



UNIVERSIDAD SALESIANA

ESCUELA DE PEDAGOGÍA
INCORPORADA A LA UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA DE MÉXICO

Una Oportunidad de Desarrollo de la
Competencia Emocional

T E S I S

QUE PARA OBTENER EL TÍTULO DE:

LICENCIADA EN PEDAGOGÍA

P R E S E N T A :

MARTHA ELISA GUTIÉRREZ GONZÁLEZ

ASESOR: MTRA. PATRICIA ALTAMIRANO MACIEL

MÉXICO, D.F.

2009



Universidad Nacional
Autónoma de México

Dirección General de Bibliotecas de la UNAM

Biblioteca Central



UNAM – Dirección General de Bibliotecas
Tesis Digitales
Restricciones de uso

DERECHOS RESERVADOS ©
PROHIBIDA SU REPRODUCCIÓN TOTAL O PARCIAL

Todo el material contenido en esta tesis esta protegido por la Ley Federal del Derecho de Autor (LFDA) de los Estados Unidos Mexicanos (México).

El uso de imágenes, fragmentos de videos, y demás material que sea objeto de protección de los derechos de autor, será exclusivamente para fines educativos e informativos y deberá citar la fuente donde la obtuvo mencionando el autor o autores. Cualquier uso distinto como el lucro, reproducción, edición o modificación, será perseguido y sancionado por el respectivo titular de los Derechos de Autor.

AGRADECIMIENTOS

Hoy te doy gracias a ti mi Dios por todos los infinitos regalos que me has brindado durante mi vida, gracias por acompañarme siempre por los caminos oscuros, pero también por llevarme hacia los caminos de luz. Como tú ya sabes, te dedico mi amor, mi convicción, esperando siempre recibir de tu parte la instrucción suficiente para que mi profesión sea siempre un vínculo de amor, conocimiento y esperanza para todos aquellos que la necesiten. Por último, te pido que este trabajo de investigación sea la puerta para mí a un sólo comienzo, el de estar en pie de lucha, hoy y siempre.

A mis maravillosos padres, quienes me entregaron el don más maravilloso que cualquier ser puede tener, la vida. Para ustedes en especial este trabajo, que como saben no fue fácil llegar hasta aquí, pero hoy nos encontramos en el presente, en el momento preciso porque este momento jamás podrá ser del pasado. Ustedes y yo haciendo posible no un sueño si no una maravillosa realidad, a ustedes seres preciosos, que con sus grandes virtudes, crearon junto con Dios y conmigo lo que hoy es mi ser.

Mamá: Gracias por esa esencia, esa esperanza y creencia en mí siempre, nunca has dudado de quien es tu hija, eres mi fuente y mi remanso de tranquilidad.

Papá: Luchador, pensador y compañero incansable, gracias por mostrarme camino, ahora estoy segura de que llevo en mi propia vida tu semilla.

A mis Hermanos: Por ser los mejores compañeros, por aquella infancia, por aquella adolescencia y ahora por nuestra madurez, que juntos sigamos creciendo y aportándonos lo mejor de nosotros.

Juan Ramón: Mi hermano Mayor, mi guardián, mi amigo, te agradezco ese corazón amoroso y noble, gracias por apoyarme y facilitarme medios para el logro de mis objetivos.

Luis Alberto: Mi hermano menor, mi cómplice, mi amigo, te doy las gracias, por tu creencia ciega en mí que ha sido determinante en mi autoconocimiento, gracias por tu incondicional ayuda cuando más la necesité.

Gloria: La hermandad nos unió por destino, gracias por todas tus infinitas atenciones, tu incesante apoyo y amor para conmigo en este proceso.

Verónica: También la hermandad nos unió por destino, gracias por tu ternura, amor y por apoyarme con tu experiencia profesional en este proyecto.

Ale: Mi hermana, aunque no de sangre, sí de alma, gracias amiga por siempre estar confabulando a favor mío, soy afortunada en tenerte.

A mis tíos Carmela y Toño, quienes me brindaron un rayito de esperanza, apoyándome y facilitando medios para terminar con este proyecto.

A mi asesora Patricia, quien creyó en mi proyecto y me guío en este proceso con amor, paciencia y dedicación.

A todos ustedes quienes siempre me han acompañado, brindado su apoyo y amor: Tía Tina, Tía Laura, Tía Virginia, y mi querido amigo Rodrigo.

Gracias a Directivos, alumnos y profesores del Colegio Vallescondido quienes facilitaron la realización de esta investigación, un especial reconocimiento a mis alumnos Alfredo y Cindy quienes estuvieron junto conmigo en este proceso.

Y por último a todos ustedes, amigos y familiares gracias por apoyarme, por ser determinantes en mi camino.

Para todos mis alumnos y jóvenes que llegaron a mi vida a darme lo mejor de ustedes, me enseñaron el mejor tesoro que alguien puede poseer "Humanidad".

Gracias a su esencia soy una mejor profesionista y persona. Les dedico a ustedes éstas palabras:

Sólo le pido a Dios,

Que viva juventud con alegría,

Que pueda ser el visionario de mi propio destino,

Que logre negar la oscuridad del mundo que me rodea,

Que logre aceptar la luz al que soy merecedor,

Que logre finalizar mi vida con esta fuerza,

Que cuando sea adulto tenga el mismo ímpetu por devorarme al mundo,

Sólo le pido a la vida,

Unos padres que no olviden la esencia de ser joven,

Unos padres que no abusen de su autoridad,

Unos padres que no limiten mi alma, mis deseos y anhelos,

Unos padres que tan solo me amen y acepten lo que soy,

Sólo le pido a la Sociedad:

Que no me juzgue por como visto,

Que no me agreda por no creer lo mismo,

Que no le de miedo mi juventud,

Que no olvide que soy un reflejo de ella misma,

Sólo le pido a mí ser,

Voluntad para ir en busca de mis sueños que me aguardan,

Convicción para conocer mi esencia y conquistar mi alma,

Pero sobretodo pido amor para mí mismo

para mantener con fuerza a mí ser a pesar de los caminos tormentosos,

Me doy lo mejor hoy por que mañana no sé.

Martha Elisa Gutiérrez. González

RESUMEN.....	1
--------------	---

INTRODUCCIÓN.....	2
-------------------	---

CAPITULO 1

TÍTULO: “ADOLESCENCIA UN CAMINO PARA LA VIDA ADULTA”

1.1 INTRODUCCIÓN A LA ADOLESCENCIA.....	10
1.1.1 Concepto de Adolescencia.....	14
1.2 DESARROLLO FÍSICO.....	18
1.3 DESARROLLO COGNITIVO.....	22
1.4 DESARROLLO MORAL.....	29
1.5 BÚSQUEDA DE IDENTIDAD Y DESARROLLO SOCIAL.....	36

CAPITULO 2

TÍTULO: “RESOLUCIÓN DE CONFLICTOS”

2.1 INTRODUCCIÓN A LA RESOLUCIÓN DE CONFLICTOS.....	42
2.1.1 Resolución de Conflictos.....	45
2.1.2 Resolución de Problemas.....	51
2.1.3 Encuadre Teórico de Resolución de Conflictos y Solución de Problemas.....	54
2.2 ÁREAS DE CONFLICTO EN UN ADOLESCENTE.....	55
2.2.1 Familia.....	57
2.2.2 Social.....	59
2.2.3 Escolar.....	63
2.3 CAMINOS A LA SOLUCIÓN DE CONFLICTOS.....	67
2.3.1 Afrontamiento y Mediación.....	68

CAPITULO 3

TÍTULO: “EDUCACIÓN EMOCIONAL”

3.1 DEFINICIÓN DE INTELIGENCIA EMOCIONAL.....	73
3.1.1 Importancia de la Inteligencia Emocional.....	76
3.2 DEFINICIÓN DE EMOCIÓN.....	79
3.2.1 Importancia de las Emociones.....	83
3.2.2 Aspectos Fisiológicos de la Emoción.....	86
3.3 COMPETENCIA.....	89
3.3.1 Competencia Emocional.....	93
3.3.2 Áreas de Desarrollo de la Competencia Emocional.....	98
3.4 ESTRATEGIAS PARA EL DESARROLLO DE LA COMPETENCIA EMOCIONAL.....	106
3.4.1 Línea de Acción de la Educación.....	107

3.4.2 Otras alternativas para la Educación Emocional.....	110
3.4.3 Importancia de los Programas de Educación Emocional:.....	112

CAPITULO 4

TÍTULO: “METODOLOGÍA”

4.1 HIPÓTESIS.....	115
4.2 DISEÑO.....	116
4.3 SUJETOS, UNIVERSO Y MUESTRA.....	117
4.4 INSTRUMENTOS.....	119
4.5 PROCEDIMIENTO.....	122

CAPITULO 5

TÍTULO: “RESULTADOS”

5.1 PRIMERA ETAPA: CODIFICACIÓN Y MANEJO DE RESULTADOS.....	124
5.2 SEGUNDA ETAPA: COMPARACIÓN ESTADÍSTICA DE RESULTADOS.....	125
5.2.1 Escala de Competencia Emocional.....	125
5.2.2 Lista de Cotejo.....	129
5.2.3 Cuestionario de Competencia Emocional para Alumnos.....	131
5.2.4 Cuestionario Dirigido a Maestros sobre la Importancia de las Emociones en la Resolución de Conflictos.....	134
5.3 TERCERA ETAPA: ANÁLISIS DE RESULTADOS.....	144

CONCLUSIONES.....	150
PROPUESTAS.....	159
ANEXOS.....	174
BIBLIOGRAFÍA.....	181

RESUMEN

La adolescencia es una etapa muy importante dentro del desarrollo evolutivo del ser humano, a ésta se le considera como el período de transición entre la niñez y la edad adulta. Hablar de este período es remitirnos a un estado de confusión, de tensión, que para muchos autores, se refleja en los adolescentes manifestando estados de ánimo contradictorios, cambiantes y dolorosos causados o perpetuados por diversas fricciones que pueden darse en los ámbitos familiar, social y escolar.

Considerando las características anteriores, la presente investigación identificó el impacto que tienen las emociones en la vida de un adolescente, por lo que se creyó conveniente profundizar sobre la importancia de la competencia emocional y la resolución de conflictos como el conjunto de habilidades que deben poseer los jóvenes para su desarrollo óptimo. La competencia emocional se define como el conjunto de habilidades emocionales que se refiere a la aptitud o destreza de expresar y regular las propias emociones y los sentimientos. La resolución de conflictos se considera como la capacidad que tiene el individuo para discriminar estados dolorosos ayudándolo a una mejor adaptación en el mundo que se desenvuelve.

Esta investigación evaluó el grado de competencia emocional en los adolescentes y su tendencia hacia al conflicto. Luego de los resultados obtenidos fue necesario elaborar una estrategia con una visión innovadora de la educación emocional, brindando alternativas y herramientas dinámicas que faciliten el desarrollo de la competencia emocional y la resolución de conflictos. Por lo anterior, se diseñaron cuatro propuestas básicas con un enfoque humanístico: 1) Programa de entrenamiento para la resolución de conflictos, 2) Programa de entrenamiento de la competencia emocional, 3) Filosofía emocional y 4) Coaching emocional, con el propósito de ayudar a los maestros y los padres de familia a comprender la importancia de las emociones y acompañar a los jóvenes en el difícil proceso de la adolescencia, dotándolos a su vez de herramientas que contribuyan a su desarrollo emocional, su vida familiar, profesional y social.

INTRODUCCIÓN.

En la adolescencia podemos hablar que generalmente existe un estado de confusión, de tensión y tormenta, como diría Stanley Hall, en el libro de *Las Teorías de la Adolescencia* de Muss Eduard: Por lo que podemos confirmar que las teorías más específicas de la adolescencia fundamentan que los adolescentes son criaturas emocionales, ya que viven la presencia de impulsos variados incluyendo estados anímicos extremos tanto positivos como negativos.

Se puede decir, que la adolescencia “es un período de contradicciones, confuso, ambivalente, doloroso, caracterizado por fricciones con el medio familiar y social, este cuadro es frecuentemente confundido con crisis y estados patológicos”¹ Frente a esta actitud el adolescente siente la amenaza inminente de perderse entre estos nuevos cambios por lo que es importante ayudarles a hacerles frente, ya que en esta etapa los cambios en su desarrollo físico, cognitivo y social tienen una gran influencia sobre su desarrollo afectivo-emocional. Es una época, donde el conflicto pasa a ser un invasor constante en la vida de un adolescente, poniendo en riesgo su estabilidad emocional, incluso hasta su salud mental como consecuencia de su propia incapacidad de procesar los estados de confusión, dolor y ambivalencia; convirtiéndose en un factor de riesgo, en el caso de que las condiciones externas no le brinden las posibilidades de encauzar e identificar estos momentos de una manera temprana, que le faciliten una transición sana.

Sin duda, a la adolescencia se le considera como período crítico del desarrollo de la personalidad, siendo este crucial en el desarrollo del autoconcepto, la autoestima y el autocontrol de las emociones, pues es una etapa donde se encuentra inmersa la formación de la identidad y donde según Rodríguez Delgado mencionado por Mercedes Rius, considera que cualquier acción educativa debe intentar o más bien, tener estrategias para optimizar el desarrollo del individuo, buscando promover y estimular el desarrollo de la autoestima, autoconcepto y el autocontrol de las emociones, como fundamento esencial de una educación

¹ Arminda Aberasturi. La adolescencia normal, Un enfoque psicoanalítico. México, Paidós, 1988. p. 16.

emocional integral, ya que todo individuo necesita de estos tres elementos para integrarse favorablemente al medio que lo rodea. Estudios recientes parecen indicar que “los procesos de adaptación del sistema humano al entorno se dan como respuestas conflictivas que están claramente influenciadas por la formación de la personalidad y el desarrollo de la inteligencia emocional.”² La integración de la personalidad del individuo depende de su propio conocimiento y control de sus emociones.

Por lo anterior, es de suma importancia educar en la adolescencia todas las emociones negativas o bien las emociones angustiosas que impiden dar respuestas asertivas al entorno y que limitan al joven a enfrentar de manera sana la solución de conflictos en el ámbito familiar, escolar y social. El descontrol desmedido de emociones a consecuencia del conflicto en las áreas mencionadas puede desestabilizar al adolescente o también desequilibrar la estabilidad emocional frente a cualquiera de éstas, reduciendo la capacidad de éxito y de autorregulación emocional para enfrentarse satisfactoriamente a su entorno.

Mercedes Rius, reitera su visión donde, se hace necesaria la educación de emociones, que desmesuradamente bloquean el desarrollo normal de un ser humano, pues las emociones rigen la clave del bienestar humano. En su propuesta busca prevenir consecuencias emocionales negativas y salvaguardar al ser humano de cualquier tipo de daño psicológico, ya que considera que las personas que no poseen la habilidad de autorregularse caen constantemente en estados de incertidumbre, mientras aquellas que tienen un mejor control emocional tienden a salir más rápido de los reveses de la vida, son capaces de librarse de la ansiedad, de la tristeza y vencer los problemas que vayan surgiendo de forma productiva.

² Mercedes Rius. XXV. Seminario Inter. Universitario de Teoría de la Educación. Las emociones y la formación de la identidad humana. Ponencia: Autoconcepto y Autoestima. (Bases de datos en línea) Salamanca, España, 2006. Disponible: 6 de marzo 2008; <http://www.ucm.es/info/site/site25.html>. 2008 p. 9.

Sin duda se debe de reconocer que la vida esta llena de cambios, incluso sucesos inesperados que pueden ser desagradables en los cuales los adolescentes deben aprender a responder y a superar. Para ello, el brindarle elementos como el aprendizaje de la competencia emocional es muy importante.

Hablar de competencia es hablar de una habilidad que nos hace diferentes a los demás, nos da éxito en todos los ámbitos de nuestra vida. En el contexto actual a las competencias se les considera como "los comportamientos que algunas personas dominan mejor que otras, y que las hace más eficaces en una determinada situación."³ Esta investigación, tratará de delimitar los fundamentos de competencia desde un enfoque emocional.

Por otra parte, en lo que se refiere como competencia emocional Salovey y Mayer, citados en el trabajo de investigación de Montserrat Lara, identificaron cinco capacidades relevantes dentro de esta competencia que son: reconocer y manejar las propias emociones, utilizar el potencial existente, saber ponerse en el lugar de los demás, crear relaciones sociales. Estas capacidades auxilian a desarrollar las habilidades determinantes para ser felices como lo son: la auto observación, las relaciones interpersonales, la responsabilidad social, la asertividad, la tolerancia al estrés y la resolución de problemas.⁴

El psicólogo infantil Lawrence Shapiro, menciona en su libro de *Inteligencia Emocional para niños*, que una resolución satisfactoria de los problemas en los infantes, no sólo se determina por la capacidad intelectual, sino que también esta íntimamente relacionada con la capacidad emocional o coeficiente emocional como él lo llama. Esto nos lleva a la conclusión de que las emociones juegan un papel fundamental en la solución de problemas, pues cuando éstas no intervienen

³ Salvador Cruz. Competencias Personales. (Base de datos en línea) Tecnológico de Monterrey, 2007. Disponible: 10 marzo 2008; <http://www.mty.itesm.mx/dae/dap/competencias>.

⁴Montserrat Lara. Programa de inteligencia emocional en el ámbito laboral. Tesis, Universidad Salesiana, 2006.

de manera positiva, los niños resuelven problemas de una manera muy ordinaria y dejan una limitante muy grande en el uso de la creatividad.⁵

Son tan importantes las conductas y emociones para la resolución de problemas en un adolescente, que por esto es inminente la necesidad de re educar las conductas que se tienen frente a un problema, ya que éstas pueden facilitar su resolución, o por el contrario, empeorar la situación. La falta de motivación para enfrentar un conflicto puede deberse a la inseguridad, confusión y temor; éstas tienen su origen en las propias emociones ya que son sentimientos internos que no se logran expresar asertivamente.

Por esto, es necesario que un adolescente tenga los elementos adecuados para percibir un problema, porque si la propia emoción no se distingue de la realidad es probable que no se pueda reflexionar con objetividad y dar solución al problema. La resolución del problema es la meta última. Por esta razón, es tan importante lograr un manejo adecuado de la propia emoción y percepción, para que el tiempo y la energía destinada al conflicto permitan una evaluación correcta y sea fructífero para la acción adecuada del joven, “el crecimiento de autoconfianza y la capacidad de responder de forma efectiva frente a situaciones problema, más el reconocimiento de nuestras propias limitaciones, nos ayuda a obtener nuevas destrezas de comportamiento.”⁶

Por esta razón, la presente investigación intenta demostrar la importancia de las emociones dentro del desarrollo de un adolescente y sobretodo tratará de dirigir sus esfuerzos en comprobar si los adolescentes poseen competencia emocional en la resolución de conflictos en los ámbitos familiar, escolar y social.

⁵Lawrence Shapiro. La inteligencia Emocional de los niños, Una guía para Padres y Maestros, Buenos Aires, Vergara, 1997.

⁶Laura Galaso. Resolución de Problemas. Psicoterapia cognitivo conductual. (Base de datos en línea). Disponible 26 de febrero 2008; <http://www.psicoterapia-breve.com.ar/resolución.htm>.

El planteamiento del problema se delimita, a partir de la siguiente interrogante ¿EL adolescente cuenta con la suficiente competencia emocional para afrontar sus problemas cotidianos? Logrando formular la siguiente **hipótesis**:

“El adolescente carece de competencia emocional en la resolución de conflictos en el ámbito familiar, escolar y social”

Es importante mencionar que esta investigación consideró como ejes rectores los siguientes **objetivos**:

- Comprobar cómo influye la competencia emocional en la resolución de conflictos en un adolescente en el ámbito familiar, social y escolar.
- Identificar cómo influyen las emociones en la vida de un adolescente en la resolución de conflictos en su vida personal.
- Analizar el grado de relación que existe entre los aspectos emocionales de un adolescente y su vida escolar, familiar y social.
- Proporcionar elementos de formación integral para los adolescentes con un enfoque humanístico.
- Establecer la relación que existe entre competencia emocional y el éxito personal y escolar de un adolescente.
- Diseñar estrategias educativas de solución que apoyen a las autoridades responsables a la formación integral de un adolescente.

Cabe destacar, que el origen de esta investigación surge a través de la experiencia laboral con adolescentes durante quince años, donde se observó el difícil camino de la formación en esta etapa, no solamente por el cambio psicológico, emocional, intelectual y social que esto significa, sino también por la gran carga social que implica ser adolescente en los tiempos de hoy. Ya que en la

actualidad se sigue mitificando o limitando la capacidad creadora de los jóvenes, su presente se ve amenazado por su propia incapacidad de hacer frente a su realidad. Por ejemplo algunos autores sostienen que la idea de adolescencia como un período tormentoso es un mito o más bien una percepción del mundo adulto.

Esta investigación tiene como propósito fundamental brindar herramientas útiles en el campo del manejo de las emociones, ya que éstas representan para los adolescentes un terreno difícil e incomprensible. Si tan sólo autoridades, educativas y padres de familia se centrarán en lo que quiere expresar un adolescente, tendríamos jóvenes menos reprimidos y más sanos. Las emociones bien dirigidas pueden ser el motor y el eje central del éxito de una persona, como bien lo establece Daniel Goleman, la inteligencia emocional es una meta habilidad que permite a quien la posee desarrollar el resto de sus habilidades y sus competencias de una forma sobresaliente, es decir, se refiere a las aptitudes para reconocer y regular las emociones en nosotros mismos y en los demás. ¿Esto no es acaso lo que buscamos para nuestros jóvenes?

Y si por otra parte observamos la problemática actual, nos encontramos con jóvenes despersonalizados, su yo personal es atraído por factores externos, que los desestabilizan en cualquier situación y pone en riesgo su integridad física y mental, por eso, es tan importante educar de adentro hacia fuera (estimular su yo personal) de esta manera seremos partícipes de que el adolescente tenga control sobre sus emociones y no las emociones tengan control sobre él.

Se pretende que esta investigación sea un comienzo por brindar un panorama novedoso sobre la importancia de la educación emocional en los adolescentes. Por lo que la siguiente propuesta de investigación brindará un nuevo enfoque sobre la necesidad por elevar el nivel de calidad de vida emocional en nuestros jóvenes, porque sólo así se ayudará al adolescente a desarrollar su competencia emocional en pro de su auto conocimiento y sentido de vida, buscando que el

joven tenga control sobre sus emociones y del mundo que lo rodea y así formar a los futuros adultos de nuestra sociedad. Por otra parte, esta investigación intenta comprobar, a partir de elementos teóricos, documentales y estadísticos, la insuficiencia de mecanismos educativos que promuevan que los jóvenes caigan en el desconocimiento emocional hacia él y del mundo que lo rodea, así como también sostener que la clave del progreso evolutivo de un adolescente es la educación emocional.

Para finalizar, esta versión introductoria del tema seleccionado, se presenta a continuación, un contexto general de cómo y dónde se realizó la investigación:

La presente investigación se llevó a cabo, en el bachillerato, Vallescondido, escuela particular, ubicada en Convento de Acolman No. 23, en Tlalnepantla, Estado de México. Se tomó como muestra a un grupo de adolescentes y de docentes, quienes fueron evaluados a partir de diferentes instrumentos como lo son: la escala de actitud, lista de cotejo y cuestionario.

En el caso del análisis de variables dentro de **la definición conceptual**, se identificaron las siguientes concepciones teóricas:

Competencia emocional, supone el conjunto de habilidades individuales y sociales de una persona, es decir, se refiere a la habilidad, aptitud o destreza de expresar y regular los propios sentimientos y emociones del modo más adecuado, aceptando los sentimientos de los demás, posibilitando la colaboración de objetivos individuales y comunes de una manera exitosa. Es decir, es el conjunto de experiencias, aptitudes y de habilidades cognitivo afectivas, en el logro de dominar y ser competente en el ámbito emocional. En cuanto, a la **Resolución de Conflicto**, se define, como la capacidad de discriminar el estado emotivo doloroso procedente de agentes internos y externos, que produce experimentar un conflicto a través del estrés (presión y tensión en el nivel físico y emocional). Es la oportunidad que tendrá el individuo por enfrentar amenazas de situaciones que ponen en riesgo su estabilidad e integridad, confiriéndole la capacidad de lucha.

Esta investigación, considera importante señalar que aunque se mencionan varias áreas de desarrollo del adolescente, la indagación se centra exclusivamente en el ámbito emocional y cómo los conflictos influyen en su vida.

Finalmente, el desarrollo y el desenvolvimiento profundo de esta investigación se verán en los siguientes capítulos:

- **Capítulo I:** Se incluyó un panorama general de la adolescencia, desde sus conceptos básicos, hasta sus áreas de desarrollo.
- **Capítulo II:** Este capítulo, comprende la introducción a la resolución de conflictos, así como menciona las áreas de conflicto en un adolescente y los diferentes caminos para la resolución de conflictos.
- **Capítulo III:** Aborda, una visión actual en relación a la educación emocional, incluyendo antecedentes, e importancia de la Inteligencia emocional y sus elementos, como lo son: la emoción y la competencia emocional.
- **Capítulo IV:** Aquí, se presenta la metodología que se utilizó en la investigación, para el logro de obtención de resultados.
- **Capítulo V:** Este apartado, comprende las diferentes etapas en la obtención de resultados para su análisis y elaboración de conclusiones finales.

CAPÍTULO 1

“ADOLESCENCIA UN CAMINO PARA LA VIDA ADULTA”

El presente capítulo, realizará una descripción del concepto de adolescencia, desde una perspectiva actual, sobretodo en función del punto de vista de varios autores. Por otra parte, se mencionarán los elementos básicos del proceso evolutivo sano de un adolescente y por lo tanto, se analizarán los factores que influyen en su crecimiento.

Se tratará de mostrar las diferentes posturas de varios especialistas acerca de la adolescencia y el desarrollo moral, así como también, se abordarán las siguientes áreas de desarrollo: física, cognitiva, social y el desarrollo de la identidad, en función de diversas teorías.

1.1. INTRODUCCIÓN A LA ADOLESCENCIA

El conocimiento de la adolescencia, es uno de los grandes retos de la sociedad actual. A pesar de los legados teóricos científicos de diferentes autores que nos facilitan abordar los problemas que se enfrentan en esta etapa, aún existe la gran incapacidad del mundo adulto por la comprensión de la vida de los adolescentes, ¿Será acaso la adolescencia un mito? o una realidad que se percibe a través del mundo adulto.

Es indiscutible que los jóvenes de hoy, serán padres, profesionistas, líderes del mañana; de ellos dependerán las próximas generaciones. ¿Cómo no poder entenderlos? si cada uno de nosotros empezó el viaje por la vida a través de la adolescencia ¿Cuántas veces no fuimos parte de un grupo, de un movimiento escolar o social? Sólo hay que recordar lo que la autoridad implicaba para algunos, un desafío y sometimiento, para otros, incluso hasta una modelo de vida; cómo olvidar esos sentimientos de pasión e idealismo en los que siempre existe la oportunidad de ser protagonista o salvador del mundo de las injusticias. Hasta el

descubrimiento del amor forma parte de toda una experiencia física, emocional y social para el adolescente.

Los cambios drásticos emocionales y sus diferentes sensaciones forman parte esencial de las características de un adolescente. Por lo que es importante para los profesionales que trabajan con ellos comprender y atender los problemas en los que se encuentra el adolescente de hoy.

Cuando comienza este período “el adolescente se verá inmerso en una etapa de búsqueda personal y comprensión de valores. Hay un conflicto entre los valores propios y los de sus padres, amigos y maestros.”¹ Es precisamente en este momento de socialización y vinculación con el mundo exterior cuando el joven empieza a conformar su identidad, y esto le permitirá buscar normas de conductas a través de los demás.

Existen dos tipos de conflictos en un adolescente, el primero concierne a los problemas que presentan los jóvenes a nivel interno, es decir, se enfrenta con los conflictos existencialistas del ser; el segundo es el que se ubica con la necesidad de tener, por ejemplo, empieza a vincularse al mundo con lo que tiene o no tiene en comparación de los demás. Es por esta razón que “la adolescencia es un período crítico del desarrollo, ya que en esta edad se experimentan los grandes cambios físicos y psicológicos.”² Se mencionó anteriormente, que uno de los grandes efectos de esta etapa es la búsqueda de identidad y de ésta se derivan las preguntas: ¿Quién soy? ¿Hacia dónde voy? ¿Qué va hacer de mi vida? que se conjuntan con los cambios físicos y psicológicos, elevando el grado de complejidad en el afrontamiento de esta etapa.

En este momento, es cuando inicia el miedo ya que la inestabilidad y el futuro incierto provocan las más grandes ansiedades y temores en un adolescente. Surge la rebeldía; hasta existe una gran separación entre él y la autoridad, en

¹ Susan Pick de Weiss, y Elvia Vargas. Yo adolescente. México, Planeta, 1993. p. 11.

² *Ibíd.*, p.11.

este momento se origina la lucha por su independencia buscando la aceptación de su grupo de compañeros.

Los adolescentes utilizan su energía y su rebeldía para los problemas políticos, sociales, religiosos, en el que se encuentra su país, es por ello que a través de la historia varios movimientos fueron encabezados por jóvenes. Son grandes activistas, todos ellos luchan por la justicia, por el ambiente, por la paz, por sus derechos. En el caso particular de nuestro país, el movimiento del 2 de octubre de 1968 fue encabezado por jóvenes quienes sintieron la necesidad de expresar sus ideas políticas ante la represión intelectual y social de la autoridad, a pesar que esto conducía a una confrontación y amenaza de sus vidas frente a los gobernantes de aquel tiempo.

Actualmente, por ejemplo, muchas de las manifestaciones de violencia son encabezadas por adolescentes, cuántas universidades de México en los últimos años han estado en huelga, ya que siempre para ellos es una oportunidad de buscar un espacio para expresar sus ideas y sus inconformidades. Otros ejemplos, se encuentran en el campo de la lucha entre los grupos sociales, encabezados por jóvenes. Existen los denominados emos, darketos, punketos, entre otros, como efecto de una corriente oscurantista, ya que ejercen en sus ideales presión y poca práctica de libertad de creencia para otros, es decir, son grupos extremadamente cerrados que discriminan a quienes no forman parte del grupo y utilizan la fuerza colectiva para amedrentar o amenazar para sobrevivir en su mundo.

Lo relatado con anterioridad, no sólo se refiere a nuestros jóvenes mexicanos, sino a todos los del mundo quienes cansados ante la represión intelectual y social en todos los ámbitos (social, educativo, familiar y político) y ante la situación de no poder tener una posición digna e íntegra en la sociedad, actúan de forma rebelde y en algunos casos utilizan las falsas salidas, provocados y estimulados por la falta de responsabilidad de las autoridades y medios de comunicación, que al

parecer brindan a los jóvenes espacios llenos de información o esparcimiento ante los ojos de la inmadurez juvenil.

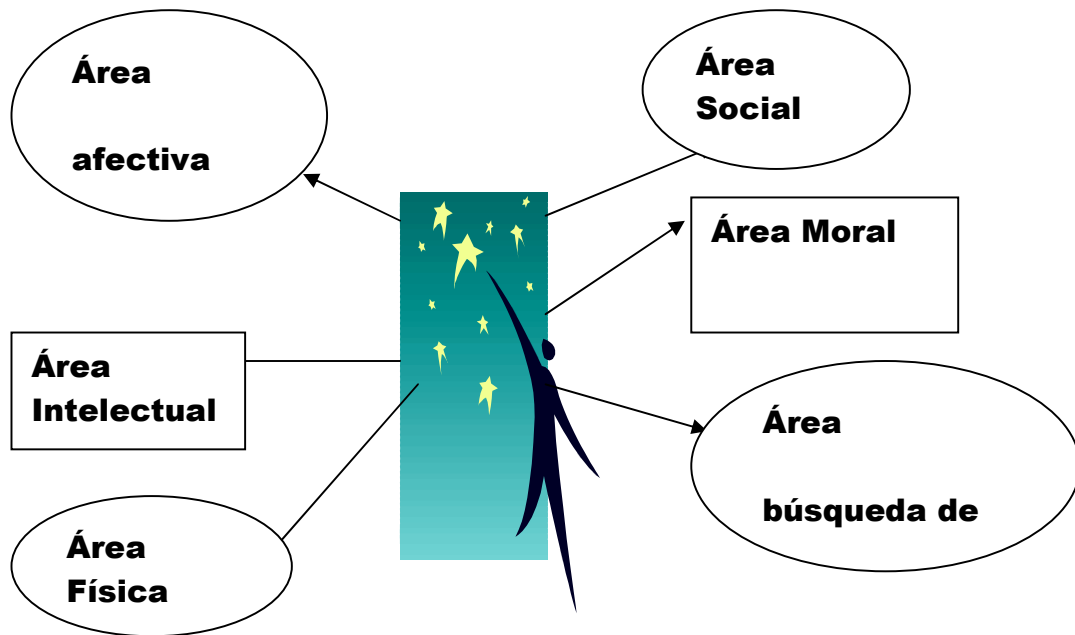
Sin embargo, sabemos que a través de la historia los halos de poder sólo brindan a la conciencia colectiva un poco de su benevolencia para hacer creer que están trabajando en bien de la juventud, cuando son estos mismos círculos de poder quienes facilitan y proporcionan salidas fáciles, sobre todo, continúan adormeciendo al grupo más fuerte que tiene una sociedad, la fuerza joven. Sigue imperando en los tiempos modernos, la falta de compromiso, una doble moral y la ambivalencia de la información pero sobretodo la obstrucción de la verdad. ¿Quiénes son los educadores de nuestros jóvenes? ¿Acaso tenemos los adultos el valor de exigir algo que nosotros no somos capaces de lograr?

No se puede permitir por el bien de estos tiempos y los venideros que la fuerza interna que poseen los jóvenes siga siendo una gran desventaja para ellos mismos porque puede ser canalizada en aspectos negativos o al sometimiento de su propia voluntad a la de otros, como es el caso de ser susceptibles a la manipulación de políticos, sociedad, y medios de comunicación.

La realidad del mundo que vivimos necesita crear modelos educativos eficientes, sanos que sean capaces de aceptar el cambio para sí mismos, humildes y dispuestos a contraer un mayor compromiso social. Sólo enseñando en congruencia, en el ejemplo de nuestros actos y con disposición al cambio de mentalidad, será cuando las autoridades, maestros, y sociedad, estén formando jóvenes positivos, sanos y proactivos.

Es por esta razón, que el estudio de la adolescencia se ha convertido en una labor difícil, pues es necesario entender la epistemología de la adolescencia para crear fundamentos científicos válidos, es decir, es obligatorio conocer los diferentes tipos de conceptos y teorías relacionados a esta etapa. Hoy por hoy y gracias al interés en el tema nos han legado investigaciones, que pueden ser punto de partida para profundizar en el conocimiento de la adolescencia y así proporcionar una perspectiva innovadora acerca del tema.

El conocimiento de un adolescente es muy complejo ya que se encuentra íntimamente relacionado con diferentes factores o áreas de desarrollo por lo que se cree pertinente mostrarlas teóricamente, en el siguiente esquema:



De esta manera, podemos entender que la entrada a la adolescencia, es la etapa más importante, ya que en ella se encierra el presente y el futuro en la vida de un individuo, es el llamado duelo entre un pasado feliz o doloroso; o bien un futuro incierto o estable. En este preciso momento el adolescente se encuentra frente a su propio yo y el mundo que lo rodea.

