mayores niveles de desarrollo en comparación a los varones, sucediendo lo mismo en las sub-escalas: Intrapersonal, Interpersonal y Adaptabilidad. No existiendo diferencias en el manejo de la tensión y estado de ánimo general. 2. Al realizar la comparación de la Inteligencia Emocional con las facultades de procedencia, no se encontró diferencia significativa alguna, esto quiere decir que el pertenecer a una facultad específica no determinará el nivel de Inteligencia Emocional. 3. Al relacionar el Rendimiento Académico con la Inteligencia Emocional, se halló una relación positiva; vale decir a mayor desarrollo de la Inteligencia Emocional, mayor será el rendimiento académico de los estudiantes.

Trabajo de investigación titulado. “Relaciones Interpersonales en un grupo de niños que reciben castigo físico y emocional-2008”. Presentado por Lucía Puga Villanueva; a la Pontificia Universidad Católica del Perú, para obtener el grado académico de Licenciada en Psicología con mención en Psicología Clínica. Cuyo objetivo general es describir las características de las relaciones interpersonales de niños en educación inicial de 5 años, de nivel socioeconómico bajo que reciben castigos físicos y emocionales como parte de la disciplina cotidiana en el hogar. Llegando a las conclusiones: 1. Los niños que viven en un ambiente de pobreza y marginalidad presentan de por sí dificultades para enfrentar eficazmente las exigencias de su entorno, ya que este no facilita los intercambios positivos, lo que a su vez, obstruye el desarrollo de sentimientos de valía en los niños. 2. En este contexto, los niños que reciben castigo físico y emocional muchas veces viven enmarcados en situaciones de hacinamiento o familias reconstruidas, viven la disciplina a manos de varias personas y están expuestos a diferentes experiencias de violencia en el hogar. 3. Los niños que recibieron castigos físicos y emocionales tienen el deseo de vincularse con otros pero presentan dificultades para establecer patrones de relaciones eficaces ya que no respetan la autonomía de los demás. 4. Los niños que recibieron castigos físicos y emocionales tienden a mantener actitudes hostiles en sus relaciones, así como a sentirse vulnerable y temerosos ante la posibilidad de actos violentos. 5.- Los niños presentan dificultades para reconocer y expresar afectos negativos, a la vez que presentan una visión distorsionada del mundo, percibiendo su ambiente de manera pesimista y desesperanzadora.

3.1.2 Tesis Internacionales

Trabajo de investigación titulado. “La educación emocional en la Educación Primaria: Currículo y Práctica -2003”. Presentado por Abarca Castillo, María Mireya; a la Universidad de Barcelona, para obtener el grado académico de Doctora. Cuyo objetivo principal fue observar en el terreno las prácticas de socialización de las emociones que se desarrollan en contextos de interacción socioeducativa. Llegando a las conclusiones: 1. Es precisamente en el contexto escolar donde el niño experimenta un cúmulo de situaciones sociales complejas que le conducirán a ser una persona socialmente adaptada o no. 2. La falta de formación en educación emocional de los docentes hace que, aunque esta sea asumida en parte por muchos profesores en lo que es el currículo oculto, sea muy difícil llevarla adecuadamente a la práctica. 3. La inclusión de la educación emocional en la docencia debe formar parte del bagaje pedagógico del profesorado y por ello es preciso que forme parte de los ámbitos de conocimiento más relevantes en la formación de los futuros maestros.

Trabajo de investigación titulado. “La Influencia de la expresión corporal sobre las emociones: un estudio experimental-2004”. Presentado por Ruano Arriagada, María Teresa; a la Facultad de ciencias da la Actividad Física y del Deporte, para obtener el grado académico de Maestro en Ciencias de la Educación, Cuyo objetivo general es evaluar el impacto de la Expresión Corporal sobre la vivencia emocional en una muestra de alumnos universitarios. Llegando a las conclusiones: 1. La frecuencia y la intensidad con la que las emociones se vivencian, no sufren en general modificaciones como resultados de la intervención de la Expresión Corporal, excepto la vergüenza en las situaciones que son similares a las trabajadas en la intervención (vergüenza en situaciones nuevas y vergüenza en situaciones donde se sienten ridículos). 2. Se trabaja la Expresión Corporal con objetivos educativos, donde no sólo se atiende al propio proceso del sujeto que “se expresa” sino que es importante el aprendizaje por parte del sujeto de numerosos contenidos, puede atenuar la incidencia de la Expresión Corporal sobre las emociones. Estos se deben a que no se realiza una intervención específica sobre las emociones, sólo se hace en terapia.

Trabajo de investigación titulado. “Estudio de los procesos emocionales en niños y niñas con dificultades de aprendizaje y su relación con los procesos cognitivos basados en la teoría P.A.S.S de la Inteligencia-2003”. Presentado por Alabau Bofill, Judith; a la Universidad de Girona, para obtener el grado académico de Doctora. Cuyo objetivo general es establecer una relación entre el procesamiento cognitivo y emocional a partir de

la relación de los procesos cognitivos PASS con problemas emocionales en niños y niñas de entre 5 y 16 años. Llegando a las conclusiones: 1. La intervención emocional es eficaz para mejorar el rendimiento cognitivo, si tenemos en cuenta que a pesar que no se ha realizado intervención cognitiva se ha producido una mejora en el rendimiento escolar. 2. La intervención cognitiva PASS (Planificación, Atención, Procesamiento en simultáneo y Procesamiento Sucesivo) es eficaz para la mejora del rendimiento cognitivo y la desaparición de las dificultades de aprendizaje cuando el origen de estas es cognitivo. 3. En las diferencias en planificación se observa que se ha producido un incremento mayor y sustancial en el grupo que ha recibido intervención emocional. 4. Y por consiguiente, podemos decir que la emoción se interrelaciona con la cognición a través del procesamiento cognitivo de planificación.

Trabajo de investigación titulado. “Habilidades sociales y contexto de la conducta social-2008”. Presentado por Maite Eceiza, Modesto Arrieta y Alfredo Goñi; a la Universidad del País Vasco España. Cuyo objetivo principal fue verificar la mayor o menor pertinencia de taxonomizar las habilidades sociales diferenciándolas bien por su distinta naturaleza (reivindicar, expresar amor, expresar hostilidad) o bien en función de distintos contextos de interacción (familia, conocidos, desconocidos). Llegando a la conclusión: la presencia de autoverbalizaciones negativas como elemento cognitivo básico de la actuación social inadecuada; es decir, que las autoverbalizaciones o pensamientos negativos interfieren la conducta social adecuada: sujetos de alta y baja habilidad social se diferencian en la frecuencia de pensamientos negativos.

3.2 Bases Teóricas

3.2.1 Teoría de la Inteligencia Emocional de Daniel Goleman

Desde la década de los noventa, los investigadores han comenzado a percatarse que las emociones y no el cociente intelectual, podrían ser las verdaderas medidas de la inteligencia humana. Por eso, se menciona que siendo ésta época considerada en todos los

niveles como la época del cerebro, en el campo de la psicología se ha convertido en el boom de las emociones. (López, 2008)

Esta investigación, se sustenta en la Teoría de la Inteligencia Emocional de Daniel Goleman (1995) explica que es la capacidad de sentir, entender, controlar y modificar los sentimientos y emociones propias y ajenas, teniendo como objetivo: Lograr una mejor comunicación y convivencia en los diferentes ámbitos del ser humano; laboral, intelectual, personal y familiar.

Además, asevera que para desenvolverse en la sociedad se necesita tanto de la Inteligencia racional como la Emocional y que los educadores preocupados desde hace tiempo por los bajos rendimientos de los escolares en matemáticas y lectura están comenzando a advertir la existencia de una deficiencia diferente y más alarmante: el analfabetismo emocional. (Goleman, 1995).

Según el mismo autor, la primera oportunidad para dar forma a los ingredientes de la Inteligencia Emocional son los primeros años de vida, aunque estas capacidades continúan formándose en la escuela. Las capacidades emocionales que los niños adquieren en años posteriores se construyen sobre esos primeros años y son la base esencial de todo aprendizaje. El éxito escolar no se pronostica por la precoz habilidad de leer sino por parámetros sociales y emocionales, ser seguro de sí mismo y mostrarse interesado, saber qué tipo de conducta se espera de él y cómo dominar el impulso de portarse mal, seguir instrucciones, recurrir al maestro en busca de ayuda y expresar las propias necesidades al relacionarse con otros chicos. En los tres o cuatro primeros años de vida, el aprendizaje emocional es el más importante de todos, ya que el estrés puede dañar los centros de aprendizaje del cerebro y el niño tendrá pocas oportunidades de concentrar su atención, será inseguro, triste y depresivo. El costo será un bajo desempeño escolar, infiriendo su depresión en su atención y memoria y en retener lo que se les enseña en clase.

Goleman (1995) agrega que: El camino hacia la violencia y la criminalidad comienza con alumnos agresivos y difíciles de manejar en los dos primeros años de escolaridad, su incapacidad de dominarse contribuye que sean malos estudiantes y son considerados por los demás y por sí mismos como “estúpidos”; juicio que se confirma cuando son derivados a Educación Especial. A pesar de ser hiperactivos o tener Trastornos de Aprendizaje no pueden ser considerados retrasados; sin embargo, su lucha contra las reglas de los maestros

les impiden tener tiempo para aprender y el fracaso que ya se observa al tercer año, demuestra que su impulsividad es un pronosticador tres veces más poderoso que su Coeficiente Intelectual, al convertirse en delincuente.

Por otra parte en la literatura científica existen dos grandes modelos de inteligencia emocional: los modelos mixtos y el modelo de habilidad. Los modelos mixtos combinan dimensiones de personalidad como el optimismo y la capacidad de automotivación con habilidades emocionales (Goleman, 1995; Bar, 1997, Goleman, 1998, citado por Fernández, Salovey, Vera, Ramos, Extremera, 2001).

La teoría de la Inteligencia Emocional, influye en esta investigación porque se ha convertido en una tarea necesaria en el ámbito educativo, ya que se considera primordial el dominio de estas habilidades para el desarrollo evolutivo y socioemocional de los estudiantes. Es muy importante enseñar a los estudiantes programas de educación emocional que de forma explícita contengan y resalten las habilidades emocionales basadas en la capacidad para percibir, comprender y regular las emociones.

3.2.2. Educación Emocional

3.2.2.1 Emoción

La palabra emoción se deriva de la palabra latina *emovere* que significa remover, agitar o excitar. Las emociones con frecuencia dependen de la consciencia que tiene el organismo de la importancia de una situación y de esta manera intervienen los procesos cognitivos de percepción y pensamiento. (Alava, s/f)

Asimismo, las emociones son estados internos, impulsos que inducen a la acción, que se inician en la persona de una manera repentina e incontrolada como respuesta a un estímulo fuerte, interno o externo. Es por eso que las emociones están relacionadas e influidas por la experiencia, la percepción y la valoración subjetiva de las cosas que ocurren. Son de corta duración, aunque pueden subsistir cierto tiempo después de desaparecido el estímulo. (Autodominio s/f)

Por su parte, Bisquerra (citado por Ugalde, 2009) explica que la emoción se trata de:

“Un estado complejo del organismo caracterizado por una excitación o perturbación que predispone a una respuesta organizada. Las emociones se generan habitualmente como respuesta a un acontecimiento externo o interno.”

Clasificación

La clasificación de las emociones según Bisquerra (citado por Ugalde, 2009) desde una perspectiva de educación emocional. Las siguientes tablas mantienen dicha clasificación, pero la información ha sido completada gracias a diferentes fuentes: Bisquerra (2000), Redorta, Obiols y Bisquerra (2006), Asociación Emaisia (2007) (citado en Ugalde, 2009).

Emociones desagradables:

	CUÁNDO	FUNCIÓN O REACCIÓN	AFRONTAMIENTO	FAMILIA
Ira	Sensación de haber sido perjudicados. Reacción desencadenada por la indignación de sentir vulnerados nuestros derechos.	Respuesta impulsiva: ataque verbal o físico, peligroso.	Ver las cosas de forma diferente. Dejarlo estar y dedicarse a otras actividades.	Cólera, rabia, rencor, odio, furia, indignación, resentimiento, tensión, agitación, irritabilidad, violencia, enojo, impotencia.
Miedo	Ante un peligro real e inminente. Amenaza a nuestro bienestar físico o psíquico (a veces miedos irracionales: fobias).	Huir o evitar el peligro. El organismo reacciona movilizandoo gran energía para preparar al cuerpo para respuestas intensas.	Nivel óptimo entre activación y rendimiento	Temor, horror, pánico, timidez, susto, fobia, angustia, desesperación inquietud...
Ansiedad	Puede estar en peligro por algo con pocas probabilidades de que suceda (¿y si?). Preocupaciones (búsqueda de lo que puede ir mal y cómo evitarlo). Dificultades económicas, sentirse inseguro.	Atender las informaciones amenazantes desatendiendo las condiciones neutras.	Identificar las situaciones que generan preocupación. Técnicas de relajación. Reestructuración cognitiva (cambiar los pensamientos derrotistas por otros realistas).	
Tristeza	Pérdida de algo que se considera importante.	Llanto, llorar, estar solo, no hacer nada. Desmotivación, pérdida de la sensación de placer. Puede llegar a convertirse en depresión.	Pertenencia a un grupo, cohesión social. Reestructuración cognitiva. Distracción (actividades placenteras).	Depresión, frustración, pena, dolor, melancolía, desgana...
Vergüenza	Creer que no se ha estado a la altura de lo que se esperaba, ridículo, error. Sentimiento de pérdida de dignidad (humillación, insulto...). Se siente culpable.	Ruborizarse.	Superar sentimientos de culpabilidad, de inferioridad y de timidez. Reestructuración cognitiva, cambio de atribución casual, relajación.	Culpabilidad, timidez, inseguridad, vergüenza ajena, bochorno,...
Aversión	Rechazo de algo o alguien. Estímulos desagradables que provocan la necesidad de alejamiento.	No querer tener nada que ver ni qué hacer con esa persona o cosa.	Rechazo y evitación.	Desprecio, hostilidad, acritud, asco, rechazo, resentimiento,..

Fuente: Bisquerra (2000), Redorta, Obiols y Bisquerra (2006), Asociación Emaisia (2007).

Emociones agradables

	CUÁNDO	FUNCIÓN O REACCIÓN	AFRONTAMIENTO	FAMILIA
Alegría	Acontecimientos positivos (enamorarse, pasar un examen, irse de vacaciones, curarse de una enfermedad...). Relaciones con los amigos, satisfacciones básicas (comer, beber, sexo) y experiencias exitosas.	Moverse, estar exuberante, cantar, saltar...	Disfrutar	Júbilo, gozo, placer, satisfacción...
Humor	Buena disposición en que uno se encuentra para hacer alguna cosa. Estímulos divertidos y graciosos.	Sonrisa, risa, carcajada (postura relajada y bajada del tono muscular).		Afecto, cariño, ternura, simpatía, empatía, aceptación, cordialidad, confianza, amabilidad, respeto...
Amor	Afecto que se siente hacia una persona, animal, cosa o idea (desear su compañía, alegrarse con lo que es bueno para ella y sufrir cuando ella sufre).			Gozo, sensación de bienestar, capacidad de disfrute, estar contento, alegría...
Felicidad	Esta de bienestar deseable y deseado (familia, trabajo, relaciones sociales, tiempo libre...)	Genera actitudes positivas (hacia uno mismo y hacia los demás, autoestima, autoconfianza, relaciones sociales...)		

Fuente: Bisquerra (2000), Redorta, Obiols y Bisquerra (2006), Asociación Emaisia (2007).

Emociones ambiguas:

Sorpresa	Se provoca por algo imprevisto. Estímulos novedosos, inesperados... Suele convertirse en otra emoción: miedo, alegría, tristeza, ira...
Esperanza	Tener lo peor pero ansiar mejorar.
Compasión	Preocupación altruista por el sufrimiento de otros con el deseo de ayudarles.

Fuente: Bisquerra (2000), Redorta, Obiols y Bisquerra (2006), Asociación Emaisia (2007).

Emociones estéticas:

Emociones estéticas	Reacciones emocionales ante el arte (pintura, cine, música...). No son emociones básicas pero son importantes para la educación emocional.
----------------------------	--

Fuente: Bisquerra (2000), Redorta, Obiols y Bisquerra (2006), Asociación Emaisia (2007).

3.2.2.2. Inteligencia emocional

Goleman (1995) define la inteligencia emocional de la siguiente manera: “capacidad de reconocer nuestros propios sentimientos, los sentimientos de los demás, motivarnos y manejar adecuadamente las relaciones que sostenemos con los demás y con nosotros mismos”.

3.2.2.3. Competencias emocionales

El contenido del siguiente apartado está sacado del artículo “Las competencias emocionales” de Bisquerra y Pérez (2007) las competencias emocionales son: “el conjunto de conocimientos, capacidades, habilidades y actitudes necesarias para comprender, expresar y regular de forma apropiada los fenómenos emocionales.”

Así, se entiende que las competencias emocionales favorecen los procesos de aprendizaje, las relaciones interpersonales, la solución de problemas, etc. Se agrupan en cinco bloques diferentes: conciencia emocional, regulación emocional, autonomía emocional, competencia social y competencias para la vida y el bienestar.

Según Bisquerra y Pérez (2007), las competencias de estos bloques se pueden expresar en los términos siguientes:

Conciencia emocional

Es la capacidad de reconocer las propias emociones y efectos, personas y utiliza de una manera correcta, como guía que informar constantemente de las actuaciones.

Ser más conscientes emocionalmente no sólo significa, identificar, reconocer y expresar nuestras propias emociones, sino tomar conciencia de que las demás personas también sienten y expresan sus emociones y sentimientos.

