

UNIVERSIDAD NACIONAL DE TUMBES

FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES

ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN



Técnica del semáforo como estrategia de formación de la inteligencia emocional en los estudiantes del nivel inicial

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

Autor:

Miriam Esther Oblitas Urrutia

JAEN – PERÚ

2020

UNIVERSIDAD NACIONAL DE TUMBES

FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES

ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN



Técnica del semáforo como estrategia de formación de la inteligencia emocional en los estudiantes del nivel inicial

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

Miriam Esther Oblitas Urrutia (Autor)

Segundo Oswaldo Alburqueque Silva (Asesor)

JAEN – PERÚ

2020



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

ACTA DE SUSTENTACIÓN DE TRABAJO ACADÉMICO

En Jaén, a los veinte días del mes de febrero del dos mil veinte, se reunieron en la I.E. Juan de Bracamoros los integrantes del Jurado Evaluador, designado según convenio celebrado entre la Universidad Nacional de Tumbes y el Consejo Intersectorial para la Educación Peruana, el Dr. Oscar Calixto La Rosa Fajio, coordinador del programa, representantes de la Universidad Nacional de Tumbes (Presidente), Mg. Blanca Barreto Escaroto (Secretaría) y Mg. Jorge Luis Artiga Salazar (Vocal), representantes del Consejo Intersectorial para la Educación Peruana, con el objeto de evaluar el trabajo académico de tipo monográfico denominado: "Técnicas del semáforo como estrategia de formación de la inteligencia emocional en los estudiantes del nivel inicial", para optar el Título de Segunda Especialidad Profesional de Educación Inicial a la señora Miriam Esther Oblitas Urrutia.

A las once horas cuarenta minutos y de acuerdo a lo estipulado por el Reglamento respectivo, el presidente del Jurado dio por iniciado el acto.

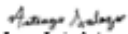
Luego de la exposición del trabajo, la formulación de preguntas y la deliberación de jurado se declararon aprobada por unánimidad con el calificativo 100%.

Por tanto, Miriam Esther Oblitas Urrutia, queda APTA, para que el Consejo Universitario de la Universidad Nacional de Tumbes, le expida optar el Título de Segunda Especialidad Profesional de Educación Inicial.

Siendo las once 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 Calixto La Rosa Fajio
Presidente del Jurado


Mg. Blanca Barreto Escaroto
Secretaría del Jurado


Mg. Jorge Luis Artiga Salazar
Vocal del Jurado

DEDICATORIA

El trabajo de investigación que se presenta está dedicado con profundo cariño a mi familia, especialmente a mis hijos que son mi motor y mi motivación para continuar en la senda del bien y del profesionalismo en beneficio de las nuevas generaciones.

ÍNDICE

DEDICATORIA	4
ÍNDICE	5
RESUMEN.....	6
INTRODUCCIÓN	7
OBJETIVOS DE LA INVESTIGACIÓN.....	13
CAPÍTULO I.....	14
1.1. Teorías que fundamentan la inteligencia emocional.	14
1.1.1. Modelo Mayer y Salovey	14
1.1.2. Modelo de las Competencias Emocionales de Goleman	15
1.1.3. Modelo de la Inteligencia Emocional y Social de Bar-On.....	16
CAPÍTULO II	19
2.1. La técnica del semáforo y el autocontrol emocional de los estudiantes.....	19
2.1.1. Técnica del semáforo	19
2.1.2. Autocontrol emocional.....	22
CAPÍTULO III.....	24
3.1. Inteligencia emocional.	24
3.2. El desarrollo de la inteligencia emocional en los niños.	26
CONCLUSIONES	28
REFERENCIAS CITADAS	29

RESUMEN

El estudio de investigación que proponemos responde a la interrogante *¿Qué importancia tiene la técnica del semáforo como estrategia de formación de la inteligencia emocional en los estudiantes del nivel inicial?*, cuyo objetivo principal busca “Determinar la importancia de la técnica del semáforo como estrategia didáctica para desarrollar la inteligencia emocional en los estudiantes del nivel inicial”; luego de analizar reflexivamente la información se concluye que el conocimiento de las teorías que fundamentan la inteligencia emocional de los estudiantes son los pilares fundamentales que permiten consolidar aprendizajes sólidos y pertinentes según sus características intelectuales y emocionales. Además, se concluye que la técnica del semáforo como estrategia didáctica en el campo pedagógico, servirá como medio valioso que permitirá desarrollar el autocontrol y la inteligencia emocional a iniciativa de los mismos estudiantes, bajo la supervisión adecuada y oportuna del docente.

Palabras clave. Técnica, estrategia, inteligencia emocional

INTRODUCCIÓN

En la plenitud del siglo XXI, la sociedad a nivel del mundo viene siendo asechada por grandes problemas sociales que tienen como punto de partida la familia en primera instancia, luego la escuela como responsable de la construcción de valores, en las nuevas generaciones, un aspecto muy venido a menos en las últimas décadas; uno de los factores determinantes que aún no se ha podido avanzar es el aspecto emocional; el control de las emociones y el desarrollo de la inteligencia emocional, ambos aspectos relacionados a la conducta y el comportamiento del ser humano, como parte de la convivencia social en el hogar, en la escuela y en la sociedad. No existen culpables, todos tenemos la responsabilidad de acortar las brechas de desigualdad social para lo cual juega un rol indispensable la conducta, las emociones, el comportamiento como parte del autocontrol individual.

Las necesidades de los estudiantes en la actualidad son diferentes con relación a las generaciones anteriores debido a que ahora, la escuela se enmarca en la atención del estudiante en todas sus necesidades, desarrollando técnicas y estrategias socializadoras que le permitan desarrollar su autonomía, su confianza, la mejora de la conducta, el autocontrol, aspectos que determinarán su contribución a la sociedad a lo largo de su existencia. Sin embargo, se está descuidando la formación emocional en todos los estamentos de la educación, producto de ello la sociedad en el mundo y en especial en los países de América Latina se encuentra tan convulsionada que es evidente en cada país, en cada realidad; en tanto que algunos países ya han empezado a educar a su población orientando su formación a reforzar la inteligencia emocional y el autocontrol de la población estudiantil, aspecto fundamental para el control de las emociones y la conducta.