1.1.1. Concepto de adolescencia

La adolescencia es una etapa del desarrollo humano que se encuentra íntimamente relacionada con la terminación del período infantil y el gran comienzo a la vida adulta. A través de la historia han existido teorías psicoanalíticas, que definen a la adolescencia desde su muy particular punto de vista considerando el

aspecto científico, filosófico, sociológico hasta el psicológico, teorías que por su gran importancia serán analizadas en este inciso.

El adolescente deja de ser niño para vivir su etapa o período de crisis que le permite consolidar su desarrollo fisiológico, cognitivo, emocional y social, para así pertenecer al mundo de los adultos.

La palabra adolescencia deriva de la voz latina *adoleceré*, que significa crecer o desarrollarse hacia la madurez, en términos sociológicos se considera a la adolescencia, el periodo de transición que media entre la niñez y la edad adulta.³

El autor Eduard Muss emplea la definición de la juventud como el último período de la adolescencia, por otra parte las palabras pubertad y pubescencia se derivan de las voces latinas *pubertas*, que significa la edad viril y *pubesceré* cubrirse de pelo; llegar a la pubertad se le considera el logro de la madurez sexual, es decir, la adolescencia termina con la aparición de las características sexuales secundarias y la madurez reproductora. La visión de algunos autores nos puede dar referencia del desarrollo evolutivo que tiene la adolescencia, a pesar de que cada autor crea su propia teoría y conceptos, muchas se complementan con la investigación del otro.

Es importante para aquellos que se dedican al estudio del adolescente conservar una postura ecléctica ya que ésta nos permitirá enriquecer el panorama general de esta etapa. Por lo anterior, se presentarán las diferentes teorías psicoanalíticas que presenta Muss en su libro *Teorías de la Adolescencia*:

³ Eduard Muss. Teorías de la adolescencia S.XX. Buenos Aires, Paidós, 1976. p. 10.

AUTOR	TEORÍA
<p>1. George Stanley Hall.</p>	<p><u>Teoría de la recapitulación:</u> Considera el desarrollo como fases primitivas en la evolución de la raza humana. Para Hall, la adolescencia es un período que se extiende desde la pubertad hasta el estatus (paso a la vida adulta). Denominó a la adolescencia como un período característico de “ Sturm and Drang” que traducida al español significa “tormenta e ímpetu.”</p> <p>También consideró a la adolescencia, como el segundo nacimiento, pues es en este momento cuando aparecen los rasgos más evolucionados y más esencialmente humanos.</p>
AUTOR	TEORÍA
<p>2. Sigmund Freud.</p>	<p><u>Teoría Psicoanalítica:</u> Esta expone que los cambios de la maduración sexual marchan con los componentes psicológicos tales como el instinto sexual, energías libidinales que buscan alivio a la tensión.</p> <p>En la adolescencia existen estrechas relaciones entre los cambios corporales por una parte y las alteraciones psicológicas, la autoimagen por otra. Los cambios de conducta, tales como agresividad, rebeldía, están vinculados con los cambios físicos. Los cambios fisiológicos están relacionados con alteraciones emocionales tales como la depresión, la ansiedad, el desengaño. El contacto consigo mismo lo pone en contacto con otras personas.</p> <p>En la pubertad existe la subordinación de todos los instintos y componentes sexuales a la supremacía de la zona genital “onanismo”.</p> <p><u>Teoría primaria:</u> El adolescente se rige bajo dos instintos biológicos: denominados de auto conservación y reproducción, la primera se considera a las motivaciones egocéntricas, como el hambre el miedo y la autoafirmación; el instinto de reproducción es de índole sexual relacionada con la búsqueda de placer.</p>
AUTOR	TEORÍA
<p>3. Ana Freud.</p>	<p><u>Teoría psicoanalítica:</u> Ana Freud divide la conciencia humana en: ello (compulsiones instintivas) el yo (gobernado por el principio de la realidad) y el súper yo (conciencia).</p> <p>Para ella en la adolescencia existen dos peligros: a) el ello puede anular al yo, en este caso no quedarían vestigios del carácter anterior del joven y la entrada a la vida adulta estaría marcada por un tumulto de gratificaciones no inhibidas de los instintos b) el yo puede vencer el ello y confirmarlo a un área limitada, donde trabajan constantemente numerosos mecanismos de defensa.</p>

3. Ana Freud	<p>También en su teoría expone su referencia acerca del ascetismo y la intelectualización en un adolescente, el primero abarca la renuncia a goces externos, como comida, el sueño y los hábitos, el segundo es el aumento de los intereses intelectuales y el cambio de intereses concretos por otros.</p> <p><u>Factores implicados en los conflictos de la adolescencia:</u> En este aspecto se considera que la fuerza de los impulsos del ello está determinado por los procesos fisiológicos, y endocrinológicos durante la pubescencia. Es en este momento cuando entra en juego la capacidad del yo por superar las fuerzas instintivas o ceder ante ellas, así como también la eficiencia y naturaleza de los mecanismos de defensa a disposición del yo.</p>
AUTOR	TEORÍA
4.Spranger	<p><u>Teoría de la personalidad:</u> Para Spranger existe un ritmo evolutivo en la adolescencia:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) <u>Renacimiento</u>, es cuando surge la adolescencia y por consecuencia el período de estrés, tormenta, crisis que desemboca con el cambio de la personalidad. 2) <u>Crecimiento lento</u>, adquisición gradual de valores y de las ideas culturales sin cambios de la personalidad. 3) <u>El individuo</u> participa en el proceso de desarrollo conscientemente, autocontrol y auto disciplina. <p>Spranger, se le considera al padre de la tipificación del adolescente, es decir asigna tipos de valoración hacia los probables estilos de vida que eligen los adolescentes: estableció ciertos adjetivos, el adolescente preocupado por el cuerpo, por lo estético, el entusiasta, el meditabundo, el tipo activo, tipo aventurero, tipo social, ético, el tipo religioso.</p>
AUTOR	TEORÍA
5.Robert Havighurst	<p><u>Teoría evolutiva:</u></p> <p>Creador de las Tareas evolutivas, estas tareas evolutivas se definen como aptitudes, conocimientos funciones y actitudes que el individuo tiene que adquirir en cierto momento. En su adquisición interviene la maduración física, los anhelos sociales y los esfuerzos personales. El desempeño de dichas tareas redundará en adaptación y en la reducción de la ansiedad socializada. Estas tareas consisten en la aceptación de la propia estructura física y el papel masculino o femenino, como lo son las nuevas relaciones coetáneas, lo fundamental el logro de la independencia emocional de los padres, elección vocacional, desarrollo de aptitudes, elaboración de valores.</p>

Si bien podemos concluir que las diferentes teorías nos dan una visión más general de la adolescencia, confirmando que ésta es una etapa de diferentes cambios donde la infancia deja su vestidura para encontrarse con la lucha de una conciencia adolescente, que le permita equilibrar su estructura mental, social y psicológica, así como el dominio de sus impulsos. La adolescencia vista desde este punto de vista es una oportunidad que tiene el joven a enfrentarse a su crisis, a sus propios cambios para hacer renacer un adulto, fuerte, sano y autónomo en todas sus áreas y así dar por terminado la transición dolorosa y tormentosa.

Por lo tanto, no hay que olvidar que la adolescencia en sí misma se le considera como la etapa del hombre que sigue de la niñez y le precede a la adultez que se inicia con los cambios corporales como lo son los rasgos comunes del proceso de la maduración sexual, es importante reconocer que la adolescencia no solamente está constituida por el desarrollo físico sino también encontraremos lo que es el desarrollo moral social y cognitivo de un adolescente.

1.2. DESARROLLO FÍSICO

El marco del proceso diferencial del desarrollo humano en la adolescencia, lo constituye la pubertad, que es cuando la maduración sexual se inicia, a ésta se le considera el eje de transformaciones biológicas y psíquicas. La pubertad es la etapa en donde se presenta la maduración de las glándulas sexuales, y conlleva a la conquista de caracteres adultos.

El primer indicio de que se está entrando a la adolescencia se presenta en los cambios fisiológicos, durante esa época:

Ocurren cambios en las características sexuales primarias y secundarias, teniendo variaciones individuales, las características sexuales primarias son aquellas que directamente se encuentran relacionadas con los órganos reproductores, tales como el aumento gradual de los ovarios, el útero y la

vagina femeninos y de los testículos, la glándula prostática y las vesículas seminales.⁴

Las características sexuales secundarias incluyen otros signos fisiológicos tales como el desarrollo de los senos en las niñas y el ensanchamiento de los hombros en los jóvenes.

Otras características sexuales secundarias que aparecen en ambos sexos son “los cambios en la voz, cambios en la piel y crecimiento del vello púbico y facial.”⁵ Entonces se puede decir que las características sexuales primarias son las que están ligadas con el desarrollo de los aparatos reproductores, femeninos y masculinos. En el caso de las características sexuales secundarias, éstas tienen que ver con los cambios físicos generales que pueden tener tanto el hombre como la mujer.

Esta investigación dividirá en tres etapas de desarrollo a la adolescencia para aclarar con precisión los procesos que se desenvuelven en los siguientes períodos:

Primera etapa: Es el comienzo del desarrollo, denominado pubertad, se caracteriza por la aparición de los caracteres sexuales primarios; y esta etapa comprende de los 9 a 12 años (dependiendo las diferencias de sexo).

Segunda etapa: Se caracteriza por la aparición de los caracteres sexuales secundarios, comprendiendo las siguientes edades 12 a 16 años.

Tercera etapa: En esta etapa se concluye el desarrollo de los órganos sexuales y sus funciones, llega su máximo crecimiento, esta etapa comprende de los 17 a 18 años.

⁴ Diane E. Papalia. Desarrollo Humano. México, Mc Graw Hill, 1990. p. 385.

⁵ *Ibíd.*

Es muy importante aclarar que todos estos cambios pueden estar sujetos a las diferencias individuales de cada sujeto o a la tendencia secular que significa las características de cada individuo y que son dadas por el área geográfica, raza, cultura e incluso predisposición genética, por ejemplo, en México actualmente se le considera a los chicos entre 19 a 23 años adolescentes tardíos, ya que aún no demuestran las características de un adulto.

Estas, excesivas transformaciones conllevan, al adolescente a experimentar consecuencias en su integración como persona, surgiendo una época de crisis, que genera dudas acerca del desarrollo y a la vez provoca mucha ansiedad, no siempre el adolescente tiene con quien comentar acerca de ellas o si existe alguien muchas veces les da pena o no siempre la persona a quien busca tiene todas las respuestas. Por esta razón, es tan importante para quien convive con adolescentes poseer información y preparación para enfrentarse y acompañarlos en su proceso de la mejor manera.

Es relevante mencionar que los cambios físicos en la adolescencia pueden influir en el estado emocional de un joven, como por ejemplo se ven reflejados en el humor y en la conducta “las hormonas sexuales tienen un papel primordial, en la irritabilidad, enfado y depresión”⁶ de un adolescente, así que estas son un factor determinante para las respuestas emocionales.

Los adolescentes comunican a través de su cuerpo con sus actitudes impulsivas o pasivas, reflejan de una u otra forma los excesivos cambios fisiológicos y emocionales que tratan de manejar, siendo el cuerpo su primer medio de canalización de estas transformaciones.⁷

Por otro lado, es importante reconocer que para algunos autores, la adolescencia se caracteriza por la tensión (estrés), sobre todo para Stanley Hall, quien piensa que en esta etapa la aflicción y el conflicto son inherentes al joven, detonando la

⁶ Laura E. Berk. Desarrollo del niño y del adolescente. España, Prentice, 1999. p. 25.

⁷ *Ibíd.*

búsqueda de identidad⁸. De alguna manera esta idea tiene un sentido lógico ya que como se ha comentado con anterioridad la tormenta de cambios físicos detona la inestabilidad de un niño que abruptamente pasa a ser adolescente. Si para los adultos son sumamente complicados los cambios, solo hay que imaginar lo que ocurre con un adolescente que aún no tiene la madurez emocional para contrarrestar los efectos de éste período ya que no logra tener la madurez emocional o los elementos adecuados para enfrentarse a un mundo nuevo. Son los cambios físicos los que generan inestabilidad en sus áreas personales originando un tiempo de conflicto, tensión, aflicción e inclusive ansiedad.

Por ejemplo, Albert Bandura y Richard Walters, sostienen la idea de que la adolescencia es un período tormentoso, es un mito, argumentan que más bien es una percepción del mundo adulto. Sin embargo, es evidente que todos los cambios físicos, alteran la seguridad de un niño en transición a la adolescencia transformándolo, para algunos jóvenes es un período tormentoso.⁹ Esto no significa que un joven tenga que vivir necesariamente una crisis o una etapa de tormenta siempre, hay que reconocer que hay familias que identifican y ayudan al hijo adolescente a salir más rápido de una fase tormentosa, sin embargo, nos enfrentamos con la ignorancia paternal y educativa que aún impera en nuestros tiempos y que no ayuda mucho a estos jóvenes.

El desarrollo físico, es predominante en el adolescente, ya que este abre la puerta a los diferentes cambios psicológicos, emocionales, sociales e incluso intelectuales. La adolescencia es la etapa más compleja de la etapa humana ya que en ésta aparecen los cambios que consolidan a un joven en la maduración física y madurez emocional. Esta investigación no puede negar que las causas físicas de la adolescencia comprueban la existencia de un momento crítico, lleno de confusión y duda.

Sin duda, los adultos tienen un papel primordial en el desarrollo del adolescente, tanto maestros como padres son responsables de identificar este período como

⁸ Eduard Muss. Teorías de la adolescencia S.XX. Buenos Aires, Paidós, 1976.

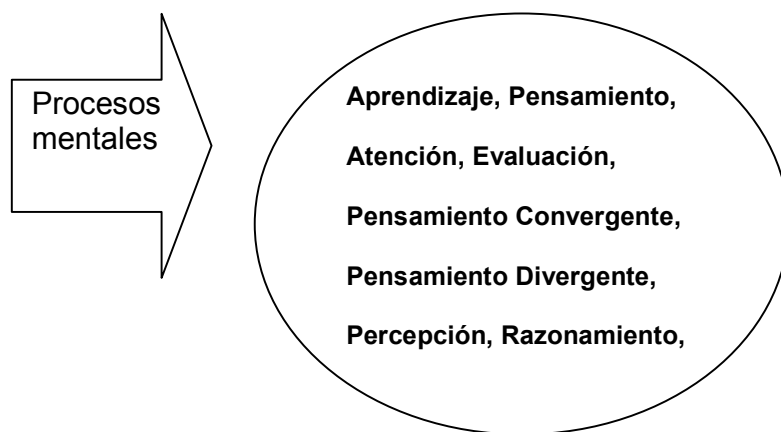
⁹ Albert Bandura, y Richard Walters. Aprendizaje Social y Desarrollo de la Personalidad, Alianza editorial, Madrid, 1987.

único para ayudar a los jóvenes a aceptar, su cambio físico-biológico, como parte de su propia naturaleza y brindarles las mejores alternativas de comprensión y apoyo, ya que de esto dependerá la propia construcción de su autoimagen y autoconocimiento.

1.3. DESARROLLO COGNITIVO

Según Ángel Aguirre, la clasificación de las funciones psíquicas suelen partir de un esquema, generalmente aceptado, que divide la conducta humana en tres grandes áreas: la motora referida al actuar, la afectiva vinculada a los sentimientos y emociones, y por último la cognitiva que comprende el pensar y el conocer.

De acuerdo con lo anterior “enfrentarse a la adolescencia supone uno de los principales aspectos de la personalidad humana: lo cognitivo”¹⁰ ya que el joven empieza a integrar procesos mentales complejos para incluirlos en su sistema de pensamiento, controlar el entorno en que se encuentra, y así lograr el mayor grado de complejidad en las operaciones mentales y llegar a formar el pensamiento adulto. En el siguiente esquema, se presentan estilos mentales:



El desarrollo cognitivo en la adolescencia prepara al joven a entrar al mundo del pensamiento adulto, es decir, cuando es niño apenas su desarrollo se limita al manejo de su capacidad sensorial y motora, es a través de esta capacidad como empieza a conectarse con el mundo y descubrir que existen colores, objetos

¹⁰ Ángel Aguirre. Psicología de la Adolescencia. Barcelona, Boixareu Universitaria, 1994. p.143.

olores y sonidos distintas texturas; sin embargo, aún en esta etapa su discernimiento es aislado no existe la integración absoluta de los hechos.

Sin embargo, cuando finaliza la infancia empieza la adolescencia, “es entonces cuando el joven dará sus primeros pasos en el mundo de la solución de problemas, ya que el grado de complejidad de sus procesos mentales lo adentran en el desarrollo máximo de sus habilidades intelectuales.”¹¹ Por lo tanto, los mecanismos educativos deben ser adecuados al nivel de pensamiento y características de un adolescente, considerando que las instancias educativas y padres de familia tienen la responsabilidad de estimular y promover el desarrollo cognitivo.

A continuación, se darán a conocer algunas teorías y fundamentos científicos, del desarrollo cognitivo, el impacto y su evolución dentro del adolescente:

Cuando el adolescente es capaz de analizar los sucesos que le rodean automáticamente, estamos hablando de procesos cognitivos, que lo llevan a los cuestionamientos lógicos, que le permiten investigar a profundidad las causas y efectos de los acontecimientos; de hecho este proceso mental lo introduce al mundo del pensamiento científico; pasando a la realización de operaciones formales.

Según la teoría de Piaget, mencionado por la autora Diane Papalia, los adolescentes logran su madurez cognitiva hacia “los 16 años y 17 años, la manera de pensar del individuo esta casi totalmente formada, después de esta edad las estructuras cognoscitivas no sufren modificaciones adicionales.”¹² Esta etapa es muy importante, ya que se considera como el inicio de las operaciones formales. Llegar a este nivel de pensamiento, significa que el joven estará preparado para utilizar procesos mentales a su máxima potencia y aplicarlos de forma pertinente a las circunstancias de vida, es decir, puede utilizar de uno o más procesos mentales, según el nivel de complejidad que tenga la solución de un problema.

¹¹ Ibíd.

¹² Diane. E. Paplia. Desarrollo Humano, p 395.

Esta forma de pensamiento formal fomenta la capacidad del adolescente en la interacción con su medio, así como la integración de vivencias y experiencias pasadas, presentes y futuras que a su vez van dotando al adolescente de información para utilizarla en la formación de una ideología o también en la construcción de políticas y teorías filosóficas.

En la esfera intelectual, el adolescente tiene la tendencia de involucrarse en asuntos abstractos y teóricos, construyendo elaboradas teorías políticas o complejas doctrinas filosóficas, que lo ayudan a organizar planes para la completa reorganización de la sociedad, por último se encuentra preparado para entregarse a especulaciones científicas o metafísicas.¹³

Ángel Aguirre menciona, que Piaget “fue el primer autor en formular la primera y gran teoría coherente y sistemática del desarrollo cognitivo humano desde el nacimiento hasta la madurez.”¹⁴ Incluso, muchos modelos educativos en la actualidad se basan en los fundamentos científicos que él propone porque aporta los límites o parámetros cognitivos que permiten ser localizados por edad y características del desarrollo intelectual, de esta manera facilita la elaboración de planes y programas educativos ya que permite reconocer de lo que es el individuo capaz de realizar por edad cronológica.

A continuación, se presentará, el desarrollo evolutivo cognitivo, que según Piaget, todo individuo transita:

“ESTADIOS DEL DESARROLLO”

¹³ *Ibíd.*

¹⁴ Ángel Aguirre. Psicología del adolescente, p.146.

NOMBRE DEL ESTADIO.	CARACTERÍSTICAS.
1.Estadio sensorio motor 0-2 años.	Utiliza los esquemas sensorios motores de succión, prensión, audición, sensaciones desconectadas unas de otras, manipulación de objetos.
2.Estadio preoperacional 2 a los 7 años	Representación mental de los objetos, las acciones y relaciones entre ellos, inteligencia de tipo simbólico, independencia de la manipulación de objetos.
3.Estadio de las Operaciones Concretas 7-11 años	Operaciones, lógicas, operaciones mentales: clasificación, seriación, conservación, reversibilidad, pensamiento lógico-concreto.
4.Estadio de Operaciones Formales 12 años en adelante.	Pensamiento Formal, aparece el mundo real, deducción-lógica, elabora hipótesis, experimentación, pensamiento hipotético-deductivo.

Fuente: Ángel Aguirre” psicología del adolescente”

Desde la perspectiva piagetana, el pensamiento “está compuesto de varias características funcionales del pensamiento formal,”¹⁵ así como también esta compuesto de características formales o estructurales que permiten al adolescente realizar varias operaciones de un grado de complejidad mayor. Por ejemplo, las características funcionales, forman parte del pensamiento formal y son las siguientes:

- **El mundo de lo posible frente al mundo de lo real.** Se refiere a la inferencia del mundo imaginario a lo real, es decir el adolescente que tiene la facultad de conectarse de forma profunda con su entorno es capaz de relacionar los objetos y hechos aislados e integrarlos en su forma de pensamiento, es el mundo de lo posible.
- **El pensamiento hipotético- deductivo.** Este se deriva de la capacidad del adolescente para formular mentalmente una hipótesis o soluciones posibles, cuya validez deberá de contrastar con la realidad.
- **El pensamiento proposicional:** Es el tipo de pensamiento, en que un adolescente, es capaz de operar con proposiciones, es decir, con

¹⁵ Ibíd., p.148.

enunciados, afirmaciones, implicaciones, conjunciones, disyunciones. Estos elementos contienen los datos de la realidad. El pensamiento proposicional, consiste en el manejo de operaciones lógicas que contienen los resultados de otras operaciones más concretas.

El adolescente, cada vez se encuentra preparado para realizar operaciones que combinan altos grados de dificultad, “son muy importantes, las características formales o estructurales del pensamiento formal que propone Piaget.”¹⁶ Éstas permiten realizar transformaciones o diferenciar los elementos del conjunto, llevando a la estimulación del pensamiento abstracto y analítico, siendo las siguientes:

➤ **El grupo de las cuatro transformaciones o grupo de Klein:**

- a) **Composición:** Es la operación que combina dos elementos del conjunto dando como resultado un elemento que pertenece al conjunto, por ejemplo, el adolescente es capaz de distinguir y seleccionar información del exterior para el logro de la unificación cognitiva.
- b) **Asociatividad:** Esta es la combinación de una serie de elementos del conjunto, sin embargo pueden existir elementos independientes que tengan características similares que se les pueda asociar con el conjunto; es decir a pesar de la diversidad de elementos, conceptos e ideas, que existen en el proceso cognitivo el adolescente puede realizar relaciones entre cada una de ellas a pesar de sus diferencias.
- c) **Identidad general:** Denominada elemento de identidad, que cuando se combinan son otro elemento y deja a ese otro elemento idéntico. Es la capacidad de transformar el contenido cognitivo, según el esquema lógico del propio adolescente. Esta facultad, es hacer uso de los elementos, conceptos e ideas y darle un sentido nuevo a los nuevos conocimientos, a

¹⁶ Mario Carretero y Jesús Palacios. Psicología Evolutiva del Adolescente. Madrid, Alianza, 1989. p.47.

pesar de que sean distintas y la vez se puedan integrar; es la posibilidad de desarrollar la parte creativa.

- d) **Reversibilidad:** Para cada elemento del conjunto existe otro elemento que combinado con el anterior da como resultado el elemento de identidad. Es la capacidad de ir en un proceso cognitivo a otro sin perder el equilibrio racional del adolescente. En este caso, se está hablando de la capacidad de ir por cada una de las transformaciones anteriores, de forma espontánea.

Como pudimos, observar anteriormente, el pensamiento formal requiere de facultades mucho más complejas, el adolescente llega a su máximo desarrollo en esta etapa, por eso es conveniente estimular su proceso mental, ya que de esta manera aumentará las posibilidades de un desarrollo intelectual sano y con grandes oportunidades en el medio donde se desarrolle. También para Piaget, “El proceso de internalización es el proceso que está en la base del crecimiento cognoscitivo”¹⁷ es decir, la lógica operacional formal les permite a los adolescentes analizar lo que funcionará y lo que no, empiezan a especular con relación al desenvolvimiento de los hechos, se cuestionan ¿Qué sucedería sí? o ¿Qué pasaría sí?

Es en esta etapa de discernimiento o de transición a la lógica formal cuando aparecen algunos correlativos de la personalidad. Por ejemplo, la reaparición del egocentrismo, a pesar de que en la etapa de la infancia ésta se acentúa en diferentes periodos. En sentido propio, el egocentrismo nunca desaparece en la transición niño a adolescente, sin embargo se lleva a cabo de diferente intensidad o manifestación. En el joven el egocentrismo, según lo describe Elkind, citado en el libro *Desarrollo del Niño y el Adolescente* de Laura E. Berk “equivale a la persuasión del adolescente de que él o ella es de alguna manera exclusiva(o) y único (a), y se convierte en el foco de preocupación de otro, lo cual extiende su conducta al igual que su apariencia al protagonismo.”¹⁸ Es decir, un adolescente

¹⁷ Laura E, Berk. Desarrollo del niño y el adolescente, p.157.

¹⁸ *Ibíd.*

siempre cree ser el foco de atención, piensa e imagina que en cualquier momento el mundo exterior le tienen puesto los ojos a su particular ser, por eso Elkind maneja lo que es un público imaginario y la fábula personal. La primera se refiere a como el mundo exterior se mantiene observando al adolescente; la segunda es la forma en que vive un adolescente sus sentimientos y experiencias, para él son únicas, en este momento existe el distanciamiento entre el mundo adulto y él, se rehúsa a obedecer a las autoridades e incluso esta fábula personal da por consecuencia una oposición obstinada y un gran negativismo.

Analizando la información anterior, el desarrollo intelectual no sólo da la capacidad creadora y cognitiva del individuo, sino también colabora en la formación de la autoconciencia del adolescente, ya que el propio egocentrismo le propicia a ser el centro de atención de su familia, amigos y sociedad, lo ponen en una situación de autocrítica y alabanza de sí mismo.

Otro de los aspectos importantes, como consecuencia del egocentrismo es la aparición del idealismo, “los adolescentes se esfuerzan por adaptar su ego al ambiente social y por otro lado, con ese mismo empeño buscan adaptar el ambiente a su ego.”¹⁹ Siendo este aspecto algo difícil ya que para el adolescente la adaptación depende de sus propias circunstancias de vida, del entrenamiento y formación suficiente para la asimilación entre la lucha de su propia conciencia.

Es importante mencionar que como consecuencia del egocentrismo se obtiene la sensibilización del adolescente hacia la situación general del mundo en el que vive. Por consiguiente, su capacidad crítica y de análisis lo llevan a tomar decisiones en función de su esquema personal, intelectual, moral y a su facultad para innovar estilos de vida y buscar determinadamente implementar su diferencia a través de movimientos revolucionarios o manifestaciones de identidad o hasta incluso por medio de la moda realizan la forma que deberán

¹⁹ Ibíd.

mostrarse al mundo exterior como por ejemplo los emos y darketos en nuestra actualidad. Hay que destacar que la elección de pertenecer a un grupo de estos el día de hoy, ya no es función del libre albedrío de nuestros jóvenes sino de modelos prefabricados y establecidos por la conciencia colectiva juvenil, que no permite la formación de la individualidad.

Por último, podemos decir que algunas de las características cognitivas principales son la capacidad de abstraer y la capacidad para elaborar hipótesis independientes de los datos empíricos y referidas a diferentes posibilidades a las que se dan en la realidad; estas capacidades permiten al adolescente elaborar mentalmente posibles alternativas frente al mundo real en que vive y donde podría escoger eliminar algunas situaciones que no le satisfacen como las injusticias y el dolor, por lo tanto, descubre que existen otras posibilidades de la realidad diferentes a las que han sido dadas por sus progenitores.

En cuanto el pensamiento formal va madurando, el adolescente adquiere la habilidad para conjugar más acertadamente la teoría con los hechos, así como también va haciendo una paulatina inserción en el mundo laboral, social y cultural.

1.4. DESARROLLO MORAL

Actualmente el desarrollo moral se ve mermado por la falta de capacidad social para proporcionar al adolescente un ambiente basado en la integración de valores, pero sobretodo ha lanzado al adolescente a la toma de decisiones incorrectas que lo llevan a crear un mundo liberal y precoz donde los valores vienen a formar parte de un segundo plano.

Por ejemplo, en cuanto a la sexualidad, los medios de comunicación se han encargado de influir en el descubrimiento del sexo de forma más temprana sin tener en cuenta los riesgos de contagio sexual y también estimulan una conducta de promiscuidad y de falta de responsabilidad. El joven de hoy no establece un

contexto de su propia sexualidad, considera que el sexo únicamente le proporciona placer y no otras condiciones como lo es el amor como valor y la conducta responsable en el que debe verse inmerso una pareja o el fin último de la propia sexualidad como lo es la procreación.

Por otra parte, nos encontramos con un joven que le cuesta trabajo elegir entre el bien y el mal, llevándolo a conductas socialmente inadecuadas, como lo son la delincuencia, la fármaco dependencia o el alcoholismo, por mencionar algunas. Incluso esto, nos refleja la ausencia de límites y de formación moral, ética y espiritual, por parte del mundo adulto.

Los valores, se refieren a la asignación de significado a conductas o cosas, en ellas se traslada un valor o estima. Para los jóvenes, los valores son guías que orientan sus propias conductas; éstas se establecen a través de lo que es y no es aceptado dentro de las normas sociales, creando un lazo de dependencia entre lo que se debe hacer o lo que otros dicen que se tienen que hacer, siendo esta situación un factor de riesgo para aquellos jóvenes que no poseen una sólida educación en valores.

Un valor define lo correcto y lo incorrecto, lo bueno y lo malo, lo feo y lo hermoso dentro de una cultura, es decir, lo que es importante para un grupo de personas, para otro no lo es, sin embargo, no olvidemos que siempre existirán valores universales que regirán la conducta humana. En la actualidad los valores son cambiantes, han bajado su jerarquía y su importancia, incluso son parte hasta de una moda, atentan la integridad de los adolescentes, por lo que se ven expuestos a una sociedad que carece de valores y por ello desconocen la importancia de vivir una juventud dentro de los límites de los valores.

Considerando, que el desarrollo moral tiene una gran complejidad e impacto en el joven, es importante analizar las teorías que abarcan este tema para entender

la conducta y el desarrollo moral del adolescente. Por este motivo, nos dedicaremos al análisis y estudio del desarrollo moral en un adolescente. Para muchos autores el desarrollo moral comienza en el momento que el individuo ya se encuentra en el nivel de las operaciones formales. De acuerdo con Kohlberg “las personas deben ser capaces de un razonamiento abstracto para entender los principios de la moral universal, aclarando que es un desarrollo cognoscitivo avanzado.”²⁰ Es decir, en la medida que formemos a los adolescentes en la capacidad de análisis y autocrítica serán capaces de comprender y elegir los valores morales que mejor le convengan a su integridad humana.

Es necesario conocer las diferentes posturas que varios autores han defendido acerca del desarrollo moral, ya que esta investigación considera que el grado de complejidad de éste requiere ser tomado en cuenta desde diferentes ángulos teóricos que permitan y faciliten la integración moral de un adolescente.

A continuación, se realizó un resumen, tomando en cuenta, la recopilación de teorías de desarrollo moral, según Ángel Aguirre:

AUTOR	TEORÍA DEL DESARROLLO MORAL
1.Ausbel	El desarrollo moral lo divide en tres partes: <u>Etapa presatelizante:</u> Sometimiento a la autoridad más que una aceptación. Las reglas son externas al individuo, normalmente se da en la infancia.

AUTOR	TEORÍA DEL DESARROLLO MORAL
1.Ausbel	<u>Primera etapa satelizante.</u> Esta empieza en la transición de la infancia a la adolescencia y se caracteriza al darse cuenta de la dependencia de sus padres en

²⁰ Diane E, Papalia. Desarrollo Humano, p. 397.

	<p>cuanto a la dirección volitiva y decide asumir un no satelizante respecto de sus mayores, con lo cual va surgiendo en él la necesidad de asimilar sus valores por sí mismo.</p> <p><u>Etapa satelizante final:</u> Empieza en la adolescencia, esta se caracteriza porque los sentimientos de responsabilidad moral adquieren una dimensión social y dejan de centrarse en la relación entre padres e hijos. Se toman principios de justicia y responsabilidad que se fundan en relaciones exteriores a la familia inmediata.</p>
AUTOR	TEORÍA DEL DESARROLLO MORAL
2. Bandura	<p>Los adolescentes aprenden las normas morales sobre todo a través de la identificación con los padres, esta teoría además de pensar que la identificación es inductora de juicios morales maduros, cree que la motivación lleva al individuo a querer ser moral, ésta se basa en la autoestima, la competencia o el deseo de aceptación, sobretodo para responder a necesidades biológicas o reducir la ansiedad o temor.</p>
3. Freud	<p>Freud, basa su teoría del desarrollo moral, en la resolución del complejo de Edipo y la aparición del superyo, este surge, por tanto, como consecuencia de la identificación del niño con sus padres y supone la introyección de las normas y los ideales paternos.</p> <p>Los eufreudianos señalan que los adolescentes no introyectan solamente las normas paternas, sino que internalizan las normas de la cultura.</p>
4. Piaget	<p>Toda moral consiste, en un sistema de reglas y la esencia de cualquier moralidad. Lo moral se busca en el respeto que el individuo adquiere hacia estas reglas.</p> <p>Moral heterónoma: Se funda en una ética de la autoridad, se denomina realismo moral, y conlleva tres aspectos:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. El deber, se considera como todo acto encaminado a obedecer bien una regla o a un adulto, esto es bueno, por lo contrario, todo acto que no obedezca a la regla o al adulto será un acto malo. El bien se define válgame la redundancia por el bien de la obediencia. 2. Las reglas, se deben respetar al pie de la letra, son sangradas y no se pueden cambiar. 3. Es la unión de las anteriores. <p>La moral autónoma: Es de tipo igualitario y democrático, donde se procede según las reglas morales propias, inspiradas por el respeto mutuo y la cooperación con otros.</p>
AUTOR	TEORÍA DEL DESARROLLO MORAL
5. Kohlberg	<p>Diferentes tipos de razonamiento moral:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. <u>Nivel I:</u> Premoral Entre los cuatro y los diez años; en este nivel se destaca la importancia que tiene el control externo. Las normas son impuestas por

	<p>los demás, esta caracterizada por juicios, castigo u obediencia.</p> <p>2. <u>Nivel II</u>: Moralidad de ceñirse a la función convencional: Se da entre los 10 y 13 años. Son capaces de tomar las funciones de figuras de autoridad lo suficientemente bien como para saber si una acción es buena según sus normas. En esta etapa tratan de mantener buenas relaciones y someterse a las reglas.</p> <p>3. <u>Nivel III</u>: Moralidad de principios morales autoaceptados. Se alcanza a partir de los 13 años en adelante, o cuando se es un joven adulto, o a veces nunca. En este nivel es cuando se llega a la verdadera moralidad. Por primera vez, el individuo se da cuenta que puede existir un conflicto entre dos normas que están aceptadas socialmente y trata de decidirse por una de las dos. El control de su conducta ya es interno. Es el último paso para la formación de la moralidad de los principios individuales de la conciencia.</p>
--	--

El desarrollo moral se ve integrado por la identificación de normas y códigos adultos que permiten al adolescente formar su propia concepción moral de él mismo y el mundo que lo rodea. “Hay que recordar que todas las personas tienen creencias, esquemas o guías que determinan su conducta. Incluso los más liberales tienen su propia tabla de valores y son tan dignos de respeto como los más conservadores.”²¹ Por esto es tan importante ser cuidadoso en la enseñanza de estos valores ya que así se da la posibilidad de formar adolescentes flexibles y abiertos ante las posturas de los demás.