Al respecto, tener conciencia de las propias emociones es la competencia emocional fundamental sobre la cual se construyen las otras, incluso el autocontrol. Constituye la guía para sintonizar de manera adecuada con el desarrollo de las funciones laborales, para regular los sentimientos, para ser capaz de mantenerse motivado, para captar los sentimientos de los demás y para desarrollar habilidades socio-emocionales. (GROP, 2003)

Asimismo, es importante desarrollar la conciencia emocional, que es la comprensión de cómo nos afecta las emociones en la vida diaria. Nos permite aprender a expresar nuestras emociones, como también enfrentamos a situaciones difíciles, sobrellevarlos y abrir puertas a relaciones más ricas y satisfactorias (Alistes y Alfaro, 2007)

Por lo tanto, la conciencia emocional, consiste en conocer las propias emociones y las emociones de los demás. Esto se consigue a través de la autoobservación y de la observación del comportamiento de las personas que nos rodean. Esto supone la comprensión de la diferencia entre pensamientos, acciones y emociones; la comprensión de las causas y consecuencias de las emociones; evaluar la intensidad de las emociones; reconocer y utilizar el lenguaje de las emociones, tanto en comunicación verbal como no verbal. (Bisquerra, 2003):

- a) Conocer las propias emociones
- b) Reconocer las emociones de los demás
- c) El lenguaje de las emociones

Autoestima

La autoestima es la consideración, la valoración y la estima que uno siente hacia sí mismo. El grado de desarrollo puede variar según la etapa de madurez, época o momento de la vida en que cada uno se encuentra. Cada persona puede medir su autoestima observando su propia manera de actuar.

Asimismo, la autoestima está ligada al concepto que cada persona tiene de ella misma cuando se siente valiosa y buena, lo que le proporciona confianza y seguridad. Se trata pues, de un juicio de valor personal que se manifiesta en la descripción de uno mismo. (Autodominio s/f).

Habilidades socio-emocionales

Constituyen un conjunto de competencias que faciliten las relaciones interpersonales. En esta relación se viven y se experimentan emociones tanto agradables como desagradables. Para favorecer un buen clima social en la escuela, en la familia y en otros contextos se debe desarrollar un conjunto de habilidades de relación tales como la comunicación, el diálogo, el respeto, la cooperación y la colaboración. También se debe desarrollar el

sentimiento de empatía, asertividad, la resolución de conflictos y el bienestar social. (GROP, 203) pág. 36.

3.2.2.4. Educación emocional

La educación emocional considera que la inteligencia emocional es algo que se puede aprender y, por lo tanto, enseñar; lo cual, se debe tratar como un proceso educativo, continuo y permanente que tiene como objetivo el desarrollo de las competencias emocionales como para el desarrollo integral de la persona. (Ugalde, 2009). Pág. 41.

Entonces, Bisquerra (citado por Vivas, 2003) define la educación emocional como: “Un proceso educativo, continuo y permanente, que pretende potenciar el desarrollo emocional como complemento indispensable del desarrollo cognitivo, constituyendo ambos los elementos esenciales del desarrollo de la personalidad integral. Para ello se propone el desarrollo de conocimientos y habilidades sobre las emociones con el objetivo de capacitar al individuo para afrontar mejor los retos que se plantea en la vida cotidiana. Todo ello tiene como finalidad aumentar el bienestar personal y social”.

Objetivos de la Educación Emocional

La educación emocional persigue los siguientes objetivos generales según, Vivas. (2003):

- a. Adquirir un mejor conocimiento de las propias emociones.
- b. Identificar las emociones de los demás.
- c. Desarrollar la habilidad de regular las propias emociones.
- d. Prevenir los efectos perjudiciales de las emociones negativas intensas.
- e. Desarrollar la habilidad para generar emociones positivas.
- f. Desarrollar la habilidad de relacionarse emocionalmente de manera positiva con los demás.

3.2.3 Relaciones Sociales

Son aquellas interacciones sociales que se encuentran reguladas por normas sociales entre dos o más personas, presentando cada una de ellas una posición social y desplegando un papel social. Por consiguiente las relaciones sociales resultan ser un complemento en la vida de un ser humano como la relación que se tiene con nosotros mismos, entonces, el hecho de relacionarse con otros seres humanos es una cuestión necesaria y primordial de la vida cotidiana.

Además, las relaciones sociales, mayormente, se desarrollan dentro de un grupo social, también conocido como grupo orgánico. Cada persona dentro del grupo social desempeñará roles recíprocos dentro de la sociedad y actuarán de acuerdo a las mismas normas, valores y fines acordados siempre en orden a satisfacer el bien común del grupo. (Definición de Relaciones Sociales s/f).

Tipos de Relaciones Sociales

Con la Familia

Se define como el grupo social básico, creado por los vínculos del matrimonio o parentesco que se encuentra y es considerada por muchos como base de la sociedad. En todas las culturas la familia se encarga de la socialización primaria de los nuevos miembros, de la satisfacción de las necesidades básicas de sus integrantes. Entre ellas está la comunicación y el diálogo que representan un carácter importante para el buen funcionamiento de esta.

Por eso los centros educativos hacen hincapié en que las familias participen en los procesos de enseñanza-aprendizaje.

En la Escuela

Es la institución que tiene como fin/misión específica educar a las generaciones jóvenes en la sociedad, lo que la diferencia de las otras instituciones. En nuestras sociedades, la misión fundamental de la escuela ha sido la formación intelectual, aunque también se ha atendido a la educación moral y a la educación física. Más recientemente, a sus funciones se ha añadido la formación profesional.

Con los compañeros y amigos

El concepto de amistad es amplio y subjetivo, pero en términos sociales implica la relación afectiva entre personas, aunque a menudo se habla de otros seres vivos como nuestros “amigos”. El término proviene del latín y tiene relación con la palabra amor “amor”.

Existe un vínculo de amistad cuando existe un sentimiento compartido entre dos personas de confianza, respeto, afecto y empatía emocional.

En las distintas etapas de la vida tienen lugar distintos tipos de amistades con una menor o mayor trascendencia; muchas personas coincidirán en que los verdaderos amigos son aquellos que nos han acompañado en nuestros momentos y experiencias más relevantes.

Por tanto, las relaciones con los amigos constituyen una fuente ideal de entrenamiento y aprendizaje de habilidades sociales y a su vez, influyen en las características de la personalidad del niño. (Psicología del niño y adolescente s/a) pág.153-154.

3.2.4. La inteligencia Social

La inteligencia social es un proceso para mantener eficazmente las propias emociones, las relaciones interpersonales, las adversidades, los fracasos y los logros. Esta inteligencia determina el potencial de cada persona para adquirir competencias sociales a través de la cual establece relaciones enriquecedoras, reconocer los propios sentimientos y los de los demás, automotivarse y conectar con los otros.

La inteligencia social determina el modo en el que cada persona se relaciona con su entorno a través de los sentimientos. Permite el enriquecimiento personal utilizando la intuición, las emociones y las sensaciones corporales.

Las habilidades que favorecen las relaciones sociales están asociadas a la inteligencia interpersonal que se construye a partir de la capacidad para distinguir diferentes estados de ánimo, temperamento, motivaciones e intenciones en los otros. (Autodominio s/f).

3.2.5. Autocontrol

Es la habilidad de controlar las propias emociones, comportamientos y deseos con el fin de obtener alguna recompensa posterior, es la capacidad de gestión eficiente del futuro. (Ezpeleta, 2011).

El autocontrol es la capacidad que nos permite controlar a nosotros mismos nuestro comportamiento y emociones y no que estas nos controlen, sacándonos la posibilidad de elegir lo que queremos sentir y hacer en cada momento de nuestras vidas. (Goleman, 1995).

El autocontrol, o dominio de los propios sentimientos, nos ayuda a irlos manejando de forma cada vez más apropiada, canalizándolos o dándoles salida adecuada según los casos.

El conocer mejor qué ocultan tras de sí los sentimientos, nos permite, por ejemplo, encontrar caminos para afrontar mejor los miedos, las angustias, el dolor y la tristeza (Díez y Martí, citado por Teruel, s/f)

3.2.6. Asertividad

Según Sánchez (2010) la asertividad “es un estilo de relación y de comunicación: con uno mismo, con los demás y con el mundo, gracias al cual expresamos nuestros sentimientos, pensamientos, deseos, opiniones, actitudes, derechos, deberes y necesidades de una manera coherente con nuestra personalidad, apropiada a la situación en la que estamos y respetuosa con los sentimientos, pensamientos, deseos, opiniones, actitudes, derechos y necesidades de los demás, tan merecedores como yo de recibir lo bueno que quiero para mí.”

Por lo tanto, ser asertiva no es sólo asumir derechos, ser completamente libre, satisfacer necesidades y cumplir deseos, también es aceptar deberes, compromisos y responsabilidades, en primer lugar con uno mismo y después con los demás y con la vida en su conjunto. (Sánchez, 2010).

Por otra parte la asertividad es la habilidad social que ayuda a comunicar de forma clara y decidida los sentimientos, las necesidades, los deseos y las ideas propias. Es una conducta aprendida y socialmente aceptada que afecta la relación con otros; contribuyendo a la consecución de una meta y se desarrolla de acuerdo al contexto social en el que tiene lugar. (Autodominio s/f).

3.2.7. Resolución de conflictos

El conflicto

Según Carpena (citado por Ugalde, 2009), concibe que: “El conflicto es la discrepancia entre dos o más intereses simultáneos que algunas veces conducen a un estado de tensión emocional, responsable de estados de ansiedad y de comportamientos compulsivos.”

Además, el conflicto es inherente a toda actividad en la cual se relacionan seres humanos. Luego, nuestra primera premisa es que los conflictos siempre existen y existirán. (Viveros, 2003)

Por tanto para la resolución de conflictos no es otra cosa que la expresión adecuada de estas emociones, la escucha de los demás y la búsqueda de alternativas válidas para los miembros que experimentan el conflicto.

Tipos de conflicto

Todos los conflictos son diferentes. Cada uno de ellos tiene unos antecedentes, unas personas implicadas y un contexto cambiante, por lo que se podría decir que los conflictos tienen identidad propia. Aun así se ha hecho una clasificación de carácter práctico, que divide los conflictos en cuatro áreas (Viñas y Cirera, citada por Ugalde, 2009):

- Conflicto de relación
- Conflictos de poder
- Conflictos de rendimiento
- Conflictos de identidad

3.2.8. La preadolescencia

Según la OMS (citado por Levit, 2007), la preadolescencia empieza a los nueve años y termina a los trece.

En el intercambio social es brusco y sarcástico; todo le molesta, incluso le estorban sus antiguos amigos. El antagonismo de esta postura se manifiesta en una actitud crítica hacia la familia, la escuela y la sociedad en general. Tiene a interpretar erróneamente lo que los otros dicen o hacen; su actitud es hostil y suspicaz respecto a la conducta de los demás. Su obsesión principal es la de ser víctima de la mala suerte o de circunstancias diversas. (Psicología del niño y adolescente s/f).

2.3 Definición de Términos Básicos

2.3.1 Inteligencia:

En líneas generales, capacidad mental para entender, recordar y emplear de un modo práctico y constructivo, los conocimientos en situaciones nuevas. Es la capacidad propiamente humana para pensar de manera abstracta y aprender rápidamente de la experiencia. (Diccionario de Términos de Psicología, s/f)

2.3.2 Conciencia:

Se refiere a la capacidad que nos indica qué está bien o mal y apunta o a un concepto moral, a la ética, o cierto campo de la filosofía. Por nuestra parte sostenemos que la conciencia contiene revelaciones adicionales al concepto señalado. (Metainteligencia, s/f).

3.3.3 Conciencia emocional:

Es la capacidad de estar alerta, de reconocer indicadores e indicios externos que permiten conocer los sentimientos personales y utilizarlos de una manera correcta, como guía que informa constantemente de las actuaciones. (GROP, 2003).

2.3.4 Conciencia de uno mismo:

Conciencia de nuestros propios estados internos, recursos e intuiciones.

3.3.5 Regulación Emocional:

La capacidad de regular los impulsos, canalizan las emociones desagradables, de tolerar la frustración y saber esperar las gratificaciones es condición previa indispensable para desarrollar los talentos innatos. (GROP, 2003).

2.3.6 Autorregulación:

Consiste en manejar los propios estados internos, impulsos y recursos. (Montaño, 2002).

3.3.7 Motivación:

Son las tendencias emocionales que guían o facilitan la obtención de las metas. (Real Academia Española, 2001).

3.3.8 Empatía:

Es la expresión del estado emocional de otra persona; la capacidad de captar los estados emocionales de los demás y reaccionar de forma apropiada socialmente. (Collell, J. y Escudé, C. 2003).

3.3.9 Autoestima:

Es quererse a uno mismo y querer a los demás. Significa saber que eres valioso (a), digno (a), que vales la pena y que eres capaz, y afirmarlo. Implica respetarte a ti mismo y enseñar a los demás a hacerlo. (Rios, 2007).

3.3.10 Habilidades:

Aptitudes para la reacción de tipo simple o complejo, psíquico o motor, que han sido aprendidas por un individuo hasta el grado de poder ejecutarlo con rapidez y esmero. (Warren, 1991)

3.3.11 Habilidades sociales:

La persona es capaz de ejecutar una conducta de intercambio con resultados favorables, entiéndase favorable como contrario de destrucción o aniquilación. (Martínez, 2001).

3.3.12 Asertividad:

Es la habilidad de exponer en un momento determinado (personal o social), de manera apropiada y directa, creencias y sensaciones tanto positivas como negativas. (Carrobbles, citado en Restrepo, 2000). Además, capacidad para defender las propias opiniones y derechos de forma respetuosa con los demás y no destructiva (Abarca, 2003).

3.3.13 Autoconocimiento:

Es conocerse a sí mismo, saber cuáles son todas nuestras cualidades aceptando las buenas y cambiando todas las que nosotros vemos que están mal. Es el conocimiento propio, supone la madurez de conocer cualidades y defectos y apoyarte en los primeros y luchar contra los segundos. (Moreno, 2007).

3.3.14 Relaciones Sociales

Puede referirse a una multitud de interacciones sociales, reguladas por normas sociales, entre dos o más personas, teniendo cada una posición social y realizando un papel social. Resultado de la relación hay una modificación de la conducta. (Relación social, s/f).

3.3.15 Identidad

La identidad la definimos como la percepción que tienen de sí mismos o el conocimiento acerca de sus características propias o su personalidad. (Las relaciones sociales en la adolescencia s/f).

3.3.16 Autocontrol:

Gestionar de manera adecuada las emociones y los impulsos conflictivos. (GROP, 2003).

3.3.17 Emoción:

“Un estado complejo del organismo caracterizado por la excitación o perturbación que predispone a una respuesta organizada. Las emociones se generan habitualmente como respuesta a un acontecimiento externo o interno” (Bisquerra, citado en Teijido, 2009).

3.3.18 Miedo:

Según Moliner el miedo es: “el estado del que ve ante sí un peligro o ve en algo una causa posible de padecimiento o de molestia para él” (citado por Ruano, 2004).

3.3.19 Autoaceptación:

Es el reconocimiento de las propias cualidades, la toma de conciencia del propio valor, la afirmación de la propia dignidad personal y el sentimiento de poseer un yo del que uno no tiene que avergonzarse ni ocultarse. (Plan de Acción Tutorial: Gades s/f).

3.3.20 Vergüenza:

Es una de las expresiones más desagradables y dolorosas que cada uno de nosotros puede vivir. Por otro lado, la vergüenza es un sentimiento inquietante que aparece cuando la gente tiene la impresión de que está haciendo algo mal, torpe, o inmoral. (Ruano, 2004).

3.3.21 Asco y desprecio:

El asco es una expresión de disgusto hacia algo que nos resulta desagradable. El desprecio supone un rechazo alternado y superior.

3.3.22 Ira:

Es una respuesta de irritación, de furia, enojo o cólera producida por algunas circunstancias que a nuestro parecer ha vulnerado nuestros derechos básicos (Vallés y Vallés citado por Ruano, 2004).

3.3.23 Tristeza:

Es una emoción que surge ante la pérdida de algo o alguien. En la tristeza todo es sombras y oscuridad. (Ruano, 2004)

3.3.24 Alegría:

Es el estado de ser más noble. Para San Agustín la alegría es un estado del alma. Para Spinoza, la alegría es como: “la pasión mediante la cual la mente pasa a una perfección mayor” (Ferrater, 1994).

CAPÍTULO IV

PRESENTACIÓN, ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE RESULTADOS

Valoración	Relación entre compañeras			
	Pre test		Post test	
	Fi	%	fi	%
Buena	6	35.3	8	47.06
Regular	11	64.7	9	52.94
Mala	0	0	0	0
Total	17	100	17	100

4.1 Resultados con respecto a las Relaciones Sociales

4.1.1 Resultados del Autocontrol

TABLA N° 3

RELACIÓN ENTRE COMPAÑERAS EN PRE TEST Y POST TEST EN GRUPO EXPERIMENTAL

Fuente: Elaboración propia 2015.

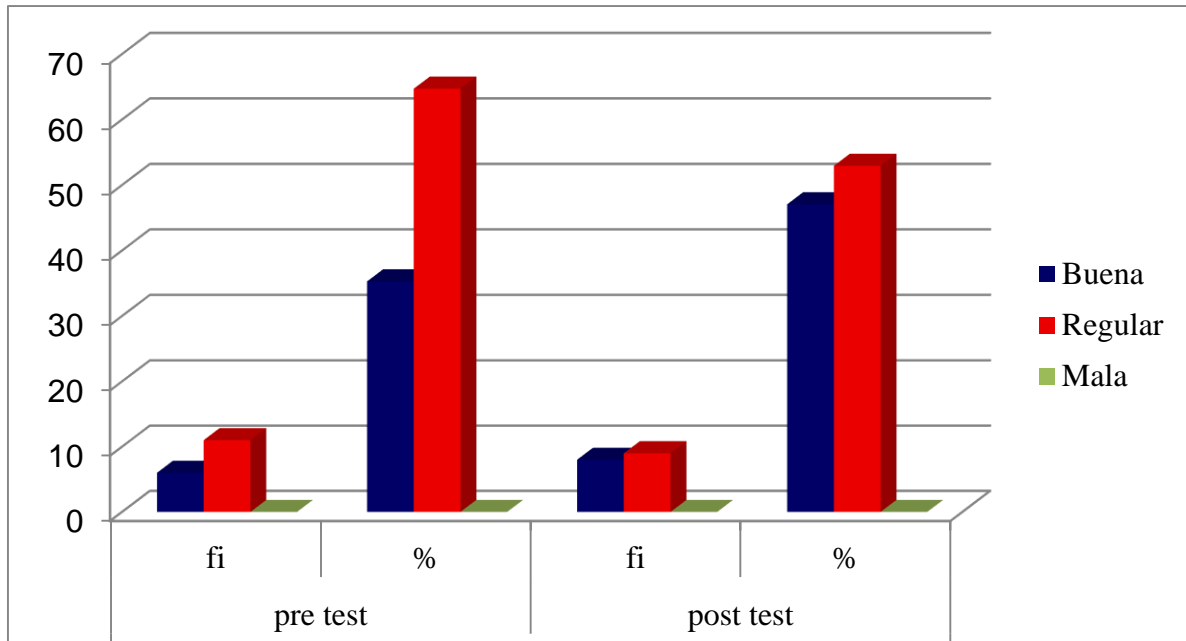
Al analizar la relación entre compañeras en pre y post test en estudiantes del 6to grado “C”, encontramos que en el pre test, el 64.7 por ciento se encontraba en el nivel regular y el 35.3 por ciento en el nivel alto, después de aplicado el programa experimental de “Educación Emocional” observamos que existe un 52.94 por ciento en el nivel regular y un 47.06 por ciento en el nivel bueno.

