

UNIVERSIDAD NACIONAL DE TUMBES

FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES
ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN



Evaluación de la inteligencia emocional en niños del nivel inicial de 5
años de edad

Trabajo académico presentado para optar el Título de Segunda
Especialidad Profesional en Educación Inicial.

Autor:

Pedro Antonio García Robles

TUMBES – PERÚ

2019

UNIVERSIDAD NACIONAL DE TUMBES

FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN



Evaluación de la inteligencia emocional en niños del nivel inicial de 5
años de edad

Los suscritos declaramos que la monografía es original en su
contenido y forma.

Pedro Antonio García Robles. (Autor)

Dr. Segundo Alburqueque Silva. (Asesor)

TUMBES – PERÚ

2019



UNIVERSIDAD NACIONAL DE TUMBES
FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES
ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN
PROGRAMA DE SEGUNDA ESPECIALIDAD

ACTA DE SUSTENTACION DE TRABAJO ACADÉMICO

En Tumbes, a los veintidós días del mes de febrero del dos mil diecinueve, se reunieron en un ambiente de la I.E. José Antonio Encinas, los integrantes del Jurado Evaluador, designado según convenio celebrado entre la Universidad Nacional de Tumbes y el Consejo Intersectorial para la educación peruana, al Dr. Oscar Calisto La Rosa Fajos, coordinador del programa; representantes de la Universidad Nacional de Tumbes (Presidente), Dr. Saúl Sunción Ynfante (Secretario) y Mg. Raúl Alfredo Sánchez Ancojima (Vocal), con el objeto de evaluar el trabajo académico denominado: "Evaluación de la inteligencia emocional en niños del nivel inicial de 3 años de edad", optar el título Profesional de Segunda Especialidad en Educación Inicial la señor Pedro Antonio García Robles

A las OCHO horas CINCUENTA minutos y de acuerdo a lo estipulado por el reglamento respectivo, el Presidente del Jurado dio por iniciado el acto.

Luego de la exposición del trabajo, la formulación de preguntas y la deliberación del jurado lo declararon APROBADO por UNANIMIDAD con el calificativo BUENO

Por tanto, Montoya López, Tobías Manuel. Queda APTO, para que el Consejo Universitario de la Universidad Nacional de Tumbes, le expida el título Profesional de Segunda Especialidad en Educación Inicial

Siendo las NOUVE horas con VEINTE minutos, el presidente del jurado dio por concluido el presente acto académico, para mayor constancia de lo actuado firmaron en señal de conformidad todos los integrantes del jurado.


Dr. Oscar Calisto La Rosa Fajos
Presidente del Jurado


Dr. Saúl Sunción Ynfante
Secretario del Jurado


Mg. Raúl Alfredo Sánchez Ancojima
Vocal del Jurado

DEDICATORIA

A Dios, por ser
fuente de toda
sabiduría.

INDICE

DEDICATORIA

RESUMEN

INTRODUCCION

CAPITULO I	10
Objetivos de la Monografía	10
Objetivo General	11
Objetivos Específicos	11
CAPITULO II	12
MARCO TEORICO	12
2.1 Inteligencia.....	13
2.1.1 Inteligencia Interpersonal.....	13
2.1.2 Inteligencia Intrapersonal.....	13
2.2.1 Principios de la Inteligencia Emocional.....	14
2.2 Las Emociones.....	14
2.2.1 Emoción.....	14
2.2.2 La Inteligencia Emocional en los Niños.....	14
2.2.3 Enseñanza de la inteligencia Emocional.....	16
2.2.4 Importancia de la Alfabetización Emocional.....	17
2.2.5 Técnicas para mejorar la inteligencia emocional de los Niños.....	17
2.3 Inteligencia Emocional.....	18
2.3.1 Definición.....	18
2.3.2 La Inteligencia Intrapersonal en el Aula.....	19
2.3.3 La inteligencia Interpersonal en el Aula.....	19
2.3.4 Coeficiente intelectual e inteligencia emocional.....	
2.4 Dimensiones de la Inteligencia Emocional.....	20
2.4.1 La Autoconciencia.....	20
2.4.2 La autorregulación.....	20
2.4.3 La Motivación.....	21
2.4.4 La Empatía.....	21
2.4.5 Habilidad Social.....	22

2.5 Estudio y Discusión de Casos.....	23
2.5.1 Primer caso: ¿Cómo manejar situaciones desagradables para los hijos.....	23
2.5.2 Segundo Caso: ¿Qué hacer con el hijo que contesta mal y se niega a obedecer?.....	24
2.5.3 Tercer Caso: ¿Qué hacer con el niño que no quiere ir a la cama?.....	25
2.5.4 Cuarto Caso: ¿Qué hacer con el niño que no colabora en casa?.....	25
2.6 Sesión de aprendizaje.....	26
2.6.1 Evaluación de inteligencia emocional en niños.....	26
2.7 Evaluación de Inteligencia Emocional.....	27
2.7.1 Instrumentos clásicos de evaluación de inteligencia emocional	
Cuestionarios, escalas y auto-informes.....	27
2.7.2 Medidas de evaluación de la inteligencia emocional basada en	
Observadores externos.....	27
2.7.3 Medidas de habilidad de la inteligencia emocional basadas en tareas	
de ejecución.....	28
2.8 Propuestas de Instrumentos de evaluación de Inteligencia Emocional.....	28
2.8.1 Test de Inteligencia Emocional para niños.....	28
2.8.2 Test para Autoevaluar su IE.....	30
2.8.3 Test de inteligencia emocional para padres.....	
2.8.3.1 Respuestas sugeridas.....	34
2.8.4 Test de inteligencia emocional para niños de 5 años de edad.....	37
2.8.4.1 Autoconciencia.....	37
2.8.4.2 Autocontrol.....	38
2.8.4.3 Motivación.....	39
2.8.4.4 Empatía.....	40
2.8.4.5 Habilidad Social.....	41
CONCLUSIONES.....	44
REFERENCIAS CITADAS.....	46

RESUMEN

La presente monografía tiene como objetivos diagnosticar las fortalezas, debilidades y el nivel conductual de la Inteligencia Emocional en niños del nivel inicial de 5 años de edad de la Institución Educativa Angelitos de Dios del caserío San Alfonso Distrito de Sartimbamba Provincia de Sánchez Carrión 2018 como medio de evaluación. Nos preocupamos porque nuestro hijo sea cada vez más inteligente y destaque primero en su aula, pero. ¿Hacemos lo mismo con las emociones? Identificar si en las instituciones educativas del estado como en nuestros hogares los padres aplican la, admiración, seguridad y alegría teniendo como conclusión principal que: lograr que los niños puedan favorecer una mayor inteligencia emocional esa podrán ser mucho más felices. Esta meta es indudablemente dar el ejemplo, ayudar a reconocer sus emociones y puedan sentirse seguros en el ambiente al compartir sus experiencias con los otros.

Palabras Claves: Inteligencia emocional, Emoción y evaluación.

INTRODUCCION

La “INTELIGENCIA EMOCIONAL” es fundamental para que las personas puedan interactuar con éxito en un ambiente que le ofrece continuos retos, por lo cual los docentes deben preocuparse por la formación de los niños y niñas con buena inteligencia emocional.

Las instituciones educativas formadoras del nivel inicial deben brindar especial cuidado para formar niños (as) con inteligencia emocional y también ofrecer oportunidades para que los docentes en ejercicio puedan reforzar y mejorar tan importante componente de su personalidad para lograr que los niños y niñas, mejores sus posibilidades de éxito durante el desarrollo de su vida, tiene por finalidad lograr que los profesores conozcan los aspectos teóricos básicos de la Inteligencia Emocional y su aplicación en las situaciones que encuentren el desarrollo diario de su ejercicio profesional

En consecuencia, del estudio sobre inteligencia emocional se ha considerado abordar Evaluación de la Inteligencia Emocional en niños del nivel inicial de 5 años de edad de la Institución Educativa Angelitos de Dios del caserío San Alfonso Distrito de Sartimbamba Provincia de Sánchez Carrión 2018 y sobre concepción de emoción, inteligencia emocional y tener en cuenta las inteligencias múltiples. Luego se describe el paradigma de inteligencia emocional, Golemar ~ donde el docente trata de conocer sobre su propia inteligencia emocional, cu son sus fortalezas y debilidades para luego poder conocer la inteligencia emocional de los niños y niñas.

El estudio termina con la evaluación de inteligencia de los niños (as), se describe sus dimensiones de la inteligencia emocional y su participación de los docentes y padres de familia. Ambos estudios son desarrollados en forma presencial y no presencial, aplicando la metodología activa e interactuando en forma presencial con el participante, y ser evaluados.

Para encaminar esta revisión bibliográfica partimos de algunos cuestionamientos claves para introducirnos en la temática de la inteligencia emocional y que trataremos de ir dilucidando a lo largo de este trabajo. ¿Qué son las emociones? ¿Qué significa inteligencia emocional? ¿Por qué creemos necesario, la implementación de la inteligencia emocional en la educación inicial? ¿Qué beneficios le aportará al niño, conocer y manejar sus emociones?