El adolescente crea su código moral a lo largo de su niñez y lo desarrolla a través del proceso de aprendizaje por asimilación de la moralidad vivida en su entorno (aprendida de los padres, autoridades y sociedad) y transformada a su propia conducta. La forma de asimilación de lo moral en un adolescente se puede dar de diferentes modos como el aprendizaje por ensayo y error o por identificación, inclusive por enseñanza directa.

El desarrollo moral del ser humano está inmerso y actúa guiado por un conjunto de normas más o menos consecuentes de pensamiento y de

²¹ Susan Pick de Weiss y Elvia Vargas. Yo adolescente, p. 75.

acción, aceptadas o no, libres y conscientes, son las que regulan la conducta individual y social del hombre.²²

La problemática de lo moral en el adolescente tiene un impacto directo en el ámbito psíquico, es decir, en las funciones del “yo” considerado el elemento que proporciona el acercamiento con la realidad dinámica del mundo en el que vive. El yo psíquico, según Evaristo Fernández es:

La fuerza psíquica del ser humano, que envuelve la suma de la conciencia personal, verifica las informaciones provenientes de los sentimientos del medio exterior, orienta las exigencias de responsabilidad y de decisiones individuales, filtra parcialmente las conquistas del súperyo y dinamiza las estructuras de identidad, por medio del perfeccionamiento cualitativo de las apetencias, inclinaciones e impulsos, de las vivencias de nuevas y diferentes experiencias y de la adquisición de un equipamiento intelectual nuevo y diversificado.²³

El “yo” de un adolescente se le considera como un “yo” incompleto, un “yo” que fácilmente se puede perder con el yo de los demás, es vulnerable y sobretodo su proceso es inmaduro; pero también su “yo” es creador, idealista, ávido de aprendizaje y vivencias nuevas que lo conformen, como por ejemplo:

A través del descubrimiento de sí mismo, mediante la introspección y mediante las relaciones con los demás, denominados como fenómenos de naturaleza psico-afectiva y social que llevan al adolescente a buscar patrones de comportamiento, referencias afectivas, influencias y dependencias exteriores.²⁴

Se considera que el autoconocimiento del yo puede ser la llave que despierte la conciencia humana. Esta es una labor difícil para el adolescente ya que para él

²² Ángel Aguirre. Psicología de la adolescencia, p. 276.

²³ Evaristo Fernández. Psicopedagogía de la adolescencia. Madrid, Alianza, 1989. p. 63.

²⁴ *Ibíd.*, p. 63.

puede resurgir la llamada “rebelión de la conciencia infantil”²⁵ donde el joven, manifiesta el conflicto por aceptar las normas, así como la necesidad de desprenderse de las cadenas dependientes de su actuar infantil, sin embargo puede aprovechar este momento para buscar su autonomía del medio en el que se desenvuelve, para elegir por lo que más le conviene y tratar de alejarse de la influencia que ha tenido la autoridad en su formación moral.

Por esta razón, es importante educar en los valores ya que permite ayudar al adolescente en la adaptación de una conciencia moral, para que de esta manera pueda tomar decisiones adecuadas así como también pueda protegerse de la presión que ejercen en él los demás para realizar acciones en contra de su integridad humana.

La formación en valores es el camino para lograr prevenir los sentimientos de culpa y frustración que usualmente aparecen cuando se actúa en contra de los valores propios y cuando se ejercen en función de los valores de los demás. “El tener una conciencia clara de nuestros valores sirve para defendernos y hacer frente a la presión y chantaje que los demás desean ejercer sobre nosotros especialmente cuando somos adolescentes.”²⁶ Y de esta manera permite desarrollar en los jóvenes una convicción frente a sus propias decisiones.

Por último, es imprescindible darle la importancia a lo moral, se debe formar al adolescente capaz de reflexionar acerca de lo que más le conviene, con un alto nivel axiológico, que lo lleven a caminar su vida personal, profesional y familiar en plenitud, pero sobretodo a la toma de conciencia autónoma moral, pensando siempre en las consecuencias de sus acciones, así como la práctica de su libre albedrío, siempre buscando el bien propio y el de los demás.

²⁵ Irene Mlikien. El adolescente y su mundo, Madrid, Narcea, 1970. p. 84.

²⁶ Susan Pick y Elvia Vargas. Yo adolescente, p. 73.

1.5. BÚSQUEDA DE LA IDENTIDAD Y DESARROLLO SOCIAL

La adolescencia se considera como un período de transición en la aproximación de las tareas cognitivas hacia los pensamientos morales y hacia los intereses psicosociales, por lo que la estructura de la identidad es dinámica y cambia con la edad. El proceso de búsqueda de identidad “éste ni empieza ni acaba en la adolescencia, empieza con el objeto de diferenciación en la infancia y alcanza su fase final con la propia integración del género humano en la edad adulta”.²⁷ Sin embargo, es en esta etapa donde el adolescente inicia la búsqueda de sus propósitos y autoconocimiento.

A continuación, se presentarán algunas reflexiones, que realiza Erik Erikson, en su libro *Sociedad y Adolescencia*:

Menciona que la crisis de identidad en la adolescencia es psicológica y social, en su clímax puede ocasionar estados mentales opuestos, tales como un sentido de fragilidad que se manifiesta a través de los estados de ánimo, como lo son la rebeldía o la confusión entre otros. Por otro lado, comenta que el aspecto social de la identidad es el proceso mediante el cual el joven debe encontrarse así mismo y encontrar su posición frente a la sociedad, es decir, el conocimiento de sí mismo dependerá de los modelos parentales y después de los modelos comunitarios, por desgracia la formación de identidad de un adolescente depende de la coherencia ideológica del mundo.²⁸

También subraya en su obra que las crisis en ocasiones son escasamente perceptibles y en ocasiones son muy marcadas. En algunos períodos de la historia las crisis de identidad se presentan sin ningún ruido, en otras, las crisis están claramente señaladas como un período crítico, donde puede surgir la

²⁷ Mariana Martínez. Análisis del discurso sobre la identidad. (Bases de datos en línea) Universidad Autónoma de Barcelona, 1987. Disponible: 1 de abril de del 2008; <http://antalya.uab.es/liniguez/Materiales/discursoidentidad.pdf>.p.9.

²⁸ Erikson, Erik h. Sociedad y Adolescencia. México, Siglo XXI, 1991.

identidad negativa, que es la suma de todas aquellas identificaciones y fragmentos de identidad que el individuo tiene que sumergir en su interior como indeseables o mediante los cuales se hace sentir como diferente.²⁹

Muchos de nuestros adolescentes se ven inmersos en decisiones que tienden a agredir su integridad y naturaleza, otros se encuentran, en el hecho de suplir conductas indeseables en sus acciones, originando despertar una ira específica hacia sí mismo que obstruye su oportunidad al éxito. La naturaleza del conflicto de identidad, depende del pánico latente infiltrado dentro de un período histórico, en el cual, cada adolescente deposita su creencia en el ciclo cronológico que vive.

Por ejemplo, algunos períodos en la historia se vuelven vacíos de identidad a causa de tres formas básicas: la primera es la aprensión humana donde existe una duda constante y temor hacia cómo resolver el presente y futuro, la segunda son los miedos despertados por hechos nuevos, tales como descubrimientos e inventos (incluyendo armas y avances tecnológicos acelerados) y la tercera son las ansiedades despertadas por peligros simbólicos percibidos vagamente como una consecuencia de la desintegración de las ideologías existentes como los son, la religión, la política, la cultura y economía. Estas formas básicas pueden presentar una amenaza y estado de confusión en el desarrollo de la identidad en un adolescente.

Erikson definió a la identidad psicosocial en tres órdenes en los que el hombre vive todo el tiempo:

- **El orden somático** por el cual un organismo busca mantener su identidad en una renovación constante de la mutua adaptación con el medio ambiente.
- **El orden yoico** se refiere a la integración de la experiencia a la conducta personal para la formación de la identidad propia.

²⁹ Ibíd.

- **El orden social** es el que se mantiene unido por organismos vivos que comparten una ubicación histórico-geográfica. Es decir, se puede considerar como la identidad social o conciencia colectiva.

Por otra parte, divide el proceso de identidad de los adolescentes de la siguiente manera:

- **El sentimiento** consciente de la identidad individual.
- **El esfuerzo** inconsciente por la continuidad del carácter personal.
- **La síntesis** del yo y sus correspondientes actos.
- **La interiorización** de la solidaridad con la identidad e ideales de grupo.

Considera, a la adolescencia como el momento evolutivo de la búsqueda y de la consecución de la identidad del individuo, por lo tanto, identifica en este proceso autorregulador la existencia de tres momentos: autoobservación, autoevaluación y autoesfuerzo, donde los dos primeros momentos pertenecen al orden del conocimiento de sí mismo, de un conocimiento primero observacional que contempla los aspectos autodescriptivo y valorativo del autoestima en la apariencia de su figura corporal. El último hace referencia a la energía necesaria que hace uso el adolescente para el logro de objetivos.

Si analizamos lo anterior, podemos argumentar que la esencia del individuo es el encuentro con su identidad personal, espiritual, social y cultural; esta identidad únicamente se logra a través del contacto con el entorno. Un adolescente con identidad es un ser con sentido de orientación hacia el autoconocimiento y una vida plena. Sobre todo se puede verificar que la formación de identidad en la etapa adolescente está profundamente vinculada con el desarrollo social.

Por este motivo, es necesario fomentar el contacto con el grupo de compañeros de pares, con la familia y las autoridades. La interacción con los compañeros en la adolescencia desempeña funciones parecidas a las de la niñez, pero de manera

quizá más decisiva; el grupo pasa a constituir una institución socializadora por antonomasia, en donde el adolescente consigue un estatus y recaba su autoconcepto.

El adolescente necesita compartir sus sentimientos, dudas, temores y proyectos con otras personas, y difícilmente puede hacerlo con los padres, que muchas veces no lo comprenden, aunque pongan mucho esfuerzo en ello, la mayoría de las veces el adolescente, compartirá sus vivencias con los compañeros.

El adolescente se encuentra en el proceso de romper los lazos familiares y para eso necesita desesperadamente del apoyo, la aprobación y la seguridad que le proporciona el grupo de sus iguales. En este período la amistad es la fuente inspiradora del adolescente ya que aprende a crear lazos afectivos con los que considera realmente sus amigos. Experimenta sentimientos de lealtad, solidaridad, respeto por aquellas personas que son recíprocas con él; vive con intensidad la búsqueda de amigos y emprende el viaje al encuentro de su alma gemela. Llega a desarrollar ideales y mecanismos de identificación sentimental con aquellas personas que representan un modelo para él, por eso es tan frecuente escuchar que en esta etapa, es muy común el amor platónico.

La red de relaciones que empieza a crear el adolescente con la sociedad y con la subcultura de los coetáneos se produce sin problemas. Sin embargo, una clara definición familiar y social en la transición de la dependencia a la independencia trae consigo, procesos de socialización que conducen al desarrollo moral y la interiorización de valores, de forma adecuada.

El adolescente sufrirá algunos cambios personales drásticos, “como cambios de conducta separación con su núcleo familiar, pero sobretodo encontrará en el medio social, los aprendizajes precisos que le faciliten su madurez y sobretodo su estabilidad emocional.”³⁰ La socialización es un proceso complejo ya que el hombre por naturaleza es un ser social, desde su infancia trata de incorporarse a

³⁰ Susan Pick y Elvia Vargas. Yo adolescente. p. 13.

su medio y trata de encontrar un lugar único en él. Por ejemplo, para el adolescente, la socialización se convierte en un vehículo de conocimiento propio y de trascendencia en el medio que se desenvuelve, ya que el aspecto social responde a la búsqueda de su nueva identidad. A partir de este momento, se ve inmerso en cambios drásticos, llamados:

Núcleos de pertenencia como lo son principalmente la familiar y el vínculo grupal que le proporcionan al joven todo aquello que anhela encontrar, una seguridad, un reconocimiento social, un marco afectivo y un medio de acción, un espacio vital e imaginario, todo esto fuera del dominio del adulto.³¹

Hablar de la socialización, es hablar de un hecho complejo dentro del desarrollo evolutivo del ser humano en el caso de la adolescencia, comprende la búsqueda del conocimiento propio; basándose en la consolidación de sus competencias específicas o en su capacidad de enfrentarse a su propia realidad y al entorno social. Es evidente que para que esto suceda el adolescente se verá inmerso en ajustes de adaptación que lo llevarán a la internalización personal de valores, normas, pero particularmente desde un enfoque cultural, social y familiar.

De hecho, el proceso de socialización para el adolescente, es complejo ya que “la adaptación no se presume fácil, ni tampoco los adultos se la ponen fácil, enfrentándole a veces a demandas contrapuestas como: pórtate como un adulto, cuando seas mayor o cuando ganes tu dinero.”³² De esta manera se ejerce una presión hacia el adolescente que muchas veces se ve en la posición de duda e incertidumbre provocando la elección de conductas sociales inadecuadas.

Las conductas sociales que típicamente suelen comenzar en la adolescencia, el consumo de alcohol y drogas, violencia, automarginación social, delincuencia, despiertan en la sociedad, elementos de orden como lo son las medidas represivas, que se hacen caer sobre los adolescentes por conductas

³¹ Ángel Aguirre. Psicología del Adolescente, p.184.

³² Evaristo Fernández. Psicopedagogía de la adolescencia, p. 99.

problemáticas o etiquetas de sociópatas, desviados o inadaptados sociales y otras similares.³³

Es importante considerar el punto anterior ya que denota la incapacidad social del mundo adulto por poder solucionar los problemas que imperan en el mundo adolescente y así como también la falta de habilidad por ejercer una autoridad con respuesta asertiva y democrática.

En conclusión, no hay que olvidar que el individuo por naturaleza es un ser social; el desarrollo psicosocial en el adolescente es necesario para facilitar su identidad y de eso dependerá su adaptación con éxito en cualquier ambiente en el que se desenvuelva. El adolescente, al no vivir esta etapa de forma normal puede crear algunos problemas que afecten su conducta o en el caso extremo manifestar conductas antisociales que reflejan un estado de conflicto o en su defecto pasar la transición adolescente adulto con el mismo nivel de pensamiento y conflicto; sin lograr la madurez emocional necesaria para llegar a ser un adulto sano.

Por eso la multiplicidad de los cambios físicos, cognitivos, sociales y psicológicos, producen en el adolescente estados de conflicto, así como también, estados de frustración ya que aún no tiene la capacidad para manejar situaciones nuevas, su falta de habilidad para mantenerse estable es evidente. Por esta razón, las instituciones educativas y los padres de familia deben crear estrategias para preparar al adolescente en la solución de conflictos y en el desarrollo de la competencia emocional. Siendo los dos próximos capítulos una ventana de cómo los jóvenes afrontan los problemas o conflictos en relación al manejo de sus propias emociones, por lo que se rescata la importancia de la educación emocional.

³³ *Ibíd.*, p 99.

CAPÍTULO 2

“RESOLUCIÓN DE CONFLICTOS, RETO PARA LA VIDA”

Como se planteó en el anterior capítulo, la persona que no vive la adolescencia de una forma adecuada, puede crear en su manera de percibir y enfrentar el mundo algunos problemas que afecten su conducta. En el caso extremo puede manifestar conductas antisociales, que reflejan un estado de conflicto que no le permiten desarrollarse plenamente como joven y utilizando todas sus facultades.

El presente capítulo considerará las definiciones y conceptos generales de la resolución de conflictos, su impacto en la vida, así como la diferencia entre conflicto y problema para dar un panorama general de los problemas que viven día a día los adolescentes. Por otra parte, presentará las áreas de conflicto que un adolescente tiene que afrontar durante su vida cotidiana, tomando en cuenta el significado de afrontamiento y su impacto en la solución de problemas.

El contenido de esta investigación busca enmarcar todos los aspectos necesarios de la forma en la que un adolescente vive los conflictos y soluciona problemas en su vida cotidiana brindando un enfoque teórico y humano de la forma en que el adolescente de hoy se enfrenta a su propio mundo.

2.1. INTRODUCCIÓN A LA RESOLUCIÓN DE CONFLICTOS

Actualmente, la resolución de conflictos tiene que ver también con la habilidad o proceso por el cual un individuo da respuesta asertiva¹ o en su defecto se considera como la capacidad de resolver satisfactoriamente un problema o conflicto. Resolver conflictos para un adolescente requiere de una preparación y

¹ **Asertividad:** Es la capacidad de expresar los sentimientos, ideas y opiniones de manera, libre, clara y sencilla, comunicándolos en el momento justo y a la persona indicada. Es respetarse a sí mismo, respetar a los demás, siendo honesto, directo y apropiado. Por lo tanto, es la capacidad que posee una persona para desarrollar el éxito en la vida.

de un entrenamiento, pues en muchas ocasiones las estrategias lo harán resolver sus propias emociones de la manera más eficaz a los problemas del ámbito escolar, familiar y social, esto requiere del manejo del pensamiento y emociones que se exteriorizan, siendo esto necesario para el desarrollo sano de cualquier persona.

La psicoterapeuta, Laura Galaso, retoma la visión que tenían los investigadores D Zorrilla y Golfried en los años 70, quienes abrieron camino en la forma que los individuos viven los conflictos y cómo los solucionan; y determinaron que una de las técnicas apropiadas para la resolución de conflictos es la terapia para la resolución de problemas, la cual definen:

Como un proceso cognitivo afectivo conductual a través del cual un individuo o grupo trata de identificar, descubrir o inventar medios efectivos para manejar los problemas que encuentra en su vida, además de evaluar las decisiones más convenientes y su ejecución, se trata de que el sujeto pueda controlar sus conductas y emociones mientras resuelve un conflicto.²

Analizando esta idea, la resolución de problemas determina el medio indispensable para que el individuo sea capaz de ejercer medidas resolutivas ante las situaciones que le generan conflicto.

Para la autora Dora Freid, la resolución de los conflictos es una herramienta en la vida diaria, los conflictos son inherentes a la vida humana porque las personas los necesitan ya que los conflictos para algunos individuos, son una oportunidad de crecimiento y madurez.³ Lo anterior permite hacernos un cuestionamiento importante ¿Es verdad que el conflicto es ya una conducta inherente en el ser humano? o es únicamente una postura más, entre tantas percepciones humanas, ya que sí se plantea la siguiente pregunta: ¿A caso el individuo no tiene

² Laura Galaso, op. cit.

³ Dora Freid. Resolución de Problemas. España, Granica, 2000.

la capacidad de elegir por la estabilidad constante de sus circunstancias? Entonces se puede decir que lo importante es cambiar las estrategias y la mentalidad hacia el significado del conflicto:

Los conflictos ocurren cuando pueden ser manifiestos y se dan de forma abierta cuando las personas evitan determinados temas y evidencian su incomodidad o desagrado hacia alguna circunstancia, retomando que cuando los conflictos sean manifiestos se podrá ayudar a la solución.⁴

Mientras que se evada la realidad y exista incomodidad o desagrado que perdure no permitirá al individuo solucionar sus problemas. En este caso se indica que el manejo de las emociones y sentimientos son el primer paso en el nivel consciente para dar solución a los conflictos.

Refiriéndonos a las reflexiones de Laura Galaso y Dora Freid, es importante analizar que la estructura del proceso de resolución de problemas, es la misma estructura que utilizan muchos autores para la resolución de conflictos ya que casi todos implican de una u otro forma a lo cognitivo afectivo y conductual como elementos necesarios para que un individuo sea capaz de solucionar.

Retomando a Dora Freid, ella hace una recopilación del enfoque de Bus, Folger y Kolb, Littlejoh, quienes brindan una visión más amplia y menos polarizada del conflicto; facilitando el entendimiento para la resolución constructiva y la connotación positiva de los conflictos ya que “la visión positiva del conflicto contempla la posibilidad de dar un rumbo constructivo a las diferencias y vislumbra una variedad de opciones en la forma de responder, el conflicto puede ser visto como una señal para el cambio.”⁵

Hablando de la adolescencia, se le considera, como una etapa evolutiva del desarrollo. Es una fase que ofrece grandes oportunidades de crecimiento y

⁴ Dora Freid. Resolución de Problemas. p.99.

⁵ *Ibíd.*, p.99.

obtención de resultados positivos, se caracteriza por diversos cambios y crisis cuyas resoluciones de conflictos determinan en gran medida la calidad de vida adulta. En este proceso los factores ambientales y sociales que intervienen son muy importantes, las dificultades que enfrenta un adolescente dependerán de la situación y circunstancias psicológicas del él y de su familia. La superación de las crisis y la adquisición de nuevos recursos son medios que el adolescente puede resolver en la cotidianidad en estrecho contacto con el ambiente familiar y socio cultural. A medida que se incrementa la expresión en los jóvenes respecto a sus roles e identidad, ellos y su familia expresarán sentimientos intensos y positivos que proporcionan una menor tendencia al conflicto.

2.1.1. Resolución de Conflictos

Mauro Rodríguez, psicólogo y especialista en el área de creatividad, define a la resolución de conflictos como la capacidad de eliminar “el estado emotivo doloroso producido por una tensión entre deseos opuestos y contradictorios, incluso una de las formas más comunes de experimentar el conflicto es el estrés, la presión y la tensión a nivel físico y emocional.”⁶ Para él, las áreas más frecuentes de conflictos en un individuo se desarrollan a nivel personal y en su medio laboral. Por lo que la presente investigación contempla que las áreas más importantes en un adolescente son su medio familiar, escolar y social para el desarrollo adecuado de la competencia emocional dentro de la solución de conflictos.

Para Mauro Rodríguez la palabra conflicto proviene etimológicamente “de la palabra latina conflictus es un compuesto del verbo flígere, flictum de donde deriva aggigere, affictum, afligir, infligir, significa chocar.”⁷ Menciona que el conflicto es la esencia de la vida, el individuo constantemente se encuentra en amenaza de situaciones que ponen en riesgo su estabilidad e integridad, sin embargo, esta amenaza le confiere a la persona una gran capacidad de lucha.

⁶ Mauro Rodríguez. Manejo de Conflictos. México, Manual Moderno, 1990. p.14.

⁷ *Ibíd.*, p.15.

Hay que pensar sobretodo que los hechos y realidades del ser humano, en su mayoría, están constituidos por los conflictos ya que a través de la historia el ser humano se ha enfrentado a diferentes tonalidades de conflictos entre lo que quiere y las exigencias sociales, poniéndolo en un estado de decisión que muchas veces sólo le conlleva a la duda e incertidumbre.

También, el conflicto puede denotar un grado de irregularidad cuando se convierte en norma en la vida de alguien o cuando define el conjunto de comportamientos; por lo tanto, si el conflicto ocupa gran parte de nuestra existencia, es necesario desarrollar la capacidad de manejarlo siendo una prioridad que se debe poseer.

Retomando la visión de Mauro Rodríguez, “los conflictos tienen campos potenciales de desarrollo, el reconocerlos nos ayudará a concientizar la importancia del fenómeno y ubicarlo para poder manejar el conflicto en el momento oportuno.”⁸ Por lo que es importante mencionar, a continuación, cómo se desarrollan los siguientes campos potenciales del conflicto:

- **En el orden físico:** Por ejemplo, un árbol está sembrado en un muro que bloquea su crecimiento hasta que las raíces rompen el estorbo, si representamos este ejemplo en la vida cotidiana en el caso de un joven que no tiene capacidad para resolver un problema familiar, el muro bloqueará (situación conflictiva), su habilidad creativa hasta que la frustración rompa con su equilibrio emocional y lo pueda llevar al fracaso escolar o a otras circunstancias de vida que no sean apropiadas para su estabilidad emocional.

- **En el orden biológico:** El cansancio, las enfermedades, el envejecimiento y las legiones de virus son conflictos que luchan contra la salud del organismo y son rechazados o prevalecen causando enfermedades. Por lo que es importante salvaguardar una cultura de salud que lleve al individuo

⁸ Ibíd., p.17.

al cuidado y preservación de su fortaleza interna con una actitud positiva y responsable ante sus circunstancias de vida.

- **En orden psicológico intrapersonal:** El psicoanálisis nos enseña que la neurosis es conflicto entre ello, el yo y el superyo. Es decir, es la estructura de la conciencia humana donde el ello representa las compulsiones instintivas, el yo es gobernado por el principio de la realidad y el superyo es la relativa a la conciencia moral. Por ejemplo, una persona sin llegar hasta la neurosis, puede sufrir conflicto entre sus deseos contradictorios entre sus tareas y sus habilidades, es decir, se le puede considerar como la lucha en la estructura de la conciencia del ser humano, lo que debe y no hacer, lo que quiere y no puede.

- **En el orden interpersonal:** Este orden está relacionado con los conflictos de gustos, necesidades y opiniones, éstos se vinculan con la dinámica de las circunstancias exteriores del individuo. Es decir, son las que se refieren a los estados de duda en relación a lo que el individuo quiere y lo que el exterior espera de él.

A continuación se presentan diferentes tipos y definiciones de conflicto, desde un punto de vista psicológico y fisiológico:

Conflicto, “se refiere sobre todo a la vida afectiva, hay conflictos exteriores y conflictos interiores,”⁹ los primeros tienen su origen en hechos del mundo exterior, son los que no dependen directamente del ser humano, los segundos se basan en la presencia de opuestos que experimenta el individuo en sus propios estados de ánimo. Como principales conflictos en un adolescente, se encuentran: los conflictos de autoridad, los de competición o los profesionales hasta los de rivalidad entre hermanos y familiares.

⁹ Friedrich Dorsch. Diccionario de Psicología. España, Herder, 1981.p183.

Por su parte, el autor Randall Salm, propone dos tipos de conflictos en el campo de resolución de conflictos, los intrapersonales que rigen el estado interno del individuo y lo obligan a tomar conciencia de lo que le produce el conflicto y los conflictos interpersonales que tienen que ver con el efecto que le produce su vinculación con el mundo externo, retomando la conexión entre las relaciones con los demás y el conflicto.¹⁰

El psicólogo Dennis Coon, plantea cómo el conflicto hace su aparición en el individuo, “el conflicto se presenta siempre que una persona debe elegir entre necesidades, deseos, motivos o exigencias contradictorias.”¹¹ De esta manera podemos constatar que el individuo constantemente se encuentra en conflicto dentro de su propio esquema de elección, por lo que constantemente hace elección de diferentes estilos de conflictos. A continuación se presentan cuatro tipos básicos de conflicto, según Dennis Coon:

- **Conflictos de aproximación-aproximación:** Consiste en tener que elegir entre dos alternativas positivas, por ejemplo, cuando un joven que tiene que elegir entre dos carreras de interés similar para él, sin embargo, hay una que se le facilita más o a la que se inclina más fácilmente.
- **Conflictos de evitación-evitación:** Cuando hay que elegir entre dos alternativas negativas o indeseables, lo que se conoce como estar entre la espada y la pared. Estos conflictos, en la vida real, incluyen dilemas como por ejemplo escoger entre un embarazo no deseado y el aborto.
- **Conflictos de aproximación-evitación:** Escoger entre dos alternativas negativas o mutuamente indeseables, la persona se encuentra atrapada, se mantiene en un dilema y los aspectos negativos causan confusión y estrés. La ambivalencia (mezcla de sentimientos positivos y negativos) es una característica central del conflicto. Es la que puede tener la intención de eliminar un conflicto sobre el hecho moral de su conducta, por ejemplo el

¹⁰ Randall Salm. La solución de conflictos en la escuela. México, Alfaomega, 2006.

¹¹ Dennis Coon. Fundamentos de Psicología. México, 2005.p.410-411.

- caso de la madre que tiene que robar leche para darle de comer a su hijo, a pesar de que ella sabe que robar es malo, su necesidad es más grande por lo que termina robando e incluso siente que su acción puede estar justificada por la aproximación a su necesidad.

Por otro lado, en el libro *Mediación Estratégica* del autor Rubén Calcaterra, se considera que el conflicto no está en los hechos sino en el contenido de las historias de vida del individuo, esto depende de cómo el individuo percibe el conflicto, la forma en que cada uno lo percibe, está en las acciones y en la manera de responder. Para entender un conflicto hay que entender las historias.

Por otra parte, en este libro se distinguen, tres interrogantes, la primera se refiere a las secuencias de hechos que presenta el conflicto, es decir, es el guión o la trama que contiene la secuencia de los episodios o acontecimientos, la segunda interrogante se refiere al análisis de cómo se produjeron esos acontecimientos y comprender que ningún acto está aislado si no construido en la interacción con otros, y la tercera es el cuestionamiento importante como alternativa de solución de conflicto ¿Qué pasó?, ¿Para qué?, ¿Cuándo? y ¿Cómo?. Es decir, el conflicto se analiza desde la óptica, nivel de interés y percepción personal que da el valor a dichos conflictos.¹²

También considera el análisis del conflicto desde tres perspectivas muy importantes:

- **Desde la ubicación o posicionamiento:** Cada persona “auto asigna el conflicto en referencia a su ambiente o entorno que lo rodea”¹³ puede intervenir el lugar geográfico en el que se tiene que desenvolver o el rol que desempeña en la sociedad.

¹² Rubén Calcaterra. *Mediación Estratégica*. Barcelona, Gedisa, 2002.

¹³ *Ibíd.*, p.66.

- **Referidos a las pautas:** Este tiene que ver con el estilo de vida, la filosofía y valores de cada individuo.
- **Las de derecho de origen:** Como son la herencia, cultura, raza, religión las ataduras o vínculos morales y sentimientos.

El conflicto, desde el punto de vista psicológico, se le considera “como el estado emotivo doloroso producido por una tensión entre deseos opuestos del ello, el yo, y el superyo durante un tiempo considerable y que caracteriza a la psiconeurosis.”¹⁴ Es decir, es la lucha de la estructura de la conciencia entre los deseos y necesidades del individuo provocando estados emocionales como la depresión, el estrés, la resistencia y rigidez, provocando en el individuo una tendencia a la enfermedad psicológica.

Desde un punto de vista fisiológico “el conflicto es una parte natural de la vida, su solución proporciona importantes elementos para el cambio y el crecimiento personal.”¹⁵ Se considera que el conflicto entre pensamiento y emoción podría tener su origen en el neocórtex¹⁶ promoviendo los mecanismos cognitivos y emocionales, buscando una integración más armoniosa entre la razón y la emoción en el cerebro. Esto permite al ser humano conocer sus verdaderos sentimientos y utilizarlos de manera más provechosa en su vida cotidiana sin que la razón controle a la emoción ni que la emoción domine a la razón.

Para efectos de esta investigación se elaboró la siguiente definición de resolución de conflictos, basándose en los autores anteriores y tener una visión más completa y profunda:

Se define como la capacidad de discriminar el estado emotivo doloroso, procedente de agentes internos y externos que produce experimentar un conflicto a través del estrés (presión y tensión en el nivel físico y emocional). Es la

¹⁴ Warren Howaarden. Diccionario de Psicología. México, Fondo de cultura económica, 2000. p.62.

¹⁵ Genoveva Sastre y Montserrat Moreno. Resolución de conflictos y aprendizaje emocional. México, Gedisa, 2002.p.15.

¹⁶ Parte mayor de la corteza cerebral, corteza cerebral más reciente de la escala filogenética y que en la especie humana alcanza el máximo desarrollo, ocupa la mayor parte de superficie cerebral.

oportunidad que tendrá el individuo de enfrentar amenazas ante situaciones que ponen en riesgo su estabilidad e integridad, confiriéndole la capacidad de lucha.

Por lo tanto, los conflictos pueden resolverse cuando son manifiestos y se dan de forma abierta, retomando que cuando las crisis sean manifiestas se podrá ayudar a la solución, mientras que se evada la realidad o exista incomodidad o desagrado que perdure el individuo será incapaz de solucionar, en este caso nos indica que el manejo de las emociones y sentimientos son el primer paso a nivel consciente para dar solución a los conflictos. En conclusión, si el conflicto ocupa gran parte de la existencia de vida, entonces, es necesario desarrollar la capacidad de manejarlo, así como entrenar habilidades que nos ayuden afrontar el problema.

2.1.2. Resolución de Problemas

A través de la historia, los expertos en el desarrollo humano han reconocido que el ser humano es por naturaleza un gran reparador de problemas y que existen diferencias individuales para resolverlos.

Estudios recientes, de los expertos en salud mental, se han centrado en el área de solución de problemas como un medio para comprender mejor los trastornos emocionales, además de reconocer la importancia de implementar en la educación estrategias para el desarrollo de habilidades de solución de problemas para su tratamiento. Es importante reconocer el trabajo que ha elaborado en este campo la psicología cognitiva experimental, la cual se ha preocupado por implementar modelos descriptivos de solución de problemas que consisten en el planteamiento de problemas intelectuales y tareas de formación de conceptos que ayudan al entendimiento de cómo el individuo analiza, asimila y adapta la información del exterior al interior para la solución de problemas. Por lo anterior, es importante, conocer como los teóricos en este tema definen a la solución de problemas ya que se encontró que las palabras resolución y solución, en contenido teórico, son lo mismo. Sólo es una visión diferente que establecen algunos autores, sin

embargo, se habla de la misma esencia. A continuación, se brindarán algunas definiciones de resolución y solución de problemas:

La resolución de problemas se considera como el proceso meta cognitivo¹⁷ por el que los individuos comprenden la naturaleza de los problemas de la vida y dirigen sus intentos hacia la modificación del carácter problemático de la situación misma y sus reacciones hacia ella.”¹⁸ Es decir, la resolución de problemas tiene relación en la manera en que el individuo procesa e integra la información del problema para darle respuesta a la problemática.

D´Zurrilla y Nazu, en el trabajo de investigación de Elvira Velásquez, definen la resolución de problemas como:

Un proceso cognitivo, afectivo y comportamental mediante el cual un individuo o grupo identifica o descubre medios efectivos para solucionar conflictos propios del vivir cotidiano, incluyendo el proceso de elaboración de soluciones como la toma de decisiones o elección de conducta.¹⁹

En este caso el individuo tiende a solucionar cuando desarrolla habilidades a partir de sus procesos cognitivos afectivos para dar solución asertiva a sus problemas. La solución de problemas, “consiste en hallar un medio o cambio no conocido previamente, los componentes principales de solución de problemas radica en hallar un planteamiento anterógrado, y retrogrado,”²⁰ el primero considera que el individuo puede obtener la solución modificando el estado inicial mediante la utilización de medios, es decir, que experimenta con otros recursos ya sean materiales, humanos o tecnológicos, el segundo se realiza en base al

¹⁷ Un término que se usa para designar a una serie de operaciones, actividades y funciones cognoscitivas llevadas a cabo por una persona, mediante un conjunto interiorizado de mecanismos intelectuales que le permiten recabar, producir y evaluar información, a la vez que hacen posible que dicha persona pueda conocer, controlar y autorregular su propio funcionamiento intelectual.

¹⁸ Elvira Velásquez. La Técnica de Solución de Problemas como método de prevención de la conducta antisocial. Tesis, Enep, Acatlán, 1995.p.77.

¹⁹ Dora Fried. Resolución de Problemas. p.120.

²⁰ Friedrich Dorsch. Diccionario de Psicología. p. 921.

estado final en busca del mejor camino para llegar a la solución, es decir, aquí el sujeto puede utilizar un resultado consumado para ir en busca de otro resultado o modificarlo.