Datos que nos indican que el programa aplicado a través de los bloques respectivos mejora la relación entre compañeras, desarrollando favorablemente el autocontrol en las estudiantes, lo que permite que las relaciones sociales sean aceptables entre las estudiantes investigadas.

Estos datos se relacionan con la información teórica debido a que estudiantes que logran desarrollar un autocontrol en sus relaciones sociales, definitivamente mejorarán en su relación con sus compañeros de aula. (Panduro, 2008)

FIGURA N°1

DIAGRAMA DE BARRAS DE LA RELACIÓN ENTRE COMPAÑERAS EN PRE TEST Y POST TEST EN GRUPO EXPERIMENTAL



Fuente: Elaboración propia 2015.

TABLA N° 3 (b)

ESTADÍSTICOS DE MUESTRAS RELACIONADAS

		Media	N	Desviación típ.	Error típ. de la media
Par 1	Relación entre compañeras en pre test	16.7647	17	3.96121	.96073
	Relación entre compañeras post test	19.1176	17	5.17062	1.25406

Fuente: Elaboración propia 2015.

Al comparar las medias o promedios aritméticos de las estudiantes investigadas podemos observar que en el pre test existía una media de 16.76, a diferencia del post test, en el cual encontramos que la media es de 19.12, lo que nos indica que en la valoración, las estudiantes mejoraron significativamente las relaciones entre sus compañeras.

TABLA N° 3 (c)

CONTRASTACIÓN DE HIPÓTESIS A TRAVÉS DE LA T DE STUDENT EN PRE Y POST TEST DEL GRUPO EXPERIMENTAL

	Diferencias relacionadas					t	gl	Sig. (bilateral)
	Media	Desviación típ.	Error típ. de la media	95% Intervalo de confianza para la diferencia				
				Inferior	Superior			
Relación entre compañeras en pre y post test	-2.35294	3.69021	.89501	-4.25027	-.45561	-2.629	16	.018

Fuente: Elaboración propia 2015.

a) HIPÓTESIS A COMPROBARSE

Si aplicamos el programa de educación emocional en las estudiantes del 6to grado “C” del nivel primaria de la Institución Educativa PNP “Neptalí Valderrama Ampuero”, entonces las estudiantes mejorarán significativamente las relaciones entre sus compañeras.

b) HIPÓTESIS ESTADÍSTICA

$$H_1 = \bar{X}_{\text{pre test}} \neq \bar{X}_{\text{post test}}$$

$$H_0 = \bar{X}_{\text{pre test}} = \bar{X}_{\text{post test}}$$

c) CONDICIÓN: Regla de decisión

Si $t \leq 0.05$; Apruebo la hipótesis de investigación y rechazo la hipótesis de nulidad

Si $t \geq 0.05$; Acepto la hipótesis de nulidad y rechazo la hipótesis de investigación.

POR LO TANTO:

$$T \text{ de student} = 0.018 \leq 0.05$$

ES DECIR:

Si la t de student (0.018) es menor que la condición (0.05) acepto la hipótesis de investigación y rechazo la hipótesis de nulidad, es decir, el programa experimental de educación emocional, mejora significativamente las relaciones entre compañeras,

contribuyendo de esta manera en el mejoramiento del autocontrol y las relaciones sociales en las estudiantes investigadas.

TABLA N° 4

RELACIÓN ENTRCOMPañERAS EN PRE OBSERVACIÓN Y POST OBSERVACIÓN EN GRUPO EXPERIMENTAL

Valoración	Relación entre compañeras			
	Pre observación		Post observación	
	fi	%	Fi	%
Buena	4	23.53	8	47.06
Regular	5	29.42	9	52.94
Mala	8	47.06	0	0
Total	17	100	17	100

Fuente: Elaboración propia 2015.

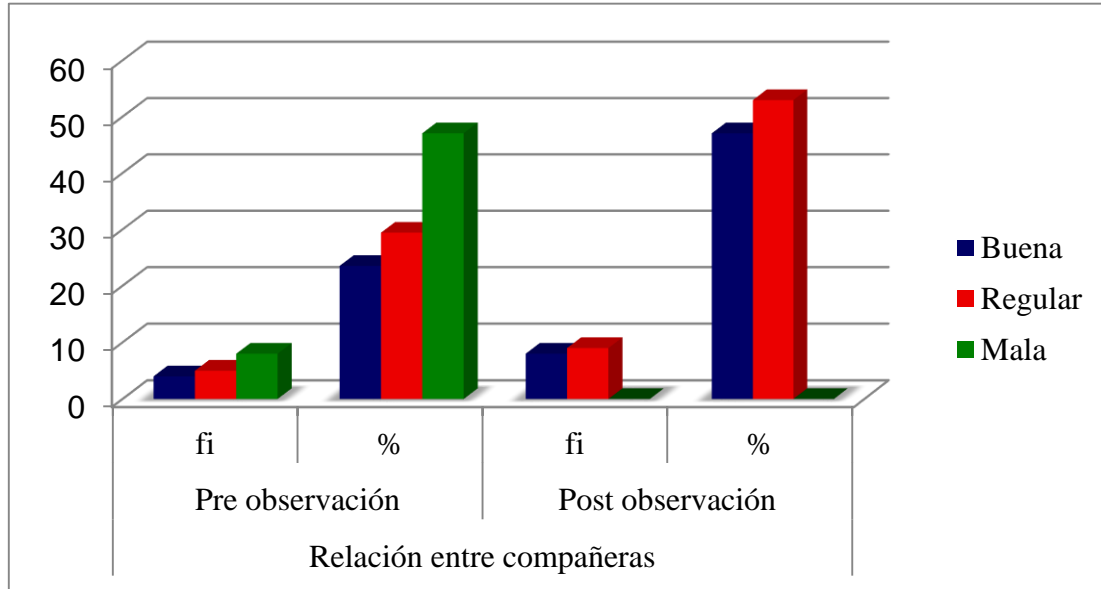
Al analizar la relación entre compañeras con la ficha de observación antes de la aplicación del programa de “Educación emocional”, en estudiantes del 6to grado “C”, descubrimos que el 47.06 por ciento tiene malas relaciones entre compañeras, el 29.42 por ciento un nivel regular y el 23.53 por ciento un nivel bueno, después de aplicado el programa experimental de “Educación Emocional” observamos que existe un 52.94 por ciento que se encuentra en el nivel regular y un 47.06 por ciento en el nivel bueno.

Datos que nos indican que el programa aplicado a través de los bloques respectivos mejora la relación entre compañeras, desarrollando favorablemente el autocontrol en las estudiantes investigadas.

Estos datos se relacionan con la información teórica debido a que las estudiantes que logran desarrollar un autocontrol en sus relaciones sociales tienen la capacidad de control de sus impulsos y sentimientos conflictivos mejorando de esta manera la relación entre los compañeros. (GROP, 2003).

FIGURA N° 2

DIAGRAMA DE BARRAS DE LA RELACIÓN ENTRE COMPAÑERAS EN PRE OBSERVACIÓN Y POST OBSERVACIÓN EN GRUPO EXPERIMENTAL



Fuente: Elaboración propia 2015.

TABLA N° 4 (b)

ESTADÍSTICOS DE MUESTRAS RELACIONADAS

		Media	N	Desviación típ.	Error típ. de la media
Par 1	Relación entre compañeras pre ob.	3.2353	17	1.95350	.47379
	Relación compañeras post ob.	5.8235	17	1.66716	.40434

Fuente: Elaboración propia 2015.

Al comparar las medias o promedios aritméticos de las estudiantes investigadas podemos observar que en la pre observación existía una media de 3.24, a diferencia de la post observación, en la cual se encontró que la media es de 5.82, lo que nos indica que en la valoración, las estudiantes mejoraron significativamente las relaciones entre sus compañeras.

TABLA N° 4 (c)

CONTRASTACIÓN DE HIPÓTESIS A TRAVÉS DE LA T DE STUDENT EN PRE Y POST OBSERVACIÓN DEL GRUPO EXPERIMENTAL

	Diferencias relacionadas					t	gl	Sig. (bilateral)
	Media	Desviación típ.	Error típ. de la media	95% Intervalo de confianza para la diferencia				
				Inferior	Superior			
Relación entre compañeras en pre y pos observación	-2.58824	1.00367	.24343	-3.10427	-2.07220	-10.633	16	.000

Fuente: Elaboración propia 2015.

a) HIPÓTESIS A COMPROBARSE

Si aplicamos el programa de educación emocional en las estudiantes del 6to grado “C” 6to grado “C” del nivel primaria de la Institución Educativa PNP “Neptalí Valderrama Ampuero”, entonces las estudiantes mejoraran significativamente las relaciones entre sus compañeras.

b) HIPÓTESIS ESTADÍSTICA

$$H_1 = \bar{X}_{\text{pre observación}} \neq \bar{X}_{\text{post observación}}$$

$$H_0 = \bar{X}_{\text{pre observación}} = \bar{X}_{\text{post observación}}$$

c) CONDICIÓN: Regla de decisión

Si $t \leq 0.05$; Apruebo la hipótesis de investigación y rechazo la hipótesis de nulidad

Si $t \geq 0.05$; Acepto la hipótesis de nulidad y rechazo la hipótesis de investigación.

POR LO TANTO:

$$T \text{ de student} = 0.000 \leq 0.05$$

ES DECIR:

Si la t de student (0.000) es menor que la condición (0.05) acepto la hipótesis de investigación y rechazo la hipótesis de nulidad, es decir, el programa experimental de educación emocional, mejora significativamente las relaciones entre compañeras, contribuyendo de esta manera en el mejoramiento del autocontrol y las relaciones sociales en las estudiantes investigadas.

TABLA N° 5

**CONTROL DE TIMIDEZ EN PRE Y POST OBSERVACIÓN EN GRUPO
EXPERIMENTAL**

Valoración	Control de timidez			
	Pre observación		Post observación	
	Fi	%	fi	%
Siempre	5	29.41	8	47.06
A veces	8	47.06	9	52.94
Nunca	4	23.53	0	0
Total	17	100	17	100

Fuente: Elaboración propia 2015.

Al analizar si las estudiantes controlan su timidez en un ficha de observación antes de la aplicación del programa experimental de “Educación emocional”, observamos que el 47.06 por ciento de las estudiantes a veces controlan su timidez, el 29.41 por ciento siempre controlan su timidez y un 23.53 por ciento nunca controlan su timidez o no pueden controlar su timidez. Después de aplicado el programa de “Educación Emocional”, encontramos que 52.94 por ciento a veces controlan su timidez y un 47.06 por ciento siempre controlan su timidez.

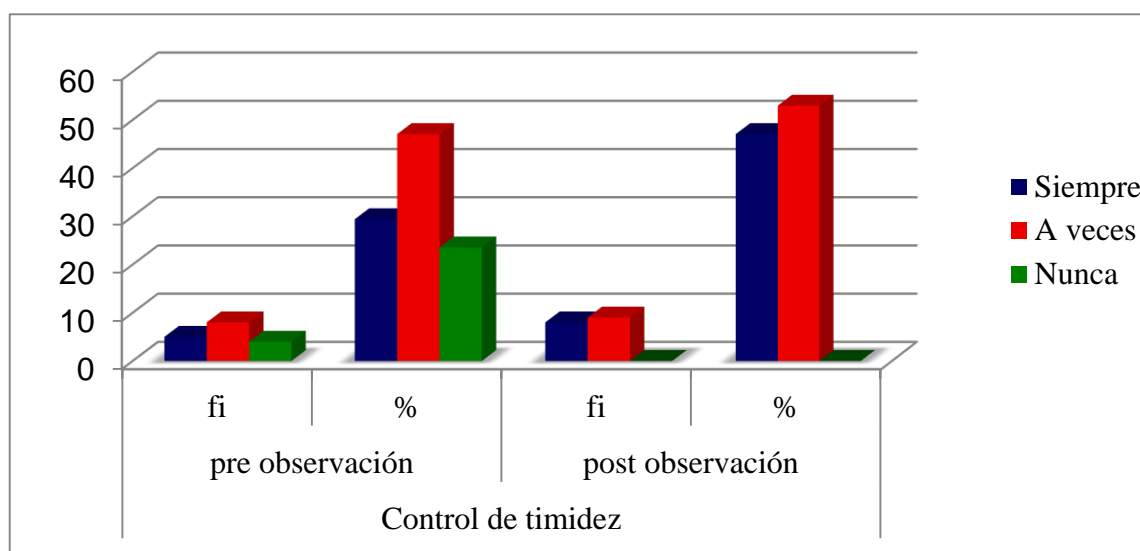
Datos que nos indican que el programa aplicado a través de los bloques respectivos, mejoran la capacidad de controlar la timidez, desarrollando favorablemente el autocontrol en las estudiantes, lo que permite que las relaciones que establezcan entre las estudiantes investigadas sea aceptable.

Estos datos se relacionan con información teórica debido a que estudiantes que no tienen que avergonzarse ni ocultarse en determinados casos; es decir, controlan si timidez tienen

más oportunidades en la vida y para relacionarse socialmente. (Plan de Acción Tutorial: Gades, s/f).

FIGURA N° 3

DIAGRAMA DE BARRAS DEL CONTROL DE TIMIDEZ EN PRE Y POST OBSERVACIÓN EN GRUPO EXPERIMENTAL



Fuente: Elaboración propia 2015.

TABLA N° 5 (b)

ESTADÍSTICOS DE MUESTRAS RELACIONADAS

		Media	N	Desviación típ.	Error típ. de la media
Par 1	Control timidez pre observación.	4.0000	17	1.65831	.40220
	Control timidez post observación.	5.2941	17	1.64942	.40004

Fuente: I.E. PNP "Neptali Valderrama Ampuero, Arequipa 2015.

Al comparar las medias o promedios aritméticos de las estudiantes investigadas, podemos observar que en la pre-observación existía una media de 4.00, a diferencia de la post observación, en el cual se encontró que la media es de 5.29, lo que nos indica que la valoración, las estudiantes mejoraron significativamente en el control de su timidez.

TABLA N° 5 (c)

CONTRASTACIÓN DE HIPÓTESIS A TRAVÉS DE LA T DE STUDENT EN PRE Y POST OBSERVACIÓN DEL GRUPO EXPERIMENTAL

	Diferencias relacionadas					t	gl	Sig. (bilateral)
	Media	Desviación típ.	Error típ. de la media	95% Intervalo de confianza para la diferencia				
				Inferior	Superior			
Control timidez en pre y post observación	-1.29412	1.04670	.25386	-1.83228	-.75595	-5.098	16	.000

Fuente: Elaboración propia 2015.

a) HIPÓTESIS A COMPROBARSE

Si aplicamos el programa de educación emocional en las estudiantes del 6to grado “C” del nivel primaria de la Institución Educativa PNP “Neptalí Valderrama Ampuero”, entonces las estudiantes mejorarán significativamente el control de su timidez.

b) HIPÓTESIS ESTADÍSTICA

$$H_1 = \bar{X}_{\text{pre observación}} \neq \bar{X}_{\text{post observación}}$$

$$H_0 = \bar{X}_{\text{pre observación}} = \bar{X}_{\text{post observación}}$$

c) CONDICIÓN: Regla de decisión

Si $t \leq 0.05$; Apruebo la hipótesis de investigación y rechazo la hipótesis de nulidad

Si $t \geq 0.05$; Acepto la hipótesis de nulidad y rechazo la hipótesis de investigación.

POR LO TANTO:

$$T \text{ de student} = 0.000 \leq 0.05$$

ES DECIR:

Si la t de student (0.000) es menor que la condición (0.05) acepto la hipótesis de investigación y rechazo la hipótesis de nulidad, es decir, el programa experimental de

“Educación Emocional”, mejora significativamente el control de timidez, constituyendo de esta manera el mejoramiento del autocontrol y las relaciones sociales en las estudiantes investigadas.

Valoración	Autocontrol			
	Pre test		Post test	
	Fi	%	fi	%
Alto	5	29.41	8	47.06
Medio	12	70.59	9	52.94
Bajo	0	0	0	0
Total	17	100	17	100

TABLA N° 6

AUTOCONTROL EN PRE TEST Y POST TEST EN GRUPO EXPERIMENTAL

Fuente: Elaboración propia 2015.

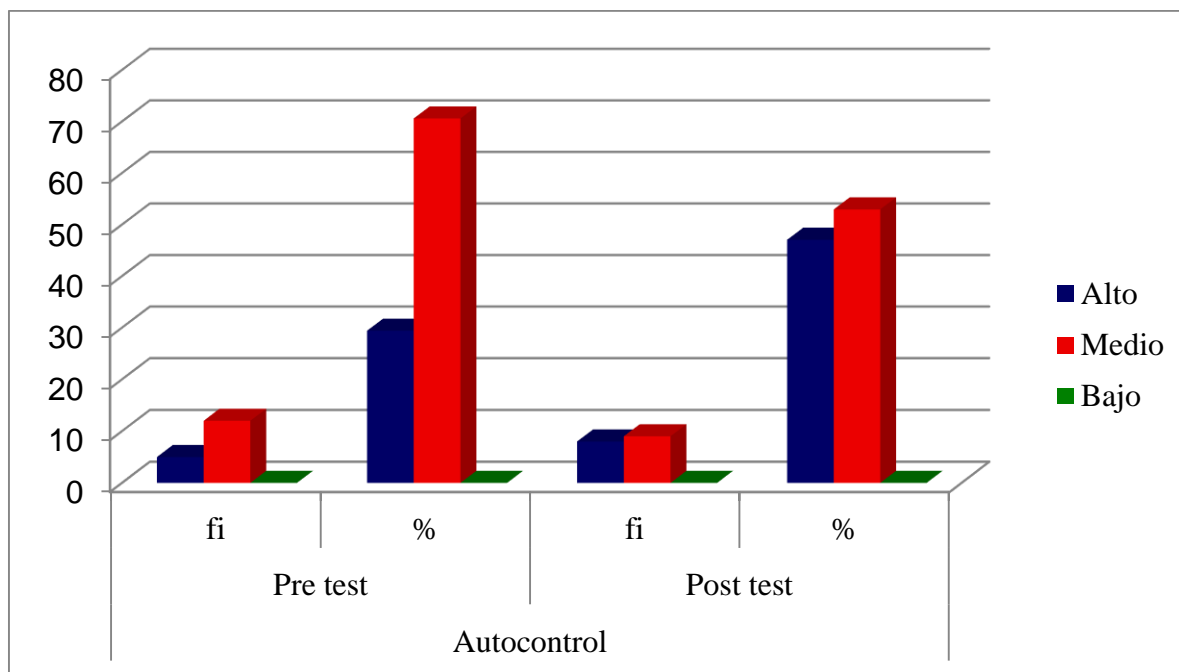
Al analizar los niveles de autocontrol en las estudiantes investigadas, en pre y post test, encontramos que en el pre test, el 70.59 por ciento se encuentran en el nivel medio y un 29.41 por ciento presentan un nivel alto de autocontrol. Después de aplicado el programa experimental de “Educación emocional” observamos que existe un 52.94 por ciento de las estudiantes que se encuentran en el nivel medio y un 47.06 por ciento presentan un nivel alto de autocontrol.