España es un ejemplo evidente donde los estudiantes actuales tienen mayor coeficiente intelectual comparados con las generaciones de algunas décadas atrás; así lo demuestran las evaluaciones estandarizadas de PISA a nivel del mundo, dejando un claro ejemplo de la formación integral de los estudiantes en todos sus aspectos, que van más allá de la mera transmisión de conceptos, que lo más importante es el

fortalecimiento de la convivencia, vivir bien para convivir mejor, aspectos fundamentales de la inteligencia emocional y el autocontrol. (Alzina, 2012).

A nivel nacional, el Perú es un claro ejemplo donde la educación emocional necesita ganar espacio, es importante entender que la educación no debe ser ajena a la formación del autocontrol, indicador indispensable que demuestra que la convivencia es un aspecto que la sociedad en su conjunto debe mejorar; para ello se necesita de políticas educativas serias y responsables que pongan en marcha una ofensiva campaña de cambio de actitudes, de formación emocional, de consolidación de valores como el respeto, la solidaridad, el amor, entre otros.

Una iniciativa digna de valorar fueron la implementación de las Rutas de Aprendizaje en el año 2015 por parte del Ministerio de Educación, instrumentos que han sido retomados en el nuevo currículo nacional, hoy vigente, donde se viene enfatizando la integración de áreas y la priorización de la formación del autocontrol, esperando que todos los agentes inmersos en proceso educativo actuemos a la altura de las circunstancias con la finalidad de darle continuidad y sostenibilidad en el tiempo esta política educativa digna de valorar. (Educación, 2015)

El punto de partida es evidente, el nivel inicial debe ser la piedra angular para implementar este tipo de políticas de cambio y fortalecimiento emocional; ya en el nivel primario, el estudiante implementa una gama de conocimientos nuevos de adaptación e implementación de habilidades sociales como preámbulo de pertenencia a un nuevo grupo amplio, al trabajo en equipo y a implementar su círculo de amigos, donde la interacción es mayor; el objetivo general es y debe ser el fortalecimiento de la educación con respecto al autocontrol de los estudiantes.

Por tanto, la formación de los estudiantes debe centrarse en lograr y personas centradas emocionalmente, que puedan aportar a la formación de una nueva sociedad, centrada en formar un nuevo hombre o mujer, realimentando la formación del autocontrol emocional; un tanto complicado, porque los cambios iniciales se tienen que implementar en el primer espacio de interrelación social de la persona que viene a ser la familia, el hogar, antes que el entorno escolar. (Quintana, 2016).

La realidad de la educación en la provincia de Jaén, región Cajamarca, de preferencia en las zonas rurales, asentamientos humanos, instituciones de la zona periférica y en general, de todas las instituciones educativas, desde el nivel inicial hasta

los niveles superiores de formación, es que nos encontramos ante un fenómeno social de pérdida de valores, donde la tecnología viene reemplazando a los juegos tradicionales y a la atención misma de los padres que permitimos de todo con la finalidad de inmovilizar a los hijos para que no fastidien; producto de ello, tenemos una nueva sociedad, más agresiva, más indiferente, sin respeto a los demás, sin valores ni preferencias a los adultos mayores.

La realidad descrita, es necesario considerarla y tomarla en cuenta con toda la seriedad necesaria, porque, aunque parezca intrascendente, marca un hito en la formación de las nuevas generaciones y de la nueva sociedad. Las autoridades inmersas en el campo educativo deben levantar propuestas partiendo de la evidente realidad existente, una sociedad donde el día a día está plagado de asaltos a mano armada, robos, secuestros, violaciones, extorciones, entre otros; una realidad a la luz de los hechos que solo podemos cambiar con la decisión firme de las autoridades en su conjunto de cambiar las reglas juego para forjar una nueva educación centrada en el fortalecimiento emocional del ser humano, asumiendo responsabilidades y formando una cultura de autocontrol emocional para poder crecer como personas.

Una de las técnicas que con toda seguridad debe ser parte de las estrategias de cambio educativo debe y tiene que ser la práctica y aplicación de la técnica del semáforo como estrategia de autocontrol emocional, cognitivo, afectivo y social de autorrealización de la conducta de los estudiantes; asimismo, esta técnica contribuye a que niños y niñas tengan confianza entre sí, puedan mejorar la convivencia entre compañeros y fortalecer los lazos de buen trato, de confianza, de amor y de respeto impartidos dentro del seno familiar como primer espacio de interrelación social del ser humano con el mundo exterior.

Por ello, el rol que debe cumplir la escuela en el nivel inicial, a través de la implementación de proyectos educativos aplicando la técnica del semáforo debe orientarse teniendo en cuenta el mundo cercano y familiar del estudiante, el aspecto interno y emocional como persona, el compromiso de la familia, de los docentes y la sociedad en su conjunto para controlar la ola de violencia que se vive en la actualidad; es importante desarrollar mediante esta técnica, la empatía, la autoestima, el autocontrol, la práctica de valores, etc.

Ante la problemática planteada, en el presente estudio nos planteamos la siguiente interrogante de investigación que orientará el desarrollo del tema central:

¿Qué importancia tiene la técnica del semáforo como estrategia de formación de la inteligencia emocional en los estudiantes del nivel inicial?

Ante la interrogante planteada, existen algunos trabajos de investigación que consideraremos como referencias del estudio, referidas a investigaciones previas respecto al problema, los mismos que describiremos a continuación:

Gomez & Valencia (2017) en su tesis de maestría denominada “Estrategias para potenciar la inteligencia emocional en educación infantil: Aplicación del modelo de Mayer y Salovey, en la ciudad de Huelva Capital” desarrollada en la Universidad de Huelva, España; cuyo objetivo principal es “Describir los resultados obtenidos de: trabajar la inteligencia emocional a través del Modelo de Mayer y Salovey con niños/as del Segundo Ciclo de Educación Infantil del CEIP Juan Ramón Jiménez, de Huelva capital”; el estudio llegó a las siguientes conclusiones:

La sociedad se ve gravemente perjudicada, dejando consecuencias desagradables en cada una de las personas a consecuencia de las debilidades de la formación emocional y el autocontrol; además concluye que entre las necesidades más relevantes de la sociedad actual es combatir los “problemas de comportamiento, violencia y drogadicción”. También encontró que: “El concepto de educación integral superó con creces la educación centrada solamente en el área cognitiva y conceptual, destacando aspectos afectivos y emocionales”, dejando en evidencia la importancia de la educación integral priorizando la “la inteligencia emocional y el autocontrol de forma sistemática y planificada en el aula”, aspectos que conllevan a “...la adquisición de habilidades que ayuden a la percepción emocional, la comprensión emocional y la regulación reflexiva de las emociones que fomentan el crecimiento personal”. (Gomez & Valencia, 2017)

Herrera, Márquez & Anaya (2016), en su tesis de grado de maestría denominada “Inteligencia emocional e integración grupal en el aula: dos consideraciones en la formación docente”, publicada en la Revista Redalyc, Volumen 12, número 6, cuyo objetivo principal busca “Mejorar la interacción entre compañeros con la implementación de estrategias emocionales dentro del aula”, encontró como principales resultados que: “...trabajar la inteligencia emocional y el autocontrol en el

aula mejoró significativamente las relaciones del grupo, se propició el respeto que en un inicio era casi nulo, se reforzaron algunos valores como la empatía y la tolerancia, así como la confianza entre pares y con el docente”.

Quintana (2016) en su tesis de doctorado en educación relacionada con la aplicación de un programa de inteligencia emocional, cuyo objetivo fue “Demostrar el grado de significatividad de la aplicación del programa de juegos tradicionales en el desarrollo de la Inteligencia Emocional en los niños y niñas de 5 años”, encontró que: “La aplicación del programa de juegos tradicionales influye significativamente en el desarrollo de la Inteligencia Emocional en los niños y niñas de 5 años”; por lo que recomienda que este tipo de programas se fortalezcan y generalice su aplicación, considerando que son una alternativa para mejorar la inteligencia emocional de los estudiantes.

Se considera un antecedente válido en el sentido de que la aplicación de la técnica del semáforo tiene características muy dinámicas y según el área de aplicación, muy parecidas a los juegos tradicionales; por lo que sus orientaciones metodológicas permiten interacción, socialización y mucho dinamismo entre los estudiantes.

La aplicación de la técnica del semáforo en educación inicial es una propuesta que se debe impulsar su práctica para reforzar las estrategias didácticas en el proceso educativo a través del desarrollo de la inteligencia emocional y sobre todo, el autocontrol de los estudiantes, considerando que las estrategias que se vienen utilizando actualmente no han logrado obtener cambios en las emociones de los niños y niñas y han convertido la práctica pedagógica en sesiones rutinarias y poco significativas; por lo que, la aplicación de dicha técnica se debe desarrollar dentro de un ambiente de interacción social, esencia para el desarrollo de los niños como plantea Vigotzky; para fomentar la capacidad de resolver problemas como lo plantea Gardner, considerando que las emociones simultáneamente son factores culturales y naturales que tienen fundamento en la misma naturaleza humana según los planteamientos de Goleman.

Implementar actividades significativas, con sesiones de aprendizaje que pongan en práctica la técnica del semáforo se enmarcan dentro del marco científico y referentes teóricos descritos, lo que implica preparación y profesionalismo por parte del docente quien a través de la autoformación permanente hará que dicha estrategia

sea más dinámica y los procesos de aprendizaje como las conductas emocionales se construyan con mayor significatividad; siendo así, la dinámica del proceso educativo tanto para el docente como para el estudiante; significa, formación permanente de la personalidad y control de las emociones para lograr mayor nivel de inteligencia emocional en los estudiantes.

El estudio de investigación se perfila como un importante aporte a la política educativa que se viene implementando mediante el nuevo Currículo Nacional 2016, cuyas líneas de acción en correlación con los ejes transversales y los compromisos de gestión buscan fomentar una educación más humana y más ética, teniendo como base fundamental de la sociedad a la familia, inicio y fin de la educación del ser humano. Los beneficiados directos serán los estudiantes del nivel inicial y que puede ser aplicado a otros niveles como el primario o secundario, considerando que tendrán la oportunidad de ser partícipes de los beneficios de la técnica el semáforo y su importancia en el proceso integral del desarrollo humano.

El desarrollo del estudio enfatizando la técnica del semáforo como estrategia didáctica para la formación del autocontrol emocional y desarrollo de las emociones en los estudiantes, pretende resolver problemas de conducta, de manera tal que el estudiante aprenda a controlar sus emociones y buscar soluciones a los problemas que se presentes durante la convivencia escolar de manera pacífica, sin alterarse, escuchando y participando de manera cooperativa y siguiendo reglas preestablecidas de manera negociada y conjunta entre todos los intervinientes en el proceso educativo. El estudio no será el primero, ni el último que pretenda dar solución a la multiplicidad de factores que intervienen en el desarrollo de la inteligencia emocional y del autocontrol; será uno más donde se plasmen todos los esfuerzos por dinamizar el proceso de enseñanza aprendizaje y fortalecer la conducta emocional, pilar fundamental para el fortalecimiento de las bases del buen vivir, de las interrelaciones sociales y de las conductas emocionales de cada individuo en la sociedad.

El estudio empieza haciendo un planteamiento claro y preciso de la problemática en la parte introductoria, considerando la interrogante de investigación, los antecedentes del estudio y los objetivos; en la segunda parte encontramos el capítulo uno referido a las teorías científicas que fundamentan el autocontrol como parte de la inteligencia emocional y la técnica del semáforo como técnica y estrategia

pedagógica basada en el juego y dinamismo en el aula; la tercera parte corresponde al capítulo dos donde se detalla el marco teórico y conceptual de la técnica del semáforo como estrategia para la formación del autocontrol en los estudiantes. es estudio llega a su parte final con las conclusiones, recomendaciones y referencias citadas.

El estudio de investigación ha sido elaborado gracias a la participación activa del investigador, al apoyo desinteresado y profesional de los docentes de cada módulo de estudio de la Universidad Nacional de Tumbes y la Escuela Profesional de Educación que nos han acogido y permitido concluir los estudios de segunda especialidad a quienes agradecemos su esfuerzo y esmero por la capacitación y formación constante del docente, brindándonos nuevas oportunidades laborales y extender nuestras capacidades profesionales en favor de los estudiantes en esta parte de la patria.