CAPITULO I

OBJETIVOS DE LA MONOGRAFIA

1.1. Objetivo General

Conocer los procedimientos para evaluar la inteligencia emocional en los niños del nivel inicial

1.2. Objetivos Específicos

- 1.2.1** Comparar los estudios de los test de la evaluación para conocer si ha permitido mejorar sus emociones en aula.
- 1.2.2** Conocer que la inteligencia emocional ha influido en el mejoramiento de sus emociones en aula y en el seno familiar.

CAPITULO II

MARCO TEÒRICO

2.1 Inteligencia

“El termino inteligencia proviene del latín intelligētia, que a su vez deriva de intelligere. Está en una palabra compuesta por otros dos términos: intus (“entre”) y legere (“escoger”). Por lo tanto, el origen etimológico del concepto de inteligencia hace referencia a quien sabe elegir: De acuerdo a lo descrito en la etimología, un individuo es inteligente cuando es capaz de escoger la mejor opción entre las posibilidades que se presentan a su alcance para resolver un problema”. (Pérez y Gardey, 2008, párr. 1)

“Por ejemplo: “Juancito es un niño de mucha inteligencia. Tiene cinco años y ya sabe leer”, “estuvimos atrapados en el ascensor por dos horas, pero, gracias a la inteligencia de Manny, logramos abrir la puerta y salir”, “Para resolver este acertijo, tendrás que utilizar la inteligencia”. (Pérez y Gardey, 2008, párr. 2)

“La inteligencia puede clasificarse en distintos grupos según sus características: **La inteligencia psicológica** (vinculada a la capacidad cognitiva, de aprendizaje y relación), **La inteligencia biológica** (la capacidad de adaptación a nuevas situaciones), **La inteligencia operativa y otras**. En todos los casos, la inteligencia está relacionada a la habilidad de un individuo de captar datos, comprenderlos, procesarlos y emplearlos de manera acertada”. (Pérez y Gardey, 2008, párr. 3)

“Existen muchos conceptos erróneos acerca de la inteligencia, incluso se han elaborado diversos conceptos y mecanismos para medir la inteligencia, como el del cociente **intelectual** de los individuos. Sin embargo, con ellos solo se analizan las capacidades **de lógica y lingüística** de una persona, obteniéndose resultados poco precisos de la capacidad verdadera de una persona”. (Pérez y Gardey, 2008, párr. 4)

Las Inteligencias Múltiples de Howard Gardner propuso en 1993 su teoría sobre inteligencias múltiples, sostiene que la inteligencia no es algo innato y fijo que domina todas las destrezas y habilidades de resolución de problemas que posee el ser humano, ha establecido que la inteligencia está localizada en diferentes áreas del cerebro, interconectadas entre si y que pueden también trabajar en forma individual, teniendo la propiedad de desarrollarse ampliamente si encuentran un ambiente que ofrezca las condiciones necesarias para ello, Gardner señaló que existen ocho inteligencias, pero en esta presente monografía solo nos vamos a enfocar a ver de solo dos inteligencias las cuales son:

2.1.1 INTELIGENCIA INTERPERSONAL

“Es la posibilidad de distinguir y percibir los estados emocionales y signos interpersonales de los demás, y responder de manera efectiva a dichas acciones de forma práctica. La tienen los niños que disfrutan trabajando en grupo, que son convincentes en sus negociaciones con pares y mayores, que entienden al compañero”. (Mingote, s.f., párr. 11)

2.1.2 INTELIGENCIA INTRAPERSONAL

“Es la habilidad de la autoinspección, y de actuar consecuentemente sobre la base de este conocimiento, de tener una auto imagen acertada, y capacidad de autodisciplina, comprensión y amor propio. La evidencian los niños que son reflexivos, de razonamiento acertado y suelen ser consejeros de sus pares”. (Mingote, s.f., párr. 12)

2.2 EMOCION

“Del latín emotio, emotionis, nombre que se deriva del verbo emovere. Y este se forma sobre moveré que significa mover, trasladar, impresionar es por eso que una emoción es algo que saca a uno de su estado habitual. Según el diccionario de la Real Academia de la Lengua Española, **Emoción** es la alteración del ánimo intensa y pasajera, agradable o penosa, que va acompañada de cierta conmoción somática”. (Pérez y Gardey, s.f., párr. 1)

2.2.1 LAS EMOCIONES

“Las emociones están entendidas como **fenómenos de raíz psico-fisiológica**” (Pérez y Gardey, s.f., párr. 4). “**Psicológico**, las emociones generan sobre saltos en el índice de atención y aumentan el rango de diversas conductas en jerarquía de respuestas del individuo que las experimenta” (Pérez y Gardey, s.f., párr. 4).

Fisiológica, “Las emociones permiten ordenar las respuestas de diversas estructuras biológicas incluyendo las expresiones faciales, la voz, los músculos y el sistema endocrino, con el objetivo de definir un medio interno adecuado para el comportamiento más óptimo” (Ruíz, 2018, p. 40).

“Para el psicólogo **Jean Piaget**, existen conductas emocionales que se encuentran asociadas con los **procesos de construcción de una mente individual inteligente**” (Pérez y Gardey, s.f., párr. 7).

“Existen algunos términos que se encuentran relacionados con el de emoción, estos son: **Afecto** (describe la cualidad de un sentimiento, es decir, si es positivo o negativo para una persona), **estados de ánimo**(actitud que se instala en una persona luego de presenciar una determinada experiencia), **temperamento**(características de una persona que la vuelven más o menos propensa a reaccionar de tal o cual forma frente a un estímulo externo) y **sentimiento**(la respuesta de una persona frente a una experiencia determinada)”. (D´Amico, s.f., p. 4)

2.2.2 LA INTELIGENCIA EMOCIONAL EN LOS NIÑOS

Goleman (1996) como se citó en Lozada (2013):

“La primera oportunidad para dar forma a los ingredientes de la inteligencia emocional son los primeros años de vida, aunque estas capacidades continúan formándose a través de los años de escuela. Las capacidades emocionales que los niños adquieren en años posteriores se construyen sobre esos primeros años. Estas capacidades son base esencial de todo aprendizaje por lo que, el éxito escolar no se pronostica a través del caudal de hecho de un niño o por la precoz habilidad de leer sino por parámetros emocionales y sociales: ser seguro de sí mismo y mostrarse interesado; saber qué tipo de conducta es la esperada y como dominar el impulso de portarse mal; ser capaz de esperar, seguir instrucciones y recurrir a los maestros en busca de ayuda; y expresar las propias necesidades al relacionarse con otros chicos”. (p. 14)

a. Conciencia de uno mismo:

Según Elías,. Tobias y Friedlander (1999) como se citó en Lozada (2013):

“Creemos que los niños son básicamente buenos, distinguen el bien del mal y desean hacer lo primero. Lo que puede impedirselo es la falta de conciencia de sus propios sentimientos, de control de los impulsos, de objetivos y planes, de sensibilidad hacia los sentimientos de los demás y/o de aptitudes sociales; es decir, los conceptos básicos de la inteligencia emocional. Un modo de ayudar a los niños a desarrollar nuevas aptitudes es observarles muy de cerca y proporcionarles retroalimentación sobre su conducta. Tener una conducta previa ayuda a incrementar la conciencia de sí mismo del individuo y la capacidad de seguir sus propios progresos”. (p. 14)

b. Control emocional:

“Si los niños no son conscientes de sus sentimientos, le será difícil controlar los actos impulsivos, por lo que el autocontrol juega un papel muy importante, los niños necesitan ser capaces de enfrentar de manera constructiva su inseguridad, sus miedos y excitación. Queremos que sean capaces de encarar estas situaciones con actitud crítica, de modo que puedan tomar decisiones correctas por sí mismas en lugar de ser arrastrados por los demás”. (Lozada, 2013, pp. 14-15)

Según Shapiro (1997) como se citó en Lozada (2013) “el control emocional, particularmente el control de la ira y la agresividad, constituyen los problemas emocionales más comunes. Afortunadamente, existen muchas formas de estimular la parte pensante del cerebro a fin de ayudar a inhibir y controlar su ira” (p. 15).

c. Motivación y autorregulación emocional:

Según Shapiro (1997) como se citó en Lozada (2013):

“Los elementos básicos de la motivación para aprender y dominar nuestro medio forman parte de nuestra herencia genética. Desde los primeros momentos de vida, un bebé siente curiosidad por su mundo y se esfuerza por comprenderlo, nace con el deseo de dominar el medio: rodar, sentarse, ponerse de pie, caminar y hablar. Y busca alcanzar estas metas de forma inexorable. Los niños automotivados esperan tener éxitos y no tienen inconvenientes en fijarse metas elevadas para sí mismos y los niños que carecen de automotivación solo esperan un éxito limitado. Para los niños etapa pre escolar, esfuerzos de sinónimo de capacidad”. (p. 15)

d. Empatía:

“Es la base de todas las capacidades sociales y surge naturalmente en la gran mayoría de niños. Puede resultarle sorprendente que la mayoría de los estudios no muestren diferencias significativas en las conductas empáticas de niños y niñas. La recompensa de enseñarles a los niños a mostrar más empatía es enorme. Aquellos que tienen fuertes capacidades empáticas tienden a ser menos agresivos y participan en una mayor cantidad de acciones pre sociales. Los niños empáticos son más apreciados por pares y adultos y tienen más éxito en la escuela y en el trabajo”. (Lozada, 2013, p. 15)

e. Artes sociales:

“Hacerse amigos es una capacidad que resulta difícil de aprender después de la niñez. La forma primaria en que los niños aprenden las capacidades de comunicación social es a través de las conversaciones con su familia. Las conversaciones significativas se caracterizan por una apertura realista que incluye compartir tanto las ideas como los sentimientos, los errores y los fracasos, los problemas y las soluciones, las metas y los sueños. Es bueno recordar que si es posible enseñar las capacidades sociales”. (Lozada, 2013, p. 16)

2.2.3 PRINCIPIOS DE LA INTELIGENCIA EMOCIONAL

Según, Elías et al. (1999) como se citó en Lozada (2013) son:

“Los siguientes: Sea consciente de sus propios sentimientos y de los sentimientos de los demás. Haga frente de forma positiva a los impulsos emocionales y de conducta y regúlelos.

- Plantéese objetivo positivo y trace planes para alcanzarlos.
- Muestre empatía y comprenda los puntos de los demás.
- Utilice las dotes sociales positivas a la hora de relacionarse”. (p. 13)

2.2.4 ENSEÑANZA DE LA INTELIGENCIA EMOCIONAL

Goleman (1996) como se citó en Lozada (2013) afirma que:

“La inteligencia emocional puede enseñarse a los niños, dándoles mejores posibilidades de utilizar el potencial intelectual que la lotería genética les haya brindado, así pues, las aptitudes emocionales fundamentales pueden en efecto ser aprendidas mejoradas por los niños, siempre y cuando nos molestemos de enseñárselas”. (p. 16)

“El aprendizaje emocional comienza en los primeros momentos de la vida y se prolonga a lo largo de la infancia. Todos los pequeños intercambios entre padres e hijos tienen sustento emocional, y en la repetición de estos mensajes a lo largo de los años, los niños forman el núcleo de sus capacidades y de su concepción emocional”. (Lozada, 2013, p. 16)

“Los tres o cuatro primeros años de vida son una etapa en la que el cerebro del niño crece hasta aproximadamente los dos tercios de su tamaño definitivo, y evoluciona en complejidad a un ritmo mayor del que alcanzará jamás. Durante este período las claves de aprendizaje se presentan con mayor prontitud que en años posteriores, y el aprendizaje emocional es el más importante de todos. La experiencia, sobre todo en la infancia, esculpe el cerebro”. (Lozada, 2013, pp. 16-17)

IMPORTANCIA DE LA ALFABETIZACIÓN EMOCIONAL

Goleman (1996) como se citó en Lozada (2013) dado que:

“Cada vez más niños no reciben en la vida familiar un apoyo seguro para transitar por la vida, las escuelas pasan a ser el único lugar hacia donde pueden volverse las comunidades en busca de correctivos para las deficiencias de los niños en la aptitud social y emocional”. (p. 17)

“La alfabetización emocional implica un aumento del mandato que se les da a las escuelas, teniendo en cuenta la pobre actuación de muchas familias en la socialización de los niños. Esta tarea desalentadora exige dos cambios importantes: que los maestros vayan más allá de su misión tradicional, y que los miembros de la comunidad se involucren más con la actividad escolar”. (Lozada, 2013, p. 17)

“El hecho de que haya o no una clase específicamente dedicada a la alfabetización emocional pueden importar mucho menos que son enseñadas estas lecciones. Tal vez no haya otra materia en la que importe más la calidad del maestro, ya que la forma en que este lleva su clase es en sí misma un modelo, una lección de aptitud emocional o de su carencia. Más allá de la preparación de los maestros, la alfabetización emocional amplía la visión que tenemos de la tarea que debe cumplir la escuela, convirtiéndola en un agente más concreto de la sociedad para asegurarse de que los niños aprendan estas lecciones esenciales para la vida, lo que significa un retorno al papel clásico de la educación”. (Lozada, 2013, p. 17)

“Este objetivo ampliado requiere aparte de cualquier especificidad que haya en el programa, la utilización de las oportunidades dentro y fuera de la clase para ayudar a los niños a transformar los momentos de crisis personal en lecciones de aptitud emocional. En síntesis, el óptimo desarrollo de un programa de alfabetización emocional se da cuando comienza tempranamente, cuando es apropiado a cada edad, se lo sigue a lo largo de toda la etapa escolar, y aún a los esfuerzos de la escuela con los padres y los de toda la comunidad”. (Lozada, 2013, p. 18)

2.2.5 TÉCNICAS O TRUCOS PARA MEJORAR LA INTELIGENCIA EMOCIONAL DE LOS NIÑOS

Según Shapiro (1997) como se citó en Lozada (2013) “son maneras simples de producir un efecto instantáneo para cambiar el comportamiento de los niños” (p. 18). Aquí presentamos las siguientes:

a. Técnica de la tortuga:

“Cuando el niño siente que está a punto de pelearse, debe imaginar que es una tortuga que se retira dentro de su caparazón. Debe mantener los brazos a los costados del cuerpo, los pies juntos y bajar la barbilla hasta el cuello. Debe hacer eso mientras cuenta lentamente hasta diez, respirando profundamente en cada número. Una técnica como esta puede ser simple y divertida para que los niños pequeños la aprendan. Es útil para evitar las peleas y calmar la ira”. (Lozada, 2013, p. 18)

b. Adivina el sentimiento:

“Lea una oración simple en un grabador cinco veces, pero cada vez que la lea, cambie el tono de voz para reflejar un nuevo sentimiento. Por ejemplo, diga la oración: “DEJÉ MIS VASIJAS EN EL COCHE”, como si tuviera contento, triste, furioso, atemorizado y preocupado. Otorgue al niño un punto cada vez que identifique la emoción correctamente. Sirve para aprender a reconocer los diversos sentimientos de las personas”. (Lozada, 2013, p. 18)

c. La caída hacia atrás:

“Colóquese de pie detrás del niño y dígame que se deje caer atrás. Tómelo por debajo de las axilas. Luego invierta los papeles. Si su niño es demasiado pequeño para tomarlo en su caída hacia atrás, usted puede demostrarlo con su cónyuge frente a sus hijos. Los niños disfrutan y aprenden viendo a sus padres confiar el uno con el otro. Es útil para generar confianza”. (Lozada, 2013, p. 19)

d. Juegos ridículos:

“A los niños les encanta los juegos ridículos, las peleas con agua e incluso, de cuando en cuando, una pelea con alimentos. Esto sirve para mejorar el humor de los niños. El humor es importante para lidiar con una variedad de conflictos personales e interpersonales”. (Lozada, 2013, p. 19)

e. Técnica de relajación:

“Las técnicas de relajación o de calmarse a sí mismo son algunas de las capacidades psicológicas más importantes. Además de ser un antídoto para situaciones específicas de tensión, la relajación progresiva puede permitir que los niños, adolescentes y adultos se sientan más renovados, más relajados e incluso más vigorizados. Durante el entrenamiento de la relajación, el niño se sentará en silencio sobre una silla cómoda y relajará lentamente cada músculo del cuerpo hacia la parte exterior. Mientras tanto dele instrucciones para que respire profunda y lentamente y se vea a sí mismo en un lugar familiar y tranquilo como por ejemplo en un campo mirando fijamente las nubes. Utilice todos los sentidos. La descripción de la brisa fresca, el olor del pasto, etc”. (Lozada, 2013, p. 19)

2.3 Inteligencia emocional

2.3.1 DEFINICION

Según Goleman (1995) como se citó en Universidad Politécnica de Valencia (s.f.) define a la inteligencia emocional como:

“La capacidad de reconocer nuestros propios sentimientos y de los demás, de motivarnos y de manejar adecuadamente las relaciones”. Siguiendo esta definición podemos identificar dos bloques:

“Capacidad para auto-reflexión: Identificar las propias emociones y regularlas de forma apropiada

Habilidad para reconocer lo que los demás están pensando y sintiendo: Habilidades sociales, Empatía, asertividad, comunicación no verbal, entre otras” (Universidad Politécnica de Valencia, s.f., p. 3).