Datos que nos indican que el programa aplicado a través de los bloques respectivos mejora la capacidad de autocontrol de las estudiantes investigadas, desarrollando favorablemente las relaciones sociales entre las estudiantes.

Estos datos se relacionan con la información teórica de Panduro (2008) que sostiene que el autocontrol contribuye a que mejoren las relaciones con los que nos rodean.

FIGURA N°4

**DIAGRAMA DE BARRAS DEL AUTOCONTROL EN PRE TEST Y POST TEST
EN GRUPO EXPERIMENTAL**



Fuente: Elaboración propia 2015.

TABLA N° 6 (b)

ESTADÍSTICOS DE MUESTRAS RELACIONADAS

		Media	N	Desviación típ.	Error típ. de la media
Par 1	Autocontrol pre test	23.4706	17	5.62492	1.36424
	Autocontrol post test	27.7059	17	7.13061	1.72943

Fuente: I.E. PNP “Neptali Valderrama Ampuero, Arequipa 2015.

Al comparar las medias o promedios aritméticos de las estudiantes investigadas podemos observar que en el pre test existía una media de 23.47, a diferencia del post test, en el cual encontramos que la media es de 27.71, lo que nos indica que en la valoración, las estudiantes mejoraron significativamente su capacidad de autocontrol.

TABLA N° 6 (c)

CONTRASTACIÓN DE HIPÓTESIS A TRAVÉS DE LA T DE STUDENT EN PRE Y POST TEST DEL GRUPO EXPERIMENTAL

	Diferencias relacionadas					t	gl	Sig. (bilateral)
	Media	Desviación típ.	Error típ. de la media	95% Intervalo de confianza para la diferencia				
				Inferior	Superior			
Autocontrol en pre y post test	-4.23529	6.77799	1.64390	-7.72022	-.75037	-2.576	16	.020

Fuente: Elaboración propia 2015.

a) HIPÓTESIS A COMPROBARSE

Si aplicamos el programa de educación emocional en las estudiantes del 6to grado “C” del nivel primaria de la Institución Educativa PNP Neptalí Valderrama Ampuero Fortunata, entonces las estudiantes mejorarán significativamente su autocontrol.

b) HIPÓTESIS ESTADÍSTICA

$$H_1 = \bar{X}_{\text{pre test}} \neq \bar{X}_{\text{post test}}$$

$$H_0 = \bar{X}_{\text{pre test}} = \bar{X}_{\text{post test}}$$

c) CONDICIÓN: Regla de decisión

Si $t \leq 0.05$; Apruebo la hipótesis de investigación y rechazo la hipótesis de nulidad

Si $t \geq 0.05$; Acepto la hipótesis de nulidad y rechazo la hipótesis de investigación.

POR LO TANTO:

$$T \text{ de student} = 0.02 \leq 0.05$$

ES DECIR:

Si la t de student (0.02) es menor que la condición (0.05) acepto la hipótesis de investigación y rechazo la hipótesis de nulidad, es decir, el programa de “Educación

emocional”, mejora significativamente la capacidad de autocontrol de las estudiantes contribuyendo de esta manera a mejorar las relaciones sociales

4.1.2 Resultados de la asertividad

TABLA N° 7

OPINA EN PRE TEST Y POST TEST EN GRUPO EXPERIMENTAL

Valoración	Opina			
	Pre test		Post test	
	Fi	%	fi	%
Siempre	0	0	8	47.06
A veces	16	94.12	9	52.94
Nunca	1	5.88	0	0
Total	17	100	17	100

Fuente: Elaboración propia 2015.

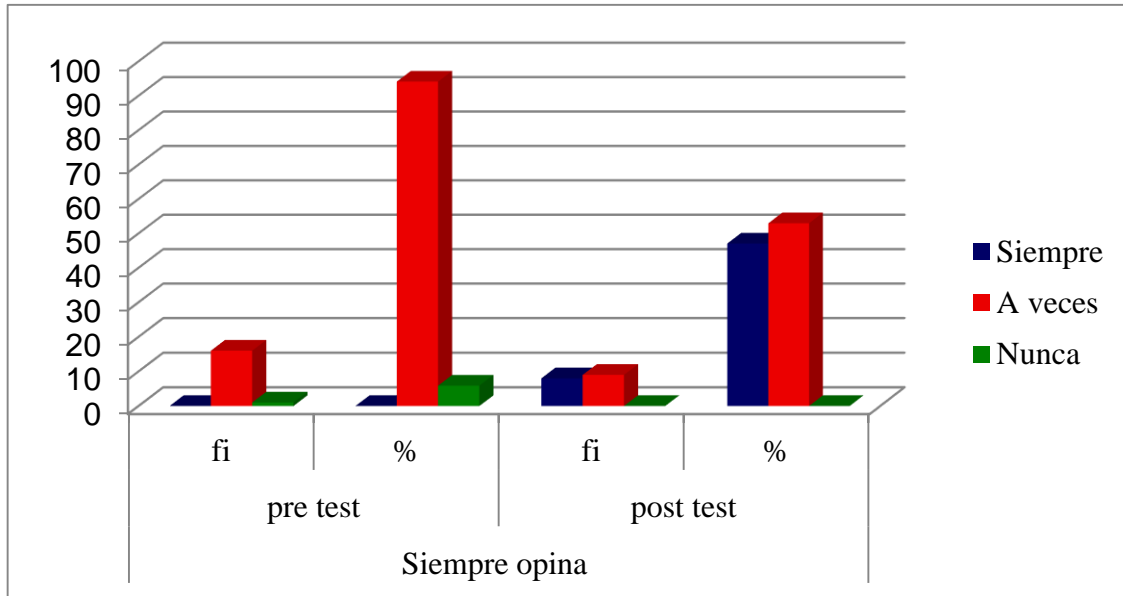
Al analizar si las estudiantes del 6to grado “C”, expresaban sus opiniones en pre y post test, encontramos que en el pre test, el 94.12 por ciento de las estudiantes a veces expresan sus opiniones y el 5.88 por ciento nunca expresan sus opiniones, después de aplicado el programa experimental de “Educación emocional” se encontró que existe un 52.94 por ciento a veces opinan y un 47.06 por ciento de las estudiantes siempre opinan.

Datos que nos indican que el programa aplicado a través de los bloques respectivos mejora la manera de manifestar las opiniones, desarrollando favorablemente la asertividad en las estudiantes y de esta manera contribuye a que las relaciones entre compañeras sean aceptables.

Estos datos se relacionan con la información teórica debido a que expresar las opiniones de una manera coherente y apropiada con los demás, desarrolla favorablemente la asertividad, ya que esta conducta afecta en la relación social de las personas. (Sánchez, 2010).

FIGURA N° 5

DIAGRAMA DE BARRAS DE OPINA EN PRE TEST Y POST TEST EN GRUPO EXPERIMENTAL



Fuente: Elaboración propia 2015.

TABLA N° 7 (b)

ESTADÍSTICOS DE MUESTRAS RELACIONADAS

		Media	N	Desviación tít.	Error tít. de la media
Par 1	Opina en pre test	21.5882	17	3.62386	.87891
	Opina en post test	28.4118	17	6.60548	1.60206

Fuente: Elaboración propia 2015.

Al comparar las medias o promedios aritméticos del grupo experimental se encontró que en el pre test existía una media de 21.59, a diferencia del post test, en el cual se encontró que la media es de 28.41, lo que nos indica que en la valoración, las estudiantes mejoraron significativamente en la capacidad de expresar sus opiniones.

TABLA N° 7 (c)

CONTRASTACIÓN DE HIPÓTESIS A TRAVÉS DE LA T DE STUDENT EN PRE Y POST TEST DEL GRUPO EXPERIMENTAL

	Diferencias relacionadas					t	gl	Sig. (bilateral)
	Media	Desviación típ.	Error típ. de la media	95% Intervalo de confianza para la diferencia				
				Inferior	Superior			
Opina en pre y post test.	-6.82353	5.13852	1.24627	-9.46551	-4.18155	-5.475	16	.000

Fuente: Elaboración propia 2015.

a) HIPÓTESIS A COMPROBARSE

Si aplicamos el programa de educación emocional en las estudiantes del 6to grado “C” del nivel primaria de la Institución Educativa PNP “Neptalí Valderrama Ampuero”, entonces las estudiantes mejorarán significativamente en la manera coherente y apropiada de expresar sus opiniones.

b) HIPÓTESIS ESTADÍSTICA

$$H_1 = \bar{X}_{\text{pre test}} \neq \bar{X}_{\text{post test}}$$

$$H_0 = \bar{X}_{\text{pre test}} = \bar{X}_{\text{post test}}$$

c) CONDICIÓN: Regla de decisión

Si $t \leq 0.05$; Apruebo la hipótesis de investigación y rechazo la hipótesis de nulidad

Si $t \geq 0.05$; Acepto la hipótesis de nulidad y rechazo la hipótesis de investigación.

POR LO TANTO:

$$T \text{ de student} = 0.000 \leq 0.05$$

ES DECIR:

Si la *t* de student (.000) es menor que la condición (0.05) acepto la hipótesis de investigación y rechazo la hipótesis de nulidad, es decir, el programa experimental de “Educación emocional”, mejora significativamente en la expresión de sus opiniones ante asuntos o situaciones, contribuyendo de esta manera a ser una persona más asertiva y por tanto a tener mejores relaciones sociales.

TABLA N° 8

RESPETA A LOS COMPAÑEROS EN PRE TEST Y POST TEST EN GRUPO EXPERIMENTAL

Valoración	Respeto a los compañeros			
	Pre test		Post test	
	Fi	%	fi	%
Siempre	6	35.29	13	76.47
A veces	11	64.71	4	23.53
Nunca	0	0	0	0
Total	17	100	17	100

Fuente: Elaboración propia 2015.

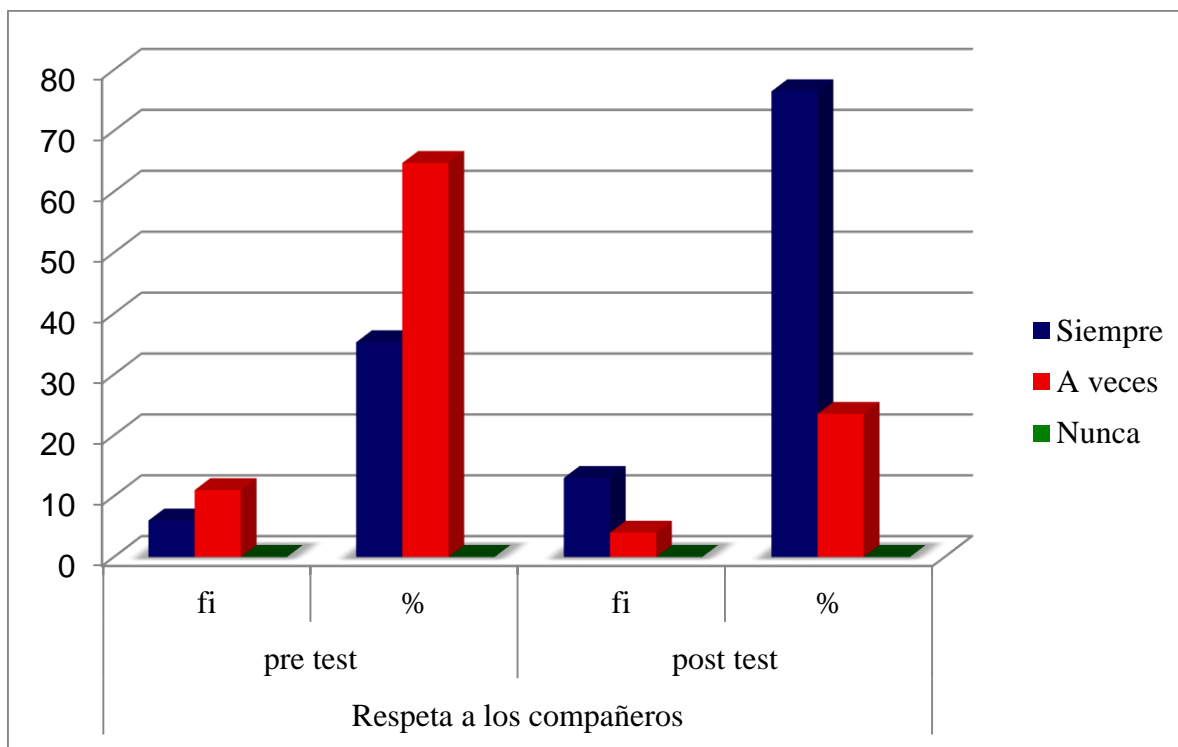
Al analizar si las estudiantes del 6to grado “C” respetan a sus compañeras en un pre y post test, encontramos que en el pre test, el 64.71 por ciento a veces respetan a sus compañeras y un 35.29 por ciento siempre respetan a sus compañeras, después de aplicado el programa experimental de “Educación emocional” observamos que existe un incremento en las estudiantes que siempre respetan a sus compañeras con un 76.47 por ciento y un 23.53 por ciento que a veces respetan sus compañeras.

Datos que nos indican que el programa aplicado a través de los bloques respectivos mejora el respeto entre compañeras, desarrollando favorablemente la asertividad en las estudiantes, lo que permite que las relaciones interpersonales sean tolerables entre las estudiantes investigadas.

Estos datos se relacionan con la información teórica de Rampon (s/f) quien afirma que respetar a los demás es darles aliento, no impedir su crecimiento.

FIGURA N° 6

DIAGRAMA DE BARRA DE RESPETA A LOS COMPAÑEROS EN PRE TEST Y POST TEST EN GRUPO EXPERIMENTAL



Fuente: Elaboración propia 2015.

TABLA N° 8 (b)

ESTADÍSTICOS DE MUESTRAS RELACIONADAS

		Media	N	Desviación típ.	Error típ. de la media
Par 1	Respeto a los compañeros pre test	15.5294	17	3.10479	.75302
	Respeto a los compañeros post test	18.7647	17	4.35215	1.05555

Fuente: Elaboración propia 2015.

Al comparar las medias o promedios aritméticos de las estudiantes investigadas podemos observar que en el pre test existía una media de 15.53, a diferencia del post test, en el cual encontramos que la media es de 18.76, lo que nos indica que en la valoración, las estudiantes mejoraron significativamente el respeto hacia sus compañeras.

TABLA N° 8 (c)

CONTRASTACIÓN DE HIPÓTESIS A TRAVÉS DE LA T DE STUDENT EN PRE Y POST TEST DEL GRUPO EXPERIMENTAL

	Diferencias relacionadas					t	gl	Sig. (bilateral)
	Media	Desviación típ.	Error típ. de la media	95% Intervalo de confianza para la diferencia				
				Inferior	Superior			
Respeto a los compañeros en pre y post test	-3.23529	2.92680	.70985	-4.74012	-1.73047	-4.558	16	.000

Fuente: Elaboración propia 2015.

a) HIPÓTESIS A COMPROBARSE

Si aplicamos el programa de educación emocional en las estudiantes del 6to grado “C” del nivel primario de la Institución Educativa PNP “Neptalí Valderrama Ampuero” entonces las estudiantes mejorarán significativamente las relación de respeto entre sus compañeras.

b) HIPÓTESIS ESTADÍSTICA

$$H_1 = \bar{X}_{\text{pre test}} \neq \bar{X}_{\text{post test}}$$

$$H_0 = \bar{X}_{\text{pre test}} = \bar{X}_{\text{post test}}$$

c) CONDICIÓN: Regla de decisión

Si $t \leq 0.05$; Apruebo la hipótesis de investigación y rechazo la hipótesis de nulidad

Si $t \geq 0.05$; Acepto la hipótesis de nulidad y rechazo la hipótesis de investigación.

POR LO TANTO:

$$T \text{ de student} = 0.000 \leq 0.05$$

ES DECIR:

Si la t de student (.000) es menor que la condición (0.05) acepto la hipótesis de investigación y rechazo la hipótesis de nulidad, es decir, el programa experimental de

“Educación emocional”, mejora el respeto por los demás, contribuyendo de esta manera en el mejoramiento de la asertividad y las relaciones sociales en las estudiantes investigadas.

TABLA N° 9

ASERTIVIDAD EN PRE TEST Y POST TEST EN GRUPO EXPERIMENTAL

Valoración	Asertividad			
	Pre test		Post test	
	fi	%	fi	%
Asertivo	1	5.88	9	52.94
Poco asertivo	16	94.12	8	47.06
Nada asertivo	0	0	0	0
Total	17	100	17	100

Fuente: Elaboración propia 2015.