OBJETIVOS DE LA INVESTIGACIÓN

Objetivo general

Determinar la importancia de la técnica del semáforo como estrategia didáctica para desarrollar la inteligencia emocional en los estudiantes del nivel inicial.

Objetivos específicos

Identificar la importancia del conocimiento de las teorías científicas que fundamentan la inteligencia emocional en los estudiantes del nivel inicial.

Explicar las ventajas de la aplicación de la técnica del semáforo como estrategia didáctica basada en el juego para la formación del autocontrol en los estudiantes del nivel inicial.

Explicar las ventajas de la aplicación de la técnica del semáforo como estrategia didáctica basada en el juego para la formación de la inteligencia emocional en los estudiantes del nivel inicial

CAPÍTULO I

1.1. Teorías que fundamentan la inteligencia emocional.

Considerando que no existen investigaciones serias que fundamenten la técnica del semáforo como estrategia didáctica, consideramos a tres de los más importantes modelos teóricos que tienen que ver con la Inteligencia Emocional que enmarca al autocontrol emocional de la persona, en este caso, de los estudiantes del nivel inicial, los mismos que servirán de sustento científico para darle consistencia teórica al estudio, según las consideraciones hechas por (Hañari & Coaguila, 2017).

1.1.1. Modelo Mayer y Salovey

Mayer y Salovey consideran que la Inteligencia Emocional “...está relacionada con el procesamiento de información emocional, esta perspectiva busca identificar, asimilar, entender, controlar y regular las emociones”. Sostienen que el modelo lo componen cuatro etapas: “Percepción emocional, uso de las emociones para facilitar el pensamiento, comprensión de las emociones y manejo de las mismas”. (Hañari & Coaguila, 2017. Pg. 25).

a. Expresión y Percepción de la Emoción.

Es considerada como: “...una habilidad básica de procesamiento de información interna y externa en relación con la emoción”. En muchos estudio quedado demostrado que las personas “...se muestran más empáticos y menos deprimidos que aquellos que los hacen de forma inadecuada”. (Hañari & Coaguila, 2017. Pg. 27)

b. Facilitación Emocional del Pensamiento.

El estado emocional de las personas influye en el comportamiento del ser humano, por ello, se considera que: “...si la persona vivencia emociones positivas probablemente obtenga resultados positivos, en cambio si son negativos puede

provocar resultados negativos”. Del mismo modo se ha demostrado que: “...las emociones originan estructuras mentales diferentes de acuerdo al tipo de problema que se ha generado”. (Hañari & Coaguila, 2017. Pg. 31)

c. Rendimiento y Análisis de la Información Emocional.

Este aspecto relacionado con la formación de la inteligencia emocional considera que: “El individuo emocionalmente inteligente puede reconocer de manera óptima las condiciones en las que hay que describir una situación específica en relación a los estados emocionales de sí mismo como de los demás”. (Hañari & Coaguila, 2017. Pg. 33)

d. Regulación de la Emoción.

En el día a día, es importante conocer, desarrollar y regular las emociones que por naturaleza emanan de la personalidad; por ello, los autores defienden la idea que: “...desarrollar la forma de regular, manejar debidamente la emoción de acuerdo a la situación en la que se encuentra, provoca emociones más adaptativas”. Luego “...deben implementarse habilidades que eviten resultados desagradables y, por el contrario, generen resultados positivos”. (Pg. 35)

1.1.2. Modelo de las Competencias Emocionales de Goleman

Este modelo surge a raíz de la necesidad de desarrollar las competencias emocionales que, para Goleman, son de mucho interés porque permiten regular y manejar de manera adecuada las emociones, como requisito para controlarse uno mismo y controlar la conducta de los demás. El autor lo considera como: “...una teoría del desarrollo y propone una teoría de desempeño aplicable de manera directa al ámbito laboral y organizacional centrado en el pronóstico de la excelencia laboral”. (Goleman, 1998)

Goleman considera cuatro grupos que enmarcan las competencias emocionales del ser humano: “1. Autoconciencia. El conocimiento de nuestras preferencias, sensaciones, estados y recursos internos. 2. Autocontrol. Manejo de nuestros sentimientos, impulsos, estados y obligaciones internas. 3. Conciencia social. El reconocimiento de los sentimientos, preocupaciones y necesidades de otros. 4. Manejo de las Relaciones. La habilidad para manejar bien las relaciones y construir redes de soporte”. (Goleman, 1998)

1.1.3. Modelo de la Inteligencia Emocional y Social de Bar-On

Este modelo de Bar-On, citado en Hañari & Coaguila (2017), explica y detalla que las competencias emocionales son un "...conjunto de conocimientos y habilidades emocionales y sociales que influyen en nuestra capacidad general para afrontar efectivamente las demandas de nuestro medio". Explica que las habilidades descritas, "...se basan en la capacidad del individuo de ser consciente, comprender, controlar y expresar sus emociones"; tienen razón y fundamento en las competencias, las mismas que la responsabilidad de explicar "...cómo un individuo se relaciona con las personas que le rodean y con su medio ambiente". Por tanto, la Inteligencia Emocional y la inteligencia social son consideradas "...un conjunto de factores de interrelaciones emocionales, personales y sociales que influyen en la habilidad general para adaptarse de manera activa a las presiones y demandas del ambiente". (pg. 35).

Para Bar-On, "La Inteligencia Emocional está compuesta de cinco componentes: Intrapersonal, Interpersonal, Adaptabilidad, manejo de la tensión y estado de ánimo general". (Hañari & Coaguila, 2017)

a. Componente Intrapersonal (CIA).

Según Hañari & Coaguila (2017), este componente incluye a "las personas que están en contacto con sus sentimientos, que se sienten bien acerca de sí mismos y se sienten positivos en lo que están desempeñando". Vale decir, "...personas capaces de expresar abiertamente sus sentimientos, ser independientes, fuertes que confían en la realización de sus ideas y creencias". Reúne los siguientes subcomponentes:

Comprensión emocional de sí mismo (CM). "Capacidad que tiene el individuo de reconocer y diferenciar sus propios sentimientos y emociones; también de conocer lo que está sintiendo y por qué; saber que ocasionó dichos sentimientos".