En psicología experimental, se considera a un problema como “una cuestión planteada en forma interrogativa que hay que resolver y que resalta como consecuencia de alguna manera la información obtenida y que obstaculiza la obtención de resultados.”²¹ Por lo tanto un problema es la oportunidad de solucionar y buscar resultados.

El problema es una realidad que tiene más de subjetivo que de objetivo, un problema no está allí como una realidad física, como una casa o un árbol. Es una desviación dentro de lo que debería ser según el sujeto y lo que en realidad existe, el problema puede ser intelectual.²²

Como por ejemplo, hablar de problemas emocionales o psicológicos que son los que no se encuentran en una realidad física y los que están allí como los económicos o problemas académicos que vive cualquier individuo. En el caso de los jóvenes, ellos necesitan procesos cognitivos para resolver problemas reconociendo que para muchos de ellos este proceso cognitivo afectivo causa tensión e incapacidad intelectual o también se transforman en conflictos existenciales que ponen en desequilibrio su identidad.

Por otra parte, a la solución de problemas se le contempla como el medio de aprendizaje y refuerzos de contenidos; “es una proposición dirigida a averiguar el modo de obtener el resultado cuando ciertos datos son conocidos.”²³ Es decir, la solución de problemas es la capacidad de investigar y buscar diferentes alternativas para la obtención de resultados.

El autor Luis José Luceño, considera que para la solución de problemas existen tres elementos muy importantes:

²¹ Pilar Gil y et al. Diccionario de las ciencias de la Educación. Tomo II, México, Santillana, 1983.

²² Mauro Rodríguez. Manual de Conflictos. p. 23.

²³ Luis José Luceño. La resolución de problemas aritméticos en el aula. México, Aljibe, 2004. p.12.

- **Los datos:** Información que esté presente en el problema.
- **Objetivos:** Identificar las alternativas para la solución, buscando la transformación del problema.
- **Obstáculos:** Representa la forma de abordar el problema sin importar el grado de dificultad.

Cabe destacar que para este autor “existe una similitud entre problema y conflicto ya que sostiene la tesis de que hay problemas que no son conflictos o desde luego hay problemas que sí son conflictos”²⁴ entendiendo que la forma de percepción del individuo es la que determina cómo ve un problema o un conflicto aunque es importante retroalimentar la reflexión anterior ya que es posible que la suma de problemas no resueltos en la vida de un individuo pueda convertirse en conflicto.

Más adelante se tratará de unificar criterios conceptuales y encuadrar las diferencias de términos teóricos dentro de las necesidades de esta investigación.

2.1.3. Encuadre Teórico de la Resolución de Conflictos y Solución de Problemas

Es necesario reconocer que existe una gran variedad de terminologías para este tema porque es evidente que para lo que a un autor es problema para otro es conflicto y viceversa.

Sin embargo, esta investigación considera importante retomar algunos conceptos de resolución de conflictos y problemas, para tal fin se toman las siguientes definiciones como una propuesta interesante:

²⁴ *Ibíd.*

- **Resolución de Conflictos:** Como la capacidad de discriminar el estado emotivo doloroso, procedente de agentes internos y externos que produce experimentar un conflicto a través del estrés (presión y tensión en el nivel físico y emocional). Es la oportunidad que tendrá el individuo de enfrentar amenazas ante situaciones que ponen en riesgo su estabilidad e integridad, confiriéndole la capacidad de lucha.

- **Resolución de problemas:** Se le considera como un proceso cognitivo, afectivo y comportamental mediante el cual un individuo o grupo identifica o descubre medios efectivos para solucionar conflictos propios del vivir cotidiano, incluyendo el proceso de elaboración de soluciones como la toma de decisiones o elección de conducta.

Es fundamental comentar que la solución del problema para esta investigación, a partir de las definiciones anteriores, se considera como el proceso cognitivo, afectivo y conductual que un individuo requiere para la solución de conflictos y la elaboración de posibles respuestas, siendo la solución de problemas un medio indispensable para la solución de conflictos. A la resolución de conflicto se le considera como la capacidad de eliminar estados emotivos dolorosos donde el individuo experimenta peligro o crisis. Por lo tanto, la resolución de problemas es el camino para prevenir o modificar al conflicto mismo, así es que tanto el problema como el conflicto necesitan el uno del otro para dotar de mayores recursos al género humano para enfrentarse al mundo en el que se desenvuelve.

2.2. ÁREAS DE CONFLICTO EN UN ADOLESCENTE

La investigadora María Amador denomina a la adolescencia como “una fase crítica marcada por la exasperación recíproca del conflicto interno y la desorganización social,”²⁵ el adolescente vive su conflicto interior con la misma intensidad que le

²⁵ María Amador. Amistades y relaciones heterosexuales de los adolescentes. Tesis, Universidad Salesiana. 1989. p.22.

puede producir conflicto el mundo exterior, las exigencias de la sociedad en la que vivimos actualmente están en continua transformación, vivimos en una época de cambios acelerados llevando a los jóvenes de hoy a no saber qué modelos deben seguir, qué es lo que ha de creer o vivir y mucho menos saber qué es aquello por lo que está vivo y merece vivir.

La sociedad actual no responde a las necesidades y aspiraciones del adolescente. “Una sociedad impregnada de tantas hipocresías y de tan aberrantes escepticismos lógicos y éticos, que no podía sino aumentar el sufrimiento y la confusión en el corazón de la juventud.”²⁶ De alguna manera esta cita enmarca la situación conflictiva en la que la sociedad se encuentra, reflejando normas y patrones negativos que sólo perpetúan la confusión del joven.

Es evidente que el adolescente debe enfrentarse y afrontar diariamente a las complejidades que le impone la vida, una de ellas “es la relación con los padres y educadores, que desgraciadamente es muy problemática, es poco prudente y a la vez difícil de entender,”²⁷ otras áreas de predisposición al conflicto pueden ser el aspecto social y el ámbito educativo. En lo social el adolescente necesita desarrollar el sentido de pertenencia para el logro de la edificación de su identidad y por otro lado se encuentra el área escolar en donde supuestamente tiene la oportunidad de crecer intelectual y afectivamente. En este caso la única función de la escuela radica en desarrollar la máxima potencialización de las habilidades de un adolescente, transformándolas en grandes competencias.

Por esta razón, la presente investigación abordará el área familiar, escolar y social como posibles áreas de predisposición al conflicto ya que estos tres ámbitos se consideran como los más importantes en el desarrollo del adolescente.

²⁶ Ibíd. p. 24.

²⁷ Ibíd. p. 25.

2.2.1. Familia

Como primeros actores se consideran a la madre y al padre como protagonistas en la vida de un adolescente, éstos tienen una responsabilidad muy grande dentro del sistema de comportamiento de sus hijos constituida por la meta comunicación, o sea, la comunicación no verbal, constituida por mensajes inconscientes que sólo se entienden mediante la observación, así como también, contempla sólo lo manifiesto y lo latente, es decir la comunicación no solo se basa en oír, sino escuchar demandas. Esta observación conlleva a una regulación emocional, verbal y no verbal entre todos los integrantes de la familia formando un sistema basado en contenidos que ayudan y promueven la madurez emocional de los adolescentes. Siempre y cuando se utilice una comunicación adecuada y propositiva.

Como por ejemplo, en el trabajo de tesis de licenciatura de Gissell Martínez, se menciona, que cuando en un niño no quedan satisfechas sus necesidades, ocasionan una relación nociva e inadecuada consigo mismo que provoca perturbaciones emocionales e incluso hasta psicosis.

El déficit característico en caso de psicosis no es la pérdida del contacto con la realidad sino la pérdida en la capacidad para procesar apropiadamente la experiencia, es decir, para distinguir entre los datos provenientes del mundo externo y la información que se origina en el mundo interno de preconceptos, esperanzas y emociones.²⁸

Actualmente muchos de nuestros adolescentes no llegan a satisfacer sus necesidades y por consiguiente se transforman en grandes conflictos existenciales que posteriormente no saben cómo manejarlos, ni siquiera son capaces de identificar que les hace falta algo, llevándolos a grandes consecuencias como lo es bloquear su gran capacidad creativa, por lo tanto

²⁸ Gissel Martínez. La inadecuada relación madre-hijo en la etapa infantil como una de las causas de la psicosis en la edad adulta. Tesis, UNAM, 1981. p.3-13.

buscan salidas fáciles como la tendencia a: la violencia, al uso de drogas, trastornos alimenticios, deserción escolar, pertenecer a grupos o pandillas de influencia negativa, entre otros.

La familia es la primera promotora de la vinculación de un adolescente con el medio externo, permitiéndole definir el modo de actuar en cualquier situación ya que en el proceso de desarrollo del ser humano las emociones son muy importantes.

El manejo de las emociones se vuelve crucial para la adaptación de los acontecimientos cotidianos, siendo estos momentos gratificantes o frustrantes, así el sujeto puede hacer un cambio en sí mismo; o realizar un esfuerzo del yo para cambiar el medio externo y así adaptarse.²⁹

Para un adolescente las angustias, el miedo y la culpa, por no ser ya el niño que siempre ha querido papá, o en su defecto no llenar las expectativas de sus padres en su nuevo estilo de vida (cambio físico, uso de la moda, indisciplina, rivalidad con la autoridad) causan repercusiones en su vida cotidiana, para muchos con efectos negativos en la escuela, en la familia y en la forma de adaptarse al mundo que los rodea.

Por último, la desunión o la desintegración familiar influye profundamente en la superación de conflictos afectivos ya que desgraciadamente muchos adolescentes tienen que atravesar por esta norma.

La desarmonía de la familia no requiere necesariamente de un acta de divorcio, que sería el caso extremo, ni de la separación física y emocional de los padres, sino que puede darse aún por la falta de las relaciones al interior de la familia cuando falta como centro el amor, en una familia. Es

²⁹ *Ibíd.*

normal y casi inevitable los conflictos, estos pueden ser pasajeros, sin importancia; pero pueden ser también, un signo de graves alteraciones en las relaciones padres e hijos.³⁰

Hablar de este tema, es hablar de la ausencia de amor o falta de respeto que los padres sienten por sí mismos, trascendiendo estos sentimientos negativos también en la educación de sus hijos, pero también es hablar de la gran incapacidad que tienen en enseñar a sus hijos la forma en que deben enfrentarse a la vida cotidiana.

Sin embargo, hay que recordar que existen rupturas por problemas o por proceso natural. En el caso de una ruptura familiar no es tan mala ya que a pesar que se reniega de los padres y se alejan de ellos, es en este momento cuando se hace indispensable alguien más porque el joven prueba varios roles, por un lado se aleja de la familia y por otro tiene la gran oportunidad de incursionar en sus procesos emocionales que finalmente le permitirán elegir lo que desea ser; siendo la socialización una experiencia trascendental para su propio conocimiento.

2.2.2. SOCIAL

El área social también juega un papel muy importante en el desarrollo de la Identidad y por supuesto como manera de enfrentarse al conflicto, “se evidencia que la identidad es la búsqueda de sí mismo y producto de nuevas relaciones.”³¹ El adolescente se enfrenta a un serio problema en esta búsqueda de identidad ya que empieza a desempeñar un doble papel. Uno frente al mundo adulto, el de ser inmaduro y no contar con los elementos básicos para resolver los problemas y el otro, el que debe ser lo suficientemente comprometido, es decir, por un lado lo desacreditan de que aún no tiene la madurez para tomar decisiones pero sí para ser responsable y no cometer errores porque provocará el escándalo y enojo de la

³⁰ Gilberto Pérez. Repercusiones de las relaciones sociales en el rendimiento escolar del adolescente. Tesis, Universidad Salesiana, 2004. p.56.

³¹ *Ibíd.*, p.45.

familia. Lo anterior lleva al adolescente, en algunos casos, a ser lo suficientemente hábil para no equivocarse, no errar en sus decisiones y no olvidar que no es adulto y tampoco es niño, sin embargo, cuando un adolescente no es lo suficientemente hábil y su tendencia es cometer errores produce en el joven una gran sensación de fracaso, frustración e incompetencia, incluso la dependencia con los familiares ya que el sentimiento de insuficiencia lo hace creer que es un inútil y que no puede realizar sus acciones por sí solo y favorablemente.

El adolescente, ante esta situación, buscará desligarse de los lazos paternos y encontrar algo o alguien que lo haga sentirse tranquilo y seguro (considerando que esto puede ser un factor de riesgo si recordamos que las sustituciones afectivas pueden acarrear malas amistades y malos hábitos) porque se identifica con modelos de sustitución afectiva, que reflejan aquello que socialmente le dará seguridad, incluso le ayudará afirmar que ya no es niño, que no hay culpa por no obedecer a sus padres, ayudándolo a sentirse liberado de los conflictos emocionales y fortaleza emocional.

En ese proceso de búsqueda de status y de la independencia familiar el adolescente experimentará miedos y dudas, sin embargo, se aventurará en nuevas relaciones sociales ya no determinadas por los padres, pero sí elegidas por él, como lo es el grupo de amigos, compañeros escolares, nuevos vínculos con la autoridad en el área escolar (maestros), quienes serán un ejemplo principal para interactuar y aprender nuevas formas de conducta que le permitan adquirir nuevos estilos de comportamiento. Esta transición a las relaciones fuera de la familia puede poner un tanto nerviosos a los padres y sea alguna causa de conflicto. En estas nuevas relaciones el adolescente quiere elegir sus amistades y buscar la estabilidad personal, donde la seguridad y la satisfacción emocional, juegan un papel importante en este proceso.

El logro de la independencia dentro de la familia, la libertad emocional, para establecer nuevas relaciones, las cuales se caracterizan por llenar el vacío de los padres; adquirir experiencias compartidas, y afianzarse en sus compañeros para buscar apoyo y seguridad, incluso, la influencia

de los amigos depende de muchos factores, básicamente por la existencia de un vacío cuando los progenitores no se interesaron por los hijos o bien cuando los padres son modelos de conducta antisocial.³²

Posiblemente si los patrones de socialización no significaran tanto para el adolescente por la necesidad del otro o por la necesidad creada de satisfacción a través de los demás, no sería una obsesión para él, ya que éstos brindan la autoafirmación y la independencia desde la niñez, de ahí que grandes traumas, limitaciones, miedos, angustias y conflictos se evitarían no sólo en la adolescencia sino en toda la etapa de la vida al encausar satisfactoriamente las necesidades sociales.

En otras palabras, los patrones de socialización se convierten en una moda o el pertenecer a un grupo en una obsesión, por ejemplo, un adolescente con una autoestima baja, y que por la necesidad de pertenencia se une a una banda violenta, acepta una iniciación agresiva que involucra atentar con su dignidad o la de otra persona. Lo ideal sería impulsar jóvenes capaces de estar dentro de un grupo y no depender de él o bien con la convicción de defender su individualidad, a pesar de pertenecer o no a un grupo.

Lo anteriormente expuesto es de suma importancia ya que el adolescente constantemente se ve satisfaciendo roles y conductas del mundo externo (moda, pertenecer a grupos positivos o negativos. Los primeros los denominaremos como grupos que favorecen el desarrollo sano del joven como los son los grupos juveniles, de arte, de religión y políticos. En el caso de los segundos los definiremos como grupos donde el objetivo esencial es la violencia y la delincuencia. Por eso es trascendente que un adolescente no tenga una necesidad exasperante por unirse a un grupo, ni mucho menos el conflicto existencial por el dilema de pertenecer o no pertenecer, de hacer o no hacer lo que el exterior le exige, ya que de esta manera dependerá el tipo de elección grupal.

³² *Ibíd.*, p.50.

En la revisión del trabajo de investigación de María Amador se recopilan las siguientes funciones grupales que debe buscar el adolescente, que son importantes para su equilibrio emocional y que son necesarias que un joven logre resolverlas o satisfacerlas para prevenir la tendencia al conflicto:

BÚSQUEDA	SATISFACCIÓN
Status	Búsqueda de grupo donde él sea tratado con igualdad.
Confianza en sí mismo	El ser aceptado por un grupo.
Apoyo emotivo grupal	Le ayuda a emanciparse de sus padres, le brinda protección para defenderse de la autoridad.
Papel sexual	Del aprendizaje de distinto género
De amistades profundas	Reduce el conjunto de frustraciones, Se siente querido e incluido por alguien.

Fuente: Elaboración propia, con base a la información de María Amador, Amistades y relaciones heterosexuales de los adolescentes.

Estas funciones son necesarias para que un adolescente tenga la oportunidad de realizarse a sí mismo porque le brindan reconocimiento propio y hacia los demás.

Por ejemplo para Shaw en su libro *Selected Prose*, que traducido significa Prosa selecta, considera que en la búsqueda de uno mismo, los esfuerzos se dirigen a buscar un puesto honorable dentro de la sociedad siendo este proceso bastante problemático para el ser humano.³³ Y es que en realidad, haciendo alusión a lo que comenta Shaw, todos buscamos tener una posición dentro del mundo y de esta manera ser reconocidos, pero sobretodo buscamos trascender a través de nuestro ser. Así es que hay que preparar al adolescente para vivir y enfrentar el ámbito social de la mejor manera para conducirlo a una autonomía sana e inteligente que le permita sentir su lugar inamovible en la sociedad.

³³ Shaw, G.B, Selected Prose, Nueva York, Dodd, Mead, 1970.

2.2.3. Escolar

La trascendencia que tiene la educación en la superación de conflictos y en el logro de la maduración afectiva de los adolescentes es importante ya que ésta es una institución al servicio del desarrollo integral de sus propios educandos.

Las circunstancias actuales revelan que los jóvenes casi no ven a sus padres en todo el día. Parece ser que los que más conviven y comparten su tiempo son los maestros y compañeros, incluso los medios de comunicación, internet y la propia tecnología, sustituyen las relaciones afectivas necesarias por parte de la familia. Por lo tanto, es necesario que las escuelas de hoy se comprometan con el apoyo y la ayuda de la problemática adolescente, logrando ser centros de canalización y de detección de problemas en sus alumnos.

Educación en la actualidad significa formar a un alumno competente para enfrentarse a la vida y dar soluciones a sus propios problemas que día a día le depara el destino, es brindar la oportunidad de formar un ser evolutivo, que sea capaz de buscar para sí mismo, sus modos de sana adaptación a los contextos sociales. Para lograr, esto es necesario que la escuela se comprometa en sus propósitos de orden mayor que establece la educación en sí misma, delineando que la enseñanza "Debe ser el conjunto de esfuerzos metódicos que dirigen el desenvolvimiento de todas las facultades del alumno para el mejor cumplimiento de su destino temporal y eterno."³⁴ En el arte de educar se debe facilitar el verdadero aprendizaje significativo del individuo.

La Escuela debe insertar al adolescente en la realidad, "Enseñándole a valorarse, a aceptarse, a no temer a los errores, a saber escoger y optar dentro de una jerarquía de valores, así es como él debe dar sentido a su vida."³⁵ Es necesario, en nuestra actualidad, hablar de verdaderas estrategias que hagan constar con acción la posibilidad de brindar elementos de confrontación que hagan

³⁴ Edel Vives. Pedagogía General. España, Vives, 1933.p.9.

³⁵ Elena Ruiz. Amor y Madurez Psicológica. España, Covarrubias, 1978.p.29.

constar con acción la posibilidad de brindar elementos de confrontación que favorezcan a los jóvenes en el crecimiento y desarrollo tanto psíquico, emocional e intelectual.

Sin embargo, hay que considerar a la escuela como receptora de todos los conflictos inherentes de su alumnado, las propias experiencias del entorno, tales como los problemas familiares o con los propios compañeros. Por ejemplo, la situación académica de un adolescente lo llevan a la experiencia y manifestación de nuevas conductas y éstos serán indicadores si existen indicios de algún conflicto al que el alumno se esté enfrentando.

Hoy por hoy, los indicadores más sobresalientes de los conflictos no resueltos que viven los jóvenes son: la violencia, la falta de respeto, la falta de interés hacia la vida y hasta tomar decisiones en contra de la propia integridad. Es un hecho, que el grado de conflictividad y violencia, en los centros escolares, obstaculiza el desempeño académico del alumnado. La falta de atención a las problemáticas escolares, familiares y sociales promueven el conflicto emocional, por lo que debe existir una forma de encaminar los conflictos y reducir sus efectos en las aulas.

Dando evidencia de la reflexión anterior, se encuentra una gran influencia de los conflictos frente el actuar diario de un adolescente:

A través de los estudios realizados en el proceso educativo del individuo, se han encontrado diversos problemas como: el ausentismo, la deserción escolar, la necesidad de ajustarse al sistema que frenan la actividad eficiente, así como la productividad del educando.³⁶

Esto indica, que los alumnos adolescentes que presentan algún problema de rendimiento académico, manifiestan como indicador alguna situación o

³⁶ Jorge Sánchez. Comparativo, personalidad y rendimiento escolar en adolescentes. Tesis, UNAM, 1981.p.5.

alteración emocional, ya que las presiones sociales, familiares o escolares llegan a provocar un desajuste emocional, así como la deficiencia en la solución de sus propios conflictos, llevándolos incluso a tener alteraciones en algunos aspectos de su personalidad y de los procesos cognoscitivos, evitando el buen funcionamiento de éstos; y por supuesto causando que el adolescente no se puede ajustar sanamente a las exigencias que le plantea su inserción en la escuela. El área de rendimiento escolar de un alumno obliga al análisis de causales por el cual un adolescente es capaz de tener un rendimiento escolar satisfactorio o no.

Tomando, en cuenta parte del trabajo de investigación que realizó Gilberto Pérez, podemos reiterar la importancia de las relaciones sociales en el adolescente y su repercusión en el área emocional y de rendimiento académico, ya que postula en su hipótesis que: las relaciones sociales del adolescente le afectan emocionalmente repercutiendo en el rendimiento escolar, proporcionando como muestra los siguientes datos.

El adolescente, en cuanto al rendimiento escolar en relación con los problemas con sus amistades, se manifestó de la siguiente manera: el 52% lo considera como regular, el 32% como buena y el 16% mala. Por otra parte en el aspecto de su rendimiento escolar con relación a los problemas familiares se observó que el 52% de ellas son malas, el 32% regulares y sólo el 16% son buenas.³⁷

Traduciendo el análisis de resultados anteriores, los adolescentes manifiestan que las relaciones familiares se ven proyectadas en su rendimiento escolar puesto que éste puede llegar a ser malo. Cabe rescatar que la falta de confianza y una nula comunicación con los padres provocan que el adolescente se sumerja en sus problemas, dificulta que pueda salir de ellos y sin una ayuda es mucho más complicado obtener un rendimiento escolar favorable.

³⁷ Gilberto Pérez. Repercusiones de las relaciones sociales en el rendimiento escolar de un adolescente. p.122-132.

Por otra parte, Gilberto Pérez explica que los dilemas que se generan en la adolescencia no sólo son en la cuestión del rendimiento escolar sino que también le provoca al joven angustia y al pasar por un momento no muy agradable manifiesta enojo. Incluso, cuando la persona que consideran su familiar, profesor o amigo los traiciona o no cumplen lo acordado con él, lo decepcionan, ya que para el adolescente es trascendental contar con la lealtad de alguien así como tener la presencia de un amigo, familiar lo que les puede ocasionar mucha alegría.

En la conclusión final de la investigación anterior también se menciona que la relación entre la problemática del adolescente y su desempeño académico van muy de la mano, lo que también llega a afectar al adolescente en sus diferentes áreas de personalidad como su estado de ánimo, su autoestima y su manera de relacionarse con los demás. Además, los resultados arrojaron que el rendimiento de un adolescente se ve influenciado al sentirse presionado por el grupo o por cumplir ciertas expectativas exteriores. Analizando lo anterior, se puede afirmar que existe un grado de relación entre los problemas, las emociones, la familia, los amigos, y el rendimiento escolar. Entre mejor se pueda preparar a un adolescente al conocimiento y regulación de sus propias emociones, será capaz de afrontar posibles conflictos.

Los orígenes psicológicos del bajo rendimiento escolar incluyen una variedad de conflictos neuróticos, la mayoría de los cuales se relacionan con pautas de la mala adaptación familiar. Ante la falta de determinantes orgánicas y socioculturales hay tres pautas de este tipo que caracterizan a los adolescentes de bajo rendimiento, a) hostilidad hacia los padres, y donde no existe capacidad para expresarse abiertamente, b) preocupación sobre rivalidad con otros integrantes de la familia que producen temores de fracaso o de éxito y c) estilo de conducta pasivo agresiva.³⁸

³⁸ I.B, Weiner y D. Elkind. Desarrollo normal y anormal deL adolescente. Buenos Aires, Paidós. 1976. p.88.

Por eso resulta imprescindible brindar a los jóvenes estrategias que faciliten la resolución de conflictos asertivamente.

2.3. CAMINOS A LA RESOLUCIÓN DE CONFLICTOS

Es fundamental reconocer lo importante que es que el individuo logre un entrenamiento en la solución de problemas para adaptarse a las circunstancias difíciles cotidianas y resolver adecuadamente una situación. Muchas veces dentro de la técnica de solución de problemas se considera que el individuo no siempre está capacitado para afrontar y salir airoso de las situaciones difíciles, es por ello, que se requiere fomentar habilidades para que logre generar alternativas que le permitan resolver cualquier situación o conflicto.

A lo largo de la historia, filósofos, educadores y psicólogos han reconocido que los humanos son solucionadores de problemas y que existen diferencias individuales en la habilidad para resolver conflictos, generalmente la capacidad para resolver conflictos contribuye a la competencia social porque la vida cotidiana está repleta de problemas que deben ser resueltos para mantener un adecuado nivel de funcionamiento social y personal.³⁹

Así es que el individuo por sí mismo y con ayuda de las instancias educadoras tendrá que desarrollar las habilidades necesarias para evitar el conflicto, sin embargo, se reconoce la ardua labor que esto implica. Por esta razón es necesario conocer y promover las técnicas de resolución de conflictos y problemas por lo que en el siguiente inciso se presentan otras estrategias en la solución de conflictos.

³⁹ Elvira Velásquez. La Técnica de Solución de Problemas como método de conducta antisocial. Tesis, ENEP, Acatlán, 1995.p.74.

2.3.1. Afrontamiento y Mediación

El camino para la solución de conflictos es complejo, de ahí el interés en la comprensión de la adolescencia desde disciplinas científicas como la sociología, la pedagogía y psicología por mencionar algunas. El camino de resolución de conflictos responde a la forma en que los adolescentes afrontan sus problemas y la importancia de su solución para efectos positivos en su calidad de vida, pues cuando los jóvenes son incapaces de afrontar problemas eficazmente, sus conductas pueden tener efectos negativos, no sólo en su propia vida sino también en la de sus familias y en el funcionamiento dentro del contexto sociocultural. Por esta situación es muy importante que los adolescentes desarrollen estrategias asertivas para afrontar sus dificultades y llegar a ser adultos capaces de afrontar adecuadamente sus problemas.

Otro de los elementos importantes que sirven como apoyo en la solución de conflictos y en respuesta a esas necesidades son los programas de mediación. “Estos programas tienen un papel de prevención sumamente importante: crear nuevas normas de interacción social en la cultura de la escuela y promover que la pelea física y la violencia son métodos inaceptables para resolver conflictos.”⁴⁰

A continuación, se abordarán las técnicas para la resolución de conflictos como lo son afrontamiento y la mediación:

A) Afrontamiento:

Se refiere a cualquier actividad que el individuo puede poner en marcha con el fin de enfrentarse a una determinada situación. Por lo tanto los recursos de afrontamiento del individuo están formados por todos aquellos pensamientos

⁴⁰ Dora Freíd. La Resolución de Conflictos. p.113.

reinterpretaciones y conductas que el individuo puede desarrollar para tratar de conseguir los mejores resultados posibles en una determinada situación.

La dirección tomada en esta investigación reconoce, que el afrontamiento no sólo se analiza ante situaciones que desbordan los recursos personales, sino que también funciona ante situaciones que se salen de la rutina y exigen tomar alguna decisión y por tanto requieren de algún esfuerzo. Este es un argumento utilizado para la diferenciación de las conductas y respuestas adaptativas automáticas.

Además se considera al afrontamiento como el intento por parte del individuo de dominar la situación conflictiva, así como la valoración que hace de recursos para hacerle frente al problema (o agentes transgresores), denominando como agentes activos a los orientados a la solución de problemas y pasivos a los orientados a la regulación de la emoción; aumentando la posibilidad de control o no sobre la conducta ante una situación conflictiva.

Entonces afrontamiento “se describe como aquella habilidad que se centra en resolver efectivamente los problemas que, en éste caso, al adolescente se le presentan cotidianamente.”⁴¹ Y que le permite sentir la satisfacción ante su capacidad resolutive.

En la investigación de Luis Cruz en sus informes sobre los fundamentos teóricos del estrés y afrontamiento ha llegado a la conclusión de que las tendencias principales en cuanto al manejo de este proceso son las siguientes:

- a) Que la mejor forma de manejar los problemas o estrés de la vida es la de encararse activamente a ellos.
- b) Y que la mejor manera de enfrentarse a los problemas de la vida es la de aceptarlos pasivamente.

Sin embargo, comenta que para el mexicano es diferente ya que su comportamiento cuando es pasivo puede poseer características de hombre

⁴¹ Luis Cruz. Las estrategias de afrontamiento en los adolescentes mexicanos. Tesis, ENEP, Iztacala, 2000. p.11.

irresponsable, flojo y conformista así que el mexicano aparece como un hombre que huye y se fuga de la dolorosa realidad que lo rodea; para el mexicano es necesario implementar formas realistas de confrontación.

Retomando a Luis Cruz, en su trabajo de investigación, las estrategias de afrontamiento en los adolescentes mexicanos presenta las principales estrategias de afrontamiento que pueden utilizar los adolescentes:

La expresión de los sentimientos



Consulta amigos



Uso del sentido del humor y optimismo

Búsqueda de apoyo Profesional



Búsqueda de apoyo Familiar



Apoyo Espiritual



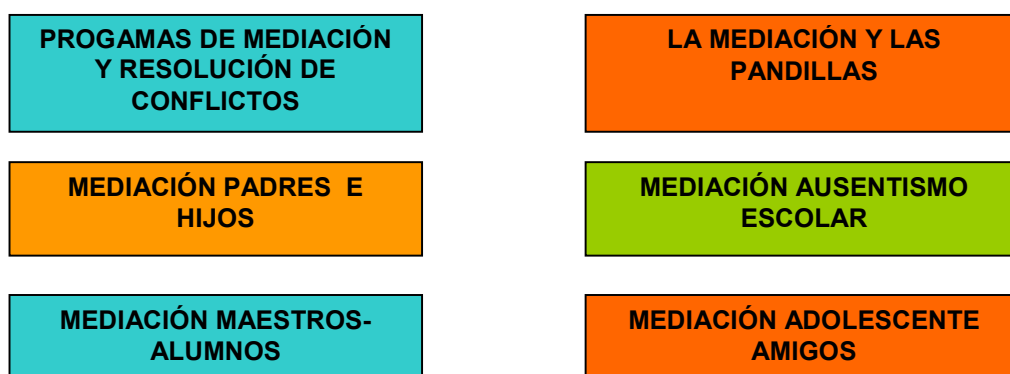
Búsqueda de actividades y diversión

Las áreas anteriormente mencionadas promoverán la capacidad de los adolescentes al afrontamiento de situaciones. El investigador antes mencionado enfatiza que las estrategias de afrontamiento, que se prefirieron y se emplearon frecuentemente por los adolescentes fueron: preocuparse, concentrarse en resolver el problema, esforzarse, tener éxito y fijarse en lo positivo, pero también se consideraron aquellas estrategias que fueron catalogadas como rechazadas, tales como falta de afrontamiento, reducción de la tensión, acción social, ignorar el problema y apatía. Por el otro lado se concluye que las estrategias de afrontamiento utilizadas por los adolescentes dependen particularmente de las demandas exigidas por el entorno grupal, familiar y social.

B) Mediación:

La mediación suele ser un recurso invaluable para las instituciones, aunque los padres también deberían ocupar este recurso. “La mediación es cuando una persona se ubica fuera del conflicto y puede entrar para ayudar aquellas personas involucradas en él, entra para brindar apoyo y que puedan llegar a un acuerdo.”⁴² Es importante que el conflicto entre uno o varias personas siempre sea visto por alguien que sea ajeno a la problemática para brindar alternativas que favorezcan a la solución de conflictos.

Dora Freíd, crea una serie de programas de mediación que favorecen a muchas áreas del adolescente:



En conclusión es importante que la educación de hoy sustituya los procesos de enseñanza aprendizaje tradicionales por técnicas y estrategias que pongan:

En primer lugar la capacidad de resolución de problemas y del desarrollo del pensamiento lógico, ya que en la sociedad actual, constantemente surgen situaciones diferentes donde es preciso interpretar y resolver, los individuos actuales tienen necesidad de adaptación, siendo aptos para aprender nuevas técnicas para resolver hábilmente, buscando en el individuo que piense de una forma flexible, crítica eficaz y creativa.⁴³

⁴² Randall Salm. Resolución de Conflictos en la Escuela. p 16.

⁴³ Luis José Luceño. La resolución de problemas aritméticos en el aula México. p 11.

Se ha mencionado anteriormente, que la adolescencia es una etapa evolutiva de desarrollo, “es una fase que ofrece grandes oportunidades de crecimiento y para obtener resultados positivos, se caracteriza por diversos cambios y crisis, cuya capacidad de resolución determina, en gran medida su calidad de vida adulta.”⁴⁴ Por lo que es necesario que las instituciones promuevan y ejecuten programas de mediación y de afrontamiento.

Por último y como se analizó en este capítulo, la resolución de conflictos está íntimamente ligada con las emociones ya que dependiendo de éstas se obtiene una mejor capacidad de resolución ante el conflicto. El próximo capítulo brindará un panorama de la educación emocional y sus elementos.

⁴⁴ Dora Freíd. La Resolución de Conflicto. p.100.

CAPITULO 3

“EDUCACIÓN EMOCIONAL”

En el siguiente capítulo se abordará la importancia de una educación emocional, así como también enmarcará las diversas definiciones y perspectivas de los diferentes autores sobre inteligencia emocional, las emociones y la competencia emocional, reconociendo su utilidad en el proceso de enseñanza aprendizaje.

Por otro lado, la presente información ubicará a la inteligencia emocional y las emociones como elementos necesarios en la educación emocional para una adecuada formación en las áreas de desarrollo de la competencia emocional en los adolescentes.

También propondrá las estrategias necesarias para reforzar, educar y desarrollar la competencia emocional en los adolescentes de hoy como alternativas prácticas para enfrentar y resolver sus necesidades y así poder convertirse en un adolescente sano y capaz de ir en pos de su propia felicidad.

3.1. DEFINICIÓN DE INTELIGENCIA EMOCIONAL

Con el propósito de resaltar cómo las emociones actúan e impactan en los procesos adaptativos e intelectuales, en 1990 Salovey y Mayer, de la Universidad de Yale, dieron a conocer el término Inteligencia Emocional, denominándola como “la habilidad para monitorear los sentimientos y las emociones propias y las de los demás para discriminar entre ellas y regularlas, utilizando esta información para solucionar los problemas.”¹

En 1998 y como resultado de varias investigaciones Yolanda Olvera, Benjamín Domínguez y Alejandra Cruz definieron a la inteligencia emocional “como la

¹ Yolanda Olvera, Benjamín Domínguez y Alejandra Cruz. Inteligencia Emocional. México, Plaza y Valdez, 2004, p. 15.

capacidad de un individuo para ejecutar y depurar las habilidades”² que son aptitudes o cualidades que el individuo va desarrollando o que ya posee como lo son:

- Observar y evaluar emociones y los de otros.
- Regular emociones.
- Ser capaz de expresar las emociones en un momento adecuado.
- Compartir las dificultades.
- Poseer un estilo de afrontamiento adaptativo.
- Mantener elevada la motivación en cualquier circunstancia.
- Perseverar en el logro de metas.