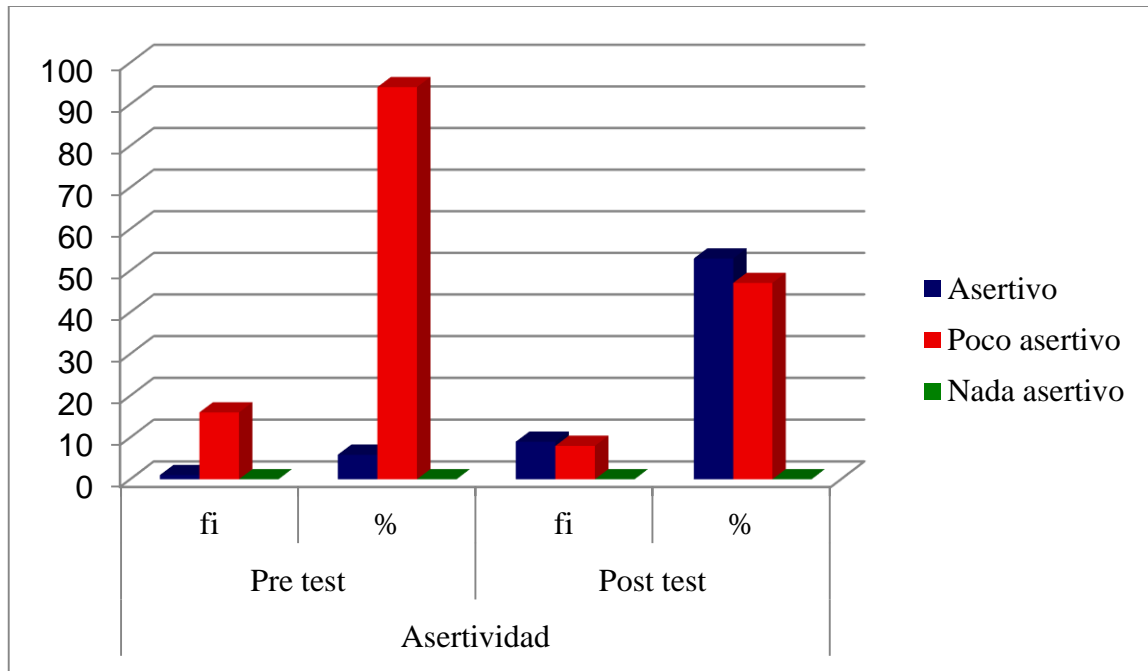
Al analizar el nivel de asertividad de las estudiantes del 6to grado “C”, en pre y post test, encontramos que en el pre test, el 94.12 por ciento son poco asertivos y un 5.88 por ciento son asertivos. Después de aplicado en programa experimental de “Educación emocional”, se encontró que existe un 52.94 por ciento de las estudiantes que son asertivas y un 47.06 por ciento poco asertivas.

Datos que nos indican que el programa aplicado a través de los bloques respectivos mejora la conducta asertiva de las estudiantes, permitiendo aceptar deberes, compromisos y responsabilidades con uno mismo y con los demás, contribuyendo además que las relaciones entre compañeras sean aceptables.

Estos datos se relacionan con la información teórica de Sánchez (2010) sostiene que la asertividad es un estilo de relación y de comunicación, con uno mismo y con los demás, por lo tanto ser asertiva es aceptar deberes, compromisos y responsabilidades con uno mismo y con los demás.

FIGURA N° 7

DIAGRAMA DE BARRAS DE ASERTIVIDAD EN PRE TEST Y POST TEST EN GRUPO EXPERIMENTAL



Fuente: Elaboración propia 2015.

TABLA N° 9 (b)

ESTADÍSTICOS DE MUESTRAS RELACIONADAS

		Media	N	Desviación típ.	Error típ. de la media
Par 1	Asertividad en pre test	43.4118	17	5.86365	1.42214
	Asertividad en post test	54.1176	17	10.59412	2.56945

Fuente: Elaboración propia 2015.

Al comparar las medias o promedios aritméticos de las estudiantes investigadas podemos observar que en el pre test existía una media de 43.41, a diferencia del post test, en el cual encontramos que la media es de 54.12, lo que nos indica que en la valoración, las estudiantes mejoraron su comportamiento asertivo.

TABLA N° 9 (c)

CONTRASTACIÓN DE HIPÓTESIS A TRAVÉS DE LA T DE STUDENT EN PRE Y POST TEST DEL GRUPO EXPERIMENTAL

	Diferencias relacionadas					t	gl	Sig. (bilateral)
	Media	Desviación típ.	Error típ. de la media	95% Intervalo de confianza para la diferencia				
				Inferior	Superior			
Asertividad en pre y post test	-10.70588	7.99034	1.93794	-14.81414	-6.59763	-5.524	16	.000

Fuente: Elaboración propia 2015.

a) HIPÓTESIS A COMPROBARSE

Si aplicamos el programa de educación emocional en las estudiantes del 6to grado “C” del nivel primaria de la Institución Educativa PNP “Nepalí Valderrama Ampuero”, entonces las estudiantes tendrán comportamientos más asertivos.

b) HIPÓTESIS ESTADÍSTICA

$$H_1 = \bar{X}_{\text{pre test}} \neq \bar{X}_{\text{post test}}$$

$$H_0 = \bar{X}_{\text{pre test}} = \bar{X}_{\text{post test}}$$

c) CONDICIÓN: Regla de decisión

Si $t \leq 0.05$; Apruebo la hipótesis de investigación y rechazo la hipótesis de nulidad

Si $t \geq 0.05$; Acepto la hipótesis de nulidad y rechazo la hipótesis de investigación.

POR LO TANTO:

$$T \text{ de student} = 0.000 \leq 0.05$$

ES DECIR:

Si la t de student (0.000) es menor que la condición (0.05) acepto la hipótesis de investigación y rechazo la hipótesis de nulidad, es decir, el programa experimental de

“Educación emocional”, mejora la conducta asertiva de las estudiantes investigadas, contribuyendo de esta manera a tener buenas relaciones sociales.

TABLA N° 10

**ASERTIVIDAD EN PRE OBSERVACIÓN Y POST OBSERVACIÓN EN GRUPO
EXPERIMENTAL**

Valoración	Asertividad			
	Pre observación		Post observación	
	Fi	%	fi	%
Asertivo	7	41.18	11	64.71
Poco asertivo	6	35.29	6	35.29
Nada asertivo	4	23.53	0	0
Total	17	100	17	100

Fuente: Elaboración propia 2015.

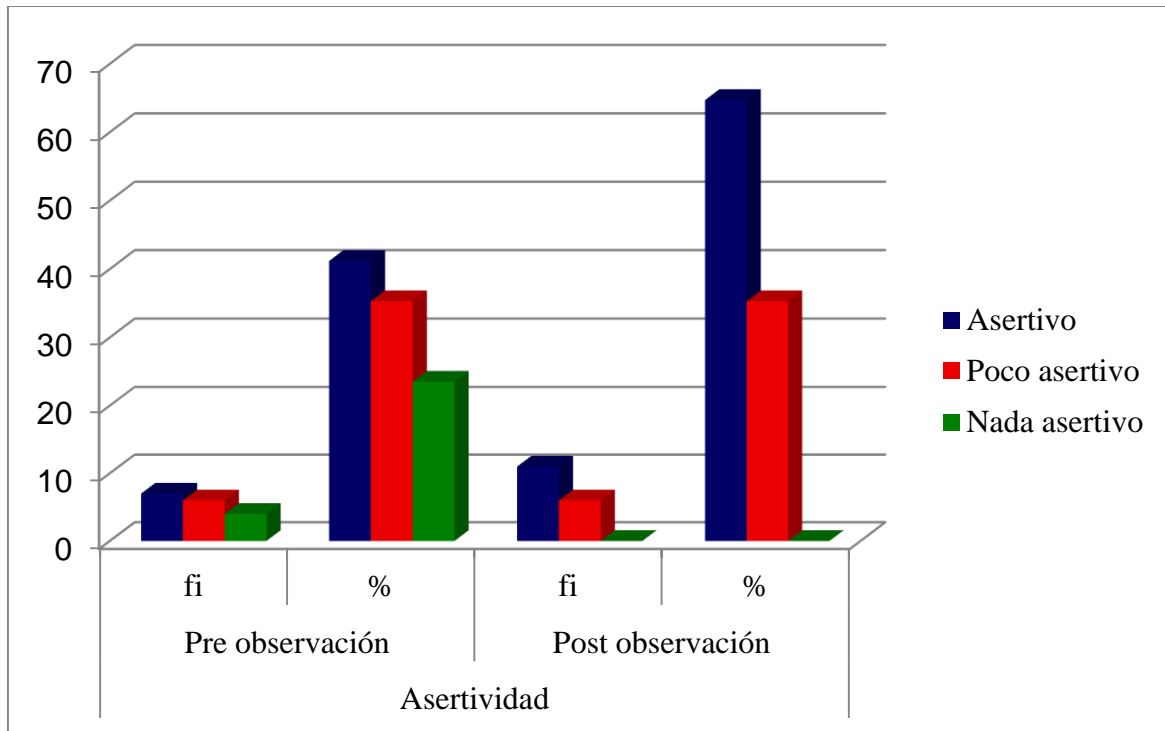
Al analizar la conducta asertiva de las estudiantes del 6to grado “C”, en pre y post observación, encontramos que en la pre observación, el 41.18 por ciento de las estudiantes son asertivas, el 35.29 por ciento son poco asertivas y un 23.53 por ciento no tiene nada de asertivas. Después de aplicado el programa de “Educación emocional”, se encontró que la gran mayoría de las estudiantes son asertivas con un 64.71 por ciento y un 35.29 por ciento son poco asertivas.

Es decir que el programa de “Educación Emocional” mejora la conducta asertiva de las estudiantes investigadas, permitiendo de esta manera que las relaciones interpersonales sean tolerantes entre las estudiantes investigadas.

Estos datos se relacionan con la información teórica de Sánchez (2010) quien argumenta que la persona que tienen conductas asertivas sabe pedir aclaraciones e información cuando no entiende algo o cree que necesita más datos para entenderlo y también sabe dar aclaraciones e información cuando son los demás quienes las necesitan.

FIGURA N° 8

DIAGRAMA DE BARRAS DE LA ASERTIVIDAD EN PRE OBSERVACIÓN Y POST OBSERVACIÓN EN GRUPO EXPERIMENTAL



Fuente: Elaboración propia 2015.

TABLA N° 10 (b)

ESTADÍSTICOS DE MUESTRAS RELACIONADAS

		Media	N	Desviación típ.	Error típ. de la media
Par 1	Asertividad en pre observación.	8.2941	17	4.29774	1.04236
	Asertividad en post observación.	12.1765	17	3.14713	.76329

Fuente: Elaboración propia 2015.

Al comparar las medias o promedios aritméticos de las estudiantes investigadas encontramos que en la pre observación existía una media de 8.29, a diferencia de la post

observación, se encontró que la media es de 12.17, lo que nos indica que en la valoración, las estudiantes mejoraron su conducta asertiva.

TABLA N° 10 (c)

CONTRASTACIÓN DE HIPÓTESIS A TRAVÉS DE LA T DE STUDENT EN PRE Y POST OBSERVACIÓN DEL GRUPO EXPERIMENTAL

	Diferencias relacionadas					t	gl	Sig. (bilateral)
	Media	Desviación típ.	Error típ. de la media	95% Intervalo de confianza para la diferencia				
				Inferior	Superior			
Asertividad en pre y post observación	-3.88235	2.08813	.50645	-4.95597	-2.80873	-7.666	16	.000

Fuente: Elaboración propia 2015.

a) HIPÓTESIS A COMPROBARSE

Si aplicamos el programa de educación emocional en las estudiantes del 6to grado “C” del nivel primaria de la Institución Educativa PNP Neptalí Valderrama Ampuero, entonces las estudiantes tendrán comportamientos más asertivos.

b) HIPÓTESIS ESTADÍSTICA

$$H_1 = \bar{X}_{\text{pre observación}} \neq \bar{X}_{\text{post observación}}$$

$$H_0 = \bar{X}_{\text{pre observación}} = \bar{X}_{\text{post observación}}$$

c) CONDICIÓN: Regla de decisión

Si $t \leq 0.05$; Apruebo la hipótesis de investigación y rechazo la hipótesis de nulidad

Si $t \geq 0.05$; Acepto la hipótesis de nulidad y rechazo la hipótesis de investigación.

POR LO TANTO:

$$T \text{ de student} = 0.00 \leq 0.05$$

ES DECIR:

Si la t de student (0.00) es menor que la condición (0.05) acepto la hipótesis de investigación y rechazo la hipótesis de nulidad, es decir, el programa experimental de “Educación emocional”, mejora la conducta asertiva en las estudiantes permitiendo que expresen sus sentimientos, opiniones o derechos de un modo firme y honesto, respetando al mismo tiempo los sentimientos, opiniones y derechos de las otras personas.

CONCLUSIONES

PRIMERA: El autocontrol de las estudiantes antes de la aplicación del Programa experimental se ubicaba en el nivel medio, debido a que existía una regular relación entre ellas, puesto que tenían dificultades para controlar su timidez y la falta de práctica de valores, como el respeto, al momento tratar con sus compañeros. Sin embargo, después de la aplicación del programa experimental se observa un alto autocontrol debido a que las estudiantes tienen las capacidades de controlar sus impulsos y sentimientos conflictivos, mejorando la relación entre compañeras, además porque tienen un buen control de su timidez permitiendo tener más oportunidades en la vida y para relacionarse socialmente. Sin embargo existe también un nivel medio de autocontrol en las estudiantes puesto que para las estudiantes no les resulta fácil compartir sus sentimientos, además tienen dificultades para escuchar las opiniones contrapuestas.

SEGUNDA: Al evaluar el nivel de asertividad antes de la aplicación del programa experimental, se encontró que más de la mitad de las estudiantes eran poco asertivas, puesto que para muchas de ellas les era difícil expresar sus opiniones de una manera coherente y apropiada. Sin embargo, al evaluar los niveles de asertividad después de la aplicación del programa experimental, se observa que más de la mitad de las estudiantes son asertivas, puesto que, las estudiantes a través del programa aprendieron a respetar el turno para hablar, expresar sus opiniones y aceptar las opiniones de los demás.

TERCERA: Antes de la aplicación del programa experimental de educación emocional, la resolución de conflictos de las estudiantes era nada adecuada, debido a la falta de respeto entre ellas. Por otra parte la resolución de conflictos era medianamente adecuada debido a las dificultades para colaborar con otras personas para encontrar la solución a un problema. Sin embargo, después de aplicado el programa experimental, la resolución de conflictos ha mejorado en las estudiantes, por consiguiente, la resolución de conflictos de las estudiantes es adecuada, debido al buen clima de aula que permite prevenir y solucionar conflictos de forma colaborativa, factor que asegura la buena solución de problemas.

CUARTA: El Programa de Educación Emocional mejora las relaciones sociales ya que existen mejoras significativas en el autocontrol, la asertividad y la resolución de conflictos, por tanto es un gran aporte para la Institución Educativa ya que a través de las diferentes actividades se concientizó a los estudiantes sobre la importancia de las relaciones sociales.

RECOMENDACIONES

PRIMERA: Que en la Institución Educativa, implementen programas de Educación Emocional que permitan la estimulación en las habilidades sociales favoreciendo así la asertividad y el autocontrol.

SEGUNDA: Concientizar a los docentes sobre la importancia que tienen al momento de guiar y aconsejar a los estudiantes para que solucionen sus propios problemas.

TERCERA Que las autoridades de la Institución Educativa den seguimiento a estos programas a fin de que los estudiantes desarrollen en un nivel óptimo las relaciones sociales.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Abarca, M. (2003) *La educación emocional en la Educación Primaria: Currículo y Práctica*. Tesis de Doctorado, Universidad de Barcelona, España. Recuperado el 24 de agosto 2010. Disponible en: http://tdx.cat/bitstream/handle/10803/2349/02.MMAC_SEGUNDA_PARTE.pdf?sequence=3
- Aguirre, F. (2009). *Violencia escolar y políticas en el Perú*. Universidad Alberto Hurtado-Cide. Recuperado el 19 de julio 2011. Disponible en: <http://www.monografias.com/trabajos-pdf3/violencia-escolar-politica-educativa-peru/violencia-escolar-politica-educativa-peru.pdf>
- Alabau, J. (2003). *Estudio de los procesos emocionales en niños y niñas con dificultades de aprendizaje y su relación con los procesos cognitivos basados en la teoría P.A.S.S. de la inteligencia*. Tesis de Doctorad, Universidad de Girona, España. Recuperado el 25 de agosto 2010. Disponible en: http://www.tesisenxarxa.net/TDX/TDX_UdG/TESIS/AVAILABLE/TDX-0212107-125453/tjab.pdf
- Alava, C. (s/f). *Psicología de las emociones u actitudes*. Universidad Ricardo Palma. Perú. Editorial San Marcos.
- Alcántara, J. (2003). *Educación la autoestima. Métodos, técnicas y actividades*. España. Editorial Ccac.
- Aliste, D. A. y Alfaro, H. V. (2007). *Educación emocional una alternativa para evitar el fracaso escolar y social*. Revista Vasconcelos de Educación. Recuperado el 30 de agosto del 2010. Disponible en: <http://antiguo.itson.mx/vasconcelos/documentos/volIII-num4/RVE-3-4-6.pdf>
- Aragón, V. (2010) *Maltrato Infantil en escolares Arequipeños – Perú*. Recuperado el 7 de marzo 2011. Disponible en: <http://www.buenastareas.com/ensayos/Maltrato-Infantil-En-Escolares-Arequipe%20C3%B1os/1052009.html>
- Autodominio(s/f). Barcelona-España. Editorial Océano.