Asertividad (AS). "Habilidad para expresar sentimientos, creencias y pensamientos sin dañar los sentimientos de los demás y defender sus propios derechos de una manera no destructiva".

Auto concepto (AC). "Capacidad que muestra el individuo de respetarse y aceptarse a sí mismo; el respetarse a sí mismo está esencialmente relacionado con lo que uno es, aceptando aspectos positivos y negativos, así como también las propias limitaciones y potencialidades".

Autorrealización (AR). “Capacidad que tiene el individuo para desarrollar sus propias capacidades potenciales”.

Independencia (IN). “Capacidad que tiene el individuo para guiarse y controlarse a sí mismo en su forma de pensar, actuar y mostrarse libre de cualquier dependencia emocional”.

b. Componente interpersonal (CIE).

Hañari & Coaguila (2017) consideran que este componente se refiere al “...área que muestra las habilidades y el desempeño interpersonal; es decir personas responsables y confiables que cuentan con buenas habilidades sociales”. Como subcomponentes considera los siguientes:

Empatía (EM). “Capacidad que muestra el individuo de ser consciente, entender y apreciar los sentimientos de los demás. Es ser sensible a lo que otras personas sienten, cómo lo sienten y por qué lo sienten. Ser empático significa ser capaz de entender emocionalmente a otras personas”.

Relaciones Interpersonales (RI). “Implica la capacidad de establecer y mantener relaciones mutuamente satisfactorias que están caracterizadas por la intimidad, el dar y recibir afecto”.

Responsabilidad Social (RS). “Significa tener la habilidad para mostrarse a sí mismo, tal como somos, como una persona que coopera, colabora y que es un miembro constructivo del grupo social. Implica actuar en forma responsable aun si esto significa no tener algún beneficio personal”.

c. Componentes de Adaptabilidad (CAD).

Para Hañari & Coaguila (2017), este componente se refiere al “...área que ayuda a revelar cuán exitosa es una persona para adecuarse a las exigencias del entorno, lidiando de manera efectiva las situaciones problemáticas”. Entre los subcomponentes que corresponden a esta área tenemos los siguientes:

Solución de Problemas (SP). “Es la habilidad para identificar y definir los problemas como también para generar e implementar soluciones efectivas”.

Prueba de la Realidad (PR). “Comprende la habilidad para evaluar la correspondencia entre lo que experimentamos (lo subjetivo) y lo que en la realidad existe (lo objetivo)”.

Flexibilidad (FL). “Es la capacidad que tiene una persona para realizar un ajuste adecuado de sus emociones, pensamientos y conductas ante diversas situaciones y condiciones cambiantes”.

d. Componente del Manejo de la Tensión.

“Es la habilidad de tener una visión positiva y optimista ante eventos adversos, situaciones estresantes y emociones fuertes, considerando la tolerancia al estrés y el control de los impulsos”.

e. Componente del Estado de Ánimo General.

“Es la capacidad de sentir satisfacción de la vida viendo el aspecto positivo de las cosas; teniendo en cuenta a la felicidad y al optimismo”.

CAPÍTULO II

2.1. La técnica del semáforo y el autocontrol emocional de los estudiantes.

2.1.1. Técnica del semáforo

Al referirse a la técnica del semáforo, ésta es considerada como "...estrategia de aprendizaje", que puede ser utilizada por los padres en casa o por los docentes en la Institución Educativa; su uso pedagógico en el proceso de enseñanza aprendizaje respecto "al Autocontrol de las Emociones Negativas: Ira, Agresividad, Impulsividad, entre otras". Es una técnica que hoy más que nunca tiene mayor asidero, dada las circunstancias sociales que estamos viviendo. Es preciso "...educar en actitudes de tolerancia, respeto, convivencia, autocontrol u otros. La sociedad está siendo cada vez más consciente de la necesidad de erradicar fenómenos de violencia y bullying en las Instituciones Educativas, resultando prioritario la educación de los aspectos emocionales de la inteligencia". (Peña, 2019)

Peña (2019), describe algunas especificaciones sobre la técnica, asociándolo a las emisiones coloridas que se emiten en el tránsito vial para "los semáforos" con las emociones y conductas del ser humano, aspectos relacionados al autocontrol, sobre todo cuando se trata de estudiantes del nivel inicial.

El autor relaciona los colores así: "El Rojo lo relaciona con Pararse. Cuando no podemos controlar una emoción (sentimos mucha rabia, queremos agredir a alguien, nos ponemos muy nerviosos...) tenemos que pararnos como cuando un coche se encuentra con la luz roja del semáforo". Del mismo modo considera que: el Amarillo se relaciona con pensar. "Después de detenerse es el momento de pensar y darse cuenta del problema que se está planteando y de lo que se está sintiendo". Finalmente, relaciona al Verde, con la forma de solucionar los problemas. Considera que: "...si uno se da tiempo de pensar pueden surgir alternativas o solución a un conflicto o problema. Es la hora de elegir la mejor solución". (Peña, 2019)

Haciendo referencia a Peña (2019), hace algunas especificaciones que detalla en lo siguiente: "...para asociar las luces del semáforo con las emociones y la conducta se puede realizar un mural con un semáforo y los siguientes pasos: Luz Roja. Alto, tranquilízate y piensa antes de actuar, Luz Amarilla. Piensa soluciones o alternativas y sus consecuencias; Luz Verde. Adelante y pon en práctica la mejor solución".

Risco (2018) sostiene la técnica a la cual nos estamos refiriendo en el presente estudio, "Técnica del semáforo" es muy sencilla; porque trata de poner al estudiante en sobre aviso cuando se está empezando a activar, de forma que luego, él vaya siendo capaz de autorregularse, autorregular su conducta, su comportamiento, su forma de actuar. "Si bien es cierto que saben que su conducta es incorrecta y lo reconocen ante los adultos, no son conscientes de su estado de activación antes de que se desencadene la conducta inadaptada, lo que les conduce irremediabilmente al conflicto". Esta situación les hace tener dificultades en sus relaciones ya sean en la escuela, la familia o con otros niños; por tal razón, justifica la importancia de la técnica del semáforo que, conociendo sus indicaciones, se trata de avisar al niño cuando se está empezando a activar.