Para Doris Martin y Karim Boeck, la inteligencia emocional, contempla cualidades tales como la comprensión de las propias emociones, la capacidad de ponerse en el lugar de los demás y de conducir las emociones de tal forma que mejore la calidad de vida.³

Para Goleman, a diferencia del coeficiente intelectual (C.I) con sus casi 100 años de historia; el concepto de inteligencia emocional es moderno, sin embargo los datos sugieren que puede ser tan poderoso y a veces más que el C.I ya que considera que el C.I no se puede cambiar demasiado mediante la experiencia y la educación, mientras que las aptitudes emocionales pueden ser aprendidas y mejoradas por cada individuo.⁴

A continuación, se brindarán las principales concepciones sobre inteligencia emocional del autor citado anteriormente.

² Yolanda Olvera, Benjamín Domínguez y Alejandra Cruz. Inteligencia Emocional. p. 16.

³ Martín, Doris y Karim Boeck, ¿Qué es la Inteligencia emocional? ¿Cómo lograr que las emociones determinen nuestro triunfo en los ámbitos de la vida? España, Edaf, 1998.

⁴ Goleman, Daniel. Inteligencia Emocional. México, Javier Vergara, 1995.

- **Inteligencia Emocional**, es una aptitud emocional y una meta habilidad, determinando lo bien que podemos utilizar cualquier talento, incluido el intelecto puro.

- **Inteligencia Emocional**, es la habilidad de ser capaz de motivarse y persistir frente a las decepciones, controlar el impulso y demorar la gratificación, regular el humor y evitar que los trastornos disminuyan la capacidad de pensar, mostrar empatía, abrigar esperanzas y tener optimismo.

Por último, Goleman define como emocionalmente inteligentes a las personas que emplean la comprensión de sus propias emociones para hacer que otros se sientan mejor, para resolver conflictos o para cooperar en situaciones domésticas o laborales.

En el caso del autor, Howard Gardner, la inteligencia emocional supone la capacidad de comprenderse a uno mismo, de tener un modelo útil y eficaz de uno mismo que incluye los propios deseos, miedos y capacidades, así como el empleo de esta información con eficacia en la regulación de la vida propia.

“En mi discusión de la inteligencia intrapersonal también destacué sus orígenes en la vida emocional y su fuerte vínculo con factores afectivos, sigo pensando que la vida emocional tiene un fuerte vínculo con factores afectivos externos, siendo necesario tener en cuenta las facetas emocionales de cada inteligencia en lugar de limitar las emociones a una o dos inteligencias personales.”⁵

También incluye en su trabajo la denominada inteligencia interpersonal, que es la capacidad de entender a la gente, así como también es la capacidad de ejecutar

⁵ Howard Gardner. Las inteligencia reformulada, las inteligencias múltiples S. XXI. España, Paidós, España, 2001, p 42.

un liderazgo democrático. Considera que las personas con inteligencia interpersonal tienen habilidades para organizar y resolver conflictos.

Con base en los conceptos anteriores, se elaboró una recopilación de información para esta investigación y se obtuvo la siguiente definición:

- **Inteligencia Emocional:** Es la capacidad de comprenderse a uno mismo y a los demás, es la meta habilidad de regular las propias emociones, así como también es la aptitud de enfrentarse a la vida de una forma optimista y propositiva. Siendo inteligentes emocionalmente aquellas personas que emplean el autoconocimiento emocional (identifican y regulan sus propias emociones) para la solución de conflictos de una forma asertiva que los lleven a mejorar su calidad de vida, es decir, es la capacidad de dar uso inteligente a las emociones.

3.1.1. Importancia de la Inteligencia Emocional

La inteligencia emocional es denominada Zeitgeist de nuestra era, se considera como un término relativamente nuevo, es decir, la denominación de esta palabra se refiere a la novedad o al impacto que tiene la inteligencia emocional como descubrimiento en los tiempos actuales. La inteligencia emocional, como se ha mencionado anteriormente, lo introdujeron Peter Salovey y J. Mayer en 1990, basando la inteligencia emocional en un conjunto de competencias básicas como el conocimiento de las propias emociones, la capacidad de controlar las emociones, la capacidad de automotivarse, la capacidad de reconocimiento de las emociones de los otros y la capacidad de crear relaciones sanas.

Posteriormente, Daniel Goleman continúa con el desarrollo de la terminología de la inteligencia y es quien logra, por su importancia, introducirla en todos los ámbitos, familiar, escolar y hasta empresarial.

El valor que tiene la inteligencia emocional en nuestros tiempos es invaluable porque brinda una oportunidad de desarrollo a nuestros jóvenes en este ámbito,

sobretudo como lo demuestran una serie de investigaciones hechas últimamente que han comprobado lo siguiente:

Que el coeficiente intelectual elevado, no es garantía de prosperidad, éxito, ni felicidad en la vida. Las escuelas y la sociedad, desgraciadamente se concentran en las habilidades académicas e ignoran la inteligencia emocional; la vida emocional, requiere al igual que otras áreas de un singular desarrollo de habilidades.⁶

Daniel Goleman, afirma, que actualmente en los noticieros y en la cotidianidad humana abundan los informes fatalistas, que promueven un alimento negativo para la conciencia humana, ya que esta situación se ve reflejada en la desintegración social, en la falta de cortesía y la inseguridad. Sobretudo se manifiesta la gran tendencia de los individuos por dejarse llevar por impulsos ruines que lo destruyen así mismo y al medio que lo rodea.

En las noticias sólo se refleja una escala más amplia, de la sensación de que existen cada vez más emociones fuera de control en nuestra propia vida y en la de quienes nos rodean, nadie queda apartado de esta errática corriente de arrebatos y arrepentimiento, que impregna la vida de todos, de una u otra forma.⁷

Analizando lo anterior, es evidente que la sociedad denota una gran ausencia de inteligencia emocional en los individuos que la conforman debido a la incapacidad de controlar las propias emociones por el bien individual y el de los demás, parece ser una utopía y estar muy lejos del alcance de la humanidad. Debido a esto es determinante buscar las causas de esta inhabilidad individual, que incluso también es una inhabilidad social, para ir sanando y transformando los patrones negativos que han perdurado generación tras generación.

⁶ Remedios Santiago. Desarrollo de Inteligencia Emocional en los niños. Tesis. UNAM, Iztacala, 2003, p. 10.

⁷ Daniel Goleman. La Inteligencia Emocional, por qué es más importante que el coeficiente intelectual. México, Vergara, 2001 p.14.

Retomando el análisis anterior, la ausencia de inteligencia emocional puede llevar al fracaso a un joven en el ámbito familiar, social y escolar porque cuando no se pueden expresar las necesidades y sentimientos del propio ser sucede que el individuo:

Hace surgir un sí mismo falso, un sí mismo codependiente, que se ajusta a los deseos y demanda de los demás, puede ser destructivo para el propio ser, para otros y para las relaciones íntimas, es como una espada de dos filos que sirve a diferentes propósitos, entre ellos el de protegerse de las heridas y el rechazo, así como también, se vuelve un ser envidioso, crítico y culpa a todos, es perfeccionista y egoísta, se obliga a ser lo que piensa que los demás quieren que sea (un factor de riesgo en la adolescencia en el momento de querer pertenecer a un grupo), es conformista, da amor con condiciones.⁸

Lo anterior nos hace reflexionar en la urgencia de formar a un adolescente empezando desde posibilitar el reconocimiento de sus propias necesidades y sentimientos, así como dar prioridad al desarrollo de la inteligencia emocional, que como bien dice Barnechet Pous, hay que intentar buscar el sí mismo real, ya que éste brinda la posibilidad de ser auténtico, espontáneo y original, generoso y comunicativo.

El sí mismo real, se acepta así mismo y a los demás, siente profundamente el gozo y el dolor y puede expresar esos sentimientos, acepta los sentimientos sin temor y sin prejuicio, es indulgente consigo mismo de una manera sana, a pesar de su capacidad de sentir el dolor causado por las heridas, la tristeza, la culpa o la ira no pierde su vitalidad y equilibrio.⁹

Y es que, la desesperación individual y la intolerancia en las familias con relación a la vida colectiva es una respuesta muy común que se vive en nuestros tiempos.

Una extendida enfermedad emocional se expresa en el aumento de los casos de depresión en el mundo entero, y en los recordatorios de una creciente corriente

⁸María Esther, Elia María Barnechet y Tesha Prieto. Quiero ser libre. México, Patria, 2007, p. 49.

⁹ Ibíd.

de agresividad: adolescentes que van a la escuela con armas, agresiones en los supermercados, accidentes en las autopistas que terminan con disparos, maltrato emocional, disparos indiscriminados y estrés postraumático son expresiones que han pasado a formar parte del léxico común.¹⁰

Esta enfermedad emocional es llamada Virus Emocional Negativo por el Doctor Ruiz, autor del libro *Los cuatro acuerdos*, al parecer bloquea nuestra capacidad creativa y por consiguiente termina por reducir el desarrollo de la inteligencia emocional. Es actualmente un problema social, si no se toman las medidas suficientes no se logrará erradicar los patrones emocionales negativos que destruyen la integridad de cualquier individuo.

Por eso, la presente investigación cree necesario el desarrollo de la inteligencia emocional en el individuo, entendida ésta como la capacidad reguladora de las emociones ya que éstas constituyen la primera base de cómo dar respuesta a la solución de conflictos.

3.2. DEFINICIÓN DE EMOCIÓN

La palabra emoción procede del latín *emovere* (moverse hacia fuera), se refiere etimológicamente al movimiento y al cambio. Para Doris Martín y Karim Boeck las emociones van ligadas a un impulso involuntario de hacer algo, las personas inteligentes desde el punto de vista emocional no se dejan arrastrar por sus emociones, utilizan esa energía para desarrollar nuevas competencias, fortalecer su confianza en sí mismos o asumir riesgos.¹¹

Goleman, describe el término emoción como un sentimiento con sus niveles de pensamientos característicos o estados psicológicos y biológicos; considera que la emoción es una variedad de tendencias para actuar. Para él todas las emociones son

¹⁰ Daniel Goleman. La Inteligencia Emocional. p.47.

¹¹ Martín, Doris y Karim Boeck. Op. cit.

impulsos que nos llevan actuar y que nos conducen a formar planes o proyectos que nos sirven para enfrentarnos a la vida. Entonces se puede decir que las emociones brindan al individuo la capacidad de respuesta según los pensamientos, los estados psicológicos o biológicos que permiten al ser humano actuar y enfrentarse a la vida.

Berenice Rubio y Ma. Teresa Valencia, quienes retoman la visión de Goleman, consideran que la palabra emoción “se emplea para describir la respuesta de una persona en distintos niveles, es decir que una emoción tiene por lo menos tres componentes como lo son la cognición, la experiencia y reacción expresiva.”¹²

A continuación, se presentan los tres componentes de la emoción, basándose en la presentación de Berenice Rubio y Ma. Teresa Valencia en su investigación:

- **La cognición o pensamiento**, que se refiere a los juicios y pensamientos que surgen de un estado concreto de sentimientos, como por ejemplo: ideas, valores y creencias.
- **La experiencia**, que se pueda sentir en el cuerpo, las reacciones fisiológicas que se manifiestan a partir de un sentimiento, es decir es la forma como nuestro organismo responde a los sentimientos registrados, por ejemplo se siente miedo y existe sudoración excesiva en manos.
- **Reacción expresiva**, son los movimientos corporales que realiza cada persona tales como un gesto, una conducta, como la tristeza y alegría o el enojo y miedo.

Una emoción es un estado afectivo que se transforma en una reacción ante el ambiente que viene acompañada de cambios orgánicos fisiológicos y endocrinos, influidos por la experiencia externa, ya que las emociones tienen una función adaptativa en nuestro organismo que nos vincula con lo que nos rodea. Es un estado que sobreviene súbita y bruscamente, es decir, es espontáneo y se da de manera inmediata en

¹² Berenice Rubio y Ma. Teresa Valencia. La Inteligencia Emocional. Tesina, ENEP, Iztacala, 2000 p.10.

forma de crisis violentas o reacciones emocionales más o menos pasajeras.¹³

Además, se retomaron seis categorías básicas de emociones presentadas en la página de Internet psicoactiva:

- **MIEDO:** Anticipación de una amenaza o peligro que produce ansiedad, incertidumbre e inseguridad.
- **SORPRESA:** Sobresalto, asombro, desconcierto. Es muy transitoria. Puede dar una aproximación cognitiva para saber qué pasa.
- **AVERSIÓN:** Disgusto, asco, situación o persona que suele alejarnos del objeto que nos produce aversión.
- **IRA:** Rabia, enojo, resentimiento, furia, irritabilidad.
- **ALEGRÍA:** Diversión, euforia, gratificación, contentos, da una sensación de bienestar, de seguridad.
- **TRISTEZA:** Pena, soledad, pesimismo.

Las anteriores categorías se consideran como una finalidad adaptativa de las emociones, es decir, es la forma en cómo las personas viven o experimentan la emoción, entonces podríamos decir que tienen las siguientes funciones:

- **MIEDO:** tendemos hacia la protección.
- **SORPRESA:** ayuda a orientarnos frente a la nueva situación.
- **AVERSIÓN:** nos produce rechazo hacia aquello que tenemos delante.
- **IRA:** nos induce hacia la destrucción.
- **ALEGRÍA:** nos induce hacia la reproducción. (deseamos reproducir aquel suceso que nos hace sentir bien).
- **TRISTEZA:** nos motiva hacia una nueva reintegración personal.

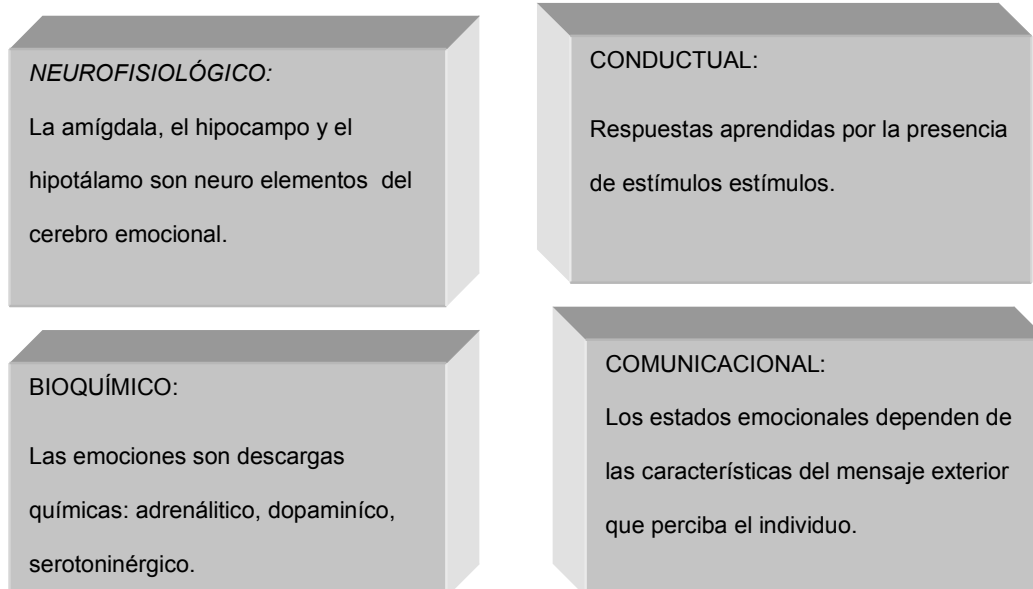
Para el autor Luis José Uzcategui las emociones son estados y funciones necesarias para la vida del ser humano, son similares a una máquina que

¹³ "Las emociones ": (Bases de datos en línea) 1999.Disponible: 12 de marzo 2008;
<http://www.psicoactiva.com/emocion.htm>.

requiere para su óptimo funcionamiento de un nivel o grado de energía (tono energético) y en cuanto a la estabilidad (tono emocional); por ejemplo, esta última se consigue cuando el tono energético, es decir, la fuerza de los sentimientos y emociones no es muy alta, ni muy baja, por lo tanto, logra un tono emocional adecuado o equilibrado. El modelo emocional tiene diferentes tipos de funcionamientos que se identifican como estados o reacciones emocionales de miedo, alegría, rabia, ternura y exaltación.¹⁴

De alguna manera las emociones constituyen una herramienta esencial en la estructura psíquica del individuo, de éstas depende la estabilidad interior de cualquier persona ya que su poder polarizado de los sentimientos genera estados de ánimo de lo positivo a lo negativo como lo es tristeza a la alegría, del amor al odio, produciendo reacciones emocionales.

A continuación, se señalan los diferentes enfoques sobre las emociones, de Uzcategui:



Por último, en este estudio se concluye que las emociones se definen como el conjunto de movimientos y cambios de los diferentes estados de ánimo y sentimientos de un individuo, se les considera portadoras de funciones necesarias

¹⁴ Luis José Uzcategui. Emociones Inteligentes ¿Cómo se puede ser un triunfador Emocional? México, Lithopolar Gráficas, 1998.

para relacionarse o adaptarse efectivamente consigo mismo y con el medio que lo rodea.

3.2.1. Importancia de las Emociones

El hecho es que esta investigación tratará de demostrar la importancia de las emociones dentro del desarrollo de un adolescente, ya que éstas brindan el equilibrio necesario para su éxito.

Silvia Rodríguez, en su trabajo acerca de la *Inteligencia emocional en el rendimiento académico*, expone que las emociones son experiencias del día al día, son espontáneas y forman parte de nuestras reacciones; es la forma de sentirnos con uno mismo y con la gente que nos rodea, es el vínculo afectivo emocional de nuestro ser con el mundo exterior. Están estructuradas de reacciones psíquicas y orgánicas a favor o en contra de alguien, nos mueven a la acción o por lo menos inician una inclinación favorable o desfavorable hacia el objeto que origina un estímulo. Las emociones por lo tanto, son impulsos para actuar, para enfrentarse a la vida; cada emoción prepara al organismo para una clase distinta de respuesta biológica, misma que se puede moldear por la experiencia de la vida y la cultura.¹⁵

Olga Elizabeth Hansberg, Doctora en Filosofía por la Universidad Nacional Autónoma de México, ubica sus principales líneas de investigación en los campos de la filosofía del lenguaje y de la mente por lo que en los últimos años ha dedicado su investigación acerca de las emociones. En su artículo *The emotions and the explanation of the actions*, que traducido significa Las emociones y la explicación de las acciones, expone que “la acción es el efecto de un conjunto de emociones,”¹⁶ es decir, examina las diferentes formas de utilizar los términos de la emoción y de las consecuencias que éstas tienen en las acciones.

¹⁵ Silvia Rodríguez. La Inteligencia emocional en el rendimiento académico. Tesis. ENEP, Iztacala, 2002.

¹⁶ Olga Hansberg. Las emociones y la explicación de la acción. Revista Isegoría No. 25 (periódico electrónico) En línea: Madrid, 2001. Disponible 13 marzo 2008; <http://www.ifs.csic.es/Isegoria/25/isg.htm>.2008.

Considerando lo anterior, es importante precisar que por el gran contenido fisiológico y psicológico que contienen las emociones éstas son el motor de cada persona, es decir, que llevan al individuo a la ardua labor diaria de enfrentarse a la vida ya sea positiva o negativamente; como por ejemplo, la alegría, es un estado positivo que puede ayudar a la forma de actuar o como es el caso de la tristeza, que muchas veces bloquea la toma de decisiones del individuo evitando que afronte el problema de una mejor manera.

Por otra parte en la misma revista, en un artículo llamado *Feelings and Theory of the action*, que traducido es Sentimientos y Teoría de las acciones, escrito por Carlos J. Moya de la Universidad de Valencia España, reitera que “la teoría de la acción más ampliamente aceptada en la actualidad, hace una adecuada comprensión del papel de las emociones en la génesis y la interpretación de la acción difícil”¹⁷ entendiéndose por esto, que las emociones son generadoras de movimiento conductual, ante la forma de enfrentar la vida, entonces, si las emociones son bien utilizadas en la autoregulación humana, su acción será más sana y efectiva ante la solución de conflictos.

Por otra parte, Dennis Coon presenta en su libro, *La teoría emocional de Plutchik*, comenta que las emociones se caracterizan por una activación fisiológica y por cambios en las expresiones faciales, los gestos, la postura y los sentimientos, “las emociones están ligadas a muchas conductas de adaptación básicas como: escapar, buscar comodidad, ayudar a la gente, reproducirse, entre otros.”¹⁸ Las emociones requieren del aprendizaje del individuo para adaptarse al medio que lo rodea y de esta manera dar respuestas que le promuevan un estado de equilibrio.

El aprendizaje es un factor importante en la expresión de las emociones, muchas de las reacciones emocionales diarias son resultado de las

¹⁷ Carlos J. Moya. Sentimientos y la teoría de las acciones. Revista Isegoría No. 25. (periódico electrónico) En línea: Madrid, 2001. Disponible: 12 de marzo 2008; <http://www.ifs.es/Isegoria/25/isg.htm>.

¹⁸ Dennis Coon. Op.cit., p .377.

expectativas y consecuencias sociales, las emociones son respuestas de la persona total, sin que podamos separar la experiencia física o biológica de las emociones provenientes de los pensamientos del sujeto o de las acciones relacionadas con las emociones, aprendemos a expresar y sentir las emociones en compañía de otros y también las emociones cumplen varias funciones sociales, por ejemplo los padres de familia, cuando reaccionan con enojo ante algunas manifestaciones emocionales, al mostrarse comprensivos ante otras y a veces ignorándolas simplemente, de este modo los hijos aprenden cuáles emociones se consideran apropiadas en cada situación y cuáles deberán aprender a controlar.¹⁹

Piaget, citado en el libro de Genoveva Sastre, a mediados del siglo pasado, consideraba a los sentimientos como el motor que impulsaba la acción, “y la verdad que esta visión no está alejada de las teorías más destacadas que recientemente se han desarrollado en psicología sobre las emociones.”²⁰

Manstead y Bem, autores del libro *Emociones y creencias*, también citados en el libro de *Solución de conflictos* de Genoveva Sastre, piensan que “las emociones influyen fuertemente sobre nuestras creencias,”²¹ es decir, las creencias están estructuradas por emociones, las cuales ejercen una fuerza sobre la manera de ver las cosas, las creencias tienen un valor emocional invaluable para cada ser humano. Por otra parte, también se encuentran los sentimientos, que “están apoyados por creencias y las creencias por sentimientos, por ejemplo un sentimiento positivo hacia alguien facilita la cooperación y nos inclina a confiar en ella y a creer en lo que nos diga.”²²

Incluso, en un estudio realizado por Nancy Cruz, argumenta que las emociones y las actitudes son factores psicológicos que influyen en la somatización de enfermedades.

¹⁹ Garrison Loredó. *Psicología*. México. Mc Graw Hill, 1992, p 155.

²⁰ Genoveva Sastre y Montserrat Moreno. *Solución de conflictos y aprendizaje emocional*. España, Gedisa, 2001.

²¹ *Ibíd.*, p.26.

²² *Ibíd.*, p.28.

No solamente las emociones influyen en el equilibrio interno sino también en las acciones diarias del individuo, por ejemplo en el campo académico los alumnos se ven sometidos a sus propias emociones, para confirmar lo anterior, se analizó la investigación realizada por Silvia Rodríguez, donde menciona como conclusión final:

Se presenta una clara diferencia entre las habilidades emocionales en los niños, siendo más evidente para los niños de alto rendimiento que para los niños de bajo rendimiento, lo que permite comprobar que las habilidades emocionales influyen en el rendimiento académico, en el entendido de que quien las tiene, desarrolla más su coeficiente intelectual manifestándolo en las evaluaciones y apreciaciones académicas.²³

Entonces, es importante aseverar, que las emociones son necesarias para el sano desarrollo psicológico de las personas. “Existe una clara evidencia que las personas emocionalmente desarrolladas saben interpretar y relacionarse efectivamente con los demás, disfrutan de una situación ventajosa en todos los dominios de su vida.”²⁴ Por esta razón, esta investigación tratará de profundizar en los conceptos y la forma como influyen las emociones en el ser humano.

3.2.2. Aspectos Fisiológicos de la Emoción

Recientes investigaciones neurológicas que se han llevado a cabo, como la de Ledoux, Damasio, Paul Ekman, entre otros, permiten ubicar los centros emocionales en una parte específica del cerebro, es decir en el sistema límbico. El sistema límbico, es el encargado del recuerdo y del aprendizaje del cerebro, este se encuentra formado por el hipocampo y la amígdala, el hipocampo cumple la función de registrar los recuerdos narrativos, mientras que la amígdala, es la encargada de la memoria emocional.

Según Goleman, el cerebro continuamente está siendo bombardeado por señales del exterior a través de nuestros órganos sensoriales, todas estas señales pasan

²³ Silvia Rodríguez. La Inteligencia emocional en rendimiento académico. p. 99.

²⁴ Oscar Lazar. Congreso Internacional de parálisis cerebral y las incapacidades afines. Ponencia: La inteligencia emocional en la calidad de los servicios. (Bases de datos de datos en línea) Fun. Excelencia social, España, 2007. Disponible: 12 de marzo 2008; <http://ww.aspace.org>.

directamente al tálamo quien envía dos mensajes, uno dirigido a la amígdala y el otro a los lóbulos prefrontales.

Lara Segura, comenta que también el hipotálamo y el tálamo juegan un papel fundamental en el desarrollo de las emociones, el hipotálamo, se rige por el sistema nervioso autónomo, y éste contiene dos centros (simpático y parasimpático) ambos se relacionan con las reacciones emocionales como llorar, y reír, por ejemplo. La primera se refiere a un sistema de emergencia ya que prepara al organismo para luchar o huir en momentos de peligro o de gran emoción, es el que incita a que el individuo actúe. El segundo es un sistema tranquilizador del organismo ya que éste ayuda a reintegrarlo a un nivel menor de excitación después de registrar cualquier tipo de emoción como consecuencia de actividad sumamente fuerte, además de mantener los niveles moderados y funciones vitales como la frecuencia cardiaca, la respiración y la digestión. Por lo que los sistemas simpático y parasimpático ejercen un papel esencial en el conjunto de la vida afectiva, pulsional, emocional y en el control de las manifestaciones emocionales por medio del sistema nervioso autónomo.²⁵

Por otra parte, la corteza cerebral juega un papel imprescindible en las emociones pues nos permite tener sentimientos, nos accede a tener sentimientos, que a su vez permite tener el discernimiento (insight), permite al individuo a reflexionar por qué sentimos de determinada manera y luego permite analizar que hacer al respecto. La parte emocional del cerebro, alojada en el sistema límbico, se encuentra dentro los hemisferios cerebrales y tiene la responsabilidad primaria de regular nuestras emociones e impulsos. El sistema límbico incluye principalmente el tálamo, que envía mensajes a la corteza y al hipocampo, donde se produce el aprendizaje emocional y donde se almacenan los recuerdos emocionales y la amígdala considerada el centro de control emocional del cerebro.

Para, Joseph Ledoux, citado en el libro de Sastre Vilarasa, después de elaborar un profundo análisis de los procesos cerebrales que intervienen en los sentimientos y las emociones, llegó a la conclusión de que la influencia de las emociones sobre la razón es determinante, “El núcleo amigdalino tienen mucha más influencia en la

²⁵ Montserrat Lara. Op.cit.

corteza donde opera el razonamiento, por lo cual la activación emocional domina y controla el acto de pensar.”²⁶

Por ejemplo, para Silvia Rodríguez las emociones se originan en nuestro sistema nervioso al percibir información del exterior a través de los órganos de los sentidos, éstos reciben la información para ser transportada en su generalidad hasta la corteza cerebral en sus diferentes zonas de tal manera que la información es identificada e interpretada, analizada y basándose en esto se elabora una respuesta adecuada.²⁷

En los últimos años del siglo pasado aparecieron una serie de trabajos, procedentes del campo científico como lo es la neurología y la neuropsicología, que han aportado una nueva visión sobre la problemática de los sentimientos, uno de ellos es el realizado por Antonio Damasio, mencionado por Genoveva Sastre, quien afirma:

Los mecanismos reguladores en el cuerpo humano aseguran la supervivencia, traduciéndose en sensaciones específicas que nos alertan en determinados estados corporales, como por ejemplo la sensación de hambre, o una emoción reconocible, como el miedo o la ira, ello hace que el organismo humano funcione como un todo, hasta el punto de que un estado emotivo, que se refleja en el cerebro influye en todo el organismo transformándolo.²⁸

Profundizando en la reflexión anterior, la tristeza o el enojo son estados de ánimo que dependen del procesamiento cerebral ya que las emociones transforman y repercuten en todo organismo por lo que en muchas ocasiones pueden conducir a una depresión, poniendo al cuerpo en riesgo o al sistema inmune de manera que los individuos son más propensos a la infección y tienen más probabilidades de contraer cualquier tipo de enfermedad.

A continuación se presenta la visión de Damasio en relación a la definición de las emociones:

Son un conjunto de cambios que se producen en el estado corporal de una persona, inducidos por los terminales de las neuronas, situados en diferentes

²⁶ Genoveva Sastre y Montserrat Moreno. Resolución de conflictos y aprendizaje emocional. p. 24.

²⁷ Silvia Rodríguez. Op.cit.

²⁸ *Ibíd.*, p.22-23.

órganos del cuerpo y que están controlados por determinadas áreas del sistema cerebral, las cuales responden a los pensamientos del sujeto. De esta manera, pensamientos y emociones están interconectados y el contenido de los pensamientos no es indiferente para el organismo en su totalidad, sino que tiene una repercusión corporal.²⁹

Ante lo expuesto anteriormente, podemos concluir que las emociones influyen en las reacciones fisiológicas y éstas a la vez provocan reacciones en los estados de ánimo de cualquier persona, convirtiéndose en un equipo muy importante para el enfrentamiento de cualquier situación de alerta en el, que el organismo se ve inmerso a superar. Así mismo, cuando el individuo experimenta un estado corporal negativo, inducido por una emoción desagradable, el razonamiento se vuelve ineficiente, en cambio cuando los estados son positivos, aumenta la velocidad de razonamiento.

3.3. COMPETENCIA

En las últimas dos décadas han existido una variedad de términos para conceptualizar competencia, desde un punto de vista profesional, ya que la mayoría de los estudios se centran en las competencias profesionales y no hay mucho trabajo realizado con respecto a las competencias emocionales.

Sin embargo, la presente investigación tratará de considerar las definiciones, desde el panorama y antecedentes más relevantes de competencia, para así lograr enmarcar la definición de competencia emocional en un contexto teórico.

El surgimiento de la definición de competencia viene de un modelo europeo que se inicia a partir de 1996 y que tiene vigencia hasta nuestro tiempo. A continuación

²⁹ *Ibíd.*, p.23.

se mostrará un cuadro cronológico del desarrollo de la terminología de competencia, desde el enfoque de Nagusia Berritzegune:³⁰

1996	Informe Delors, los cuatro pilares de la educación.
2000	Consejo de Lisboa donde se inicia el proceso de elaboración de un marco europeo para el desarrollo de competencias claves: "Comunicación de la lengua materna y extranjera, competencias matemáticas y básicas para tecnología y ciencia, competencia digital, aprender a aprender, competencias sociales y cívicas, sentido de la iniciativa, conciencia y expresión cultural." ³¹
2005	Se definen cuales son las competencias claves para la educación.
2006	El parlamento europeo, aprueba que se inserten al currículo las competencias claves.

Posteriormente, llega el enfoque teórico de competencia a América Latina por lo que Leda Badilla considera que es primordial educar competencias vinculadas con las destrezas de escritura y lectura, habilidades para el desarrollo comunitario y las que estén relacionadas con la satisfacción de necesidades básicas del individuo ya que piensa que existen aún insuficiencias económicas, políticas, sociales y educativas en algunos países de Latino América, por lo que la educación debe centrar su esfuerzos en dar prioridad a satisfacer las necesidades básicas de los individuos.³²

En México, la Educación Preescolar, por ejemplo logró la implementación del programa de Educación Preescolar 2004, donde el contenido cuenta ya con campos formativos y competencias, como la competencia de desarrollo social y personal entre otros. Desde el enfoque que manejan Irma Oropeza, Renée Vázquez y Laura Cruz, se presentan los siguientes tipos de competencias:³³

³⁰ Berritzegune Nagusia. Competencias básicas. (Base de datos en línea) 2007. Disponible: 15 de marzo de 2008; http://www.elkarrekin.org/~web3_ftp/DC20/GOIZ/COMPETENCIASBASICAS.pdf.

³¹ Diario Oficial de la Unión Europea. Recomendación del Parlamento Europeo sobre las competencias claves, para el aprendizaje permanente, No 962/CE (Bases de datos en línea) 8 de Diciembre 2006. Disponible: 13 de marzo de 2008; <http://www.todalaley.com/sumario-del-diario-oficial-de-la-union-europea> DOCE-22-07-2006-p1.htm.

³² Leda Badilla. Aportes al concepto de competencia en América Latina. (Bases de datos en línea) 2006. Disponible: 16 de marzo 2008; <http://www.cumex.org.mx/archivos/ACERVO/Tuning.pdf>.

³³ Irma Nora Oropeza, René Vázquez y Laura Cruz. Manual de Capacitación La función directiva en el contexto de la reforma de la educación preescolar. Instituto de Profesionalización y Gobierno del Estado de México. 2007.

- **Competencia instrumental:** Se considera la que ayuda al alumno a conseguir determinado fin, suponen una combinación de habilidades metodológicas y cognitivas que posibilitan la competencia emocional.
- **Competencias interpersonales:** Suponen habilidades individuales y sociales, se refieren a la habilidad o destreza en expresar los propios sentimientos y emociones del modo más adecuado, aceptando el sentimiento de los demás y posibilitando la colaboración de objetivos comunes.
- **Competencias sistémicas:** Suponen destrezas y habilidades relacionadas con la totalidad de un sistema, es decir, cómo el individuo tiene capacidad de adaptarse y moverse al mundo exterior.

Por otro lado también encontramos que a partir de 2006 se aplica la Reforma Educativa de nivel Secundaria, donde los ejes rectores del programa de estudios parten del desarrollo de competencias cognitivas, sociales y afectivas en cada una de sus asignaturas, así como también pretende centrar los esfuerzos educativos en estimular la capacidad de resolución de conflictos.

A continuación se presentan algunos términos de competencia que recogen Rafael Bisquerra y Nuria Pérez de varios autores.³⁴

- **Conjunto de conocimientos, destrezas y aptitudes** que sirven para ejercer una función profesional, resolver problemas profesionales de una forma autónoma y flexible y ser capaz de colaborar el entorno profesional y en la organización del trabajo.
- **Conjunto de conocimientos, procedimientos y aptitudes,** combinados, coordinados e integrados en la acción, adquiridos a través de la experiencia formativa o no formativa que permite al individuo resolver problemas específicos de forma autónoma y flexible en contextos singulares.
- **Competencia es un actuar,** es saber movilizar, saber combinar, saber transferir recursos, capacidades y conocimientos individuales en cualquier situación profesional compleja y con visión a una finalidad.

³⁴ Rafael Bisquerra y Nuria Pérez. Las Competencias Emocionales. Revista de Educación XXI. No 10, P 66, 6,68. (periódico electrónico) En Línea: España 2007. Disponible: 18 de marzo 2008; <http://www.uned.es/educacionXX1/ultimonumero.htm7/pdf>.