- Beauregard, L., Bouffard, R. y Douclos, G. (2005). *Autoestima. Para quererse más y relacionarse mejor*. Madrid-España. Ediciones Narcea, S.A.
- Bisquerra, R. (2003). *Educación Emocional y competencias Básicas para la vida*. Revista de Investigación Educativa. Recuperado el 25 de agosto del 2010. Disponible en: <http://revistas.um.es/rie/article/viewFile/99071/94661>
- Bisquerra, R. y Pérez, N. (2007). *Las competencias emocionales*. Educación XXI, 10, 61-82. Departamento MIDE. Facultad de Pedagogía. Universidad de Barcelona.
- Boix, C (2007). *La educación emocional: un reto y un aporte de soluciones. Página 2*, El Portal de Inteligencia Emocional. Disponible en: <http://www.inteligenciaemocional-portal.org/ARTICULOS/CARMEN%20BOIX.pdf>
- Brione, G. (2002). *Metodología de la Investigación cuantitativa en las ciencias sociales*. Bogotá-Colombia. Editores ARFO.
- Candela, C., Barberá, E., Ramos, A. y Sarrió, M. (2002). *Inteligencia emocional y el variable género*. Revista Electrónica de Motivación y Emoción. (REME), vol. 5(10), 2002.
- Características de las Relaciones Sociales. (s/f). Tratado de fundamentos de filosofía social. Disponible en: <http://www.filosocial.com/tratado/tema4.html>
- Catalán, J. (s/f). *Fobia Social y timidez*. Recuperado: 7 de junio 2011. Disponible en: <http://www.cop.es/colegiados/A-00512/timidez.html>
- Clouder, C. (2008). *Aspectos del aprendizaje social y emocional en el Reino Unido*. Fundación Marcelino Botín. España.
- Collell, J. y Escudé, C. (2003). *La educación emocional*. Traç, Revista dels mestres de la Garrotxa. Disponible en: <http://www.xtec.cat/~jcollell/ZAP%20Trac.pdf>
- Concha, J. (2011) *Preadolescente y Habilidades Sociales*. Recuperado: 09 de agosto 2011. Santiago-Chile. Disponible en: <http://jorgecon46.blogspot.com/>
- Cooperación s/a. (2008). *¿Qué es la Cooperación?* Recuperado: 27 de junio del 2011. Disponible en: <http://www.saludcapital.gov.co/Paginas/Cooperacion.aspx>

- Chávez, N. (1994). *Introducción a la Investigación Educativa*. Caracas. Editorial Grafica, C.A.
- Choque, R. (2008). *Habilidades para la vida en el ámbito escolar*. En Signo Educativo. Disponible en: <http://blog.pucp.edu.pe/item/36677/habilidades-para-la-vida-en-el-ambito-escolar>
- Deza, J. y Muñoz, S. (2008). *Metodología de la Investigación Científica*. Lima. Centro de Investigación, Fondo Editorial.
- Diccionario (s/f). Psicología Activa. Recuperado: 27 de junio del 2011. Disponible en: http://www.psicoactiva.com/diccio/diccio_a.htm
- Extremera, N. y Fernández, P. (2004). *El papel de la inteligencia emocional en el alumnado: evidencias empíricas*. Revista Electrónica de Investigación Educativa. Recuperado el 7 de junio de 2011. Disponible en: <http://redie.uabc.mx/contenido/vol6no2/contenido-extremera.pdf>
- Extremera, N y Fernández, P. (s/f). *La Inteligencia Emocional como una habilidad en la escuela*. Revista Iberoamericana de Educación. Disponible en: <http://www.rieoei.org/deloslectores/326Berrocal.pdf>
- Ezpeleta, L. (2011). *Factores de riesgo en psicopatología del desarrollo*. Elsevier España. Disponible en: <http://es.wikipedia.org/wiki/Autocontrol>
- Fernández, P., Salovey, P., Vera, A., Ramos, N. y Extremera, N. (2001). *Cultura, inteligencia emocional percibida y ajuste emocional: un estudio preliminar*. Revista Electrónica de Motivación y Emoción. Recuperado el 18 de junio del 2011. Disponible en <http://reme.uji.es/articulos/afernp9912112101/texto.html>
- Ferrater, J. (1994). *Diccionario de Filosofía*. Barcelona: Ariel
- García, A. (2008) *La Disciplina Escolar*. Universidad de Murcia. Disponible en: <http://edit.um.es/library/docs/books/disciplina-escolar.pdf>
- Grupo de Recerca en Orientación Psicopedagógica (2003). *Educación emocional. Programa para Educación Primaria (6-12)*. Barcelona: Praxis.

- Guerra, J., Guerrero, E. y León, B. (2010). *Relación entre Apego e Inteligencia Emocional en Adolescentes*. Revista Electrónica de Motivación y emoción. Recuperado el 18 de junio 2011. Disponible en:
<http://reme.uji.es/articulos/numero34/article8/texto.html>
- Guía preventiva de drogodependencia (s/f) *Características de la preadolescencia*. Recuperado: el 27 de junio 2011. Disponible en:
<http://www.bvsde.paho.org/bvsacd/cd90/1008GOMgui6/cap2.pdf>
- Gutiérrez C. (2011). *Las penas de los muchachos*. Recuperado el 8 de junio del 2011. Disponible en: <http://www.elespectador.com/impreso/judicial/articulo-275348-penas-de-los-muchachos>.
- Huarcaya y Durán (2010) *Psicopedagogía y Problemas de Aprendizaje*. Recuperado el 1 de junio del 2011. Disponible en: <http://centropsicologicoplenum.blogspot.com/>.
- Hué, C. (2005). *Propuesta para el desarrollo de la educación integral en el currículo del sistema educativo español*. Recuperado el 30 de mayo de 2011. Disponible en:
http://debateeducativo.mec.es/documentos/hue_educacion_integral.pdf
- Levit, G. (2007). *Hablemos de la preadolescencia*. Recuperado el 9 de agosto del 2011. Barcelona-España. Disponible en:
<http://www.ambitmariacorrall.org/castella/?q=node/805>
- López, O. (2008). *La Inteligencia emocional y las estrategias de aprendizaje como predictores del rendimiento académico en estudiantes universitarios*. Cybertesis. Recuperado el 24 julio del 2011. Disponible en:
http://www.cybertesis.edu.pe/sisbib/2008/lopez_mo/html/index-frames.html
- Montaño, A. (2002). *La inteligencia emocional. Origen y concepto*. Revista Sappiens La comunidad del conocimiento. Disponible en:
http://www.sappiens.com/castellano/articulos.nsf/Gesti%C3%B3n_del_Conocimiento/La_inteligencia_emocional._Origen_y_concepto/2EEFCE291C937A9E41256BC10037F75F!opendocument

- Mora, C. (2008). *Importancia de la asertividad*. Recuperado: 27 de julio del 2011. Disponible en: <http://www.articuloz.com/autosuperacion-articulos/la-importancia-de-la-asertividad-372089.html>
- Psicología del Niño y Adolescente. (s/f), *Las relaciones sociales*. (pp. 235-264). Barcelona-España: Grupo Océano.
- Panduro, J. (2008). *Autocontrol*. Recuperado: 24 de agosto 2011. Disponible en: http://www.america.edu.pe/gen/index.php?option=com_content&view=article&id=254:autocontrol&catid=32:apuntes-de-psicopedagogia&Itemid=87
- Porcel, T. (2009). *Inteligencia Emocional y su Relación con el Logro de Competencias en el Área de Desarrollo Social, del Currículo Escolar en Estudiantes de 5º Grado de Secundaria de Puerto Maldonado*. Investigación Educativa. Recuperado el 22 de julio del 2011. Disponible en: http://sisbib.unmsm.edu.pe/bibvirtual/publicaciones/inv_educativa/2009_n23/pdf/a07v13n23.pdf
- Puga, L. (2008). *Relaciones interpersonales en un grupo de niños que reciben castigos físicos y emocionales*. Pontificia Universidad Católica del Perú. Tesis de Licenciatura. Facultad de letras y Ciencias Humanas Especialidad de Psicología, Lima-Perú.
- Terre, O. (2011). *Querer aprender. Educación Emocional para la escuela exitosa*. Boletín REDEM N ° 87. Recuperado el 31 de mayo del 2011. Disponible en: <http://www.redem.org/boletin/boletin150311a.html>.
- Teruel, M. (s/f). *La inteligencia emocional en el currículo de la formación inicial de los maestros*. Revista Interuniversitaria de Formación del Profesorado, n° 38, agosto 2000, pp. 141-152
- Tejjido, M. (2009). La inteligencia Emocional. Red Educativa Mundial. Disponible en: <http://www.redem.org/boletin/files/Marta%20Tejjido%20%20-%20inteligencia%20emocional.pdf>
- Ugalde, I. (2009). *Resolución de conflictos en la educación infantil*. Universidad de Barcelona

- Ugarriza, N. (1998). *Instrumentos para la investigación educativa*. Universidad Nacional Mayor de San Marcos.
- Valderrama, S. (2007). *Pasos para elaborar proyectos y tesis de investigación científica*. Lima. Editorial San Marcos.
- Villangra, J. (2008). *Los sentimientos, ¿Existen?* Disponible en: <http://www.monografias.com/trabajos64/sentimientos-existen/sentimientos-existen.shtml>
- Vivas, M. (2003). *La educación emocional: conceptos fundamentales*. *Sapiens*. Revista Universitaria de Investigación. Recuperado el 30 de mayo 2011. .Disponible en: <http://redalyc.uaemex.mx/pdf/410/41040202.pdf>.
- Warren, C. (1991). Diccionario de psicología. México.
- Viveros, J. (2003) *Liderazgo, comunicación efectiva y resolución de conflictos*. Oficina Internacional del trabajo. Chile-Santiago. Recuperado el 19 de julio del 2011. Disponible en: <http://www.oitchile.cl/pdf/publicaciones/ser/ser011.pdf>

ANEXOS

ANEXO N° 1

MATRIZ DE CONSISTENCIA

¿Cuáles son los niveles de autocontrol de las estudiantes del 6to grado "C" del nivel primario de la Institución Educativa PNP "Nepalí Valderrama Ampuero", antes y después de la aplicación del programa de educación emocional?

Planteamiento del Problema	Objetivos	HIPOTESIS	Variables e indicadores	Diseño	Instrumentos	Estadística
<p>Problema general ¿Cuáles son los efectos de la aplicación del programa de educación emocional para mejorar las relaciones sociales de los estudiantes del 6to grado "C" del nivel primario de la Institución Educativa PNP "Neptalí Valderrama Ampuero", del distrito de Paucarpata del departamento de Arequipa?</p> <p>Preguntas Específicas I ¿Cuáles son los niveles de autocontrol de las estudiantes del 6to grado "C" del nivel primario de la Institución Educativa PNP "Neptalí Valderrama Ampuero", antes y después de la aplicación del programa de educación emocional?</p> <p>¿Cuáles son los niveles de asertividad de las estudiantes del 6to grado "C" del nivel primario de la Institución Educativa PNP "Neptalí Valderrama Ampuero", antes y después de la aplicación del programa de educación emocional?</p> <p>¿Cuáles son los niveles de conflictos de las estudiantes del 6to grado "C" del nivel primario de la Institución Educativa PNP "Neptalí Valderrama Ampuero", antes y después de la aplicación del programa de educación emocional?</p>	<p>Objetivo General Analizar los efectos de la aplicación del programa de educación emocional para mejorar las relaciones sociales de los estudiantes del 6to grado "C" del nivel primario de la Institución Educativa PNP "Neptalí Valderrama Ampuero", del distrito de Paucarpata del departamento de Arequipa 2015</p> <p>Objetivos Secundarios Identificar los niveles de autocontrol de los estudiantes del 6to grado "C" del nivel primario de la Institución Educativa PNP "Neptalí Valderrama Ampuero", antes y después de la aplicación del programa de educación emocional.</p> <p>Evaluar los niveles de asertividad de los estudiantes del 6to grado "C" del nivel primario de la Institución Educativa PNP "Neptalí Valderrama Ampuero", antes y después de la aplicación del programa de educación emocional.</p> <p>Identificar la resolución de conflictos de los estudiantes del 6to grado "C" del nivel primario de la Institución Educativa PNP "Neptalí Valderrama Ampuero", antes y después de la aplicación del programa de educación emocional.</p>	<p>Hipótesis General El programa de educación emocional mejora significativamente las relaciones sociales en los estudiantes del 6to grado sección "C" del nivel primario de la Institución Educativa PNP "Neptalí Valderrama Ampuero" del distrito de Paucarpata Departamento de Arequipa.</p> <p>Hipótesis Secundarios Si aplicamos el programa de educación emocional en los estudiantes del 6to grado "C" del nivel primario de la Institución Educativa PNP "Neptalí Valderrama Ampuero", entonces los estudiantes mejorarán significativamente su autocontrol.</p> <p>Si aplicamos el programa de educación emocional en los estudiantes del 6to grado "C" del nivel primario de la Institución Educativa PNP "Neptalí Valderrama Ampuero", entonces los estudiantes tendrán comportamientos más asertivos.</p> <p>Si aplicamos el programa de educación emocional en los estudiantes del 6to grado "C" del nivel primario de la Institución Educativa PNP "Neptalí Valderrama Ampuero", entonces los estudiantes serán capaces de resolver conflictos.</p>	<p>Variables del Programa de Educación Emocional . Conciencia emocional . Regulación Emocional . Autoestima . Habilidades socio-emocionales . Habilidades de vida.</p> <p>Variables Sociales . Autocontrol . Asertividad . Resolución de conflictos</p>	<p>Método: Pre-Experimental Nivel de Investigación Explicativo</p> <p>Diseño: GE: O1 X O2</p> <p>Dónde: GE : Es el grupo Experimental: Estudiantes del nivel primario del 6to grado sección "C" X Programa Experimental: Programa de Educación Emocional O: Pre-test Post-test</p>	<p>Listo de cotejos Fichas de observación Cuestionario</p>	<p>"t"Studes</p>

ANEXO N° 2

PROGRAMA EXPERIMENTAL

PROGRAMA EXPERIMENTAL

DENOMINACIÓN : Programa de Educación Emocional

DURACIÓN : 2 meses

RESPONSABLE : Cesar Luis, Alfaro Rodríguez

1. FUNDAMENTACIÓN

La educación tradicionalmente se ha centrado en el desarrollo intelectual, con un marcado olvido en las emociones. Por tanto este programa pretende conseguir un adecuado control de las emociones, así como mejorar las relaciones interpersonales. Es decir generar en los estudiantes valores, metas, promover actitudes positivas ante la vida, habilidades sociales y empatía, capacidades que permiten buscar alternativas ante problemas y conflictos, escuchar y respetar las opiniones de los demás, posibilitando mejoras en las relaciones sociales. Es por ello que la mayoría de las habilidades emocionales conducen a una vida plena.

Por consiguiente, para la aplicación del Programa de Educación Emocional, se llevará a cabo una evaluación para detectar las necesidades de los estudiantes, de este modo se seleccionarán, adecuarán y aplicarán las actividades en función de las necesidades detectadas. Luego en las actividades de clase se utilizarán recursos de la vida cotidiana, que ofrezcan a los estudiantes la posibilidad de experimentar emociones en situaciones próximas, además en cada una de las actividades se realizará el trabajo en equipo, la cooperación y el debate en el que los estudiantes responderán a las preguntas de reflexión que favorecerán la asimilación de los conceptos trabajados.

2. OBJETIVOS DEL PROGRAMA DE EDUCACIÓN EMOCIONAL

2.1. OBJETIVO GENERAL

Aplicar el Programa de Educación Emocional para desarrollar una mayor competencia emocional en las relaciones sociales.

2.2. OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Conocer mejor las propias emociones y las de los demás.

- Utilizar estrategias de autorregulación emocional.
- Proporcionar estrategias para contribuir a la construcción de la autoestima.
- Emplear habilidades socio-emocionales para la resolución de conflictos.
- Adoptar una actitud positiva ante la vida.

3. META CONCRETA

El programa de Educación Emocional va dirigido a 17 estudiantes cuyas edades son de 10 a 12 años. Algunos de los aspectos que caracterizan a los estudiantes son el fracaso escolar, niños y niñas con problemas psicológicos, poca motivación hacia el estudio, relaciones negativas entre compañeros, falta de empatía y falta de interés o de valor por el esfuerzo personal.

4. ESTRATEGIAS DEL PROGRAMA

Las sesiones se desarrollarán de la siguiente manera:

Primero se realizarán diálogos, donde los estudiantes expresarán y comunicarán sus pensamientos, sentimientos, deseos, para intercambiar ideas.

Luego se realizarán trabajos individuales, para que reflexionen sobre sus propias experiencias. Como también trabajos en grupo, donde se trabajará en conjunto con toda la clase y en cada una de las aportaciones hechas por los estudiantes se anotará en la pizarra para que de esta manera los estudiantes vean que sus aportes son importantes. O también se realizarán trabajos en pequeños grupos, se utilizará para construir grupos con rasgos similares, o para realizar pequeñas dramatizaciones.

Luego de cada trabajo ya sea individual, en grupo o en grupo pequeño se realizarán debates o reflexiones grupales, a través de preguntas donde los estudiantes exponen sus diferentes ideas en torno a una pregunta.

Finalizadas las actividades de cada sesión de Educación Emocional, se realizará el llenado de una lista de cotejo, una por cada sesión realizada.

5. DISEÑO DE LA MATRIZ DEL PROGRAMA

OBJETIVOS	BLOQUE	ACTIVIDADES	TIEMPO
Conocer mejor las propias emociones y las de los demás.	Conciencia Emocional	¿Qué se siente?	40 min.
		Paseando	30 min.
		¿Qué hago yo?	50 min.
		Mirando fotografías	40 min.
Utilizar estrategias de autorregulación emocional.	Regulación Emocional	Relajando el cuerpo con la música	30 min.
		Noticias y emociones	50 min.
		¿Qué puedo pensar?	60 min.
		No llego la nota	40 min.
Proporcionar estrategias para contribuir a la construcción de la autoestima.	Autoestima	¿Soy Yo?	60 min.
		Algo habla dentro de mí	30 min.
		La persona que admiro	45 min.
		Nos miramos la cara	50 min.
Emplear habilidades socio -emocionales para la resolución de conflictos.	Habilidades Socio-emocionales	Maneras de actuar	60 min.
		Sentir y comunicar	50 min.
		Mis manos en tu cara	30 min.
		¿Entendemos todos lo mismo?	30 min.
Adoptar una actitud positiva ante la vida.	Habilidades de Vida	El amigo ideal	60 min.
		Vamos a decir	50 min.
		Consultorio familiar	60 min.
		Simulando la vida	60 min.

6. PROCEDIMIENTOS

El programa de educación emocional tiene como objetivos: conocer mejor las propias emociones y las de los demás, utilizar estrategias de autorregulación emocional, proporcionar estrategias para contribuir a la construcción de la autoestima, emplear habilidades socio-emocionales para la resolución de conflictos y adoptar una actitud positiva ante la vida.

Además el programa está organizado en cinco bloques temáticos: conciencia emocional, regulación emocional, autoestima, habilidades socio-emocionales y habilidades de vida. Se exponen veinte actividades, distribuidas en cuatro actividades para cada uno de los bloques temáticos. Los contenidos de los bloques a trabajar son los siguientes:

Conciencia emocional: las actividades que forman parte de este bloque temático pretende trabajar vocabulario emocional, conciencia emocional relacionada con las actuaciones y situaciones de la vida, así como diferentes formas de expresión. Regulación emocional: la utilización de estrategias de autorregulación emocional: diálogo interno, relajación, asertividad, etc. Autoestima: las actividades que forman parte de este bloque temático pretenden trabajar el conocimiento de uno mismo: cómo somos físicamente y qué cualidades tenemos como personas. Habilidades socio-emocionales: las actividades que forman parte de este bloque temático pretenden trabajar algunos aspectos como: el respetar el turno, saber esperar, compartir, aceptar la opinión de los demás, estrategias para la resolución de conflictos. Habilidades de vida: las actividades que forman parte de este bloque pretenden trabajar el conocimiento de nuestro entorno y el grado de satisfacción que nos ofrece, teniendo en cuenta la familia, la escuela y los amigos.