El autor, para explicar mejor la importancia de utilizar la técnica del semáforo en la escuela con la finalidad de desarrollar la Inteligencia Emocional de los estudiantes, propone el siguiente ejemplo:

"Paola es una niña de 5 años muy impulsiva, aunque no está diagnosticada con un trastorno específico. Le resulta complicado permanecer tranquila en su sitio en clase o en su silla a la hora de la comida más de 5 minutos o hasta terminar la actividad. Sus padres y la maestra ya han utilizado otros métodos como el castigo o economía de fichas, de forma habitual y Paola no responde como se esperaba con una reducción de su conducta, sino, que da la sensación de que, le da igual". (Pg. 26)

Una vez que se desencadena el conflicto Paola no entiende, ni sabe expresar, la razón que le mueve, le conlleva, le motiva levantarse de su asiento y molestar a sus compañeros o sus hermanos, a responder de forma agresiva o con insultos. ¿Cómo lo hacemos? Decirle a Paola en privado que no desean recurrir al castigo para lograr el autocontrol de sus emociones; es necesario establecer un acuerdo mutuo donde se especificará la técnica, de tal manera que se asemeje a la forma de un

semáforo, que irá cambiando de color según como sus emociones: “1) Cuando veas la luz verde es que todo va bien. 2) Si ves la amarilla: ¡Precaución! Es momento de parar y pensar, debes tener cuidado ya que eso indica que estás empezando a hacer las cosas mal y estás en peligro de llegar al castigo... 3) Finalmente, si colocamos la roja, quiere decir que deberá cumplir un correctivo al no conseguir controlarse”. (Risco, 2018. Pg. 26)

También se puede consensuar con la niña un movimiento o gesto que indique los colores del semáforo de forma que sea más discreto y pueda emplearse también cuando no estamos en la habitación, en clase o en casa, sino también en exteriores. Para ello, el autor sugiere: Cuando estamos fuera de casa podemos acordar el fin que perseguimos negociando ciertas señales o gestos como: “Paola cuando veas que te miro y levanto las cejas, o cuando levante mi mano mirándote, o haga un ruido chasqueando mis dedos (se puede elegir con la menor). Lo que se busca es que la niña sea capaz de identificar lo que siente, antes de actuar de manera impulsiva y de ésta forma esté preparada para utilizar sus recursos de autocontrol. (Risco, 2018. Pg. 27)

Es interesante que los niños conozcan y practiquen, alguna técnica de relajación u otra estrategia alternativa como el control de la respiración, de manera que amplíen las herramientas de las que dispondrán para poner en marcha cuando se den cuenta de la activación o se les avise de ella. Otra forma de utilizar la técnica del semáforo es realizando una réplica del semáforo que el niño/la niña pueda tener a su disposición y ver de forma habitual, de manera que refuerce las auto instrucciones que debe darse. Parar, pensar, actuar. (Risco, 2018).

La técnica del semáforo es una estrategia muy acertada para controlar el estrés, la felicidad, la ira y la rabia o las emociones. “Toda persona experimenta señales físicas en el momento cuando se enoja, algunas de estas pueden ser: sudor en las manos, la respiración se agita, la cara se enrojece, los músculos se ponen tensos, se nubla la vista, se aceleran las pulsaciones del corazón, se siente un vacío en el estómago o se seca la boca”. (Copiright, 2018. Pg. 39).

Al respecto, Copiright (2018) describe la técnica de manera que su aplicación sea más viable y práctica en la escuela, con lo cual en el desarrollo de la Inteligencia

Emocional de los estudiantes contribuyan docentes y padres de familia, llevando al hogar lo que en la escuela se pueda asimilar y aprender.

Si se trata de elegir controlar las emociones, los comportamientos, las formas de actuar de los chicos y chicas en la escuela, una de las estrategias más adecuadas es la técnica del semáforo, a la que José (2018) la describe como una estrategia importante que los docentes, en todos los niveles y con mayor aplicabilidad en el nivel inicial e infantil deben poner en práctica, lo que conlleva a auto controlarse emocionalmente.

El autor propone el uso de la técnica del semáforo en todo el proceso educativo sin discriminar alguna área específica y propone que cada estudiante debe tener "...un sobre con cuatro cartas de diferentes colores: verde, amarillo, naranja y rojo. Si un niño muestra un buen comportamiento durante la jornada escolar la tarjeta que tendrá será la verde, si interrumpe sería amarilla, si interrumpe más de una vez en el mismo día será naranja, si molesta más veces o hace algo inadecuado entonces tendrá que mostrar la carta roja". (José, 2018. Pg. 16)

A cada color le asigna significados como: "Verde: Buen trabajo. Amarillo: Advertencia de que no está siguiendo las instrucciones. Naranja: Segunda advertencia, la consecuencia puede ser perderse 10 minutos del recreo. Rojo: Mal trabajo, la consecuencia será una nota a casa, dependiendo de la gravedad puede ser una llamada telefónica". (José, 2018. Pg. 17).

Desde la experiencia se puede confirmar que, el comportamiento del estudiante depende del establecimiento de normas y reglas claras en el aula, eso tiene que ver con el método, capacidad y preparación pedagógica del docente. El punto de partida de la educación emocional del niño es el hogar definitivamente, en el hogar necesariamente se tiene que enseñar las reglas y la práctica de valores desde temprana edad, solo así estaremos educando a las futuras generaciones para superar la debacle de la social que en la actualidad estamos viviendo.

2.1.2. Autocontrol emocional.

Para Ferrari (2020), el autocontrol emocional es "la capacidad que nos permite controlar a nosotros mismos nuestras emociones y no que estas nos controlen a nosotros, sacándonos la posibilidad de elegir lo que queremos sentir en cada momento de nuestra vida". (Pg. 3)

Barrios (2014), cita a Paula (2007), quien se referirse al autocontrol como: “...aquellos procedimientos de terapia cuyo objetivo es enseñar a la persona estrategias para controlar o modificar la conducta, a través de distintas situaciones, con el propósito de alcanzar metas a largo plazo”. El término autocontrol es “la facultad que posee un individuo para controlarse a sí mismo”.