“La inteligencia emocional tiene como sustento al carácter multifactorial de las inteligencias, es decir las Inteligencias Múltiples. En el estudio de Gardner se analizan dos inteligencias que tienen mucho que ver con la relación social: La Inteligencia Intrapersonal y la Inteligencia Interpersonal”. (Aldaz, s.f., párr. 37)

2.3.2 LA INTELIGENCIA INTRAPERSONAL EN EL AULA

- “La inteligencia intrapersonal determina en gran medida el éxito o el fracaso de nuestros estudiantes
- Desde el punto de vista del profesor es muy importante porque de ella depende que acabemos el año en mejor o peor estado anímico
- Para los niños y niñas es importante porque sin capacidad automotivarse no hay rendimiento posible”. (Formación Integral, 2011, párr. 5)

2.3.3 LA INTELIGENCIA INTERPERSONAL EN EL AULA

- “La inteligencia interpersonal es importante para cualquier estudiante, porque es la que le permite hacer amigos, trabajar en grupos, o conseguir ayuda cuando lo necesita. El aprendizaje es una actividad social en gran medida
- La inteligencia interpersonal es todavía más importante desde el punto de vista del docente, porque sin ella no podemos entender a nuestros estudiantes, sus necesidades y sus motivaciones.
- Todos docentes tenemos grupos de niños y niñas con los que nos es más fácil el trabajo que con otros”. (Formación Integral, 2011, párr. 9)

2.3.4 COEFICIENTE INTELECTUAL E INTELIGENCIA EMOCIONAL

- ❖ “La inteligencia académica no es suficiente para alcanzar el éxito profesional. Los profesionales que ganan más, no son necesariamente los más inteligentes de su promoción escolar
- ❖ Los que triunfaron y triunfan permanentemente en todo ámbito de relación social son los que supieron conocer sus emociones y como gobernarlas de forma apropiada.
- ❖ La Inteligencia no facilita la felicidad ni con nuestra pareja, ni con nuestros hijos, ni que tengamos más y mejores amigos.
- ❖ El coeficiente intelectual de las personas no contribuye a nuestro equilibrio emocional ni a nuestra salud mental, son otras habilidades (competencias) emocionales y sociales las responsabilidades de nuestra estabilidad emocional y mental, así como de nuestro ajuste social y relacional”. (Inteligencia Emocional y Habilidades Sociales, s.f., párr. 1)

2.4 Las dimensiones de la inteligencia emocional

2.4.1 LA AUTOCONCIENCIA

Conocer y controlar nuestras emociones es imprescindible para poder llevar una vida satisfactoria. Sin sentir emociones es imposible tomar decisiones.

Las actividades para aprender a controlar nuestras emociones son muy sencillas

- “Reconocer nuestras emociones pasa por prestarle atención a las sensaciones físicas que provocan las emociones. Las emociones son el punto de intersección entre mente y cuerpo, se expresan físicamente, pero son el resultado de una actividad mental”. (Díaz, 2013, p. 55)
- “El segundo paso es aprender a identificar y distinguir unas emociones de otras. Cuando notamos que sentimos algo y además lo identificamos lo podemos expresar. Hablar de nuestras emociones nos ayuda a actuar sobre ellas, a controlarlas. Expresar emociones es el primer paso para aprender a actuar sobre ellas”. (Díaz, 2013, p. 55)

- “El tercer paso es aprender a evaluar su intensidad. Si solo notamos las emociones cuando son muy intensas estamos a su merced. Controlar nuestras emociones siempre es más fácil cuando menos intensas sean, por lo tanto, se trata de aprender a prestar atención a los primeros indicios de una emoción, sin esperar a que nos desborde”. (Díaz, 2013, p. 55)

SUB – DIMENCIONES

- **“CONCIENCIA EMOCIONAL**

Identificar las propias emociones y los efectos que pueden tener

- **AUTOVALORACION**

Reconocer las propias fortalezas y sus limitaciones

- **AUTOCONFIANZA**

Un fuerte sentido del propio valor y capacidad” (Educrearte, s.f., párr. 1).

2.4.2 LA AUTO REGULACION

“Se refiere a manejar los propios estados de ánimo, impulsos y recursos. Una vez que aprendemos a detectar nuestros sentimientos podemos aprender a controlarlos. Hay gente que percibe sus sentimientos con gran intensidad y claridad, pero no es capaz de controlarlos, sino que los sentimientos le dominan y arrastran”. (Inteligencia Emocional, 2013, párr. 9)

Reflexionar sobre nuestras emociones requiere dar tres pasos:

- “Determinar la causa y a qué emociones ¿ Me enfado porque tengo miedo, porque me siento inseguro o porque me siento confuso?
- Distintas causas necesitan distintas respuestas y el mero hecho de reflexionar sobre el origen de mi reacción me ayuda a controlarla
- Por último, elegir mi manera de actuar”. (Inteligencia Emocional, 2013, párr. 10)

SUB-DIMENCIONES

- **“AUTOCONTROL**

Mantener vigiladas las emociones perturbadoras y los impulsos

- **CONFIABILIDAD**

Asumir las responsabilidades del propio desempeño laboral.

- **ADAPTABILIDAD**

Flexibilidad en el manejo de las situaciones de cambio

- **INOVACION**

Sentirse cómodo con una nueva información, las nuevas ideas y las nuevas situaciones”. (Inteligencia Emocional, 2013, párr. 11)

2.4.3 LA MOTIVACION

“Se refiere a las tendencias emocionales que guían o facilitan el cumplimiento de las metas establecidas. Parte de “la capacidad de motivarse uno mismo”, siendo la aptitud maestra para Goleman, aunque también interviene e incluye “la motivación de los demás”. “...Los verdaderos buenos resultados requieren cualidades como perseverancia, disfrutar aprendiendo, tener confianza en uno mismo y ser capaz de sobreponerse a las derrotas”. La auto-motivación es lo que nos permite hacer un esfuerzo, físico o mental, no porque nos obligue nadie, sino porque queremos hacerlo. Muchas veces no sabemos bien lo que queremos, o sabemos muy bien lo que queremos. Aprender a plantear objetivos y saber qué es lo que de verdad queremos es, por tanto, primer paso”. (Inteligencia Emocional, 2013, párr. 19)

SUB-COMPETENCIAS

- **“IMPULSO DE LOGRO**

Esfuerzo por mejorar o alcanzar un estándar de excelencia académica.

- **COMPROMISO**

Matricularse con las metas del grupo, curso o institución educativa.

- **INICIATIVA**

Disponibilidad para reaccionar ante las oportunidades.

- **OPTIMISMO**

Persistencia en la persecución de los objetivos, a pesar de los obstáculos y retrocesos que puedan presentarse”. (Inteligencia Emocional, 2013, párr. 23)

2.4.4 LA EMPATIA

“La empatía es el conjunto de capacidades que nos permiten reconocer y entender las emociones de los demás. La empatía supone que entramos en el mundo del otro y vemos las cosas desde su punto de vista, sentimos sus sentimientos y oímos lo que el otro oye. Una de las habilidades básicas para entender al otro es la de saber escuchar. La mayoría de nosotros, cuando hablamos con otros, prestamos más atención a nuestras propias reacciones que a los que ellos nos dicen; escuchamos pensando en lo que vamos a decir a continuación o pensando en qué tipo de experiencias propias podemos aportar”. (Inteligencia Emocional, 2013, párr. 24)

SUB-DIMENSIONES

- **“COMPRESION DE LOS OTROS**

Darse cuenta de los sentimientos y perspectivas de los compañeros de estudio.

- **DESARROLLAR A LOS OTROS**

Estar al tanto de las necesidades de desarrollo del resto y reforzar sus habilidades.

- **SERVICIO DE ORIENTACION**

Anticipar, reconocer y satisfacer las necesidades reales de los demás.

- **POTENCIAR LA DIVERSIDAD**

Cultivar las oportunidades académicas del currículo a través de distintos tipos de personas.

- **CONCIENCIA POLITICA**

Ser capaz de leer las corrientes emocionales del grupo, así como poder interpretar las relaciones entre sus miembros”. (Inteligencia Emocional, 2013, párr. 28)

2.4.5 HABILIDAD SOCIAL

“Implica ser un experto para inducir respuestas deseadas en los otros. Son la base para el desarrollo de las “habilidades interpersonales”. Cuando entendemos al otro, su manera de pensar, sus motivaciones y sus sentimientos podemos elegir el modo más adecuado de relacionarnos, fundamentalmente utilizando la comunicación. Las personas que manejan la comunicación con efectividad se caracterizan por lo siguiente:

- a) Saben cuál es el objetivo que quieren conseguir
- b) Son capaces de generar muchas respuestas posibles hasta encontrar la
- c) más adecuada”. (Inteligencia Emocional, 2013, párr. 29)

SUB-DIMENSIONES

- **“INFLUENCIA**
Idear efectivas tácticas de persuasión.
 - **COMUNICACIÓN**
Saber escuchar abiertamente al resto y elaborar mensajes convincentes.
 - **MANEJO DE CONFLICTOS**
Saber negociar y resolver los desacuerdos que se presenten dentro del equipo de trabajo.
 - **LIDERAZGO**
Capacidad de inspirar y guiar a los individuos y al grupo en su conjunto
 - **CATALIZADOR DEL CAMBIO**
Indicador o administrador de las situaciones nuevas
 - **CONSTRUCTOR DE LAZOS**
Alimentar y reforzar las relaciones interpersonales dentro del grupo.
 - **COLABORACION Y COOPERACION**
Trabar con otros para alcanzar metas compartidas.
 - **CAPACIDADES DE EQUIPO**
Ser capaz de crear sinergia para la persecución de metas colectivas”.
- (Inteligencia Emocional, 2013, párr. 33)

2.5 Estudio y discusión de casos

2.5.1 PRIMER CASO

¿COMO MANEJAR SITUACIONES DESAGRADABLES PARA LOS HIJOS?