El programa iniciará el dieciocho de octubre y culminará el veintinueve de noviembre, el tiempo para la realización de cada una de las actividades es de 30 o 60 minutos aproximadamente, dependiendo de la actividad a desarrollarse.

7. SESIONES DE APRENDIZAJE

BLOQUE I: CONCIENCIA EMOCIONAL

SESIÓN N°01

¿QUÉ SE SIENTE?

OBJETIVOS

- Expresar emociones a través de una imagen dada.
- Diferenciar emociones en situaciones similares.
- Aceptar las opiniones de los compañeros.

RECURSOS

- Imágenes o fotografías.

TEMPORALIZACIÓN

- Esta actividad se realizará en una sesión de 40 minutos aproximadamente.

PROCEDIMIENTOS

Trabajo en grupo clase

El estudiante se sentará formando un semicírculo, de tal manera que se puedan ver las caras. El educador mostrará una fotografía y les dirá: “debes mirar la fotografía con mucha atención y en silencio durante 30 segundos”. Pasado ese tiempo les preguntará: ¿Qué emoción primero te ha hecho vivir esta fotografía? Se irán escribiendo las emociones dadas en la pizarra, señalando el número de veces que cada una se expresa.

A continuación y después de expresar todos y cada uno de los estudiantes las emociones que la fotografía les ha sugerido, se repetirá la misma operación con las fotografías. Cada una de ellas deberá presentar situaciones diferentes.

Puesta en común

Se llevará a cabo un debate o reflexión grupal que el educador dirigirá con estas preguntas:

1. ¿Has tenido todas las emociones en cada fotografía?
2. ¿Qué nos mueve a sentir?
3. ¿Tus emociones son mejores o peores que las de tus compañeros?

ORIENTACIÓN

Las imágenes a trabajar se pueden escoger en función de las características de los estudiantes y del grupo en general.

Se presentan cuatro fichas o fotografías con situaciones diferentes con el fin de producir emociones también diferentes.

SESIÓN N°02

¿QUÉ HAGO YO?

OBJETIVOS

- Identificar las propias reacciones frente a emociones.
- Comparar en sí mismo diferentes reacciones ante determinadas emociones.
- Identificar reacciones ajenas frente a emociones dadas.
- Comparar reacciones ajenas y propias frente a las mismas emociones.

RECURSOS

- Ficha individual.
- Ficha grupal.

TEMPORALIZACIÓN

- La actividad se desarrolla en una sesión de 50 minutos.

PROCEDIMIENTO

Trabajo individual

Se entregará a los estudiantes la ficha de trabajo, en la que deberán escribir tres formas de reaccionar ante emociones dadas.

A continuación, cada estudiante hará a una reflexión personal y en silencio deberá llenar su ficha.

Trabajo en grupo

Completada la ficha individual, el educador les facilitará la ficha y el estudiante se levantará y pasará por la clase para buscar a tres compañeros, a los que preguntará sus reacciones ante las emociones dadas.

Cada uno deberá anotar estas reacciones en la ficha, una para cada emoción.

Una vez finalizado el proceso anterior, se les dará un tiempo para que observen y comparen sus reacciones con las de sus compañeros ante cada emoción en particular.

Puesta en común

A continuación se pasa a la reflexión grupal. Se dirigirá el debate a través de las siguientes preguntas:

1. ¿Reaccionas siempre de la misma manera ante la misma emoción?
2. ¿Reaccionas de la misma manera frente a emociones diferentes?
3. ¿Las demás personas reaccionan de manera similar frente a las mismas emociones?
4. ¿Se parecen las reacciones de los demás a las tuyas?

ORIENTACIONES

La reflexión individual se llevará a cabo comparando las dos fichas de trabajo.

Se remarcará el hecho de que uno mismo no siempre reacciona de la misma manera frente a la misma emoción y que otras veces reacciona de la misma manera similar a emociones diferentes.

También es importante que se observe que entre las personas existen maneras diferentes de reaccionar frente a una misma emoción.

ANEXO

FICHA N°1 (Individual)

Mis emociones	Mis reacciones
Alegría	
Sorpresa	
Vergüenza	
Ira	
Miedo	
Tristeza	

FICHA N°2 (Grupal)

Las emociones de mis compañeros	Las reacciones de mis compañeros		
	Compañero N°1	Compañero N°2	Compañero N°3
Alegría			
Sorpresa			
Vergüenza			

SESIÓN N°03

MIRANDO FOTOGRAFÍA

OBJETIVOS

- Seleccionar una imagen que inspira alguna emoción.
- Identificar las propias emociones.
- Comunicar y describir verbalmente las propias emociones.
- Comparar emociones propias con otras ajenas.

RECURSOS

- Fotografías.
- Preguntas de reflexión.

TEMPORALIZACIÓN

Esta actividad se realizará en una sesión de 40 minutos aproximadamente.

PROCEDIMIENTOS

Trabajo individual

Se expondrán diferentes fotografías de manera que queden al alcance del estudiante y puedan ser observados con facilidad por todo el grupo.

Se les pedirá que recorran la exposición mirando las fotografías detenidamente. Con mucha atención y en extremo silencio deberán seleccionar una fotografía que les haya provocado alguna emoción. Seguramente muchas les habrán provocado diferentes emociones, pero deben seleccionar aquella que más les haya impactado por algún motivo. No importa que dos o más estudiantes seleccionen la misma fotografía, lo importante es que entre ellos no comenten nada.

Una vez que todos hayan escogido una fotografía, se sentarán cada uno con la foto elegida (o en grupo si la fotografía ha sido elegida por más de una persona) y mirando

silenciosamente reflexionarán sobre la emoción que aquella imagen ha causado en su interior. Pueden descubrir incluso más de una emoción.

Trabajo en grupo

Cada uno, por orden, mostrará a los demás su imagen, dejando un momento silencio para que puedan pensar en una emoción que les provoca la fotografía. A continuación, explicará al resto del grupo por qué la ha seleccionado y qué emoción ha provocado en él. La exposición deberá realizarse en silencio y en actitud de escucha activa.

Puesta en común

Una vez concluida la exposición, el educador iniciará un debate en el que el estudiante responderá a las preguntas de reflexión para compartir lo que ha podido observar de sí mismo y de sus compañeros.

1. ¿Te provocan las mismas emociones imágenes diferentes?
2. ¿Tus emociones son parecidas a las de los demás?
3. ¿Te han sorprendido tus compañeros con las emociones que han expresado al relacionarlas con las fotografías?
4. ¿Qué has descubierto en ti?
5. ¿Qué has descubierto en tus compañeros?

ORIENTACIONES

Se debe dejar muy claro que no habrá evaluaciones ni crítica alguna respecto a la exposición individual. El educador recordará que deben guardar silencio para poder escuchar aquello que los otros tienen que decir.

Es importante que comprendan que toda imagen provoca emociones diferentes y que no siempre todos experimentan las mismas emociones frente a la misma imagen o situación. También alguno podrá descubrir que hay emociones que lo invaden con más frecuencia que otras en un momento determinado.

BLOQUE II: REGULACIÓN EMOCIONAL

SESIÓN N°04

RELAJANDO EL CUERPO CON LA MÚSICA

OBJETIVOS

- Experimentar la relajación.
- Tomar conciencia de las emociones que puede transmitir la música.
- Valorar la relajación como un estado del cuerpo.

RECURSOS

- Espacio amplio.
- Radio.
- Luz y temperatura adecuada.

TEMPORALIZACIÓN

Esta actividad se realizará en una sesión de 30 minutos.

PROCEDIMIENTOS

Trabajo individual

Se seleccionará una música tranquila y otra excitante.

Sentados en el suelo, con los ojos cerrados y en silencio, el educador les indica que escuchen su propia respiración durante unos segundos. Se inicia un momento de relajación y tranquilidad en un estado de silencio absoluto. Sonará una música de manera suave y tranquila y se les pedirá que vayan moviendo las manos al ritmo de la música; al cabo de unos minutos se para la música y, sin abrir los ojos, suena la música excitante y se les indica que, sin levantarse del suelo, actúen libremente; pueden mover los brazos, las manos, el cuello o cualquier otra parte del cuerpo. Al cabo de 2 o 3 minutos deja de sonar la música y se pide silencio absoluto.

De nuevo vuelve a sonar la música tranquila, durante un minuto, y a continuación se les pedirá que vuelvan a escuchar su propia respiración y que poco a poco vayan abriendo los ojos.

Puesta en común

El estudiante se sentará en el suelo formando un semicírculo, de manera que se puedan ver las caras. Se inicia una puesta en común en la que se comentan las sensaciones y emociones que han experimentado, tanto en una situación (tranquila) como en la otra (alterada), para reflexionar sobre cómo actúa el cuerpo en momentos de relajación y/o excitación.

Para dirigir el debate, el educador formulará unas preguntas:

1. ¿Te has sentido mejor con una música que con la otra?
2. ¿Has experimentado alguna emoción?

ORIENTACIÓN

Es necesario tener en cuenta el ambiente para llevar a cabo la actividad y presentarla como una propuesta que favorece la percepción de sensaciones nuevas y el conocimiento del cuerpo.

Para continuar ilustrando esta idea se pueden plantear situaciones en las que estando tensos y nerviosos provocamos respuestas que incrementan nuestro malestar.

SESIÓN N°05

NOTICIAS Y EMOCIONES

OBJETIVOS

- Identificar emociones.
- Regular la expresión de emociones.
- Desarrollar una actitud positiva antes situaciones adversas.

RECURSOS

- Fichas de emociones.
- Noticias de prensa.
- Papel.
- Lápiz.
- Pizarra.

TEMPORALIZACIÓN

Esta actividad se realizará en una sesión de 50 minutos.

PROCEDIMIENTOS

Trabajo en pequeños grupos

Se divide la clase en grupos de 4 o 5 estudiantes. A cada uno se le repartirán 6 fichas, que llevarán escrita una emoción: alegría, ira, tristeza, enfado, amor y vergüenza

Se leerá en voz alta, despacio y de manera clara una noticia de la prensa, haciendo las pausas necesarias. En cada pausa o situación leída que crea que puede provocar emociones a los alumnos les preguntará: ¿qué emoción te provoca? Entre todos los miembros del grupo discutirán y analizarán la emoción que les provoca la noticia y, una vez que estén de acuerdo, levantarán la ficha con la emoción elegida. El secretario escribirá en la pizarra las emociones cuyas fichas se han ido levantando.

Puesta en común

El educador irá leyendo las emociones aportadas y pedirá a los estudiantes que den posibles respuestas reflexivas a estas emociones, intentando identificar emociones y actuaciones reflexivas para alcanzar el bienestar personal y grupal.

ORIENTACIONES

La noticia se debe seleccionar previamente, intentando que sea próxima a los alumnos. La noticia debe también ser actual para que a los niños les sea familiar.

El educador orientará el debate a que descubran que no hay emociones buenas ni malas, sino reacciones impulsivas ante estas emociones. Lo importante es saber identificar las emociones y aprender a reflexiona antes de actuar para evitar las reacciones impulsivas y favorecer el bienestar.

BLOQUE III: AUTOESTIMA

SESIÓN N°06

¿SOY YO?

OBJETIVOS

- Conocerse a sí mismo.
- Apreciar la propia personalidad.
- Comparar el autoconcepto con el concepto que otros tienen de mí.
- Desarrollar la introspección.

RECURSOS

- Un tríptico, en donde se escribirá:
 1. Portada: nombre y dibujo de la persona.
 2. Contraportada: "yo me veo así".
 3. Parte derecha: "me gustaría ser así".
 4. Parte central: "así me ven los demás".
- Fichas personales tamaño tarjeta.
- Sobres.

TEMPORALIZACIÓN

Esta actividad se realizará en una sesión de 60 minutos aproximadamente.

PROCEDIMIENTO

Trabajo individual

Previo a la actividad se prepararán trípticos. Uno para cada estudiante. El educador entregará a cada uno un tríptico y pedirá que en la portada escriban su nombre y se dibujen.

A continuación, en la contraportada deberán escribir características de su personalidad, es decir, "yo me veo...". El educador dará ejemplos para facilitar la actividad: soy bueno, simpático, feo, a veces gruñón... Y el alumnado, en completo silencio, deberá escribir aquellas cualidades que según su opinión lo definan. Se les dará 3 o 4 minutos. Pasado el tiempo se les pedirá que llenen la parte derecha del tríptico, donde indica "cómo me gustaría ser". Escribirán aquellas características que desearían tener, como por ejemplo: me gustaría ser más simpático, guapo, trabajador, y de nuevo se les dará 3 o 4 minutos para su realización. Concluido el trabajo se cerrará el tríptico y se introducirá en un sobre preparado con el nombre del alumno. A continuación se les entregará un sobre cerrado, en el que encontrarán fichas con el nombre de cada uno de sus compañeros, tantas como estudiantes haya, y en ellas deberán escribir una característica positiva de la persona indicada. Las fichas escritas las irán colocando en una caja, que se hallará en el centro del aula. Este ejercicio se deberá hacer en silencio absoluto, a ser posible sin que nadie vea lo que escribe el otro. Para esta actividad se les dará 15 minutos.

Se les repartirá a los estudiantes las fichas con las características escritas. Ellos las leerán y sacando el tríptico del sobre las pegarán en la página central.

Se les dará un momento para reflexionar, leer su tríptico y comportar sus propias opiniones con las de los compañeros.

Puesta en común

Es un momento de reflexión grupal, en el que libremente podrán opinar sobre la experiencia vivida. El educador motivará a los alumnos para que expresen sus emociones y sus impresiones realizando preguntas como:

1. ¿Es necesario conocer la opinión que los demás tienen de nosotros?
2. ¿Ayuda a cambiar la opinión personal?
3. ¿Es difícil opinar sobre otras personas?

La participación debe ser libre y no se insistirá a nadie para que hable o dé su opinión

ORIENTACIONES

La finalidad de esta actividad es que los niños vayan reconociendo y descubriendo cosas de sí mismos. De lo que ellos piensan, de lo que piensan otros de ellos, aquellas cosas que desconocen y es bueno conocer.

Las cualidades de los compañeros deben ser positivas, para evitar posibles conflictos. Si el grupo clase está preparado para la crítica, se puede permitir libremente la participación, teniendo en cuenta que no se debe dejar ningún conflicto sin resolver, por ello, si surge alguna característica negativa, se debe buscar alternativas para mejorar la relación con los demás.

El educador debe procurar que los materiales utilizados sean muy atractivos y dar las instrucciones de cada parte de la actividad con voz clara, que invite a la relajación, reflexión e introspección.

ANEXO N° 3

INSTRUMENTOS DE RECOLECCIÓN DE DATOS

Cuestionario N° 1

Señor estudiante el cuestionario que a continuación se presenta tiene por objetivo averiguar las relaciones con sus compañeros. No existe respuesta buena ni mala, conteste con sinceridad a todos los ítems en la brevedad de tiempo posible. Le recuerdo que es un cuestionario anónimo. Gracias.

Marque con una "X" la alternativa que usted vea conveniente:

1. ¿Presta atención a la persona que está hablando y hace un esfuerzo para comprender lo que está diciendo?
 - a) Nunca.
 - b) Muy pocas veces.
 - c) Alguna vez.
 - d) A menudo.
 - e) Siempre.

2. Expresar los sentimientos ¿Permite que los demás conozcan lo que sienten?
 - a) Nunca.
 - b) Muy pocas veces.
 - c) Alguna vez.
 - d) A menudo.
 - e) Siempre.

3. Comprende los sentimientos de los demás ¿Intenta comprender lo que sienten los demás?
 - a) Nunca.
 - b) Muy pocas veces.
 - c) Alguna vez.
 - d) A menudo.
 - e) Siempre.

4. Expresar afecto ¿Permite que los demás sepan que se preocupa o se interesa por ellos?
 - a) Nunca.
 - b) Muy pocas veces.
 - c) Alguna vez.
 - d) A menudo.
 - e) Siempre.

5. ¿Reconoce cuando es necesario pedir permiso para hacer algo y luego le pide a la persona indicada?
 - a) Nunca.
 - b) Muy pocas veces.
 - c) Alguna vez.

- d) A menudo.
 - e) Siempre.
6. ¿Pide disculpas a los demás por haber hecho algo mal?
- a) Nunca.
 - b) Muy pocas veces.
 - c) Alguna vez.
 - d) A menudo.
 - e) Siempre.
7. Ayuda a los demás ¿Ayuda a quién necesita?
- a) Nunca.
 - b) Muy pocas veces.
 - c) Alguna vez.
 - d) A menudo.
 - e) Siempre.
8. ¿Controla su carácter de modo que no se le escapen las cosas de la mano?
- a) Nunca.
 - b) Muy pocas veces.
 - c) Alguna vez.
 - d) A menudo.
 - e) Siempre.
9. Responde a las bromas. ¿Se las arregla sin perder el control cuando los demás te hacen bromas?
- a) Nunca.
 - b) Muy pocas veces.
 - c) Alguna vez.
 - d) A menudo.
 - e) Siempre.
10. ¿Encuentra otras formas para resolver situaciones difíciles sin tener que pelearse?
- a) Nunca.
 - b) Muy pocas veces.
 - c) Alguna vez.
 - d) A menudo.
 - e) Siempre.

CUESTIONARIO N° 2

Señor estudiante el cuestionario que a continuación se presenta tiene por objetivos averiguar su nivel de asertividad. No existen respuestas buenas y malas, conteste con sinceridad a todos los ítems en la brevedad de tiempo posible. Le recuerdo que es un cuestionario anónimo.

Marque con una "X" la alternativa que usted vea conveniente:

1. Me esfuerzo en evitar ofender los sentimientos de otras personas aun cuando me hayan molestado.
 - a) Muy característico de mí.
 - b) Bastante Característico de mí.
 - c) Algo característico de mí.
 - d) Algo no característico de mí.
 - e) Bastante poco característico de mí.
 - f) Muy poco característico de mí.