CAPÍTULO III

3.1. Inteligencia emocional.

En palabras de Goleman, “La inteligencia es la capacidad que se manifiesta como un poder intelectual que todos poseemos y que utilizamos para ordenar nuestro mundo, así como el organismo, estructurando formas nuevas, organizando o acomodando el ambiente que nos rodea hasta que éste las asimile”. Hace hincapié en que “...la inteligencia permite comprender racionalmente la realidad, controlar la subjetividad y los prejuicios y llegar a conclusiones lógicas”. Es interesante considerar que: “...entre las características que conforman la humanidad están la creatividad y la capacidad de reflexión...”. (Goleman, 1998. Pg. 47-49)

Hablando de inteligencia emocional, Goleman también hace referencia a las emociones, a las cuales las considera como: “Sentimientos, impulsos y pasiones que experimentan permanentemente los seres humanos”. De este modo considera que: “...una emoción es más bien una reacción o perturbación afectiva brusca, que puede llegar a alcanzar un grado de intensidad tal, que puede afectar todo el organismo, incluso hasta producir un desequilibrio de orden nervioso”. Con la finalidad de evidenciar la importancia de las emociones considera que: “No hay persona que alguna vez no sea dominada por emociones de tristeza, enfado, envidia, ira, alegría, miedo, sorpresa y vergüenza los cuales, dependiendo de su intensidad y si no son controlados oportunamente, pueden llegar a determinar nuestro comportamiento y nuestras reacciones”, quedando así, demostrada la importancia de las emociones en la vida del ser humano y lo dependientes que somos de ellas. (Goleman, 1998. Pg. 51-53)

Con la finalidad de enriquecer las concepciones sobre las emociones, recurrimos a otros autores y encontramos que: “Las emociones son los estados anímicos que manifiestan una gran actividad orgánica, que refleja en los comportamientos externos e internos”; tiene explicaciones diversas que el autor trata

de explicar de la mejor manera, también lo considera como: "...una combinación compleja de aspectos fisiológicos, sociales, y psicológicos dentro de una misma situación, como respuesta orgánica a la adquisición de un objetivo, de una necesidad o de una motivación". Las emociones son audaces, pasajeras, no duraderas, que se convierten en impulsos destellantes que se presentan de manera diversa y que nos permiten afrontar diversas situaciones de la vida. (Carvajal, 2011. Pg. 38).

Goleman (1996) considera la idea de que "...la inteligencia emocional es una forma de interactuar con el mundo, que tiene muy en cuenta los sentimientos y engloba habilidades tales como el control de los impulsos, la autoconciencia, la motivación, el entusiasmo, la perseverancia, la empatía, y la agilidad mental". Todas estas características, son afines al "carácter y la autodisciplina, la compasión o el altruismo, que resultan indispensables para una buena y creativa adaptación social".

La inteligencia emocional es considerada como "...la habilidad esencial de las personas para atender y percibir los sentimientos de forma apropiada y precisa, la capacidad para asimilarlos y comprenderlos adecuadamente y la destreza para regular y modificar nuestro estado de ánimo o el de los demás". (Goleman, 1996), citado en (Carvajal, 2011 Pg. 56).

Las personas con inteligencia emocional tienen algunas características inconfundibles que debemos conocer: "...aprenden a identificar sus propias emociones; manejan sus reacciones emocionales identificando maneras adecuadas de expresarlas; desarrollan una aceptación incondicional de sí mismos y de los demás; desarrollan el autocontrol y la empatía". (Goleman, 1996).

La formación de la Inteligencia Emocional en la escuela depende de las técnicas y estrategias que utilice el docente en la formación integral del estudiante que se ve reflejada en el rendimiento escolar que depende del más fundamental de todos los conocimientos, aprender a aprender, como afirma Carvajal (2011), los objetivos a reeducar como clave fundamental para la formación integral de los estudiantes son los siguientes:

Confianza.

"La sensación de controlar y dominar el propio cuerpo, la propia conducta y el propio mundo. La sensación de que tiene muchas posibilidades de éxito en lo que emprenda y que los adultos pueden ayudarle en esa tarea". (Carvajal, 2011. Pg. 31)

Curiosidad.

La sensación de que el hecho de descubrir algo es positivo y placentero.

Intencionalidad.

El deseo y la capacidad de lograr algo y de actuar en consecuencia. Esta habilidad está relacionada a "...la sensación y a la capacidad de sentirse competente, de ser eficaz". (Carvajal, 2011. Pg. 31)

Autocontrol.

"La capacidad de modular y controlar las propias acciones en una forma apropiada a su edad; la sensación de control interno". (Carvajal, 2011. Pg. 32)

Relación.

"La capacidad de relacionarse con los demás, una capacidad que se basa en el hecho de comprenderles y de ser comprendido por ellos". (Carvajal, 2011. Pg. 32)

Capacidad de comunicar.

"El deseo y la capacidad de intercambiar verbalmente ideas, sentimientos y conceptos con los demás. Esta capacidad exige la confianza en los demás (incluyendo a los adultos) y el placer de relacionarse con ellos". (Carvajal, 2011. Pg. 32)

Cooperación.

"La capacidad de armonizar las propias necesidades con las de los demás en las actividades grupales". (Carvajal, 2011. Pg. 32)

3.2. El desarrollo de la inteligencia emocional en los niños.

Es evidente que, en la escuela, como fuera de ella, los niños y niñas tienen que afrontar diversas situaciones, muchas de ellas relacionadas a "...la ira, el miedo o la confusión, que hay que resolver de manera constructiva". Es importante conocer que la persona, por naturaleza se ve inmerso en diferentes actividades relacionadas a su propio desarrollo físico y emocional; por ello, "una forma de enseñarlos a reconocer cuál es la emoción que los embarga, es induciéndolos a observar sus cambios corporales, tales como el apretar de los puños cuando sienten rabia, tensar los músculos del cuello al sentirse nerviosos o experimentar escalofríos ante el miedo". (Carvajal, 2011. Pg. 38)

Cuando los estudiantes logren desarrollar comportamientos bajo condicionamientos, respetando reglas y acuerdos, podremos afirmar que han desarrollado un nivel superior de desarrollo emocional; para lograrlo, en el presente estudio proponemos el desarrollo de la técnica del semáforo en la práctica pedagógica como estrategia didáctica para desarrollar la Inteligencia Emocional de los estudiantes.