“Mario ha vuelto a ir al médico con su padre. Le han diagnosticado una alergia y tiene que ir cada semana para ponerse una inyección. Cada visita a la consulta se transforma en una mañana de llantos, gritos, pataletas. Hoy el dolor causado por la inyección le ha resultado insoportable y Mario ha llorado muchísimo. Realmente se lo ha puesto muy difícil al médico”. (Aprender a Pensar, 2010, párr. 1)

Cuando salen, su padre está muy enfadado:

- “¡Cada semana la misma historia! ¿Tú crees que tienes que ponerte así por una inyección? ¡Ni que te estuvieran matando! Ni tu hermana pequeña llora tanto cuando la pinchan... ¡Qué vergüenza, eres mayor que tu hermana de tres años y llorando como un bebe’!
- Ponte en el lugar de Mario e intenta responder a estas preguntas
 - ¿Cómo se debe sentir Mario después de oír estas palabras de su padre?
 - ¿Qué va a ocurrir cuando vayan a ponerle la próxima inyección?
 - ¿Qué hubiera pasado si la respuesta hubiera sido la siguiente?
- Debe haber sido muy doloroso. Ojalá los pinchazos no hicieran ningún daño. A mí tampoco me gustaban las inyecciones. Suerte que después nos curamos y nos encontramos mejor, ¿verdad? ¡Ya verás que contento estarás cuando le pongan la última!”. (Aprender a Pensar, 2010, párr. 3)

RECOMEDACION

En estas situaciones desagradables para los hijos. Es necesario aceptar y justificar sus sentimientos y poner palabras a sus emociones. Así se sentirán más acompañados y comprendidos. También conviene hacerles entender los beneficios de cada situación y visualizar el éxito final.

2.5.2 SEGUNDO CASO

¿QUE HACER CON EL HIJO QUE CONTESTA MAL Y SE NIEGA A OBEDECER?

Sofía ha estado jugando y su madre le pide que recoja los juguetes. La niña contesta sin titubear.

- ¡No quiero!

La madre de Sofía le responde con un tono de voz tranquilo:

- Sofía, ¿no querrás que mamá se enfade verdad? Venga, recoge los juguetes. Sofía, con los brazos cruzados, responde:

- No me da la gana. Recógelos tú.

- Esta respuesta resulta intolerante para la madre de Sofía y, muy enfadada, coge a su hija del brazo y la obliga a inclinarse para recoger los juguetes. En ese momento, Sofía empieza a gritar:

- ¡Tonta, déjame, te odio!

Su madre pierde el control y da un bofetón a su hija. Sofía, a su vez también pega a su madre...

¿Cómo podría haber reaccionado la madre de Sofía?

- “En relación a los insultos, enseñarle que puede expresar su enfado sin necesidad de insultar.
- Otra opción es esperar a que la niña se calme y se pueda razonar con ella. Nosotros también estar tranquilos. Pasado el enfado, podemos retomar la situación para establecer conjuntamente unas normas básicas para resolver el tema de las contestaciones y solucionar el conflicto de forma pacífica. Por último, no hay que olvidar que no podemos ponernos a la altura del niño ya que, a pesar de todo... nosotros somos los adultos”. (Aprende a Pensar, s.f., párr. 10)

RECOMENDACIÓN

“Cuando el niño contesta o desobedece debemos inmunizarnos del “contagio emocional” si al alteramos ante situaciones tensas, los hijos también lo harán, debemos actuar con firmeza, pero con calma” (Aprende a Pensar, s.f., párr. 13).

2.5.3 TERCER CASO

¿QUE HACER CON EL NIÑO QUE NO SE QUIERE IR A LA CAMA?

Cada noche ocurre lo mismo. El padre de Carla tiene que insistir una y otra vez para que su hija se vaya a dormir.

- Por favor, Carla vete a la cama. Ya son las nueve de la noche.
- Papá, anda, déjame acabar de ver la película...
- Carla, cada noche estamos con la misma historia. Lo siento, se apaga la televisión y te vas a la cama. Dentro de un minuto voy a darte el beso de buenas noches.
- Vale, recojo algunas cosas que tengo que llevar al jardín mañana y me meto a la cama – contesta Carla sin dejar de ver la televisión.

El padre de la niña, dándose cuenta que su hija le está tomando el pelo, empieza a enfadarse

- ¡Pues venga, date prisa y recoge, que es muy tarde!
- Darse prisa no es precisamente lo que está haciendo Carla, y su padre, hartado, empieza a gritar:

- ¿Te crees que soy tonto o qué? ¡Vete a la cama ahora mismo!
- Al final, ¿Qué ha conseguido de Carla con su reacción? Discutir con su hija y que la niña se vaya a la cama demasiado tarde y además muy enfadada.

Si una misma situación se repite día tras día, probablemente sea necesario que cambiemos de estrategia.

¿Qué hacer ante el conflicto?

- Ignorar las protestas.
- Dejar bien claras las intenciones (en este caso, que el niño se vaya a dormir a las nueve)
- Crear una rutina agradable antes de irse a dormir (una pequeña charla, una lectura...).
- Advertir al hijo de las posibles consecuencias si no cumple con las normas de acostarse a las nueve.
- Si observas que generalmente no tiene sueño al acostarse, prueba a adelantar la hora de levantarse

RECOMENDACIÓN

Si al hijo le cuesta irse a dormir, se firme y no hacer caso a sus excusas. Intenta crear un clima agradable y no alterarte para que no se convierta en motivo diario de discusión.

2.5.4 CUARTO CASO

¿QUÉ HACER CON EL NIÑO QUE NO COLABORA EN CASA?

El padre de María está cansado de repetirle lo mismo a su hija. Se suceden las discusiones para que ayude, para que recoja, ordene su habitación...

Enfadados habituales del padre de María con su hija

- ¿Cuántas veces tengo que decirte que dejes la ropa sucia en el cesto?
¿Estas sordas?
- María, ¡qué cabeza!; El bocado!
- ¿Sete va a caer algún anillo si me ayudas a poner la mesa?
- ¿Qué pocilga de habitación?

Si el padre de María tiene que discutir a diario por estas cuestiones, seguramente no está utilizando la mejor estrategia.

Entonces... ¿Qué proponemos?

RECOMENDACIÓN

Es más eficaz decir directamente a los hijos que esperamos de ellos que acusar, discutir y castigar, seamos directos con nuestras demandas y ofrezcamos razones del porqué de nuestras peticiones

2.6 Sesión De Aprendizaje N° 01

2.6.1 “EVALUACION DE INTELIGENCIA EMOCIONAL EN NIÑOS COMPETENCIA

- Se reconoce la inteligencia emocional en niños y niñas aplicando los instrumentos de evaluación en concordancia con sus aprendizajes, practicando la convivencia cotidiana
- Duración: 2 horas

Secuencia didáctica

MOMENTOS	ESTRATEGIAS DE ATENCION Y ORGANIZACION
ACTIVIDAD INICIAL	<ul style="list-style-type: none"> - Recibe un breve saludo - Responde a las siguientes interrogantes: - ¿Por qué es importante conocer la inteligencia emocional en niños y niñas? - ¿Cómo conocer la inteligencia emocional en niños y niñas? - ¿Para qué evaluar la inteligencia emocional de los niños y niñas? - ¿Por qué es importante que al docente se lo evalúa sobre inteligencia emocional? - Se solicita a los niños y niñas que se organicen en grupos de 4 o 6 integrantes por grupo - Observa y analizan en forma individual y grupal instrumentos de evaluación de inteligencia emocional en niños y niñas y docentes
ACTIVIDADES DE DESARROLLO	<ul style="list-style-type: none"> - Proponen en base a su experiencia docente y a la realidad de su ambiente modificaciones en los instrumentos de evaluación - Exponen su trabajo e forma grupal - El docente pregunta:
ACTIVIDADES DE CIERRE	<ul style="list-style-type: none"> - ¿Por qué es importante que el profesor conozca cual es la inteligencia emocional que tiene? - ¿Por qué es necesario conocer la inteligencia

	emocional de niños y niñas?
	- ¿Cómo influye la inteligencia emocional en niños y niñas en su aprendizaje?
EVALUACION	- Realizan una autoevaluación de su trabajo