- **La competencia discrimina los saberes** necesarios para afrontar ciertas situaciones y ser capaz de enfrentarse a la misma, es decir, es saber movilizar conocimientos y cualidades para ser frente a los problemas derivados del ejercicio personal y de la profesión.

Retomando los datos anteriores, podemos decir que competencia es la capacidad de movilizar y utilizar el conjunto de conocimientos, habilidades y actitudes necesarias para realizar actividades y resolver problemas con un cierto nivel de calidad y eficacia.

Con base en las definiciones anteriores de diferentes autores, se identificaron los elementos necesarios de una competencia:

ELEMENTOS DE LA COMPETENCIA:
Es aplicable a los individuos
Conocimientos: “Saberes”
Habilidades: “Saber hacer “
Actitudes y Conductas; “Saber estar y Saber Ser.”

Hablando de la controversia entre la definición de competencia es importante comentar que actualmente existen diferencias entre varios autores, sin embargo, en palabras de Albereci y Sereri:

El debate sobre competencia, en el ámbito de la formación y educación o mejor dicho desde un punto de vista pedagógico, ha puesto enseguida la evidencia y la necesidad de una lectura del mismo, que trascienda su dimensión puramente funcionalista, ampliando su horizonte de estudio e investigación mas allá de los límites de formación profesional y del aprendizaje de un trabajo, se debe considerar como aspecto constitutivo de una competencia, aprender a vivir, a ser, en el sentido de confluencia entre saberes, conocimientos, comportamientos, habilidades entre conocer y hacer, entre saber actuar en los distintos contextos de la vida de un individuo.³⁵

³⁵ Rafael Bisquerra y Nuria Pérez. Las Competencias Emocionales. Revista de Educación XXI. No 10, P 66, 6,68. (periódico electrónico) En Línea: España 2007. Disponible: 18 de marzo 2008;

Entendiendo que es relevante ampliar la definición de competencia, no desde el punto de vista profesional sino también desde del punto de vista evolutivo del ser humano, ya que muchos de los conceptos la contemplan únicamente de forma laboral o profesional y no desde un punto de vista global de todas las capacidades y habilidades personales que brindan una mejor capacidad para enfrentarse en todos los ámbitos sobretodo en el ámbito personal que promueven la habilidad de autoconocimiento y autoreflexión de su propia vida.

Es necesario que las nuevas propuestas de competencia, no sólo encuadren la parte cognitiva del individuo, sino que incluyan las necesidades emocionales, psicológicas y espirituales como una oportunidad para potenciar su desarrollo.

El establecimiento de la definición de competencia emocional también entra en debate para muchos autores, ya que aún no existe un acuerdo unánime entre los expertos. “Algunos la denominan competencia emocional, otros competencia social emocional, incluso muchos autores optan por el plural en vez del singular, es decir, competencias emocionales o competencia emocional.”³⁶ Para esta investigación utilizaremos el concepto de competencia emocional ya que se considera que la terminación del singular al plural no tiene ninguna trascendencia y es únicamente cuestión de enfoque teórico.

3.3.1. Competencia Emocional

El conocimiento de la Inteligencia emocional ha revolucionado el campo de las emociones, sin embargo, en el área de la competencia emocional se encuentra en la génesis de su fundamentación e inclusive no se ha profundizado en este ámbito.

La incursión en el verdadero aprendizaje de la Inteligencia Emocional se sustenta en el adiestramiento de la modulación emocional, la cual posibilita que una persona efectivamente genere o incremente su competencia emocional y para ello es necesario la implementación de técnicas y metodologías que ejerciten el auto-conocimiento de los estados fisiológicos corporales, así como buscar el entrenamiento consciente de actitudes psicomentales que mantengan las condiciones adecuadas para elevar la

<http://www.uned.es/educacionXX1/ultimonumero.htm7/pdf.p>. 63.

³⁶ Ibíd., p.65.

calidad de vida con la finalidad de movilizar efectivamente los recursos emocionales para el desarrollo de la competencia emocional.³⁷

La verdadera búsqueda de la competencia emocional es de amplia visión pues involucra todo el potencial consciente e inconsciente de la persona, “el cual se despliega como tendencias, fortalezas, predisposiciones, inclinaciones y debilidades,”³⁸ en el ámbito emocional.

Esta Investigación considerará a la inteligencia emocional como la capacidad emocional que tiene el individuo de una manera innata y a la competencia emocional como un conjunto de habilidades emocionales que se van adquiriendo con el tiempo a partir de la experiencia emocional de un individuo.

Según Goleman, la competencia emocional describe las habilidades personales y sociales que conducen a un rendimiento superior en el mundo del trabajo. Por otra parte, se puede trasladar la competencia emocional a los diferentes ámbitos que se enfrenta un individuo en su vida.

“La competencia emocional muestra qué nivel de potencial tiene una persona, para su realización, así como también la pericia de aprender y dominar habilidades y traducir su propia inteligencia emocional en respuestas asertivas en cualquier situación.”³⁹ Por ejemplo, si una persona cuenta con capacidad para tratar las relaciones interpersonales, no garantiza que ésta domine habilidades en el área de desarrollo interpersonal necesario para resolver conflictos, sino que sólo cuenta con el potencial para llegar a ser hábil en esta competencia.

³⁷ Dagoberto Trujillo. Inteligencia Emocional. Introducción a la alfabetización en competencia emocional & social. (Base de datos en línea) 15 Noviembre 2007. Disponible: 20 de marzo 2008; <http://inteligencia-emocional.blogspot.com>.

³⁸ “Inteligencia Emocional”: (Base de datos en línea) Argentina, 2005; Disponible: 21 de marzo 2008; http://www.calidadevida.com.ar/inteligencia_emocional_personalidad.htm.

³⁹ Miguel Reynoso. Las competencias emocionales. Revista Digital Año 12 N° 115 (periódico electrónico) Buenos Aires 2008. Disponible: 2 de mayo 2008; <http://www.efdeportes.com/efd115/inteligencia-emocional-y-outdoor-training.htm>.

Es decir, si una persona es experta en una habilidad de la competencia emocional, como lo es la habilidad interpersonal, debe poseer una serie de aptitudes relacionadas con la gestión de las relaciones para así poder resolver favorablemente cualquier conflicto respecto a esta área y poder hablar de una competencia emocional.

Las personas que han desarrollado adecuadamente la competencia emocional suelen sentirse más satisfechas, “son más eficaces y más capaces de dominar los hábitos mentales que determinan la productividad; hay quienes por el contrario no pueden controlar su vida emocional, se debaten en constantes luchas internas que debilitan su capacidad de trabajo y les impide pensar con la suficiente claridad.”⁴⁰ Se puede decir que una persona con competencia emocional tiene la fuerza suficiente de enfrentarse de forma sana y asertiva a pesar de los obstáculos, convirtiéndose en una persona proactiva.

Para ejemplificar lo anterior, Rosenthal, en el trabajo presentado por Miguel Reinoso, hizo varias investigaciones con una de las competencias más importantes de la inteligencia emocional: la empatía y llegó a la conclusión de que ésta contribuye de un modo muy notable al éxito profesional. Descubrió que las personas que identificaban mejor las emociones de los demás tenían más éxito en su trabajo así como en sus vidas sociales.

Sigal Bersade en un estudio concluyó que a la habilidad de manejar los sentimientos y la tensión se le denomina autocontrol, ya que es uno de los aspectos de la inteligencia emocional más importante para el éxito profesional. Esto confirma de alguna manera la importancia de la auto regulación emocional para elevar la calidad de vida y potenciar la capacidad resolutive ante los problemas cotidianos.⁴¹

Según el Dr. Carlos Hue, las competencias emocionales hacen referencia a las capacidades relativas a la mejora personal del individuo ayudándolo al

⁴⁰ Ibid.

⁴¹ Sigal Bersade. The ripple effect: emotional contagion in groups. Conference, New Haven, USA: Yale University School of, 1999.

reencuentro de sí mismo y al manejo adecuado de todas sus conductas para el logro de potenciar al máximo sus habilidades y aptitudes cognitivas afectivas.

El autoconocimiento, autoestima, el autocontrol o la motivación, la autorregulación, la creatividad, la capacidad para el cambio y la toma de decisiones, por otro lado existen competencias relativas a la relación con los demás, como la empatía, la capacidad para establecer una adecuada comunicación, para trabajar en equipo y resolver conflictos.⁴²

Es importante analizar el punto anterior basándose en el mundo adolescente ya que la formación y estimulación de la competencia emocional puede ser una alternativa para dominar los malos hábitos mentales que bloquean a los jóvenes e impiden su desarrollo sano.

A continuación se retoma una recopilación de autores, mencionados en Bisquerra y Pérez, que definen las competencias emocionales:⁴³

- **Salovey y Slutey** identifican cinco dimensiones básicas en las competencias emocionales: cooperación, asertividad, responsabilidad, empatía, auto control.
- **Goleman** divide a la competencia emocional en: autoconciencia emocional, manejo de las emociones, automotivación, empatía y habilidades sociales.
- **Para Saarni** la competencia emocional se demuestra con la presencia de autosuficiencia al expresar emociones en las transacciones sociales; define la autosuficiencia como la capacidad que tienen las personas para lograr los objetivos deseados y para que esto se de es necesario el conocimiento de las propias emociones y la capacidad de regularlas. A su vez los resultados deseados dependen de los principios morales y los valores éticos de la persona ya que éstos influyen las respuestas emocionales para promover la integridad de la persona. Además, Saarni presenta el siguiente listado de la competencia emocional:

⁴² Carlos Hué. Una experiencia de formación en competencias emocionales del profesorado. (Disponible en bases de datos en línea) Universidad de Zaragoza, 2006. Cáp. II, p. 2. Disponible: 12 de Mayo 2008.

http://www.unizar.es/eees/innovacion06/COMUNIC_PUBLI/BLOQUE_II/CAP_II_pdf.

⁴³ Rafael Bisquerra y Nuria Pérez. Las Competencias Emocionales. Revista de Educación XXI. No 10, P 66, 6,68. (periódico electrónico) En Línea: España 2007.

Disponible: 18 de marzo 2008; <http://www.uned.es/educacionXX1/ultimonumero.htm7/pdf>

- Conciencia del propio estado emocional
 - Capacidad para discernir las habilidades de los demás
 - Habilidad para utilizar un vocabulario y términos expresivos
 - Capacidad de implicarse emocionalmente con las emociones de los demás
 - Habilidad para comprender el estado emocional interno
 - Habilidad para afrontar emociones negativas
 - Capacidad de que la estructura y naturaleza de las relaciones
 - Capacidad de autosuficiencia emocional
- **Grazcyck, Payton y Casel** exponen las competencias socio emocionales en las siguientes aptitudes:
- Toma de conciencia de los sentimientos
 - Manejo de los sentimientos
 - Tener en cuenta la perspectiva
 - Sentido constructivo del yo
 - Responsabilidad
 - Cuidado
 - Respeto por los demás
 - Identificación de problemas
 - Fijar objetivos adaptativos
 - Comunicación expresiva
 - Solucionar problemas
 - Comunicación receptiva
 - Cooperación
 - Negociación
 - Negativa
 - Buscar ayuda

Por último, en referencia al ámbito emocional es importante recordar a Salovey y Mayer, quienes identificaron cinco habilidades relevantes dentro de la competencia emocional: “reconocer las propias emociones, saber manejar las propias emociones, utilizar el potencial existente, saber ponerse en el lugar de los demás y crear relaciones sociales.⁴⁴ Esas habilidades brindan la posibilidad de ser desarrolladas para beneficio de la integridad emocional y psicológica del individuo.

⁴⁴Montserrat Lara. Programa de Inteligencia Emocional. Tesis. Universidad Salesiana, 2006, p.24.

Es preciso mencionar que la definición de competencia emocional que esta investigación considera más apropiada es la que presenta el Programa de Educación Preescolar 2004, donde indica como competencia interpersonal al conjunto de habilidades emocionales. Sin embargo, se acopiaron los elementos más importantes y las habilidades más pertinentes que se vinculan con la competencia emocional para la elaboración de la siguiente definición:

Competencia emocional supone el conjunto de habilidades individuales y sociales de una persona, es decir, se refiere a la habilidad, aptitud o destreza de expresar y regular los propios sentimientos y emociones del modo más adecuado, aceptando los sentimientos de los demás, posibilitando la colaboración de objetivos individuales y comunes de una manera exitosa. Es decir, es el conjunto de experiencias, aptitudes y de habilidades cognitivo afectivas, en el logro de dominar y ser competente en el ámbito emocional.

3.3.2. Áreas de Desarrollo de la Competencia Emocional

Es importante comentar que para esta investigación se escogieron cinco habilidades de desarrollo de la competencia emocional, a partir de la recopilación de datos y la integración de elementos reveladores de la información presentada entorno a la visión Goleman, Salovey y Mayer, Bisquerra y Pérez. Por ello, se consideró apropiado estructurar a la competencia emocional en varias aptitudes que conforman una sola habilidad emocional y al conjunto de habilidades se le denominó como competencia emocional.

Las cinco áreas de desarrollo o habilidades emocionales seleccionadas son: el conocimiento de uno mismo, el manejo de las emociones, la motivación y auto motivación, el reconocimiento de las emociones de los demás y el manejo de las relaciones sociales, que en su conjunto conforman la competencia emocional ya que éstas representan las habilidades que contribuyen a la formación del equilibrio emocional. Es decir, es el conjunto de experiencias, aptitudes y de habilidades emocionales en el logro de una competencia emocional. A continuación se desarrolla cada una de las habilidades emocionales desde diferentes puntos de vista de algunos autores:

a) Conocimiento de uno mismo

Se le considera como la habilidad emocional fundamental sobre la que se construyen las demás. El reconocimiento de las propias emociones es el principio y el fin de la competencia emocional, sólo quien desarrolla y aprende la capacidad de distinguir las señales emocionales, cómo reconocerlas y darles nombre, pero sobretodo las acepta, puede dirigir sus emociones y profundizar en ellas. La clave del éxito en el mundo emocional es la atención.

Silvia Rodríguez considera que la clave para una toma de decisiones adecuada radica en estar pendiente de nuestros sentimientos y emociones, “ya que los sentimientos fuertes, pueden hacer estragos con el razonamiento, y la falta de conciencia de los sentimientos puede ser ruinoso sobre todo cuando se trata de pensar decisiones que determinan nuestro destino.”⁴⁵ Así pues, “la conciencia de uno mismo significa ser consciente de nuestro humor y también de nuestras ideas sobre ese humor.”⁴⁶

Daniel Goleman explica que es necesario “desarrollar el autoconocimiento y para ello es importante utilizar la meta cognición y la meta humor.”⁴⁷ La primera se refiere a la conciencia del proceso del conocimiento y la segunda a la conciencia de las propias emociones. El término de conciencia de uno mismo se usa en el sentido de una atención progresiva de los propios estados internos, es una forma de autorreflexión, incluso en medio de las emociones turbulentas como por ejemplo la autoobservación, que permite la conciencia ecuánime de sentimientos apasionados o turbulentos.

Para Antonio Valdés las propias emociones son una parte importante en el conocimiento propio o el autoconocimiento. Consiste en tener la suficiente conciencia de uno mismo, de las emociones que se experimenta en cada momento, supone diferenciar las conductas que tenemos cuando estamos felices y cuando estamos tristes, lo que hacemos cuando estamos eufóricos o cuando nuestro estado de ánimo es depresivo. Es en pocas palabras saber reconocer una emoción o un estado de ánimo, mientras éste tiene lugar en nuestra vida nos brinda la oportunidad de vincularnos con nuestras propias necesidades y peticiones.

⁴⁵ Silvia Rodríguez. La Inteligencia Emocional en el Rendimiento escolar. p. 35.

⁴⁶ *Ibíd.* p. 33.

⁴⁷ Es la capacidad de reconocer lo que se siente de sí mismo por ejemplo, es saber lo que sentimos en cada momento y como expresamos las emociones.

b) Manejo de las emociones.

Remedios Santiago estima que el manejo de las emociones conducen al individuo a saber dirigir las, regularlas y modificarlas para que no tengan ninguna influencia negativa sobre el comportamiento y considera que para que esto suceda es conveniente disciplinar los pensamientos e identificar lo que surgen de ellos. Esta disciplina se encuentra en el darnos cuenta, es decir, en impulsar el nivel de consciencia de nuestro estado interior para poder identificar qué emociones y estados de ánimo vivimos y no dejarnos dominar por ellos. Según la autora anterior, es importante reconocer los pasos para el manejo de las emociones y conectarnos con ellas:⁴⁸

- **Darnos cuenta de la realidad:** Es importante desarrollar el observador interno en el trabajo de la regulación de emociones porque es el que te refleja dónde estás y cómo estás. El observador externo está muy desarrollado y esto sucede porque se conecta con el juez externo, que critica constantemente y no retroalimenta nuestros actos y actitudes. El observador externo bloquea al interno por las críticas y los juicios de valor.
- **Entender causa y efecto:** Al entender las causas que están provocando distintos problemas y las actitudes que tomamos ante ellas podremos cambiar creativamente lo que ya no funciona en nuestra vida emocional.
- **Permitirnos sentir y fluir:** Permitirnos sentir y fluir sin bloquear la realidad y la energía de las emociones ayuda a conectarnos y a integrarnos.
- **Observar cómo se manifiestan las emociones:** nos permite modificarlas y controlarlas con voluntad.
- **Detectar con quién,** cómo cuándo y porqué las emociones no se ajustan, es identificar lo que se siente con respecto a ciertas personas y situaciones.
- **Manejar sanamente nuestras emociones,** canalizarlas por medio de la expresión y responsabilizarse de ellas, aceptar y aprender de los errores.

Lo anterior ayudará a controlar emocionalmente nuestro organismo. Se trata de usar adecuadamente las emociones, es la tendencia del individuo por experimentar su vida emocional de una forma sana. Es la responsabilidad del propio ser quien debe buscar y sentir de manera proporcionada a las

⁴⁸ Remedios Santiago. Desarrollo de Inteligencia Emocional en los niños. Tesis, ENEP, Iztacala, 2003.

circunstancias de sus propias emociones, llevándolas al reconocimiento y control de éstas. Es decir, el manejo de emociones es la habilidad que utiliza una serie de aptitudes para saber equilibrar emociones positivas y negativas que determinan la noción de bienestar, o bien, dominar las emociones y estados de ánimo que bloquean el equilibrio psicológico y emocional.

Por esta razón, el manejo de las emociones es una habilidad fundamental para la vida, es la capacidad de darse cuenta los fenómenos fisiológicos emocionales y poder superarlos.

Es reconocer una agitación crónica del cerebro emocional y superarla sin ningún tipo de ayuda, a menos que se requiera medicación como en los trastornos maníaco-depresivos, por consiguiente, el control del impulso es la base de la autorregulación y salud emocional del individuo.⁴⁹

Por lo tanto, el manejo de emociones comprende la aptitud de identificar los propios sentimientos y emociones, ayuda a la madurez emocional, pero sobretodo al logro de una dirección y control adecuados de las emociones, lo que permitirá llevar al individuo a potenciar todas sus capacidades exclusivamente a favor de él y quienes le rodean.

Es importante destacar que el control de los impulsos no significa reprimir o guardar sentimientos o emociones que provocan malestar, ya que estos pueden generar tensión. Sin embargo, en la medida que la persona aprenda a expresar, identificar y reconocer de manera oportuna estará ejerciendo el manejo de las emociones.

c) Motivación y automotivación:

A esta habilidad se le considera como el proceso que impulsa al individuo a tener conductas mantenidas y orientadas a conseguir determinadas metas. Se refiere a la actitud que evita que las personas caigan en la apatía, la desesperanza o la depresión ante la adversidad aprendiendo a ser positivos y a controlar impulsos.

⁴⁹ Ibíd., p. 36-37.

El proceso de motivación aparece cuando hay una necesidad insatisfecha que produce malestar y es cuando la persona actúa orientando su conducta para alcanzar la meta deseada y eliminar la tensión.

Por su parte Sofía Smeke define a la motivación como un acto de voluntad, deseo e intencionalidad o decisión que surge con el fin de alcanzar una meta, se le considera también como el motor que impulsa, dirige y da fuerza al individuo para alcanzar la satisfacción de cierta necesidad no cubierta. Existen dos tipos de motivación: la intrínseca que es aquella ejercida por un impulso individual en el alcance de una meta personal, busca nuevos retos o evalúa en comparación a éxitos y la motivación extrínseca la cual es ejercida por una influencia externa, busca aprobación externa, evita el fracaso y existe el temor a perderla.⁵⁰

Es importante identificar a la motivación intrínseca como la habilidad de auto motivación que el ser humano es capaz de encontrar en su nivel interior para poder impulsarse y seguir hacia adelante en su proceso personal, tomando cualquier circunstancia, ya sea positiva o negativa para recomenzar en cualquier momento de su vida. La automotivación es considerada como uno de los aspectos más importantes para poder vivenciar los procesos creativos, ya que ésta es el motor con el cual la voluntad crece y se reafirma en la búsqueda de nuevos y mejores proyectos.

Gilda Waisburd piensa que sí no se siente la motivación y la pasión para lograr algún objetivo, es difícil alcanzarlo. Existen motivadores externos como el reconocimiento, los premios, los halagos, los aplausos, la aceptación, el dinero, y los motivadores internos que surgen de la fuerza y la voluntad interior para auto realizarse por una necesidad de ser y trascender. Sin embargo para Waisburd los motivadores externos no son suficientes en los proyectos creativos, se necesita de motivadores internos, de la fortaleza interna y la inteligencia emocional para lograrlos. Definitivamente, como se comenta anteriormente, los motivadores externos son frágiles, ya que si no se llenan con las expectativas exteriores, como lo son la familia y sociedad, la conducta humana tiende a derrumbarse fácilmente, por eso es necesario trabajar de forma individual, el motivador interno.⁵¹

Por último, Antonio Vallés, considera que el ser creativo, es tener intereses y desarrollarlos, así como tener imaginación e ilusión por realizar determinadas

⁵⁰Sofía Smeke. Alcanzando la excelencia emocional en niños y jóvenes. México, Tomo, 2002.

⁵¹Gilda Waisburd. Creatividad inteligente. México, Byblos, 2001.

actividades forman parte de la habilidad denominada automotivación. Es decir, ser capaz de darse ánimos a uno mismo con el propósito de seguir adelante en el proyecto de vida, en la actividad cotidiana, en el trabajo, en la escuela, en el cultivo de la amistad o en cualquiera de las tareas que aprendemos en la vida.⁵²

d) Reconocer emociones en los demás.

Conocer los sentimientos y las emociones de los otros supone una habilidad importante en el desarrollo de la competencia emocional. Reconocer las emociones de los demás significa ser considerado hacia los demás, implica conocer los sentimientos de los demás y establecer lazos de empatía y para ello se requiere de una capacidad de interpretación de los sentimientos. “La empatía es la capacidad de comprender el estado de ánimo de los demás, de identificar sus sentimientos, opiniones y compartirlos, es considerada como una habilidad emocional básica y fundamental.”⁵³ La empatía es la habilidad emocional por excelencia, es la que nos permite tener un vínculo más profundo con las personas que nos rodean desde diferentes perspectivas, significa poder entender lo que el otro quiere decir con sus acciones y su comunicación verbal. Es el reconocimiento de nuestras propias emociones frente a las emociones de otros.

Para Remedios Santiago tratar de comprender los puntos de vista de los demás nos permite el acceso a sus pensamientos, a comprender cómo se consideran y como se sienten. La gente capaz de considerar a las personas y a las situaciones, desde distintas perspectivas, es más capaz de controlar la toma impulsiva de decisiones, siendo más creativa y efectiva a la hora de resolver problemas.

La investigadora anterior, en su trabajo, expone que la empatía es la capacidad de ponernos en el lugar de otros, de saber qué emociones sienten, qué sentimientos tienen hacia nosotros, es como tener una perspectiva social. Por ejemplo se demuestra empatía cuando:

- Se es capaz de calmar a alguien
- Se es capaz de brindar palabras de aliento y de ánimo a una persona triste y abatida.
- Nos da alegría y felicidad el éxito de los demás.

⁵² Antonio Vallés, La Inteligencia emocional de los hijos. Cómo comprenderlos y actuar ante sus conflictos cotidianos Madrid, Eos, 2000

⁵³ *Ibíd.*, p. 69.

Para desarrollar la habilidad de empatía es necesario aprender a reconocer cómo se encuentran los demás, si están enojados, felices, tristes, nerviosos, serenos, alegres.

Entonces la empatía consiste en identificar los posibles sentimientos que se transmiten en las palabras que escuchamos de los demás y en los componentes no verbales: hay empatía cuando una persona es capaz de escuchar, comprender y retroalimentar.

e) Manejar las relaciones sociales:

Las relaciones son el primer elemento en el proceso de socialización y mediante el cual las personas alcanzan su verdadero desarrollo psicológico gracias a la interacción, ya que es la vía donde encontramos un status social aceptable que facilita el reconocimiento de las emociones propias y ajenas, aunque no siempre sea el caso de tener un status aceptable.

Manejar adecuadamente las relaciones, es una habilidad social, y esta se refiere a la capacidad para inducir respuestas deseables en los demás, manejar bien las emociones en una relación e interpretar estas habilidades para persuadir, dirigir, negociar y resolver disputas para la cooperación y el trabajo en equipo.⁵⁴

A continuación se presentan algunas habilidades sociales que Silvia Rodríguez considera necesarias para convertir éstas en una habilidad emocional fuerte:

- **Influencia**, es la capacidad de utilizar tácticas de persuasión eficaces hacia los demás.
- **Comunicación**, capacidad de emitir mensajes claros y convincentes.
- **Liderazgo**, capacidad de inspirar, dirigir a grupos y personas.
- **Resolución de conflictos**, habilidad de negociación y capacidad de resolver.
- **Colaboración y cooperación**, capacidad de trabajar con los demás.
- **Trabajo en equipo**, Capacidad e interactuar en cualquier grupo y mostrar apertura y disposición positiva.

⁵⁴ Silvia Rodríguez. La Inteligencia Emocional en el Rendimiento escolar. p. 36-37.

Goleman menciona que las emociones son endémicas y tienden a infectar a otro como parte de un intercambio implícito; recibimos y transmitimos estados de ánimos negativos o positivos, es decir, algunos pueden ser tóxicos o nutritivos. Por otra parte, considera al ser humano como emisor de señales emocionales en cada encuentro. La capacidad de relacionarse es crear vínculos eficaces, que requiere esfuerzo y aprendizaje para cada individuo.⁵⁵

Hablar de competencia emocional es hablar de la capacidad emocional de reflexión para definir problemas y postular varias situaciones conflictivas y detenerse a recapacitar en cada una de ellas, así como también, es la habilidad de planificar los medios necesarios para dar una solución; es buscar ser asertivo, saber defender tus derechos sin pisar a los demás y comprender los distintos puntos de vista, lo que conlleva al desarrollo de la empatía.

Lo que queremos son personas que digan lo que piensan, sin perder el respeto a los que piensan de otra manera, personas que no se hagan las fuertes frente a los débiles, ni débiles frente a los fuertes, si no que mantengan siempre una fortaleza serena ante la incoherencia, la inmadurez, y el egoísmo de otros.⁵⁶

Montserrat Lara reitera que manejar las relaciones con los demás es un talento en saber persuadir e influenciar a las personas. Quienes lo poseen son excelentes negociadores, saben persuadir y convencer a los demás, son capaces de trabajar en equipo y de hacer sinergia.⁵⁷

Por eso es tan importante aprender a manejar y controlar las emociones, ya que éstas nos ayudarán a no ser receptivos al material tóxico emocional que puede desequilibrarnos y desarmonizar nuestras emociones dentro de un contexto social y para ello es necesario el desarrollo de diferentes habilidades de la competencia emocional.

⁵⁵ Daniel Goleman. Op. Cit.

⁵⁶ De la Peña V, et al. Comportamiento asertivo, y adaptación social Revista electrónica de metodología aplicada, Vol 8 no 2, pag 11-15 (periódico electrónico) En línea: España, 2003. Disponible: 13 de Mayo 2008; <http://www.psico.uniovi.es/rema/v8n2/cabs.pdf>.

⁵⁷ Montserrat Lara. Programa de inteligencia emocional en el ámbito laboral. Tesis, Universidad Salesiana, 2006.

3.4. ESTRATEGIAS PARA EL DESARROLLO DE LA COMPETENCIA EMOCIONAL

La educación emocional es una innovación educativa que responde a las grandes necesidades individuales y sociales de nuestra era que no son atendidas en las materias académicas ordinarias, ni siquiera son tomadas en cuenta en la mayoría de instituciones privadas y públicas de nuestro país. El fundamento de la educación emocional tiene su origen en el concepto de emoción y en las bases teóricas científicas de la inteligencia emocional, la neurociencia, la renovación pedagógica, la educación psicológica y la educación para la salud que nos permiten descubrir la importancia de educar en diferentes ámbitos como lo es el campo emocional.

A continuación, se analizarán algunos preceptos que expone Rafael Bisquerra en cuanto a la importancia de la educación emocional:

La educación requiere de nuevos modelos y estrategias que coadyuven al pleno desarrollo de la personalidad integral del individuo. En este desarrollo debe considerarse el desarrollo cognitivo y desarrollo emocional. El apoyo emocional del profesorado en el proceso de aprendizaje pasa a ser esencial. En el S. XXI probablemente se pase del rol tradicional del profesor e instructor centrado en la materia a educador que oriente el aprendizaje del estudiante y al cual presta apoyo emocional.⁵⁸

Por ejemplo, actualmente, se observan altos índices de fracaso escolar, dificultades de aprendizaje, estrés ante los exámenes, abandono en los estudios universitarios, estos hechos provocan estados emocionales negativos, como la apatía, la depresión y en algunos casos hasta el suicidio, todo esto está relacionado con deficiencias en la madurez y el equilibrio emocional que reclaman la atención del sistema educativo.

El desarrollo de las competencias emocionales da lugar a la educación emocional, es decir, la educación emocional se concibe como un proceso educativo, continuo y permanente que pretende potenciar el desarrollo de las competencias emocionales como elemento esencial del desarrollo integral de la persona, con objeto para capacitarle para la vida, todo ello como finalidad de

⁵⁸ Rafael Bisquerra. Educación emocional y competencias básicas para la vida. Revista de Investigación Educativa No 21 p. 18, (periódico electrónico) En Línea: España, 2003. Disponible: 15 de Mayo 2008; <http://www.um.es/depmide/RIE/contenido/21-1rafa.pdf>.

aumentar el bienestar personal y social, por otro lado resalta, que la importancia de la educación emocional radica, en estar presente a lo largo de todo currículo académico.⁵⁹

De esta manera la educación emocional es un modelo de prevención que brinda las estrategias necesarias para el desarrollo de habilidades emocionales, que pueden ayudar a la solución de conflictos, así como también, brindar las destrezas necesarias, para afrontar situaciones, tales como la prevención de adicciones y la prevención del estrés, la ansiedad, la depresión y la violencia.

Por su parte, Jonathan Cohen establece que la enseñanza emocional y social reduce la violencia, enriquece las capacidades adaptativas y constituye el fundamento del aprendizaje de un desarrollo sano, llevando al individuo al equilibrio personal.⁶⁰

Por esta razón, la educación emocional es considerada como una innovación educativa que se ajusta a las realidades y necesidades sociales con la finalidad, de desarrollar la competencia emocional que contribuya a una mejor vida con bienestar personal y social. “Para ello, se requiere diseñar programas fundamentados en un marco teórico, para llevarlos a la práctica.”⁶¹ Ya que el diseño programático de educación emocional, es la estrategia necesaria para el logro del desarrollo de la competencia emocional.

3.4.1. Línea de Acción en la Educación

Para poder hablar de estrategias en el desarrollo de la competencia emocional esta investigación tratará de consolidar la base que debe regir a cualquier institución educativa como eje promotor del desarrollo integral de los adolescentes.

Para esto se consideró el informe de la Organización de Educación Científica y Cultural de las Naciones Unidas (UNESCO) que presentó a la Comisión Internacional de la Educación para el S. XXI el postulado educativo de Jacques Delors, quien señala que “se hace imprescindible para la educación del S. XXI,

⁵⁹ *Ibíd.*, p. 22.

⁶⁰ Jonathan Cohen. La Inteligencia emocional en el aula. Argentina, Troquel, 2003.

⁶¹ *Ibíd.*, p. 19.

asignar nuevos objetivos en la educación, con el objeto de cumplir su misión, debe organizarse en torno a cuatro pilares: aprender a conocer, aprender hacer, aprender a convivir y aprender ser.⁶² Lo que se pretende es integrar con estos cuatro pilares la visión en la que se debe basar la educación actual.

A continuación, se desarrollarán los cuatro pilares de la educación que Begoña Ibarrola expone basándose en los criterios antes mencionados de Jacques Delors, haciendo una clara referencia al mundo emocional.⁶³

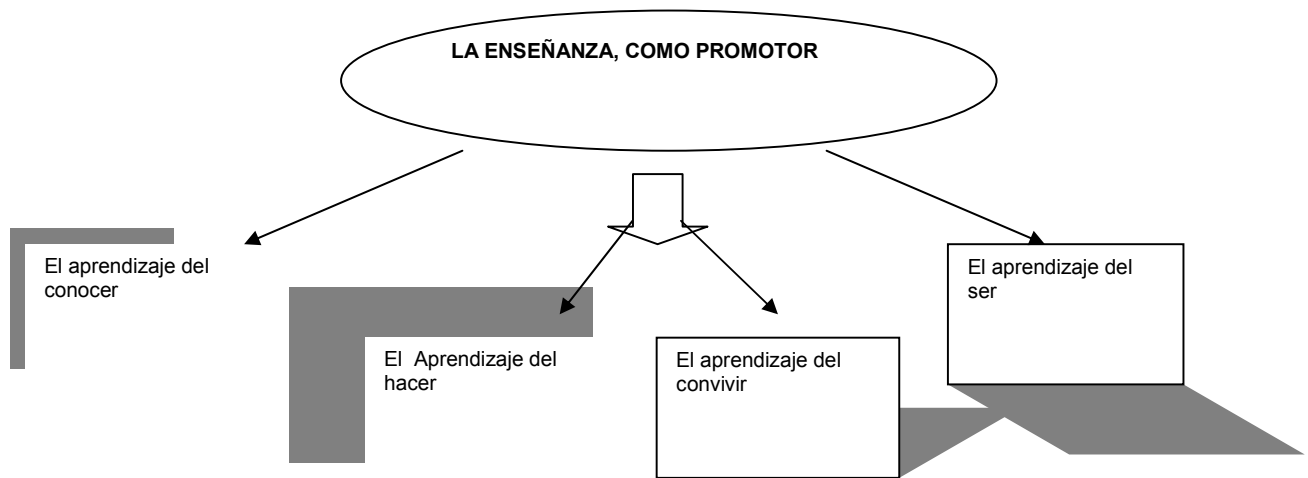
- **APRENDER A CONOCER:** Lo que equivale a dominar los instrumentos del conocimiento, el acto de enseñar debe favorecer el placer por descubrir y comprender, promover los factores emocionales y vincularlos con el aprendizaje para hacerlo estimulante y significativo. (Favoreciendo el reconocimiento de las emociones.)
- **APRENDER HACER:** Lo que implica adquirir una formación para poder desempeñar un trabajo específico así como la asimilación de habilidades en las competencias personales como la capacidad para relacionarse, trabajar en grupo, saber responder asertivamente a las dificultades que imperan en el mundo. (Esta capacidad forma parte de la habilidad de relacionarse y manejar las emociones, a su vez, se considera parte de la competencia emocional de un individuo.)
- **APRENDER A CONVIVIR:** Es uno de los retos de este siglo donde el individuo sea capaz de convivir con diferentes personas, esto obliga al individuo a descubrir lo que tiene en común con los demás y comprender que a la vez se es interdependiente, sin embargo para descubrir al otro se debe tener el autoconocimiento. (Nuevamente este pilar hace referencia al autoconocimiento, empatía y destreza social, consideradas habilidades de la competencia emocional.)
- **APRENDER A SER:** Se refiere al desarrollo total y máximo posible de una persona, es la búsqueda de autorrealización.