La primera escuela del desarrollo de la Inteligencia Emocional de los niños es la familia, es allí donde inicia el proceso de socialización en medio de su grupo cercano y familiar, donde actúa con confianza, sin temores, sin miedos, donde asimila conductas y comportamientos del seno familiar que se convierten en patrones de conducta que los encamina hacia un mundo exterior de mayor amplitud.

Por las razones descritas, M. J. Elías, S. B. Tobías y B., citados en (Carvajal, 2011), plantea la regla “Trate a sus hijos como les gustaría que les traten los demás”. Lo que sí queda claro es que la Inteligencia Emocional de los niños inicia su formación en la familia, se consolida en la etapa pre escolar y se enriquece en la escuela donde se les enseña “...a ser emocionalmente más inteligentes, dotándoles de estrategias y habilidades emocionales básicas que les protejan de los factores de riesgo o al menos, que aminoren sus efectos negativos”.

CONCLUSIONES

PRIMERA. El conocimiento de las teorías que fundamentan la inteligencia emocional de los estudiantes son los pilares fundamentales que permiten consolidar aprendizajes sólidos y pertinentes según sus características intelectuales y emocionales.

SEGUNDA. La aplicación de la técnica del semáforo como estrategia didáctica en el campo pedagógico, servirá como medio valioso que permitirá desarrollar el autocontrol a iniciativa de los mismos estudiantes, bajo la supervisión adecuada y oportuna del docente.

TERCERA. La utilización de la técnica del semáforo como estrategia didáctica en el campo pedagógico, servirá como medio valioso que permitirá desarrollar la inteligencia emocional de los estudiantes del nivel inicial en base a indicadores que fomentan el desarrollo personal y conductual.

REFERENCIAS CITADAS

- Alzina, R. B. (2012). *Orientación, tutoría y educación emocional*. Madrid: Síntesis.
- Barrios, S. N. (2014). *Autocontrol y su relación con la autoestima en adolescentes*. Tesis de grado de Maestría. Universidad Rafael Landívar. Quetzaltenango: SE.
- Carvajal, J. G. (2011). *La inteligencia emocional como herramienta pedagógica para un mejor rendimiento escolar en niños(as) en edad preescolar del Jardín de niños General Jose de San Martín*. Tesis de grado. Universidad Mayor de San Andrés. La Paz - Bolivia: SE.
- Copiright. (2018). *Escuela de padres. La técnica del semáforo. Técnicas de autocontrol*. Educapeques. Portal de educación infantil y primaria. Obtenido de <https://www.educapeques.com/escuela-de-padres/la-tecnica-del-semaforo-para-el-control-de-las-emociones.html>
- Educación, M. d. (2015). *Rutas de aprendizaje*. Lima: Minedu.
- Ferrari, L. (15 de 01 de 2020). *El poder de tu mente*. Obtenido de https://www.academia.edu/32058414/El_poder_de_tu_mente-Leonardo_Ferrari
- Goleman, D. (1996). *Inteligencia emocional*. Barcelona: Kairós.
- Goleman, D. (1998). *La inteligencia emocional*. 25va edición. Argentina: Vergara S.A.
- Gomez, M. C., & Valencia, J. (2017). *Estrategias para potenciar la inteligencia emocional en la educación infantil: Aplicación del modelo Mayer y Salovey*. Tesis de grado. Universidad de Huelva. Huelva: SE.
- Hañari, L. M., & Coaguila, P. R. (2017). *Inteligencia emocional y desempeño laboral internos(as) de enfermería del Hospital Regional Honorio Delgado Espinoza*. Tesis de grado. Universidad Nacional de San Agustín. Arequipa: SE.
- Herrera, J. I., Márquez, L. M., & Anaya, E. V. (2016). *Inteligencia emocional e integración grupal en el aula: dos consideraciones en la formación docente*. *Redalyc*. Vol. 12. N° 6, 165 - 176.

- José, M. (2018). *El semáforo para mejorar el comportamiento en el aula. Educación 2.0*. Obtenido de <https://educacion2.com/el-semaforo-para-mejorar-el-comportamiento-en-el-aula/>
- Peña, C. R. (2019). *La técnica del semáforo para el autocontrol de los niños. La escuela en la nube. Escuela de padres*. Obtenido de <https://www.escuelaenlanube.com/tecnica-del-semaforo/>
- Quintana, N. L. (2016). *Aplicación de un programa de juegos tradicionales para desarrollar la inteligencia emocional en los niños y niñas de 5 años de la Institución Educativa N° 1563 "Cristo Rey Amigo de los Niños" Nuevo Chimbote. Tesis de Grado. Universidad Nacional del Santa. Nuevo Chimbote - Perú : SE.*
- Risco, L. R. (2018). *Cómo controlar la impulsividad. Técnica del semáforo. Psico Vida. Aprender a cambiar es aprender a vivir*. Obtenido de <http://www.psico-vida.com/2015/05/como-controlar-la-impulsividad-tecnica-del-semaforo/>

TÉCNICA DEL SEMÁFORO COMO ESTRATEGIA DE FORMACIÓN DE LA INTELIGENCIA EMOCIONAL EN LOS ESTUDIANTES DEL NIVEL INICIAL

IMPACTO DE ONLINEADO



FUENTES RELEVANTES

1	www.psyco-vida.com Fuente de interés	4%
2	mpecebo.untumbes.edu.pe Fuente de interés	1%
3	www.repositorioacademico.usmp.edu.pe Fuente de interés	1%
4	Submitted to Universidad Cesar Vallejo Trabajo del estudiante	<1%
5	www.dspace.uco.edu.ec Fuente de interés	<1%
6	repositorio.unsa.edu.pe Fuente de interés	<1%
7	Submitted to Universidad San Ignacio de Loyola Trabajo del estudiante	<1%
8	docsida.us Fuente de interés	<1%

9	Submitted to Pontificia Universidad Católica del Perú Trabajo del estudiante	<1%
10	tesis.ucsm.edu.pe Fuente de interés	<1%

Escalón 1 de 1000 Escalón 2 de 1000 Escalón 3 de 1000 Escalón 4 de 1000

Escalón 5 de 1000 Escalón 6 de 1000