2.7 Evaluacion De La Inteligencia Emocional

La evaluación de la I.E supone una valiosa información en lo que respecta al conocimiento del desarrollo afectivo de los niños e implica la obtención de datos fidedignos que marquen el punto de inicio para mejorar el aprendizaje en los mismos

En el ámbito se han empleado tres enfoques evaluativos de la I.E:

2.7.1 INSTRUMENTOS CLASICOS DE EVALUACION DE INTELIGENCIA EMOCIONAL: CUESTIONARIOS, ESCALAS Y AUTO-INFORMES

“Este método de evaluación ha sido el más tradicional y utilizado en el campo de la psicología. A través de los cuestionarios se han evaluado aspectos emocionales como empatía o autoestima y se han obtenido medidas sobre otros factores más cognitivos como pensamiento constructivo o estrategias de afrontamiento. De la misma forma, la utilización de escalas y cuestionarios está mostrando su utilidad en el campo de la I.E y el manejo efectivo de nuestras emociones”. (Extremera y Fernández, s.f., p. 2)

2.7.2 MEDIDAS DE EVALUACION DE INTELIGENCIA EMOCIONAL BASADA EN OBSERVADORES EXTERNOS

“Esta segunda forma de evaluar los niveles de I.E de un presupuesto básico: si la I.E implica la capacidad para manejar y comprender las emociones de las personas que nos rodean, ¿Por qué no preguntar a las personas más cercanas a nosotros sobre como manejamos nuestras emociones en público y la forma de afrontar los sucesos que nos ocurren en nuestra vida cotidiana? Este procedimiento se considera un medio eficaz para evaluar la inteligencia emocional interpersonal, es decir, nos indica el nivel de habilidad emocional percibida por los demás”. (Extremera y Fernández, s.f., p. 4)

2.7.3 MEDIDAS DE HABILIDAD DE LA INTELIGENCIA EMOCIONAL BASADAS EN TAREAS DE EJECUCION

“Si queremos evaluar si una persona es hábil o no en un ámbito, la mejor forma de hacerlo es comprobar sus habilidades, Por ejemplo, si nuestro propósito es conseguir entre los niños al mejor que toque el piano del aula para realizar una obra musical, la forma ideal para evaluar las destrezas al piano de manera rápida es darles una clase vivencial y pedirles que intenten tocarlo. Es decir, no se solicita al niño que nos diga cómo cree el que toca de bien el piano o no se le pregunta a un familiar o compañero si sabe tocar el piano. La prueba requiere que muestre sus propias habilidades tocando el piano”. (Extremera y Fernández, s.f., p. 5)

2.8 Propuestas de instrumentos de evaluación de inteligencia emocional

2.8.1 TEST DE INTELIGENCIA EMOCIONAL PARA NIÑOS

Ver anexo 1

2.8.2 TEST DE INTELIGENCIA EMOCIONAL PARA PADRES

Ver ANEXO 3

CONCLUSIONES

Primera. Pretende inducirnos a desarrollar a plenitud nuestras habilidades emocionales, porque las personas que manejan con destrezas esas habilidades emocionales, tienden a mayor proporción a ser eficaces en su vida y por lo tanto a sentirse satisfechas, por el hecho de manejar sus conductas mentales en beneficio propio; al contrario de aquellos individuos que no logran dominar su mundo emocional, perjudicando drásticamente el desarrollo de su vida, sea esta laboral, familiar o social.

Segunda. La inteligencia emocional consiste en controlar las emociones y saber la causa que genera los diferentes sentimientos como la ansiedad, la ira, la tristeza, entre otros, así como asumir las consecuencias de nuestras decisiones y actuaciones con la finalidad de buscar soluciones y mejorar de esta manera las relaciones sociales.

Tercera. El hombre, en toda su acepción, posee un conjunto de sentimientos que producen emociones expresadas de forma verbal o no, generados en milisegundos por su cerebro de forma inconsciente. La capacidad para manejar dichas emociones depende de cómo cada persona enfoca su Inteligencia Emocional, donde las relaciones inter e intrapersonales son esenciales para lograr el autocontrol, piedra angular del éxito en sus relaciones laborales, sociales, personales, entre otros.

Cuarta. Los niños, desde muy temprana edad, comienzan a expresar señales de empatía con los demás, comprendiendo sus sentimientos y emociones, por lo que es fundamental que en la formación de sus padres y en la escuela los adultos los guíen para manejar dicha cualidad innata, enfocándose en el desarrollo de su Inteligencia Emocional, tomando en cuenta también la

importancia que tiene enseñarles a canalizar el cúmulo de emociones negativas a los que se enfrentará durante su vida, pues de esta manera, se forjarán hombres y mujeres capaces de enfrentar sus sentimientos y los de los demás, abriendo así las puertas a una sociedad menos violenta y más preparada a escala personal.

Quinta. La depresión no es un problema que afecta solamente a las personas adultas, también los niños pueden padecerla por lo que es necesario atenderla y prevenirla; además está asociada a una serie de problemas emocionales que impiden el buen desarrollo de las relaciones sociales. La falta de motivación, el rendimiento escolar, la dificultad en la memoria para la atención y asimilación de información, ser rechazado e ignorado, son algunas de los aspectos presentes en los niños con depresión.

REFERENCIAS CITADAS

- Aldaz, N. (s.f.). *La inteligencia emocional aplicada al aula de clase*. Obtenido de Monografías: <https://www.monografias.com/trabajos45/inteligencia-emocional/inteligencia-emocional2.shtml>
- Aprende a Pensar. (s.f.). *Plan trabajo 2. analiza un caso práctico. Qué hacer con el hijo que contesta mal y se niega a obedecer*. Obtenido de <https://aprenderapensar.net/2010/02/18/plan-trabajo-2-analiza-un-caso-practico-que-hacer-con-el-hijo-que-contesta-mal-y-se-niega-a-obedecer/>
- Aprender a Pensar. (2010). *Plan trabajo 1. analiza un caso práctico. Cómo manejar situaciones desagradables para los hijos*. Obtenido de <https://aprenderapensar.net/2010/02/19/5-analiza-un-caso-practico-como-manejar-situaciones-desagradables-para-los-hijos/>
- D'Amico, C. (s.f.). *Prologo*. Obtenido de https://www.autoreseditores.com/book_preview/pdf/000005241.pdf?1514849603
- Díaz, D. (2013). *¡Tienes Las Herramientas! ¡Aprende a Utilizarlas! Estrategias Y Consejos*. Palibrio.
- Educrearte. (s.f.). *Inteligencia Emocional y sus capacidades*. Obtenido de <https://www.educrearte.es/eventos>
- Extremera, N., & Fernández, P. (s.f.). *La inteligencia emocional: métodos de evaluación en el aula*. Obtenido de <https://rieoei.org/historico/deloslectores/465Extremera.pdf>
- Formación Integral. (2011). *Educación los sentimientos. Inteligencia emocional*. Obtenido de <http://formacion-integral.com.ar/website/?p=455>
- Inteligencia Emocional. (2013). *Competencias Emocionales*. Obtenido de <http://inteligenciaemocional-administracion.blogspot.com/2013/02/competencias-emocionales.html>
- Inteligencia Emocional y Habilidades Sociales. (s.f.). *El coeficiente intelectual*. Obtenido de <https://inteligenciaemocionalyhabilidadessociales.wordpress.com/la-inteligencia/el-coeficiente-intelectual/>
- Lozada, D. (2013). *Influencia de la inteligencia emocional en el rendimiento académico del área de personal social en los niños de 3 años "A" de la*

I.E.E. Rafael Narvárez CadenillaS, en la ciudad de Trujillo, en el año 2013.

Obtenido de

<http://revistas.unitru.edu.pe/index.php/PET/article/download/977/905>

Mingote, A. (s.f.). *Las inteligencias múltiples*. Obtenido de

<http://www.antoniomingote.org/las-inteligencias-multiples/>

Pérez, J., & Gardey, A. (2008). *Definición de inteligencia*. Obtenido de

<https://definicion.de/inteligencia/>

Pérez, J., & Gardey, A. (s.f.). *Emoción*. Obtenido de <https://definicion.de/emocion/>

Ruíz, P. (2018). *¿Yo o el EGO? ¡Esta es la cuestión! El Mindfulness*. Punto Rojo Libros, S.L.

Universidad Politécnica de Valencia. (s.f.). *Inteligencia emocional*. Obtenido de

<https://www.upv.es/contenidos/SIEORIEN/infoweb/sieorien/info/869054C>

ANEXOS

ANEXO 1

Primera parte

En cada frase debe evaluar y cuantificar su capacidad en uso de la habilidad descrita. Antes de responder, intente pensar en situaciones reales en las que haya tenido que utilizar dicha habilidad y no pretenda responder de acuerdo a lo que usted que sería lo correcto.