Con base en lo anterior, la presente investigación considera que el siguiente proceso se debe incluir en cualquier institución educativa como parte de sus

⁶² Jacques Delors. Informe a la UNESCO de la comisión Internacional sobre la educación del S. XXI. (Bases de datos en línea) p. 36, 1996. Disponible: 16 mayo 2008; http://www.unesco.org/education/pdf/DELORS_S.PDF.

⁶³ Begoña Ibarrola. Dirigir y educar con inteligencia emocional. Ponencia del Séptimo Congreso de Educación y Gestión. (Base de datos en línea) 2003. Disponible: 16 de mayo 2008; http://www.profes.net/rep_documentos/Noticias/IntelEmoc.pdf.

objetivos y misión dentro del proceso enseñanza-aprendizaje y presenta el siguiente modelo conceptual:



El sistema educativo deberá actuar en concordancia con la educación emocional, por lo tanto líderes, docentes y personal administrativo deberán ser integrados en el desarrollo de la competencia emocional para no oponerse al aprendizaje de un alumno. Por lo que se debe realizar una labor más ardua por parte de las instituciones educativas para lograr la congruencia educativa.

Se presentarán a continuación algunos de los requisitos, que según Begoña Ibarrola, son necesarios en la planta docente y los líderes que manejan una institución.

- Ser capaces de expresar adecuadamente sus sentimientos en relación con sus alumnos
- Saber utilizar metodología de planificación en función a metas y resolución de problemas
- Poner en práctica estrategias de motivación
- Procurar controlar los estados de ánimo negativos y gestionar adecuadamente sus emociones
- Capacidad de desarrollo de la empatía y capacidad de escuchar
- Lograr desarrollar conductas asertivas para la solución de conflictos
- Promotores de un clima de entusiasmo y flexibilidad
- Facilitar el clima de cooperación y confianza

El hecho de tener un personal con un perfil que reúna habilidades para promover una educación emocional es de suma importancia para colaborar en la formación de la competencia emocional y el desarrollo integral del alumnado, por lo tanto los directivos o líderes se convierten en buenos gestores del ambiente y funcionamiento institucional. Por otro lado los educadores se convierten en buenos facilitadores del aprendizaje y el resto del personal se convierte en colaboradores y promotores para salvaguardar el clima institucional.

Por lo que se ha analizado anteriormente, es fundamental reconocer que los educadores y directivos deben tener acceso continuo al desarrollo de su propia competencia emocional por medio de talleres, capacitación y acompañamiento emocional, ya que es necesario reconocer que los profesores interactúan diariamente con la diversidad de emociones y actitudes de la población estudiantil, que llevan al docente a vivir en su cotidianidad una gran carga emocional.

3.4.2. Otras Alternativas de Educación Emocional

Es trascendental hacer un frente común en la educación emocional buscando todo lo necesario para lograr que el individuo pueda reconocer y expresar sus emociones y sobretodo para desarrollar la competencia emocional en el individuo. Por eso, resulta indispensable identificar diversas estrategias de forma integral y no de forma aislada que puedan complementar significativamente la educación emocional.

A continuación, se considera pertinente presentar otras alternativas para la educación emocional como la siguiente propuesta basándose en la sugerencia del Doctor David Puchol Esparza, quien utiliza estrategias de intervención del estrés para ayudar al autocontrol emocional:⁶⁴

- **ENFOQUE PSICOEDUCATIVO:** Este se refiere al compromiso de la institución por brindar apoyo psicológico para darle seguimiento a los alumnos y su entorno familiar llevando su historial clínico y el análisis

⁶⁴ David Puchol. Estrategias de Intervención del Estrés Postraumático. (Base de datos en línea) Universidad de Valencia, 2002. Disponible: 18 de mayo 2008; <http://www.psicologiaincientifica.com/pdf.2008>.

académico, también este enfoque promoverá la cultura emocional y proporcionará a los alumnos las alternativas e información pertinente.

- **TERAPIA CONIGTIVA CONDUCTUAL:** Los psicólogos escolares pueden utilizar este tipo de terapia, porque está basada en la modificación de patrones de pensamiento distorsionados y el entrenamiento en habilidades de solución de problemas.
- **EL COUNSELING Y LA PSICOTERAPIA:** Se pueden considerar como terapia emocional ya que se centran en los problemas emocionales como la ansiedad, estrés, depresión y fobias.
- **TÉCNICAS DE RELAJACIÓN:** Se consideran todas aquellas técnicas que ayudan a bajar el nivel de estrés o bloqueó energético del individuo como los ejercicios de meditación, las prácticas autógenas, la relajación muscular progresiva.
- **TÉCNICAS DE ROSOLUCIÓN DE PROBLEMAS:** Se basa en las siguientes fases: orientación del problema, formulación y definición del problema, generación de alternativas, toma de decisiones, ejecución y verificación de resultados.
- **TERAPIA PSICODINÁMICA:** Esta terapia, se centra en los conflictos emocionales causados por eventos traumáticos, particularmente los relacionados con experiencias tempranas, a través de la expresión de emociones y pensamientos asociados al evento en un ambiente empático y seguro donde el individuo adquiere más seguridad y autoestima brindándole los elementos para afrontar sus emociones durante el proceso terapéutico.
- **TERAPIAS DE GRUPO:** Estas terapias ayudan al paciente a compartir sus experiencias y recuerdos traumáticos en un ambiente de seguridad y de cohesión, contribuye a compartir y afrontar la ira, los miedos, las emociones negativas. Esta terapia pretende estabilizar las reacciones, explorar, compartir, afrontar emociones o percepciones y aprender estrategias para el afrontamiento del estrés.
- **TERAPIA FAMILIAR:** Esta tiene como objetivo, fomentar la unidad familiar, el terapeuta busca estabilizar cada uno de los roles y llevarlos al equilibrio sistémico.

- **TERAPIAS ALTERNATIVAS, HOLÍSTICAS:** Son procedimientos, métodos y técnicas e incluso filosofías de vida con un menor o mayor apoyo científico para el tratamiento y liberación de las emociones negativas que se contienen en el relajamiento mediante el ejercicio físico como: yoga, tai chi o artes marciales. Como ayuda alternativa se encuentran: la aromaterapia, acupuntura, masajes y la bioenergética.
- **PROGRAMACIÓN NEUROLINGÜÍSTICA:** Es una técnica muy viable para el reaprendizaje emocional, es el camino para vivir el aquí y él ahora como una herramienta para desaprender y hacer el aprendizaje consciente, promueve la conciencia individual, ya que lleva al individuo a darse cuenta de su interior y exterior.
- **CATARSIS EMOCIONAL:** Este es un recurso terapéutico, sin embargo, se puede utilizar como recurso en el aula y en las instituciones, a partir de actividades donde se liberen diferentes tipos de emociones como la risa, el llanto y el enojo.

En conclusión podemos decir que el campo de las emociones es muy extenso, su importancia en el individuo es inherente a su propia vida, son ellas las que lo movilizan hacia el logro de sus objetivos, le brindan salud, autonomía, expresión, esto hablando de las emociones positivas, en cambio, las negativas son las que llevan al individuo al desequilibrio, a somatizar enfermedades e inclusive a las adicciones.

Por lo anterior, es importante desarrollar estrategias que coadyuven al desarrollo de la competencia emocional de los adolescentes, la cual resulta necesaria, ya que se encuentran en una etapa de vulnerabilidad emocional y puede ser un buen momento para la iniciación de una educación emocional.

3.4.3. Importancia de los Programas de Educación Emocional

El objetivo de la educación emocional “es el desarrollo de competencias emocionales: como lo son, conciencia emocional, regulación emocional, autogestión, inteligencia interpersonal, habilidades de vida y bienestar

emocional,”⁶⁵ que de alguna manera se han mencionado en la presente investigación como áreas de desarrollo de la competencia emocional.

Por esta razón, es importante implementar programas de desarrollo de la competencia emocional así como la alfabetización emocional que propone el reaprendizaje para poder establecer y practicar un modelo diferente de respuesta emocional, que en el peor momento o en las peores condiciones tenga la particularidad de incorporar información emocional de cada individuo y encontrar hábitos de respuestas nuevas en el ámbito emocional.

Según Cristina de la Vega nada de esto es sencillo,”por esta razón existe la gran necesidad de crear programas de educación emocional”⁶⁶ vigentes en nuestro país ya que no existen y es primordial implementarlos. Actualmente, en gran parte de Estados Unidos e Inglaterra utilizan la alfabetización emocional como una estrategia de educación emocional.

Por ejemplo, para Goleman, todos los cursos de alfabetización emocional tienen su origen en el movimiento de educación afectiva de los 60, en aquel entonces la creencia era que las lecciones psicológicas y motivacionales se aprendían con más profundidad si implicaban una experiencia inmediata, sin embargo, el movimiento de alfabetización emocional invierte el término de educación afectiva, como por ejemplo, en lugar de usar el afecto para educar, se educa el afecto mismo.

Goleman en su libro *Inteligencia Emocional* presenta algunos programas de educación emocional y resolución de problemas, por lo que únicamente se escogieron los de mayor relevancia para la investigación:⁶⁷

Eric Schaps del Centro de estudios del desarrollo ubicado en Oakland, California, evaluó un programa de aprendizaje social y emocional para proyectos de desarrollo del niño obteniendo los siguientes resultados:

- Alto grado de responsabilidad

⁶⁵ Rafael Bisquerra. Educación emocional y competencias básicas para la vida Educativa. p.1.

⁶⁶ Cristina de la Vega. Inteligencia Emocional. (Base de datos en línea) Disponible: 17 de mayo 2008;
<http://www.gestiopolis.com/canales7/rrhh/alfabetizacion-emocional-e-inteligencia-emocional.htm>.

⁶⁷ Daniel Goleman. Op.Cit.

- Incremento en la seguridad de sí mismo
- Mejor comprensión de los demás
- Más considerado
- Más estrategias pro sociales para la resolución interpersonal de problemas
- Mejores habilidades para la solución de conflictos

Otro proyecto de mejora de la conciencia social es el modelo de resolución de problemas sociales realizado por Maurice Elias Rutgers, que fue implementado en las escuelas de Nueva Jersey, donde los alumnos mostraron los siguientes resultados:

- Más sensibles a los sentimientos de los demás
- Mejor comprensión de las consecuencias de su conducta.
- Mayor capacidad de evaluar situaciones interpersonales y planificar las acciones apropiadas
- Autoestima más elevada
- Más conducta pro social
- Menos conducta antisocial, autodestructiva y socialmente perturbada
- Mejora de habilidades para aprender a aprender
- Mejor autodominio, conciencia social y toma de decisiones sociales dentro y fuera del aula.

La escuela puede ser el primer promotor de estos cursos como proyectos de prevención para adolescentes, adolescencia y tabaco, consumo de drogas, embarazo, marginalidad, deserción y últimamente violencia. Como conclusión de éste capítulo se considera la gran urgencia de promover programas educativos que estimulen y desarrollen la competencia emocional de sus alumnos, ya que éstos proveen una condición preventiva y formadora de la conciencia humana.

CAPÍTULO 4

“METODOLOGÍA”

El presente capítulo describe cómo fue llevada a cabo esta investigación, abordará desde el planteamiento del problema hasta la hipótesis, así como el diseño utilizado, sujetos, universo y muestra.

Por otro lado, se mencionarán los instrumentos de medición aplicados para la obtención y análisis de resultados, esperando establecer una vinculación lógica entre la metodología y el marco teórico presentado anteriormente.

4.1. HIPÓTESIS

La hipótesis que se eligió para esta investigación es de tipo descriptiva, ya que como su nombre lo indica expresa una situación de análisis entre las variables sin tener enlace lógico, es decir, sin ser interdependientes. Sólo muestra las características que la investigación quiere sustentar y averiguar.

De esta manera, del problema presentado surgió la siguiente interrogante ¿El adolescente cuenta con la suficiente competencia emocional para afrontar sus problemas cotidianos? Lo que por consiguiente motivó a la elaboración de la hipótesis y dar su definición conceptual y operacional:

“El adolescente carece de competencia emocional en la resolución de conflictos en el ámbito familiar, escolar y social”.

La **definición conceptual** se dividió en las siguientes variables que se analizan dentro de la investigación:

a) Competencia emocional: Supone el conjunto de habilidades individuales y sociales de una persona, es decir, se refiere a la habilidad, aptitud o destreza de expresar y regular los propios sentimientos y emociones del modo más adecuado, aceptando los sentimientos de los demás, posibilitando la colaboración de

objetivos individuales y comunes de una manera exitosa. Es decir, es el conjunto de experiencias, aptitudes y de habilidades cognitivo afectivas, en el logro de dominar y ser competente en el ámbito emocional.

b) Resolución de conflicto: se define, como la capacidad de discriminar el estado emotivo doloroso procedente de agentes internos y externos, que produce experimentar un conflicto a través del estrés (presión y tensión en el nivel físico y emocional). Es la oportunidad que tendrá el individuo por enfrentar amenazas de situaciones que ponen en riesgo su estabilidad e integridad, confiriéndole la capacidad de lucha.

Por otro lado, es pertinente comentar que la **definición operacional** de la presente investigación se refiere a los instrumentos que se utilizaron para medir y analizar las variables que se emplearon como por ejemplo dos cuestionarios. El primero dirigido a profesores, teniendo como objetivo reconocer e identificar los puntos de vista de los docentes acerca de sus conocimientos en el área de la competencia emocional y educación emocional dentro de su labor docente. Además, algunas preguntas también están destinadas a medir la competencia emocional y la resolución de conflictos en el ámbito familiar, escolar y social en sus alumnos. El segundo cuestionario, dirigido a los adolescentes, consta de dos preguntas presentado al final del instrumento de escala de actitud; su objetivo fue recoger de manera directa información de la forma de pensar del joven con relación a la forma de vivir las emociones en su vida. También se empleó una lista de cotejo dirigida a jóvenes con el propósito de identificar su tendencia en las áreas de mayor conflicto como los ámbitos escolar, familiar y social y medir la variable de resolución de conflictos. Por último se utilizó una escala de actitud, también dirigida a jóvenes para identificar y medir el grado de competencia emocional en diferentes áreas emocionales.

4.2. Diseño

El diseño de la presente investigación se basó en una metodología **cuantitativa**, ya que se utilizó como muestra a un grupo de adolescentes y profesores para analizar por medio de instrumentos, el por qué o cómo los adolescentes carecen

de competencias emocionales para la resolución de conflictos en los ámbitos social y escolar, es decir, se elaboraron resultados por medio de la cuantificación o procedimiento estadístico que se mostrarán en el siguiente capítulo.

Por otra parte, se consideró a esta investigación como un **no experimento**, ya que se limita únicamente a la observación de los acontecimientos para su análisis sin intervenir en los mismos. Dicho de otra manera no se manipuló ninguna variable. Es importante mencionar que la investigación fue **transversal** debido a que únicamente se estudio a la población en un momento dado, es decir el estudio se realizó es un período de tiempo determinado.

El tipo de investigación **es explicativa** ya que se desarrolla a partir de la presentación del planteamiento del problema y su propia hipótesis, anteriormente mencionados. Se recolectaron datos para el análisis de los resultados con el fin de describir los conceptos y fenómenos presentados en este trabajo de investigación para explicar y responder los eventos registrados durante la misma, que se presentarán posteriormente en el siguiente capítulo.

Es importante mencionar que se consideró como **no probabilística** ya que la elección de los elementos de la muestra no depende de la probabilidad sino de causas relacionadas con los criterios del investigador, generando la presentación de datos e hipótesis.

4.3. SUJETOS, UNIVERSO Y MUESTRA

La investigación se realizó en el bachillerato Vallescondido, turno vespertino, escuela particular, ubicada en Convento de Acolman No 23. Jardines de Santa Mónica, Tlalnepantla, Estado de México, zona urbana, de nivel socio económico medio alto, durante el periodo del 8 de Mayo al 26 de Junio del 2008. Es una escuela que cumple tanto con las instalaciones como con los servicios básicos de una institución educativa y físicamente se encuentra ubicada en una zona residencial.

Este centro se caracteriza por ser de nivel medio superior, se define a sí misma como esencialmente formativa, propedéutica e integral. Esencialmente formativa se refiere al nivel para integrar al estudiante al pensamiento científico y social que le permita comprender la naturaleza y la sociedad, así como fortalecer su proyecto de vida. El término propedéutica propone formar a los estudiantes en los aspectos de conocimientos, ciencias, valores, hábitos y capacidades que le permitan su incorporación a la vida profesional. Se define integral porque se enfoca en desarrollar al máximo los talentos y potencialidades del alumnado en diferentes áreas.

La filosofía de esta institución se centra en su lema: Educación para la vida, que comprende cinco ejes rectores:

1. Aprender a conocer: Analizar y sintetizar, razonar con lógica (ordenar, plantear y resolver problemas), deducir e inferir, relacionar, ponderar argumentos y comunicar con claridad.

2. Aprender a hacer: Para enfrentar innumerables situaciones y a trabajar en equipo en el marco de experiencias de trabajo y sociales, asumiendo riesgos calculados.

3. Aprender a Convivir: Tolerancia de otros puntos de vista y el trabajo participativo y comprometido, prepara para tratar los conflictos, respetando los valores de pluralismo y comprensión mutua.

4. Aprender a ser: Propicia la capacidad de libertad, de razonamiento de responsabilidad personal.

5. Aprender a Innovar: Desarrollar la capacidad creativa en el individuo para encontrar respuestas y soluciones eficaces a las demandas de la vida cotidiana.

Se escogieron 17 alumnos de 6º semestre y 11 de 4º semestre del turno vespertino, población total de este turno, la edad promedio de los sujetos es de los 17 a los 21 años, el sexo predominante de la población es el masculino con un total de 23 hombres y cinco mujeres únicamente. Así mismo, se escogió a 16 maestros, siete del sexo femenino y nueve del sexo masculino, el 100 % son titulados en alguna licenciatura y dos maestros con maestría. Los directivos, a través de la observación y la evaluación docente realizada por sus alumnos, consideran que la mayoría de sus profesores son muy cooperativos y con gran disposición al trabajo con sus alumnos.

El total de la población estudiada fue de 28 alumnos y 16 profesores. El motivo de escoger a los alumnos del turno vespertino es que son jóvenes que por diversas circunstancias son alumnos que trabajan para pagar su escuela, incluso con alguna problemática personal (familias disfuncionales, alumnos fuera del hogar) o alumnos, que en algunos casos, su trayectoria escolar fue inconsistente. Por otro lado, el investigador creyó conveniente utilizar esta población ya que muestra características de mayor grado de formalidad y disposición. Además se elaboró un diagnóstico previo de las características anteriores, gracias al apoyo de las autoridades de la institución para recabar la información.

En la muestra de los profesores se eligieron a los titulares responsables de cada materia de 6º y 4º semestre respectivamente del turno vespertino porque se consideró necesario establecer un vínculo real con la percepción y conocimiento del maestro frente a sus alumnos para tener, de esta manera, un marco de referencia entre la percepción estudiantil y la docente.

4.4. INSTRUMENTOS

A continuación se presentarán los instrumentos que midieron las variables de la hipótesis descriptiva, su fundamentación y los procedimientos para su elaboración:

A) Escala de Actitud: La presente Escala se desarrolla a partir de un conjunto de ítems presentados en forma de afirmaciones o juicios en los que se solicita la reacción o respuesta de los sujetos, basándose en este caso, en las habilidades que consideran en su visión de competencia emocional autores como Goleman, Salovey y Mayer, y Bisquerra y Pérez. Esta escala consta de 50 preguntas, está dividida en cinco áreas, a cada área se le considera la suma de aptitudes o características de cada habilidad que a su vez en su conjunto total conforman la competencia emocional. (Anexo 1: A)

ÁREA I: Conocimiento de sí mismo

ÁREA II: Manejo de las Emociones

ÁREA III: Automotivación

ÁREA IV: Reconocimiento de las emociones de los demás

ÁREA V: Manejo de las relaciones sociales.

Cada área tiene diez ítems y cada afirmación manifiesta las características o aptitudes de la habilidad emocional buscando el grado de disposición mediante las reacciones o respuestas que el grupo evaluado consideró más apropiado o que más se acercaba a su forma de ser. Se asignó un valor numérico con un máximo de cinco puntos:

1	2	3	4	5
Nunca	Rara vez	Algunas veces	Casi siempre	siempre

Es importante mencionar que cada oración representa actitudes y características de predisposición hacia la habilidad emocional respectiva a cada área.

Por otra parte, al final del instrumento se presentan dos preguntas abiertas y directas con el objetivo de hacer consciente cómo las emociones influyen en la

forma de solucionar conflictos y de qué manera las emociones obstaculizan las respuestas cotidianas.

B) Lista de Cotejo: Se le considera al conjunto de indicadores que se presentan a un listado de afirmaciones o negaciones en relación a un tema con el fin de comparar las respuestas de los sujetos de una forma directa. Se elaboró una lista de cotejo basándose en el marco teórico de esta investigación, se desarrolló un listado de indicadores agrupados en bloques llamados criterios que corresponden a tres ámbitos: el escolar, el familiar y el social que en su conjunto funcionan como guía para que el alumno conozca lo que debe encontrar en el documento que consulta y así evaluar con calidad. En su mayoría los indicadores se presentan como afirmaciones o negaciones concretas de experiencias en los ámbitos ya mencionados. (*Anexo 1: B*)

Los indicadores serán evaluados por el adolescente asignando en su respuesta la elección de SÍ ó NO con un valor:

En el caso de los indicadores positivos:

SÍ = 2 puntos **No** = 1 punto.

En el caso de los indicadores negativos:

SÍ = 1 punto **No** = 2 puntos.

C) Cuestionario Exploratorio: Reside en una serie de preguntas con relación a las variables que se miden. Se compone de una serie de interrogaciones abiertas que evalúan de manera general la información, este tipo de preguntas carecen de clasificación por criterio, sin embargo se trató de abarcar los puntos más importantes a partir de 10 preguntas que resumen la utilidad de la educación emocional, las competencias emocionales y la resolución de conflictos desde la perspectiva docente con la finalidad de conocer y ubicar la percepción y el conocimiento de los maestros acerca del tema; sobre todo resaltar su experiencia con los jóvenes en relación al ámbito emocional. (*Anexo 1:C*) Por otra parte se utilizó un cuestionario con dos preguntas dirigidas al adolescente para identificar de forma directa información acerca de cómo vive sus propias emociones. (*Anexo 1: A*)

4.5. PROCEDIMIENTO

Como se mencionó anteriormente se escogió una muestra de 28 alumnos y 16 profesores, se destinó un monitoreo de los instrumentos con dos alumnos del turno matutino para confirmar si la estructura era adecuada así como la claridad de las instrucciones. En esta etapa, se les dio a conocer los objetivos y la intención del monitoreo (como detectar ítems confusos o falta de claridad en las preguntas), se aplicó primero la escala de actitud de competencias emocionales, explicándoles instrucciones y aclaración de dudas. Se terminó en un tiempo aproximado de 20 a 25 minutos (de los cuales, los alumnos lo terminaron antes de tiempo, por lo que se consideró marcar este tiempo como promedio para terminar los instrumentos); posteriormente se les solicitó que contestaran la lista de cotejo con las mismas especificaciones y tiempo. Al finalizar se les preguntó si hubo alguna inconsistencia o punto confuso y no se manifestó ningún problema.

En el caso del cuestionario para profesores, se aplicó piloteo a dos docentes del turno matutino para el análisis y detección de alguna inconsistencia en las preguntas, sin embargo, no existió ninguna limitante en la aplicación.

Como segunda etapa, encontramos la aplicación de los instrumentos (Escala de actitud y lista de cotejo) a los alumnos, se asignaron 65 minutos para el trabajo grupal con los muchachos, aclarando que la determinación del tiempo se debió a que en el monitoreo no pasaron de ese límite de tiempo. Por esta razón el intervalo de tiempo se dividió en dos secciones:

Primera Sección: Aplicación de la escala de actitud de competencias emocionales, tiempo designado 20 a 25 min.

- a) Se trató de sensibilizar al grupo para contestar con honestidad y sobre la utilidad de sus respuestas.
- b) Se trató de relajarlos y que se concentraran únicamente en contestar.

- c) Se leyeron las instrucciones.
- d) Se preguntó si existía alguna duda.
- e) Ejecución de la aplicación.

Cabe precisar que hubo un intervalo de tiempo entre cada sección, de cinco minutos aproximadamente dentro la aplicación de los dos instrumentos.

Segunda Sección: Aplicación de lista de Cotejo de las áreas de conflicto de los ámbitos escolar, social y familiar, tiempo designado 20 a 25 minutos.

- a) Se leyeron las instrucciones.
- b) Se preguntó si existía alguna duda.
- c) Ejecución de la aplicación.

Algunas limitaciones presentadas en la forma de contestar en la lista de cotejo, fueron que algunos alumnos tenían duda en la respuesta al elegir entre el si o no, ya que preguntaban “¿Y si no sé?” por lo que el evaluador volvió a pedir que leyeran el ítem y que escogieran la respuesta más cercana a su forma de pensar, sentir o que en algún momento la hayan vivido.

En el caso del cuestionario exploratorio para profesores se tuvo que concertar una cita previa para poder aplicarlo, lo que resultó un poco limitante para la investigación ya que la aplicación tardó más de un mes porque no se coincidía en los tiempos con los maestros. En conclusión y como se puede observar los instrumentos fueron cuidadosamente elaborados con la finalidad de buscar información interdependiente entre las variables para facilitar el análisis de resultados.

CAPITULO 5

“RESULTADOS”

En este capítulo se explicará cada paso en la obtención de resultados, así como los datos recolectados y el tratamiento estadístico que se llevó a cabo en la presente investigación.

5.1. PRIMERA ETAPA: CODIFICACIÓN Y MANEJO DE RESULTADOS

En el caso de la lista de cotejo y escala de actitud se hizo la sumatoria por área o ámbito vaciando la información en una tabla (*Anexo2: A y B*) donde se manejó la información por el total de alumnos y cada una de las áreas (Competencia emocional) o ámbitos (Resolución de conflictos), obteniendo el nivel de competencia emocional y de tendencia al conflicto en los ámbitos familiar, escolar y social de manera grupal e individual.

En el caso del cuestionario de preguntas abiertas se elaboró un registro de los tipos de respuestas, es decir, patrones generales de respuesta y se obtuvo el número de incidencias que reportaba cada sujeto como por ejemplo la misma respuesta con similares afirmaciones, conceptos o valores.

Para la obtención de los resultados de los instrumentos de la escala de actitud y lista de cotejo se diseñó una tabla estadística donde se concentraron los datos por área y por el total de alumnos evaluados, obteniendo de esta manera los promedios y rangos de forma individual y grupal necesarios para el análisis de los resultados. (*Véase Anexo 2: A y B*)

A partir de las necesidades de esta investigación y la obtención de resultados para la lista de cotejo y la escala de actitud se elaboraron las siguientes fórmulas:

1. Puntos Máximos: Total de alumnos x valor máximo del área o ámbito.

2. Porcentajes: Total de alumnos x puntos obtenidos

Puntos máximos

Por otra parte, en el caso del cuestionario se utilizó la siguiente fórmula:

No. de respuestas x 100 %

No. de Sujetos.

5.2. SEGUNDA ETAPA: COMPARACIÓN ESTADÍSTICA DE RESULTADOS

La siguiente información se realizó con base en los resultados obtenidos en la escala de competencia emocional, la lista de cotejo de los conflictos en el ámbito escolar, familiar y social y los cuestionarios exploratorios. Se mostró una diferencia entre la competencia emocional y la capacidad en la resolución de conflictos en los adolescentes por medio de una visión estadística y analítica de los hechos reveladores que ofreció la cuantificación de los resultados.

A continuación se presentan las gráficas y comentarios por cada instrumento evaluado en esta investigación.

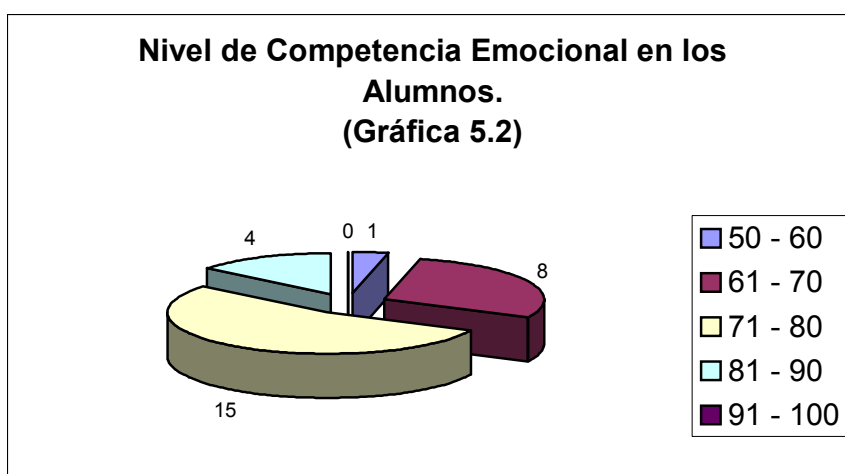
5.2.1. Escala de Competencia Emocional

Se utilizaron los diferentes promedios estadísticos obtenidos del resultado de cada alumno evaluado dentro de la competencia emocional. Es decir, se sumó el total

de habilidades emocionales (áreas: I=Conocimiento de sí mismo, II= Manejo de las Emociones, III= Automotivación, IV=Reconocimiento de las emociones en los demás, V= Manejo de las relaciones sociales) que conforman a la competencia emocional, mostrando el panorama general de competencia emocional del grupo de adolescentes evaluado. Se ubicaron los promedios obtenidos dentro de cinco rangos, que corresponden al nivel de competencia emocional y al número de alumnos que se encuentra dentro de dicho rango. Por ejemplo, se determinó el rango a partir de la siguiente Tabla 5.1 y el nivel de competencia, gráficas 5.2 y 5.3:

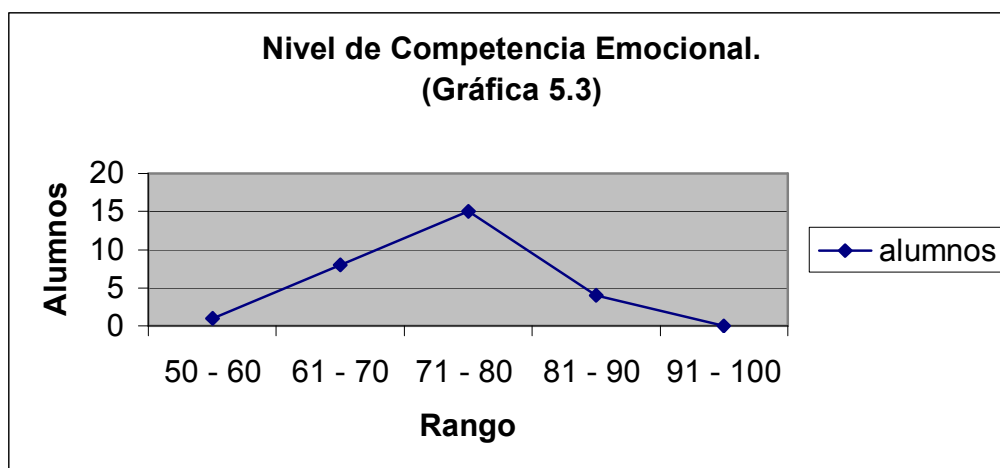
(Tabla 5.1)

RANGOS DEL NIVEL DE COMPETENCIA EMOCIONAL	NÚMEROS DE ALUMNOS.
50-60	1
61-70	8
71-80	15
81-90	4
91-100	0

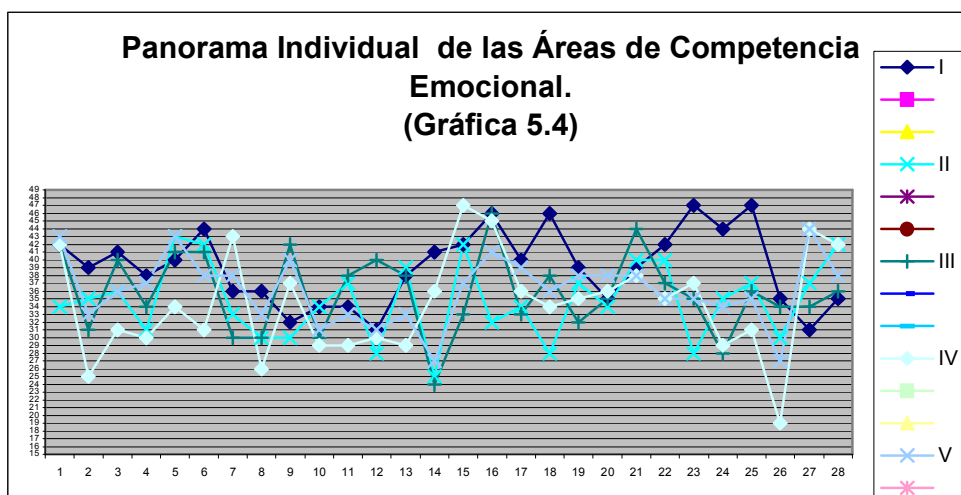


En caso de las gráficas (5.2 y 5.3) podemos observar que la competencia emocional se encuentra en un rango promedio 71-80, indicando cierto nivel intermedio de competencia y no carencia emocional, sin embargo, es importante mencionar que el rango anterior 61-70 le sigue con la mayor cantidad de alumnos,

mostrando una cierta carencia de competencia emocional, reflejando la necesidad de desarrollo del conjunto de habilidades emocionales y estableciendo que el rango 81-90 presentó un nivel muy bueno de competencia emocional, sin embargo, sólo fueron pocos los alumnos dentro de dicho rango. (Véase, gráfica 5.3)

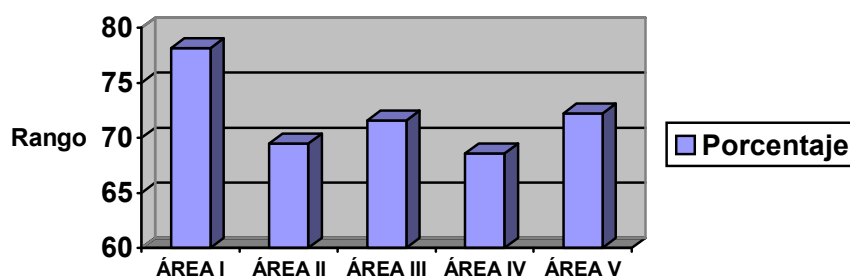


En la siguiente gráfica, se presentan los resultados de los 28 alumnos evaluados, distribuidos por área o habilidad emocional de cada alumno, mostrando las áreas (I=Conocimiento de sí mismo, II= Manejo de las Emociones, III= Auto motivación, IV=Reconocimiento de las emociones en los demás, V= Manejo de las relaciones sociales) que en mayor medida se desarrollan en cada adolescente. En las líneas de flujo se observa que cada alumno tiene una gran oportunidad de desarrollo en las áreas o habilidades emocionales, es decir, que a pesar de que en algunas áreas en donde el adolescente obtuvo resultados altos en otras el índice de competencia emocional es bajo, indicando la necesidad de potenciar el área de habilidad emocional de cada alumno. Por otro lado, las líneas de flujo nos indican que las áreas más altas fueron: conocimiento de sí mismo y manejo de las relaciones sociales, posteriormente, se encuentra la auto motivación como la habilidad promedio dentro de todas las habilidades. Por último, se consideraron las áreas más bajas: Manejo de las emociones y el reconocimiento de las emociones en los demás. (Véase gráfica 5.4)



En la siguiente gráfica, se muestran los resultados estadísticos finales por área (I=Conocimiento de sí mismo, II= Manejo de las Emociones, III= Automotivación, IV=Reconocimiento de las emociones en los demás, V= Manejo de las relaciones sociales), indicando que la habilidad emocional con mayor problema es el área o habilidad de reconocimiento de las emociones y la del manejo de emociones. La que menos problemas indica es la del conocimiento de sí mismo. (Véase gráfica 5.5)

Diferencias Estadísticas: Áreas de la Competencia Emocional. (Gráfica 5.5)



5.2.2. Lista de Cotejo

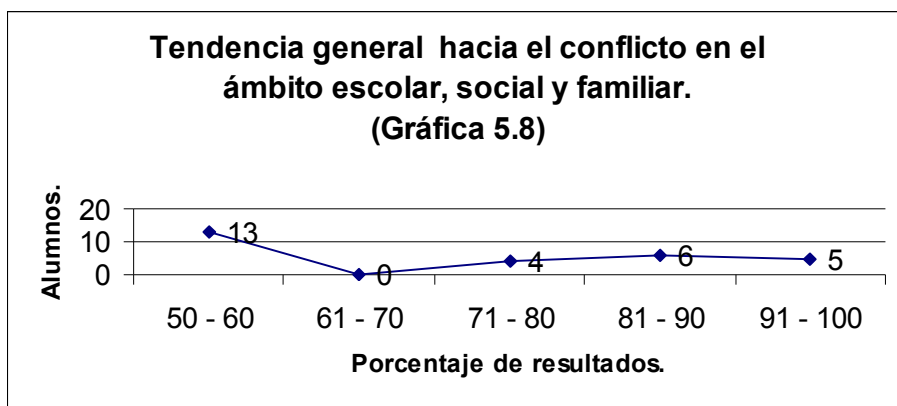
En este instrumento se utilizaron los diferentes promedios estadísticos obtenidos del resultado por cada alumno evaluado dentro de los ámbitos de tendencia hacia el conflicto. Es decir, se consideró la suma total de los ámbitos (I= Escolar, II=familiar, III=social), mostrando la tendencia general del grupo de adolescentes evaluados. Se ubicaron los promedios obtenidos dentro de cinco rangos que corresponden al nivel de tendencia al conflicto y su relación con el número de alumnos que se encuentran dentro de dicho rango. La tendencia a mayor conflicto es el puntaje de 50-60, por lo tanto, existe en los adolescentes menor capacidad de resolución de conflictos. Por ejemplo, se determinó el rango a partir de la siguiente Tabla 5.6 y el nivel de tendencia al conflicto (Véanse Gráficas 5.7 y 5.8):

(Tabla 5.6)

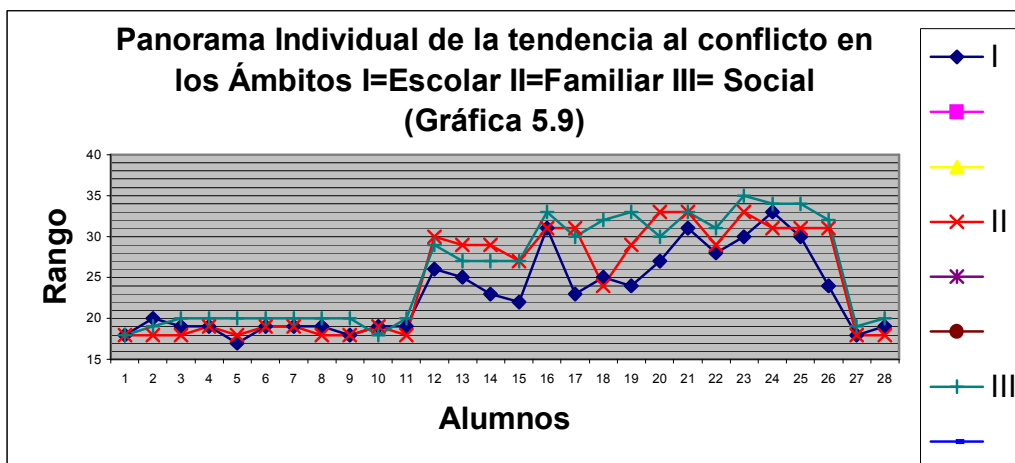
RANGOS DE TENDENCIA AL CONFLICTO	NÚMEROS DE ALUMNOS.
50-60	13
61-70	0
71-80	4
81-90	6
91-100	5



En las Gráficas 5.7 y 5.8 podemos observar que la tendencia hacia el conflicto en los adolescentes es significativamente alta.