2. Durante una discusión, con frecuencia temo alterarme tanto como ponerme a temblar.
 - a) Muy característico de mí.
 - b) Bastante Característico de mí.
 - c) Algo característico de mí.
 - d) Algo no característico de mí.
 - e) Bastante poco característico de mí.
 - f) Muy poco característico de mí.

3. Expreso mis opiniones con facilidad.
 - a) Muy característico de mí.
 - b) Bastante Característico de mí.
 - c) Algo característico de mí.
 - d) Algo no característico de mí.
 - e) Bastante poco característico de mí.
 - f) Muy poco característico de mí.

4. Criticas abiertamente las opiniones, las ideas, los comportamientos de las otras personas.
 - a) No o Nunca.
 - b) De alguna manera, algunas veces.
 - c) Raras veces.
 - d) Muchas veces.
 - e) Prácticamente siempre.

5. Expresas generalmente lo que sientes.
 - a) No o Nunca.
 - b) De alguna manera, algunas veces.
 - c) Raras veces.
 - d) Muchas veces.
 - e) Prácticamente siempre.
6. Eres capaz de expresar abiertamente tu amor cariño, afecto.
 - a) No o Nunca.
 - b) De alguna manera, algunas veces.
 - c) Raras veces.
 - d) Muchas veces.
 - e) Prácticamente siempre.
7. Eres capaz de hacer pequeño favores o ayudar a tus amigos.
 - a) No o Nunca.
 - b) De alguna manera, algunas veces.
 - c) Raras veces.
 - d) Muchas veces.
 - e) Prácticamente siempre.
8. Tienes dificultades en alabar o elogiar a otras personas.
 - a) No o Nunca.
 - b) De alguna manera, algunas veces.
 - c) Raras veces.
 - d) Muchas veces.
 - e) Prácticamente siempre.
9. Alguien te interrumpe constantemente mientras estás hablando. ¿Qué harías o dirías generalmente?
 - a) Decir: “Perdona, me gustaría terminar de contar lo que estaba diciendo”
 - b) No decir nada y dejar que la otra persona siga hablando.
 - c) Decir: ¡Cállate!, ¡Estaba hablando yo!
10. Criticas o te quejas con frecuencia.
 - a) Siempre.
 - b) Casi siempre.
 - c) A veces.
 - d) Casi nunca.
 - e) Nunca.

11. Interrumpo a los demás cuando están hablando.

- a) Siempre.
- b) Casi siempre.
- c) A veces.
- d) Casi nunca.
- e) Nunca.

12. Miro a la gente cuando está hablando.

- a) Siempre.
- b) Casi siempre.
- c) A veces.
- d) Casi nunca.
- e) Nunca.

13. Me siento y actúo con confianza en mí mismo.

- a) Siempre.
- b) Casi siempre.
- c) A veces.
- d) Casi nunca.
- e) Nunca.

14. Expreso mis opiniones aun si otros en el grupo no están de acuerdo conmigo.

- a) Siempre.
- b) Casi siempre.
- c) A veces.
- d) Casi nunca.
- e) Nunca.

15. Expreso mis sentimientos abiertamente.

- a) Siempre.
- b) Casi siempre.
- c) A veces.
- d) Casi nunca.
- e) Nunca.

16. No tengo nada que perder al preguntar delante de otras personas.

- a) Totalmente de acuerdo.
- b) De acuerdo.
- c) No lo sé.
- d) En desacuerdo.
- e) Totalmente en desacuerdo.

17. Me reservo mis opiniones.

- a) Totalmente de acuerdo.
- b) De acuerdo.
- c) No lo sé.
- d) En desacuerdo.
- e) Totalmente en desacuerdo.

18. Tengo poco que decir.

- a) Totalmente de acuerdo.
- b) De acuerdo.
- c) No lo sé.
- d) En desacuerdo.
- e) Totalmente en desacuerdo.

19. Si alguna persona pide mi opinión sobre alguna cosa me siento bien dándosela, aunque no concuerde con la de los demás.

- a) Con frecuencia.
- b) De vez en cuando.
- c) Casi nunca.
- d) Nunca.

20. Cuando alguien no escucha lo que tengo que decir, sé hacerle ver mi punto de vista sin ser llamativo ni compadecerme a mí mismo.

- a) A menudo.
- b) A veces.
- c) Rara vez.
- d) Nunca.

FICHA DE OBSERVACIÓN (PRE)

Leyenda:
 Sí =2 puntos
 A veces =1 punto
 No =0 puntos

Nombres	1. Relación con compañeros				2. Control de timidez				3. Siempre opina			
	1.1 Mantiene relaciones, dialoga, amistosa	1.2 Le agrada participar en trabajos de grupo.	1.3 Ayuda a sus compañeros en trabajos de clase.	1.4 Establece vínculos afectivos con sus compañeros.	2.1 Expresa sus sentimientos a sus compañeros.	2.2 Se muestra seguro.	2.3 Trata de controlar su timidez.	2.4 Expresa físicamente su timidez.	3.1 Se expresa con facilidad.	3.2 Participa respetuosamente en clase.	3.3 Acepta críticas sobre su opinión.	3.4 Le gusta participar.
LIZET	A veces	No	A veces	No	No	No	A veces	A veces	A veces	Sí	Sí	A veces
CAMI	A veces	Sí	Sí	A veces	A veces	A veces	A veces	A veces	A veces	Sí	Sí	A veces
MIRIAN	A veces	A veces	A veces	No	A veces	A veces	A veces	A veces	A veces	A veces	A veces	A veces
CRIS	A veces	A veces	No	A veces	A veces	No	A veces	A veces	A veces	Sí	Sí	A veces
NOEL	Sí	Sí	A veces	Sí	A veces	A veces	A veces	Sí	Sí	Sí	A veces	Sí
MAFER	Sí	A veces	A veces	Sí	Sí	A veces	A veces	Sí	A veces	Sí	No	A veces
ANG	No	A veces	No	A veces	A veces	No	No	Sí	No	A veces	A veces	No
BEA	No	A veces	A veces	No	No	No	A veces	A veces	No	No	No	No
ALON	A veces	No	No	A veces	A veces	A veces	Sí	Sí	No	Sí	A veces	A veces
HELE	A veces	No	A veces	A veces	A veces	Sí	Sí	A veces	Sí	Sí	Sí	Sí
MARA	No	No	No	A veces	No	No	No	A veces	No	A veces	No	No
LEI	Sí	No	A veces	A veces	Sí	A veces	A veces	Sí	A veces	A veces	Sí	A veces
DIA	No	No	No	A veces	A veces	No	A veces	Sí	No	A veces	A veces	No
LISB	No	No	A veces	No	No	No	No	Sí	No	A veces	Sí	No
NADIA	A veces	A veces	A veces	A veces	A veces	Sí	A veces	No	A veces	A veces	No	Sí
ALEXAN	A veces	Sí	Sí	A veces	A veces	Sí	A veces	Sí	Sí	Sí	Sí	Sí
ALEXA	No	A veces	No	A veces	A veces	A veces	A veces	A veces	No	No	No	A veces

FICHA DE OBSERVACIÓN (PRE)

Nombres	4. Respeto a los compañeros				5. Clima del aula				6. Colaboración			
	4.1 Golpea a sus compañeros en el salón de clases.	4.2 Se burla constantemente de sus compañeros.	4.3 Saluda a sus compañeros amigablemente.	4.4 Respeto los momentos de individualidad de sus compañeros.	5.1 Comparte con sus compañeras lo que siente.	5.2 Escucha las necesidades de sus compañeras.	5.3 Acepta las consecuencias de sus actos.	5.4 Apoya a sus compañeras cuando .están en problemas	6.1 Se ofrece	6.2 Solo si se lo pide	6.3 Intenta no participar.	6.4 Colabora aportando ideas con el grupo y el salón
LIZET	No	No	No	Sí	No	A veces	A veces	No	No	Sí	Sí	A veces
CAMI	No	No	A veces	Sí	A veces	A veces	A veces	A veces	Sí	A veces	A veces	A veces
MIRIAN	Sí	Sí	No	No	No	A veces	No	No	A veces	Sí	A veces	A veces
CRIS	No	No	No	Sí	No	No	No	No	No	Sí	Sí	No
NOEL	No	No	A veces	Sí	A veces	A veces	A veces	A veces	No	Sí	No	Sí
MAFER	No	No	No	Sí	A veces	Sí	No	A veces	A veces	Sí	No	A veces
ANG	A veces	A veces	No	A veces	No	No	No	No	No	Sí	Sí	No
BEA	A veces	A veces	No	No	A veces	A veces	No	No	A veces	Sí	Sí	No
ALON	A veces	No	No	Sí	No	No	No	No	No	Sí	A veces	A veces
HELE	No	No	No	Sí	Sí	Sí	A veces	Sí	No	Sí	A veces	A veces
MARA	No	No	No	Sí	No	No	No	No	No	Sí	Sí	No
LEI	A veces	Sí	No	A veces	A veces	A veces	A veces	No	No	Sí	Sí	A veces
DIA	A veces	A veces	No	A veces	No	No	No	No	No	Sí	Sí	No
LISB	No	No	No	Si	No	A veces	No	No	No	Sí	Sí	No
NADIA	Sí	Sí	No	No	Sí	A veces	A veces	Sí	No	Sí	No	A veces
ALEXAN	No	No	A veces	Sí	A veces	Sí	A veces	Sí	No	Sí	No	Sí
ALEXA	Sí	Sí	No	No	A veces	A veces	No	A veces	A veces	Sí	A veces	A veces

FICHA DE OBSERVACIÓN (POST)

Leyenda:
 Sí =2 puntos
 A veces =1 punto
 No =0 puntos

Nombres	1. Relación con compañeros				2. Control de timidez				3. Siempre opina			
	1.1 Mantiene relaciones, dialoga, amistosa	1.2 Le agrada participar en trabajos de grupo.	1.3 Ayuda a sus compañeros en trabajos de clase.	1.4 Establece vínculos afectivos con sus compañeros.	2.1 Expresa sus sentimientos a sus compañeros.	2.2 Se muestra seguro.	2.3 Trata de controlar su timidez.	2.4 Expresa físicamente su timidez.	3.1 Se expresa con facilidad.	3.2 Participa respetuosamente en clase.	3.3 Acepta críticas sobre su opinión.	3.4 Le gusta participar.
LIZET	A veces	A veces	Sí	Sí	A veces	A veces	A veces	A veces	A veces	Sí	Sí	A veces
CAMI	Sí	Sí	Sí	Sí	Sí	A veces	A veces	A veces	A veces	Sí	Sí	Sí
MIRIAN	A veces	A veces	A veces	A veces	A veces	A veces	Sí	A veces	A veces	A veces	A veces	A veces
CRIS	A veces	A veces	Sí	A veces	A veces	A veces	A veces	No	A veces	Sí	Sí	Sí
NOEL	Sí	Sí	Sí	Sí	Sí	Sí	Sí	No	Sí	Sí	Sí	Sí
MAFER	Sí	Sí	Sí	Sí	Sí	Sí	Sí	Sí	Sí	Sí	Sí	Sí
ANG	A veces	Sí	A veces	A veces	A veces	A veces	A veces	Sí	A veces	A veces	A veces	A veces
BEA	A veces	A veces	A veces	Sí	Sí	A veces	Sí	No	A veces	A veces	A veces	A veces
ALON	Sí	A veces	A veces	A veces	Sí	Sí	Sí	No	A veces	Sí	A veces	A veces
HELE	A veces	A veces	A veces	Sí	Sí	Sí	Sí	A veces	Sí	Sí	Sí	Sí
MARA	A veces	A veces	A veces	A veces	A veces	A veces	No	A veces	No	A veces	A veces	No
LEI	Sí	A veces	Sí	A veces	Sí	Sí	A veces	Sí	Sí	Sí	Sí	Sí
DIA	A veces	A veces	A veces	A veces	A veces	No	A veces	Sí	No	A veces	A veces	No
LISB	A veces	A veces	A veces	A veces	A veces	No	A veces	A veces	No	Sí	Sí	A veces
NADIA	Sí	Sí	Sí	Sí	Sí	Sí	Sí	No	Sí	A veces	A veces	Sí
ALEXAN	Sí	Sí	Sí	Sí	A veces	Sí	Sí	Sí	Sí	Sí	Sí	Sí
ALEXA	A veces	A veces	A veces	A veces	A veces	Sí	Sí	Sí	No	A veces	A veces	Sí

Lista de cotejos (Bloque N°3)

Autoestima

Nombres	¿Soy yo?				La historia de mi vida		La persona que admiro				Conociéndonos mejor			
	Nombra características de su personalidad		Compara sus propias opiniones con la de sus compañeros		Acepta las opiniones de sus compañeros		Identifica rasgos físicos de su propia persona.		Identifica cualidades positivas de sus compañeros		Reconoce delante de los compañeros las cosas que hace mejor.		Comparte con sus compañeros las cualidades que tiene.	
	Sí	No	Sí	No	Sí	No	Sí	No	Sí	No	Sí	No	Sí	No
LIZET	X		X		X		X		X		X		X	
CAMI	X			X	X		X		X		X		X	
MIRIA	X		X		X		X			X	X		X	
CRIS	X		X		X		X		X			X		X
NOEL	X		X		X		X		X		X		X	
MAFER	X		X		X		X		X			X		X
ANG	X			X		X	X			X		X		X
BEA	X		X			X		X		X		X		X
ALON	X		X		X		X			X	X		X	
HELE	X		X		X		X		X		X		X	
MARA	X			X	X			X	X			X		X
LEI	X		X		X		X		X		X		X	
DIA	X		X			X	X			X		X		X
LISB		X	X		X			X		X		X		X
NADIA	X		X		X		X		X		X		X	
ALEXAN	X		X		X		X		X		X		X	
ALEXA	X		X			X		X		X		X		X

ANEXO N° 3

VALIDACION DE INSTRUMENTOS

VALIDACIÓN DE INSTRUMENTOS

a) Confiabilidad de los Instrumentos

Para determinar el coeficiente de confiabilidad de los instrumentos (cuestionario) se aplicó la fórmula de Kuder Richardson

- **Índice de confiabilidad:**

$$Cf = \frac{n}{n-1} \left[1 - \frac{\bar{X}(n-\bar{X})}{n\sigma^2} \right]$$

Dónde:

n : Puntaje máximo

\bar{X} : Promedio

σ : Desviación estándar

- **Desviación estándar**

$$\sigma = \sqrt{\frac{\sum(X - \bar{X})^2}{n}}$$

Dónde:

X : Nota

\bar{X} : Promedio

n : Cantidad

CUESTIONARIO N° 1

Preguntas	Expertos				
	1°	2°	3°	4°	5°
1	2	2	2	2	2
2	2	2	2	2	2
3	2	2	2	2	2
4	2	2	2	2	2
5	1	2	2	1	2
6	2	2	2	1	2
7	2	2	2	0	2
8	1	1	2	1	2
9	0	2	2	2	2
10	2	2	2	2	2
Total	16	19	20	15	20

Promedio:

$$\bar{X} = \frac{\sum X}{n}$$

$$\bar{X} = \frac{90}{5}$$

$$\bar{X} = 18$$

Desviación Estándar:

$$\sigma = \sqrt{\frac{\sum(X - \bar{X})^2}{n}}$$

$$\sigma = \sqrt{\frac{\sum(16 - 18)^2 + (19 - 18)^2 + (20 - 18)^2 + (15 - 18)^2 + (20 - 18)^2}{5}}$$

$$\sigma = \sqrt{\frac{4 + 1 + 4 + 9 + 4}{5}}$$

$$\sigma = \sqrt{4.4}$$

Confiabilidad:

$$Cf = \frac{n}{n-1} \left[1 - \frac{\bar{X}(n-\bar{X})}{n\sigma^2} \right]$$

$$Cf = \frac{20}{20-1} \left[1 - \frac{18(20-18)}{20(\sqrt{4.4})^2} \right]$$

$$Cf = \frac{20}{19} \left[1 - \frac{18(2)}{20(4.4)} \right]$$

$$Cf = \frac{20}{19} \left[1 - \frac{36}{88} \right]$$

$$Cf = 1.05 [1 - 0.41]$$

$$Cf = 1.05 [0.59]$$

$$Cf = 0.62$$

Cuestionario N° 1 : Cf = 0.62 : Confiable

CUESTIONARIO N° 2

Preguntas	Expertos				
	1°	2°	3°	4°	5°
1	2	2	2	2	2
2	2	1	2	2	2
3	2	2	2	2	2
4	1	2	2	2	2
5	1	2	2	2	2
6	0	2	2	2	2
7	0	1	2	2	2
8	0	2	2	2	2
9	2	2	2	2	2
10	2	2	2	2	2
11	2	2	2	2	2
12	2	2	2	2	2
13	0	2	1	2	2
14	0	2	2	2	2
15	2	2	2	2	2
16	2	2	2	2	2
17	2	2	2	2	2
18	2	2	2	2	2
19	2	2	2	2	2
20	0	1	2	2	2
Total	26	37	39	40	40

Promedio:

$$\bar{X} = \frac{\sum X}{n}$$

$$\bar{X} = \frac{182}{5}$$

$$\bar{X} = 36.4$$

Desviación Estándar:

$$\sigma = \sqrt{\frac{\sum(X - \bar{X})^2}{n}}$$

$$\sigma = \sqrt{\frac{\sum(26 - 36.4)^2 + (37 - 36.4)^2 + (39 - 36.4)^2 + (40 - 36.4)^2 + (40 - 36.4)^2}{5}}$$

$$\sigma = \sqrt{\frac{108.16 + 0.36 + 6.76 + 12.96 + 12.96}{5}}$$

$$\sigma = \sqrt{\frac{141.2}{5}}$$

$$\sigma = \sqrt{28.24}$$

Confiabilidad:

$$Cf = \frac{n}{n - 1} \left[1 - \frac{\bar{X}(n - \bar{X})}{n\sigma^2} \right]$$

$$Cf = \frac{40}{40 - 1} \left[1 - \frac{36.4(40 - 36.4)}{40(\sqrt{28.24})^2} \right]$$

$$Cf = \frac{40}{39} \left[1 - \frac{36.4(3.6)}{40(28.24)} \right]$$

$$Cf = 1.03 \left[1 - \frac{131.04}{1129.6} \right]$$

$$Cf = 1.03 [1 - 0.12]$$

$$Cf = 1.03 [0.88]$$

$$Cf = 0.91$$

Cuestionario N° 2 : Cf = 0.91 : Excelente confiabilidad