CAPACIDAD EN GRADO BAJO			CAPACIDAD EN GRADO ALTO		
1	2	3	4	5	6

N°	HABILIDADES	PUNTOS
1	Identificar cambios de estímulo fisiológico	
2	Relajarse en situación de presión	
3	Actuar de modo productivo mientras está enojado	
4	Actuar de modo productivo mientras está ansioso	
5	Tranquilizarse rápidamente mientras está enojado	
6	Asociar diferentes indicios físicos con emociones diversas	
7	Usar el dialogo interior para controlar estados emocionales	
8	Comunicar los sentimientos de modo eficaz	
9	Pensar con sentimientos negativos sin angustiarse	

10	Mantener la calma cuando es blanco de enojos de otros	
11	Saber cuándo tiene pensamientos negativos	
12	Saber cuándo su “discurso interior” es positivo	
13	Saber cuándo empieza a enojarse	
14	Saber cómo interpreta los acontecimientos	
15	Conocer que sentimientos utiliza actualmente	
16	Comunicar con precisión lo que experimenta	
17	Identificar la información que influye sobre sus interpretaciones	
18	Identificar sus cambios de humor	
19	Saber cuándo está a la defensiva	
20	Calcular el impacto que su comportamiento tiene en los demás	
21	Saber cuándo no se comunica con sentido	
22	Ponerse en marcha cuando lo desea	
23	Recuperarse rápidamente después de un contratiempo	
24	Completar tareas a largo plazo dentro del tiempo previsto	
25	Producir energía positiva cuando realiza un trabajo poco interesante	
26	Abandonar o cambiar hábitos inútiles	
27	Desarrollar conductas nuevas y más productivas	
28	Cumplir lo que promete	
29	Resolver conflictos	
30	Desarrollar el consenso con los demás	
31	Mediar en los conflictos con los demás	
32	Utilizar técnicas de comunicación interpersonal eficaces	
33	Expresar los pensamientos de un grupo	
34	Influir sobre los demás en forma directa o indirecta	
35	Fomentar la confianza con los demás	
36	Montar grupos de apoyo	
37	Hacer que los demás se sientan bien	
38	Proporcionar el apoyo y consejo a los demás cuando es necesario	
39	Reflejar con precisión los sentimientos de las personas	

40	Reconocer la angustia de los demás	
41	Ayudar a los demás a controlar sus emociones	
42	Mostrar comprensión hacia los demás	
43	Entablar conversaciones íntimas con los demás	
44	Ayudar a un grupo a controlar sus emociones	
45	Detectar incongruencias entre las emociones o sentimientos de los demás y sus conductas	

Segunda parte

Revise las respuestas. Los cuadros siguientes le indicaran las capacidades que reflejan los diferentes elementos:

INTRAPERSONAL

AUTOCONCIENCIA	CONTROL EMOCIONAL	AUTOMOTIVACION
1, 6, 11, 12, 13, 14, 15, 17, 18, 19, 20, 21	1, 2, 4, 5, 7, 9, 10, 13, 27	7, 22, 23, 25, 26, 27, 28

INTERPERSONAL

RELACIONARSE BIEN	ASESORIA EMOCIONAL
8, 10, 16, 19, 20, 29, 30, 31, 32, 33, 34, 35, 36, 37, 38, 39, 42, 43, 44, 45	8, 10, 16, 18, 34, 35, 37, 38, 39, 40, 41, 44, 45

Tercera parte

Organice sus respuestas de la forma siguiente. Para cada aptitud, marque en la columna izquierda las que han obtenido puntaje 1-2-3. A continuación marque en la Columna derecha las aptitudes que han recibido puntaje 4-5-6.

INTRAPERSONAL		
APTITUD	PUNTAJES 1-2-3	PUNTAJES 4-5-6

Autoconciencia		
Control de las emociones		
Automotivación		
INTERPERSONAL		
APTITUD	PUNTAJES 1-2-3	PUNTAJES 4-5-6
Relacionarse bien		
Asesoría emocional		

Estudie sus resultados e identifique las aptitudes que desea desarrollar.

2.1.1 TEST PARA AUTOEVALIAR SU I.E

(Propuesta para docentes)

NUMERO DE ITEM	PREGUNTA	RESPUESTAS				
		SIEMPRE	NORMALMENTE	A VECES	RARAMENTE	NUNCA
		a	b	c	d	e
01	Tengo conciencia hasta de la simple de las emociones apenas ellas acontecen.					
02	Uso mis sentimientos para ayudar a tomar decisiones importantes en la vida					
03	El mal humor me deprime					
04	Cuando estoy molesto pasa una de las dos: Reviento o me quedo remordiéndome de rabia en silencio					
05	Se esperar por elogios o					

	gratificaciones cuando alcanzo mis objetivos.					
06	Cuando estoy ansioso en relación a un desafío como hablar en público o hacer un test, tengo dificultad para prepararme adecuadamente					
07	En vez de desistir frente a los obstáculos o decepciones, permanezco optimista y con esperanza					
08	Las personas no necesitan hablarme lo que sienten, puedo percibirlo solo.					
09	Mi atención por los sentimientos ajenos me hace comprensivo delante de los momentos difíciles de esas personas					
10	Tengo problemas para lidiar con los conflictos y con la depresión en las relaciones.					
11	Puedo sentir el pulso de un grupo o de una relación entre personas y expresar sentimientos no dichos					
12	Puedo calmar o contener sentimientos negativos de forma que estos no impidan continuar las cosas que tengo que hacer.					

CALIFICACION

PREGUNTAS: 1, 2, 5, 7, 8, 9, 11, 12	PREGUNTAS: 3, 6, 10

Siempre: 4	Siempre: 0
Normalmente: 3	Normalmente: 1
A veces: 2	A veces: 2
Realmente: 1	Raramente: 3
Nunca: 0	Nunca: 4

RESULTADOS

De 36 a más puntos: Tienes probablemente I.E superior

De 25 a 35 puntos: Tienes un nivel promedio de I.E

Menos de 24 puntos: Necesitas ayuda

ANEXO 2





ANEXO 3

Que es lo que usted ya está haciendo para criar a un niño emocionalmente inteligente y que cosa nueva puede hacer.

Sugerencia: Vaya marcando en una hoja sus respuestas positivas o negativas, y coteje la cantidad de acuerdos con las respuestas correctas sugeridas por un espacio.

1. ¿Le oculta usted los problemas graves a su hijo?
SI.....NO
2. ¿Discute usted abiertamente sus errores?
SI... ..NO
3. ¿Mira su hijo más de doce horas de TV semanales?
SI.....NO
4. ¿Tiene usted una computadora en su hogar?
SI.....NO
5. ¿Se considera usted una persona optimista?
SI.....NO
6. ¿Ayuda usted a su hijo a cultivar amistades?
SI.....NO
7. ¿Controla usted el contenido violento de los programas de TV y los video juegos de su hijo?
SI.....NO
8. ¿Para usted 15 minutos por día o más con su hijo en juego o actividades no estructurados?
SI.....NO
9. ¿Tiene usted formas claras y coherentes de disciplinar a su hijo de hacer respetar los acuerdos?
SI.....NO
10. ¿Participa usted en forma regular en actividades de servicio a la comunidad con su hijo?
SI.....NO

11. ¿Es usted veraz y sincero con su hijo, incluso con respecto a temas dolorosos como una enfermedad o la pérdida de un empleo?
SI.....NO
12. ¿Le enseña a su hijo a relajarse como una forma de enfrentar el estrés, el dolor o la ansiedad?
SI.....NO
13. ¿Interviene usted cuando su hijo experimenta dificultades para resolver un problema?
SI.....NO
14. ¿Celebran reuniones familiares regulares?
SI.....NO
15. ¿Existe usted en que su hijo siempre exhiba buenos modales con los demás?
SI.....NO
16. ¿Se toma tiempo usted para enseñarles a sus hijos a percibir el aspecto humorístico de la vida cotidiana, inclusive su problema?
SI.....NO
17. ¿Es usted flexible con los hábitos de estudio y la necesidad de organización de su hijo?
SI.....NO
18. ¿Alienta usted a su hijo a seguir tratando aun cuando se queje de que algo es demasiado difícil o inclusive cuando fracasa?
SI.....NO
19. ¿Insiste usted en que su hijo mantenga una dieta saludable y un ejercicio diario?
SI.....NO
20. ¿Confronta usted a su hijo cuando sabe que no dice la verdad aun en una cuestión menor?
SI.....NO
21. ¿Respeta usted la intimidad de su hijo, aun cuando sospecha que está haciendo algo perjudicial para sí mismo y para los demás?
SI.....NO

22. ¿Deja usted que el profesor de su hijo maneje problemas de motivación en la escuela sin su participación?

SI.....NO

23. ¿Cree usted que debería ser más tolerante con los problemas de sus hijos porque usted tiene los mismos o similares?

SI.....NO

24. ¿Deja usted tranquilo a su hijo si no quiere hablar algo que lo irrita o que lo perturba?

SI.....NO

25. ¿Cree usted que todo problema tiene una solución?

SI.....NO

La respuesta si-no vale un punto

NIVEL DE INTELIGENCIA EMOCIONAL

INTERVALO	NIVEL
1.....12	BAJO
13.....19	MEDIO
20.....25	ALTO

2.8.2.1 RESPUESTAS SUGERIDAS

1. **NO.** La mayoría de los psicólogos piensan que los padres no deberían ocultar los problemas graves a sus hijos más pequeños. Los niños son mucho más flexibles de lo que se piensa y se benefician con explicaciones realistas de los problemas.

2. **SI.** Para volverse realistas en su pensamiento y sus expectativas, los niños deben aprender a aceptar tanto los atributos positivos como los defectos de sus padres.

3. **NO.** El niño promedio mira en realidad 24 horas de televisión semanales, y esto es demasiado. Esta actividad pasiva hace muy poco para promover las capacidades en I.E. Los programas violentos de TV son particularmente problemáticos para los niños que tienen dificultades para controlar su ira.
4. **SI.** Hace un tiempo se creía que las computadoras y los juegos para computadora ejercía una influencia perjudicial para el desarrollo social del niño, pero parece ser lo opuesto es la verdad. Los niños (y los adultos) están encontrando nuevas maneras de utilizar la computación y los servicios on line (internet), que en realidad aumentan las capacidades del C.E.
5. **SI.** Los estudios muestran que los niños que son optimistas son más felices, tienen más éxito en la escuela y son realmente más saludables desde el punto de vista físico. La forma fundamental en que sus hijos desarrollan una actitud optimista o pesimista es observándolo y escuchándolo a usted.
6. **SI.** Los investigadores del campo del desarrollo infantil creen que tener un “mejor amigo”, particularmente entre los 5 y 6 años constituye un hito de desarrollo crítico en el aprendizaje para tener relaciones amigables. La enseñanza de las capacidades para cultivar amistades debería comenzar apenas su hijo comienza a caminar.
7. **SI.** Aunque no existe una prueba clara de que mirar los programas violentos de televisión o jugar videojuegos violentos conduzca a los niños a la agresividad, si puede decirse que los desensibiliza en cuanto a los sentimientos y las preocupaciones de los demás.
8. **SI.** Lamentablemente, los padres de hoy pasan cada vez menos tiempo con sus hijos. Dedicar un tiempo determinado para jugar con los niños más pequeños y en actividades no

estructuradas con los hijos mayores, mejora su imagen propia y su confianza en sí mismos.

9. **SI.** Los padres autorizados podrían prevenir un número significativo de problemas experimentados actualmente por los niños. Ser padres en forma autorizada combina el estímulo con la disciplina coherente y apropiada. Muchos expertos creen que los padres totalmente permisivos son la causa un número creciente de problemas de la niñez, incluyendo la conducta provocativa y anti social.
10. **SI.** Los niños aprenden a preocuparse por los demás haciendo, no simplemente hablando. Las actividades de servicio a la comunidad también les enseñan a los niños muchas capacidades sociales y los ayudan a mantenerse alejados de los inconvenientes.
11. **SI.** Muchos padres para proteger a sus hijos del estrés, de preservar la inocencia de su niñez, pero en realidad esto produce más daño que bien. Los niños que no han aprendido a enfrentar efectivamente el estrés se tornan vulnerables a problemas más graves cuando crecen, en particular en sus relaciones.
12. **SI.** Usted puede enseñarles formas de relajación en especial a los niños de 4 o 5 años. Esto no lo ayudara a enfrentar los problemas inmediatos, pero puede ayudarlos a vivir más tiempo de manera más saludable.
13. **NO.** Surge de las investigaciones, que los niños pueden resolver problemas mucho antes de los que solía pensarse. Cuando sus hijos aprenden a resolver capacidades sociales importantes.
14. **SI.** Los niños utilizan los modelos como la forma individual más importante para aprender capacidades emocionales y sociales. Las reuniones familiares son una forma ideal de enseñarles a resolver problemas y a funcionar en equipo.

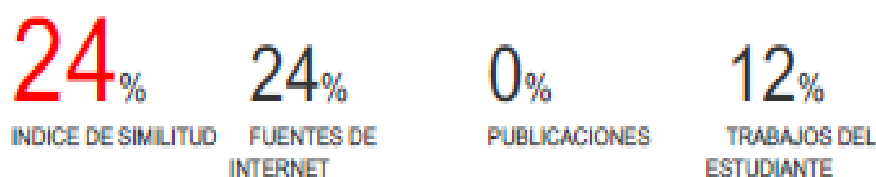
15. **SI.** Los buenos modales son faciales de enseñar y extremadamente importantes para el jardín y el éxito social.
16. **SI.** Un número creciente de estudios muestran que el sentido del humor no solo constituye una capacidad social importante, sino que representa también un factor significativo para la salud mental y física de un niño.
17. **NO.** Es necesario ser flexible en muchos aspectos, pero en cuanto en cuanto a los hábitos de estudio y las capacidades de trabajo. Para tener éxito en la escuela y más tarde en el trabajo, sus hijos necesitan aprender autodisciplina, manejo del tiempo y capacidades de organización.
18. **SI.** Uno de los ingredientes más importantes para convertirse en un gran realizador de la capacidad de superar la frustración y mantener un esfuerzo persistente frente al fracaso. En general, los padres no les exigen un esfuerzo suficiente a sus hijos.
19. **SI.** Además de los beneficios físicos obvios de una buena dieta y del ejercicio, un estilo de vida saludable desempeña un papel importante en la bioquímica del cerebro en desarrollo de su hijo.
20. **SI.** La comprensión de la sinceridad se modifica en los niños a medida que crecen, pero en el marco familiar, se debería poner siempre el acento en el hecho de ser veraces.
21. **NO.** Cuando uno educa a los niños, la intimidad y la confianza van de la mano. A cualquier edad, los niños deberían comprender la diferencia entre lo que puede mantenerse privado o lo que usted debe saber.
22. **NO.** La motivación empieza por casa. Cuanto más participen los padres en la educación de sus hijos, Tantas más probabilidades tendrán los niños de tener éxito.
23. **NO.** Resulta sorprendente que los niños tengan a menudo los mismos problemas que sus padres. Si usted está luchando

contra temas serios como la depresión o el mal carácter, debería buscar formas de cambiar tanto su propio comportamiento como el de su hijo.

24. **NO.** A muy pocos niños les gusta hablar de lo que los perturba, pero desde la perspectiva de la inteligencia emocional, usted debería alentar a sus hijos para que hablen de sus sentimientos. Hablar de los problemas y utilizar palabras para los sentimientos puede cambiar la forma en que el cerebro de un niño se desarrolla, formando vínculos entre la parte emocional y la parte pensante del cerebro.
25. Se les puede enseñar a los niños, así como a los adolescentes y adultos a buscar soluciones en lugar de dilatar los problemas. Esta forma positiva de ver el mundo puede mejorar la confianza en sí mismo y las relaciones de su hijo.

EVALUACIÓN DE LA INTELIGENCIA EMOCIONAL EN NIÑOS DEL NIVEL INICIAL DE 5 AÑOS DE EDAD

INFORME DE ORIGINALIDAD



FUENTES PRIMARIAS

1	sentirypensar.aprenderapensar.net Fuente de Internet	7%
2	comunik2oruse.blogspot.com Fuente de Internet	3%
3	dspace.unitru.edu.pe Fuente de Internet	2%
4	sentirypensarmexico.aprenderapensar.net Fuente de Internet	1%
5	cybertesis.unmsm.edu.pe Fuente de Internet	1%
6	Submitted to Universidad Internacional de la Rioja Trabajo del estudiante	1%
7	revistas.unitru.edu.pe Fuente de Internet	1%
8	superando-dificultades.blogspot.com Fuente de Internet	1%

9	Submitted to Universidad Catolica Los Angeles de Chimbote Trabajo del estudiante	1%
10	Submitted to Universidad Internacional Isabel I de Castilla Trabajo del estudiante	1%
11	issuu.com Fuente de Internet	1%
12	Submitted to Universidad Cesar Vallejo Trabajo del estudiante	1%
13	ri.uaemex.mx Fuente de Internet	1%
14	noticiasenunclic.blogspot.com Fuente de Internet	<1%
15	repositorio.uladech.edu.pe Fuente de Internet	<1%
16	Submitted to Universidad Nacional del Centro del Peru Trabajo del estudiante	<1%
17	dspace.ucuenca.edu.ec Fuente de Internet	<1%
18	docplayer.es Fuente de Internet	<1%
19	creativecommons.org Fuente de Internet	<1%

20 pt.slideshare.net <1%
Fuente de Internet

21 www.gestiopolis.com <1%
Fuente de Internet

Excluir citas

Activo

Excluir coincidencias

< 15 words

Excluir bibliografía

Activo