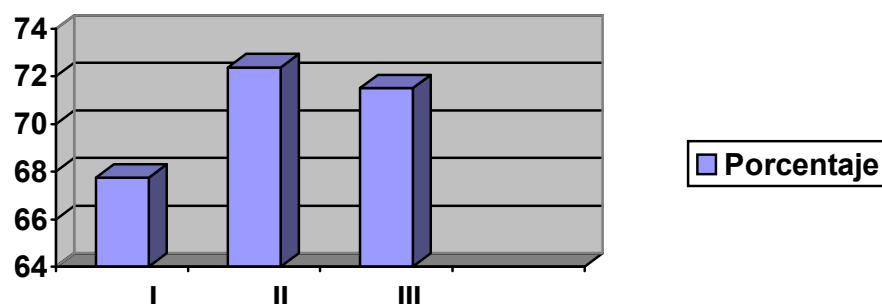


La siguiente gráfica nos permite analizar la coincidencia o el nivel de tendencia de conflicto entre los ámbitos (I= Escolar, II=familiar, III=social). Se presenta el panorama general de los 28 alumnos evaluados, observando que los resultados de la mayoría de los adolescentes se mantienen dentro del mismo rango, es decir no existe mucha diferencia dentro de los ámbitos, sin embargo, las pequeñas diferencias pueden reflejar la oportunidad de desarrollar la capacidad para la resolución de conflictos. (Véase gráfica 5.9)



En la gráfica siguiente podemos observar notablemente que la mayor tendencia al conflicto se presenta en la familia, luego en el ámbito social y por último en la escuela. (Véase gráfica 6)

**Diferenciación Estadística: Tendencia al conflicto
en las áreas: I Familiar, II Escolar y III Social.
(Gráfica 6)**



5.2.3. Cuestionario de Competencia Emocional para Alumnos

En este caso se utilizó un cuestionario con dos preguntas abiertas en referencia a las emociones y su influencia en la solución de conflictos.

Pregunta No. 1 ¿Consideras que tus emociones influyen en la forma de solucionar conflictos en tu vida?

Tipo de respuesta:

- A)** Si demasiado, cuando hay tristeza o enojo obstaculiza la realización de alguna actividad, éstas ayudan o no al logro de los objetivos, ya que dependiendo de los estados de ánimo cambia la forma de pensar y ver las cosas, incluso hasta la forma de convivir con los demás. **50%**
- B)** Si por que, si mis emociones son positivas, seré capaz de resolver cualquier obstáculo en la vida, si estoy bien conmigo mismo estoy bien con los demás y podré tomar decisiones correctas, ya que las emociones pueden confundirte y no prestar importancia en la solución de conflicto. **28.5%**
- C)** Si por supuesto ya que tomo decisiones por lo que siento, aunque luego las analice. **3.5%**

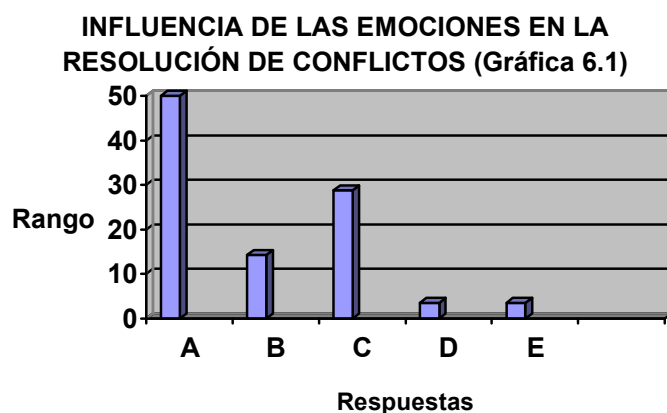
- D)** A veces, ya que éstas influyen cuando mi emoción llega al extremo más alto y no lo puedo controlar. **3.5 %**
- E)** No, no creo ya que los problemas son algo que tienes que resolver obligatoriamente y no debes de dejar que tus sentimientos y emociones los obstaculice. **14.2%**

EI TOTAL DE RESPUESTAS AFIRMATIVAS = 85.5%,

EI TOTAL DE RESPUESTAS NEGATIVAS= 14.2 %

RESPUESTAS NEUTRALES= 3.5%

Precisando que la mayoría de los jóvenes afirman que las emociones influyen en la realización de cualquier actividad, ya que ayudan o no al logro de los objetivos, también mencionan que los estados de ánimo cambian la forma de pensar y ver las cosas. Por otra parte, reiteran que las emociones positivas influyen en la capacidad de resolver cualquier problema. (Véase, gráfica 6.1)



Pregunta No. 2: ¿Recuerdas alguna situación en la que tus emociones no te permitieron pensar y darle solución?

Tipo de respuesta:

- A)** Al termino de mi relación amorosa, me sentí demasiado mal, bajaron demasiado calificaciones y me cuesta trabajo confiar en alguien, incluso experimentaba depresión, tristeza. **10.7%**

- B)** Cuando repruebo materias, el enojo y la tristeza no me dejan pensar claramente y no encuentro solución, hasta dejé la escuela. **25%**
- C)** La incomprensión y problemas familiares, o con algún integrante, afecta mi rendimiento escolar o bajo un poco de calificaciones, mi estado de ánimo está vulnerable y me cuesta trabajo relacionarme sin conflicto. **28.5%**
- D)** Cuando alguien me harta, soy impulsivo cruel y no pienso las cosas. **11.7%**
- E)** Cuando tengo problemas en la escuela, por ejemplo no ser aceptado por los compañeros, tener algún conflicto con algún amigo, problemas de comprensión con mis maestros. **21.4 %**

TOTAL POR ÁREAS:

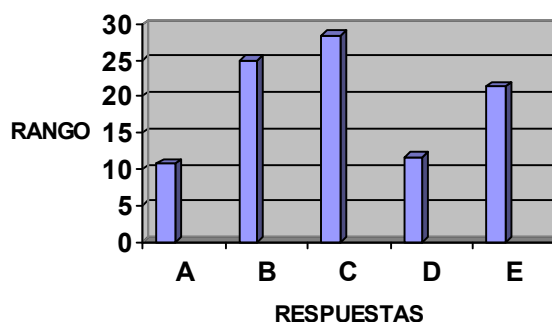
ÁREA ESCOLAR: 53 %

ÁREA FAMILIAR: 28.5 %

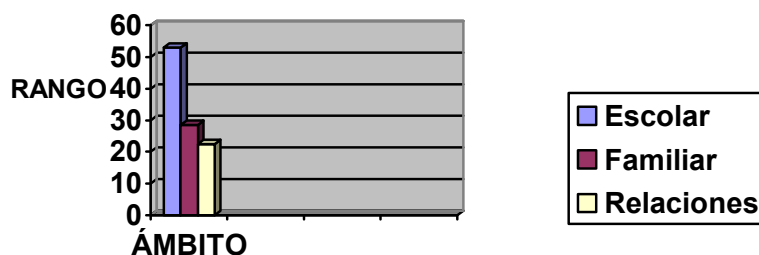
ÁREA EN LAS RELACIONES INTERPERSONALES: 22.4 %

En este caso observamos que se definen en las respuestas los tres ámbitos de resolución de conflictos, es decir, existe una mayor tendencia en el área escolar, ya sea por un problema académico o con algún compañero, luego le sigue la familiar, repercutiendo en el rendimiento escolar y por último las relaciones interpersonales como problemas en el noviazgo, con algún maestro o amigo. Es importante mencionar que existe una relación con los resultados de la lista de cotejo, en el sentido que para el adolescente el área escolar, familiar y social son los ámbitos más importantes para él. (Véase, gráfica 6.2 y 6.3)

LAS EMOCIONES COMO OBSTÁCULOS DEL RAZONAMIENTO (GRÁFICA 6.2)



**CONFLICTOS EN EL ÁMBITO, ESCOLAR,
FAMILIAR Y RELACIONES**
(Gráfica 6.3)



5.2.4. Cuestionario Dirigido a Maestros sobre la Importancia de las Emociones en la Resolución de Conflictos

En este caso se utilizaron 10 preguntas dirigidas al docente que representan puntos importantes dentro de la educación emocional, las emociones y la solución de conflictos.

PREGUNTA No. 1: ¿Qué entiendes por educación emocional?

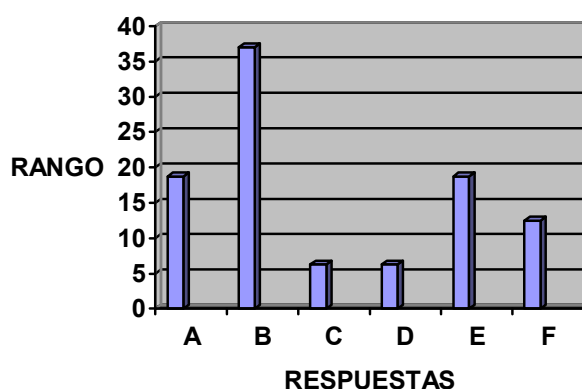
Tipo de respuesta:

- A)** La educación como un encuentro con las emociones de los alumnos para la atención de recursos afectivos que un alumno tiene en el desarrollo de sus actitudes. **18.7%**
- B)** Capacidad de aprender a controlar y manejar las emociones, así como el desarrollo de las capacidades emocionales y que tiene la finalidad de aumentar el bienestar social y personal del alumnado, así como ser susceptible a los sentimientos y emociones propias y las de los demás. **37%**
- C)** Orientar la problemática del individuo para ofrecer solución a ésta y lograr un individuo integral. **6.25%**
- D)** Proceso de enseñanza aprendizaje que utiliza como facilitador los sentimientos generados. **6.25 %**
- E)** No sabían como definirla. **18.7%**

F) Es el desarrollo de competencias sociales y comunicativas en la que se le permite a los alumnos conocer, interpretar, controlar y comunicar sus emociones de manera asertiva e inteligente. **12.5%**

La respuesta más adecuada dentro del marco teórico de esta investigación fue el inciso **B** con un **37 %**, sin embargo, es importante mencionar que el **18.7%** no sabían como definir a la educación emocional. (Véase gráfica 6.4)

EDUCACIÓN EMOCIONAL (Gráfica 6.4)



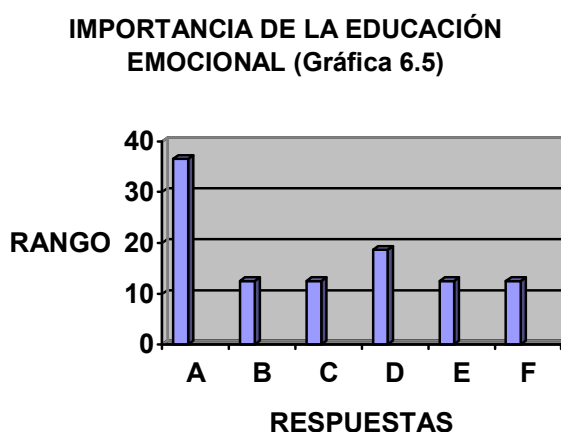
PREGUNTA No. 2 ¿Por qué crees importante la educación emocional en tus alumnos?

Tipo de respuestas:

- A) Para sensibilizar, ya que en la etapa de estudiante sólo se reacciona sin pensar, se actúa visceralmente y les ayudará a controlar, conocer y expresar sus emociones. **36.5%**
- B) Para entender él porque de sus actitudes, sus capacidades o incapacidades **6.25 %**
- C) Para que se encuentren en mejores condiciones para aprender y concentrarse en sus clases y mejorar su calidad de aprendizaje. **12.5%**
- D) Las emociones son fundamentales en el desarrollo personal y cognitivo que lleva a necesidades educativas especiales como la formación de valores y no solo conocimiento. **18.7 %**
- E) Desconocimiento. **12.5 %**

F) Porque las emociones son parte de su ser ya que son necesarias y no se separan. **12.5%**

Analizando la pregunta dos, el inciso de mayor porcentaje fue el inciso **A** con un **36.5%** demostrando que la educación emocional es necesaria para que un adolescente aprenda a controlar, conocer y expresar sus emociones. (Véase gráfica 6.5)



PREGUNTA No 3: ¿Podrías enlistar las emociones positivas y negativas que manifiestan tus alumnos? (La forma de agrupar las siguientes respuestas fue sobre la base del número de incidencias o de repetición de valores o actitudes que manifiestan los adolescentes).

Tipo de respuestas:

Positivo:

A) Alegría, sociabilidad, felicidad, nobleza, amor. 62.5%

B) Libertad, creatividad. 6.25 %

C) Lealtad, amistad, interés, autoaprendizaje. 6.25 %

D) Euforia, pro actividad. 18.7 %

Negativo

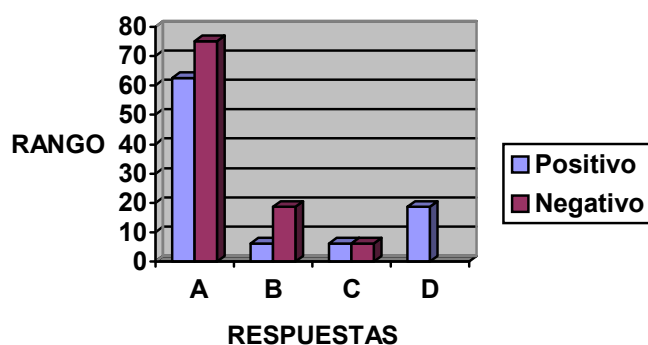
A) Enojo, agresividad, orgullo, explosividad, flojera, rencor, odio, ansiedad, depresión, tristeza. **75%**

B) Tendencia a burlarse, baja autoestima. **18.7%**

C) Estrés. **6.25 %**

En esta pregunta podemos observar que la mayoría de los maestros reconocen que los alumnos tienen diferentes emociones, por ejemplo, en el caso de las emociones positivas el inciso **A** tiene su mayor incidencia, y el inciso **A** negativo también presentó mayor incidencia, dejando claro, las polaridades dentro de las emociones y sentimientos de un adolescente. (Véase gráfica 6.6)

TIPOS DE EMOCIONES (Gráfica 6.6)



Pregunta 4. ¿Dé qué manera piensas que las emociones no controladas y no expresadas de tus alumnos pueden obstaculizar su aprendizaje?

Tipo de respuestas:

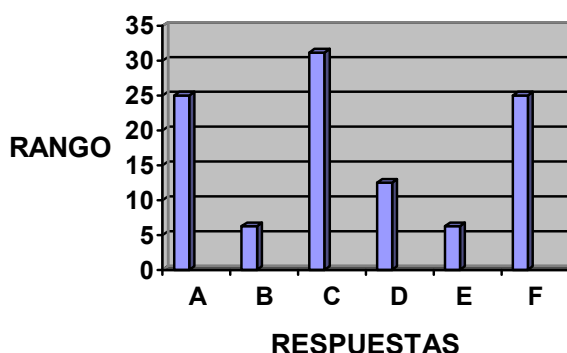
A) Afectan directamente en su rendimiento académico ya que no expresan lo que sienten y se transforma en agresividad, desinterés y por consecuencia bajas calificaciones. **25%**

B) Sí no hay control de emociones puede haber bloqueo y por tanto no se concentra en la clase. **6.25%**

- C) En la conducta, se manifiesta como desinterés, falta de motivación, soledad, resistencia ante el estudio y conducta disfuncional en cada actividad escolar que realice. **31.2%**
- D) No le permite enfocarse en objetivos claros. **12.5%**
- E) Las emociones mal encaminadas pueden ser un obstáculo en su auto conocimiento y lo desvinculan del mundo. **6.25%**
- F) Las emociones no expresadas pueden ser una bomba de tiempo y en el momento menos esperado pueden estallar y provocar un conflicto. **25%**

Definitivamente cada una de las respuestas brindadas demuestran que de una u otra forma las emociones mal encaminadas pueden ser un obstáculo para el aprendizaje de un adolescente y repercutir en su rendimiento académico. (Véase gráfica 6.7)

LAS EMOCIONES COMO OBSTÁCULOS
(Gráfica 6.7)



Pregunta No 5: ¿Consideras que tienes los elementos necesarios como profesor para neutralizar las emociones negativas de tus alumnos o piensas que sólo es papel del psicólogo escolar?

Tipo de respuestas:

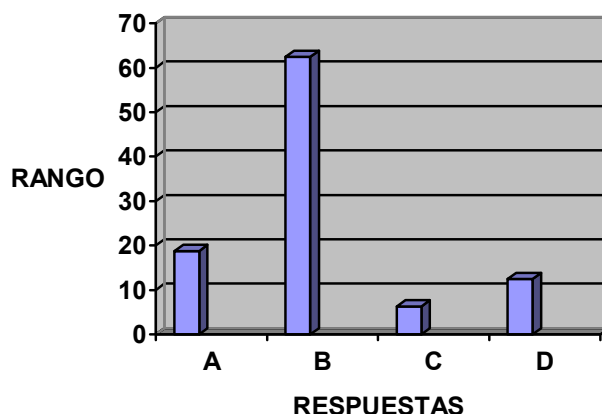
- A) Cada uno de los integrantes del equipo escolar debe ser capacitado para afrontar las situaciones con los alumnos. **18.75%**
- B) No tengo los elementos necesarios para afrontarme a las emociones negativas de los alumnos. **62.5 %**

C) Si tengo los elementos para modificar actitudes, guiando al alumno hacia un autoconocimiento. **6.25 %**

D) Para neutralizar las emociones de los alumnos primero los profesores deben contar con las habilidades emocionales, es decir, que el docente debe controlar sus emociones negativas para luego ser empático con los demás. **12.5%**

El **93.75 %** de los profesores considera que no tienen los elementos y deben ser capacitados para poder desarrollar habilidades emocionales y afrontar las situaciones con sus alumnos. (Véase gráfica 6.8)

ESTRATEGIAS DEL DOCENTE (Gráfica 6.8)



PREGUNTA No 6: ¿Qué estrategias empleas para promover la importancia de las emociones y actitudes asertivas dentro del aula?

Tipo de respuestas:

A) Respeto, atención con los alumnos, asertividad, empatía, comunicación y escucha activa, educación inclusiva para que olviden su crisis existencial. **31.3%**

B) Estrategias que estimulen el conocimiento permitiendo y despertando el uso del pensamiento vertical como lateral. **6.25%**

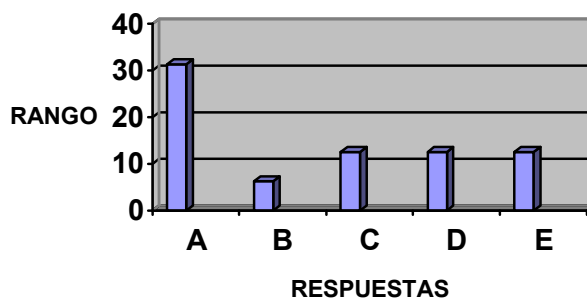
C) Abrir espacios de exteriorización. **12.5%**

D) La reflexión. 12.5%

E) Ninguna, no las conozco. 12.5%

En esta pregunta observamos que realmente las estrategias que utilizan los maestros son las que han adquirido durante su experiencia docente, lo importante es que , en general, utilizan como medio los valores y técnicas de comunicación, sin embargo, no existe conocimiento previo sobre técnicas especializadas para conducir favorablemente las emociones. (Véase gráfica 6.9)

**ESTRATEGIAS DEL DOCENTE EN LA
PROMOCIÓN DE EDUCACIÓN EMOCIONAL
(Gráfica 6.9)**



PREGUNTA No 7: ¿Qué situaciones de conflicto son las más comunes en el salón de clases?

Tipo de respuestas:

A) Déficit de atención, pereza, tristeza, depresión autoestima baja. 31.25%

B) Conflictos entre los mismos alumnos, frustración. 12.5%

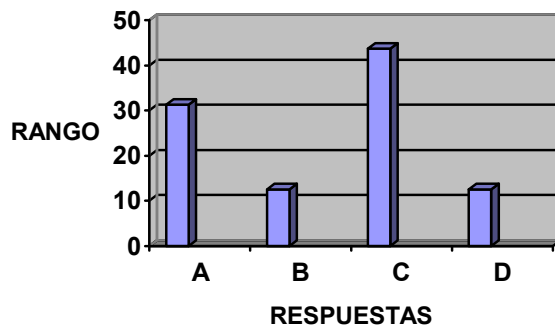
C) Carecen habilidades de integración social, altas y bajas en sus estados de ánimo, no saben llevarse entre los sexos, falta de respeto. 43.7 %

D) Intolerancia. 12.5%

En conclusión, podemos decir que la mayoría de los conflictos radica en la inhabilidad emocional del adolescente, como lo son tener diferentes estados de

ánimo sin control, y se pueden identificar, la tristeza, pereza, depresión, autoestima baja, entre otras. (Véase, gráfica 7)

CONFLICTOS EN EL AULA (Gráfica 7)



Pregunta No 8: ¿Crees que las emociones influyen en la forma en que tus alumnos afrontan el conflicto?

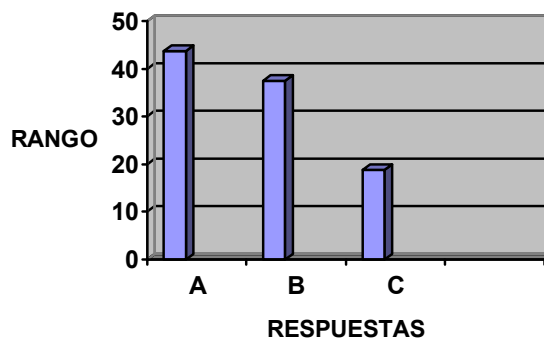
Tipo de respuestas:

- A)** Sí, ya que si el alumno es incapaz de entenderse emocionalmente, esto impide solucionar el conflicto o causar un conflicto. **43.75 %**
- B)** Sí, las respuestas dependen de estados de ánimo, emoción positiva o negativa, la actitud es diferente. **37.5%**
- C)** Sí, necesitan recursos que les permita resolver **18.75 %**

TOTAL DE AFIRMACIONES= 100 %

Estos resultados son contundentes al referirse en su totalidad que las emociones sí tienen relación en cómo los alumnos afrontan el conflicto, ya que las emociones mismas ayudan o impiden la solución de un conflicto. (Véase gráfica 7.1)

**LAS EMOCIONES Y LA RELACIÓN EN
LA FORMA DE AFRONTAR EL
CONFLICTO (Gráfica 7.1)**



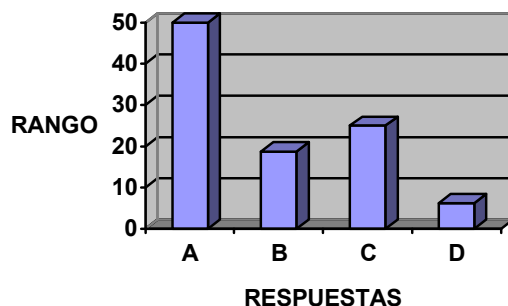
Pregunta No 9: ¿Consideras que los adolescentes tienen las estrategias suficientes para resolver un conflicto?

Tipos de respuestas:

- A)** No, si al adulto le cuesta trabajo, mucho más al adolescente, sin embargo están en el proceso de desarrollar dichas estrategias. **50%**
- B)** No, son pocos los que tienen esa posibilidad o competencia, es por ello que los docentes deben tener esas competencias **18.75 %**
- C)** No cuentan con estrategias y si cuentan son escasas y requieren del apoyo y guía para superarlas ya que por cultura callan emociones **25%**
- D)** Sí, cuando logran analizar la situación **6.25%**

Es importante mencionar que el **93.75 %** de la población de los maestros, consideran que los alumnos no tienen los elementos suficientes para resolver los conflictos. (Véase gráfica 7.2)

**ESTRATEGIAS DEL ADOLESCENTE
PARA RESOLVER EL CONFLICTO
(Gráfica 7.2)**



Pregunta No 10: ¿Consideras que la escuela tiene estrategias suficientes para el desarrollo y formación de la competencia emocional para los alumnos y profesores (sí o no y porqué)?

Tipo de respuestas:

A) No, faltan cursos de capacitación en esta área y apoyo psicológico para los alumnos. **43.7 %**

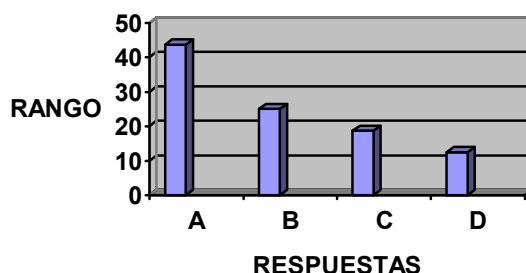
B) No, y deben ser esenciales para tratar disminuir la problemática, se debe actualizar al docente en estrategias. **25%**

C) No las conozco. **18.7%**

D) Sí, la institución me da apoyo y consejo. **12.5%**

Esta pregunta revela que el 87.4 % de los profesores opinan que son necesarios los cursos de capacitación en el área emocional y actualización en áreas de desarrollo psicológico de los alumnos, determinando que la institución deberá crear estrategias suficientes para el desarrollo y formación de la competencia emocional. (Véase gráfica 7.3)

ESTRATEGIAS ESCOLARES PARA LA SOLUCIÓN DE CONFLICTOS (Gráfica 7.3)



5.3 TERCERA ETAPA: ANÁLISIS DE RESULTADOS

Como podemos ver los resultados obtenidos en el caso de la escala de actitud en la competencia emocional nos muestra que la mayor tendencia de los alumnos hacia ésta se encuentra dentro de un rango promedio del **71 al 80 %**, indicado que existe en este grupo un nivel medio de competencia emocional, sin embargo, es importante mencionar que los jóvenes del rango anterior, se encuentran significativamente dentro del **61 al 70 %**, (Véanse gráficas 5.2 y 5.3), mostrando que existen adolescentes que reflejan un nivel de carencia en la competencia emocional. Es muy importante mencionar que estos resultados pueden variar ya que el nivel de experiencia y madurez de este grupo es diferente debido a las características ya mencionadas con anterioridad.

Encontramos también una diferencia estadística dentro las áreas o habilidades emocionales de la competencia emocional (Véase gráfica 5.5) como por ejemplo el área más desarrollada que se observó fue la del conocimiento de sí mismo con un **78.14%** y el manejo de las relaciones sociales con un **72.21%**, luego le siguen la auto motivación con un **71.51%**, sin embargo, en contraste se registra el área de manejo de emociones con un **69 %** y reconocimiento de las emociones con un **68%** como las habilidades que más cuestan trabajo a los adolescentes. Aquí observamos que el reconocimiento y manejo de las emociones fueron las más bajas lo que indica que estas dos habilidades emocionales pueden ser obstáculo

en la forma en que los adolescentes afrontan la resolución de conflictos en su vida.

En el caso de la lista de cotejo que trató de identificar la tendencia hacia el conflicto, como indicador se obtuvo un rango promedio del **50 al 61%** (Véase *gráficas 5.7 y 5.8*) donde la mayoría de los alumnos mostraron un nivel alto en la tendencia hacia el conflicto que conlleva a la carencia de estrategias de resolución de conflictos en los ámbitos: escolar, familiar y social. Sin embargo, se registró una diferencia notable en el rango que le sigue de un **81 al 90%** reflejando un nivel menor en la tendencia del conflicto y con mejores estrategias para la resolución del conflicto. Por otra parte, es importante analizar que hubo una diferencia entre el ámbito escolar, familiar y social (Véase *gráfica 6*), encontrando que la tendencia a mayor conflicto en los adolescentes se registró en la familia con un **72.37%**, seguido del ámbito de social con un **71.53%** y por último el que menos tendencia al conflicto presentó fue el escolar con un **67.75%**, reflejando que no existe una diferencia significativa entre ellas.

En el análisis de los dos instrumentos, el promedio de la competencia emocional no coincide con el rango de la tendencia al conflicto, es decir, existe cierta diferencia en los resultados de la competencia emocional y la tendencia al conflicto. Sin embargo, a pesar de que no son proporcionalmente iguales, observamos que existe un nivel medio de competencia emocional, en cuanto a la tendencia al conflicto es alta, indicando un grado de relación entre ellas, es decir, al no tener desarrollado al máximo la competencia emocional se ve reflejado en la tendencia al conflicto o en su defecto en la incapacidad de resolución de conflictos. A continuación se presentará la siguiente relación.

(Tabla 7.4)

RANGOS DE COMPETENCIA EMOCIONAL	TENDENCIA AL CONFLICTO
71 al 80 % (Nivel medio de competencia)	50 al 61% (Alto nivel hacia el conflicto)

Ahora bien, si analizamos los rangos de ambos resultados obtenidos de forma alternada podríamos encontrar que existe relación, es decir, podríamos tomar en cuenta el segundo rango de la competencia emocional que es del **61 al 70%** con el primer rango de tendencia al conflicto, que es del **50 al 61%**, o en el caso del primer rango de competencia emocional que es del **71 a 80%** y el segundo rango de tendencia al conflicto es de **81 a 90%**. Analizando los rangos de esta manera cuando hay carencia de competencia emocional la tendencia a la resolución de conflictos es muy deficiente o dicho de otra manera la presencia de competencia emocional aumenta la posibilidad de afrontar la resolución de conflictos de un adolescente en el ámbito escolar, familiar y social de forma favorable. Lo anterior se explicará en la siguiente tabla para ver la relación:

(Tabla 7.5)

RANGOS DE COMPETENCIA EMOCIONAL	TENDENCIA AL CONFLICTO
Segundo rango 61 al 70 % →	Primer rango 50 al 61%,
Primer rango 71 al 80% →	Segundo rango 81 al 90 %

Buscando la interdependencia entre la competencia emocional y la resolución de conflictos se encontró, que en algunos casos individuales, el nivel de competencia emocional bajo coincidió con el nivel de tendencia al conflicto más alto.

A continuación se mostrarán los promedios de algunos alumnos que muestran relación en la carencia de competencia emocional y la tendencia al conflicto, basándose en lo anexos (Anexo 2: A y B, tabla estadística de resultados), estos alumnos representan **el 28.5%** de la población:

(Tabla 7.6)

Promedios de relación entre la carencia de competencias emocionales y la tendencia al conflicto.		
NO de alumno	Competencia Emocional	Nivel de al Tendencia al conflicto.
2	65.20	54.81
4	68	55.77
8	62	54.81
10	63.20	53.85
11	68.49	54.81
14	61.20	75
27	76	52.88
28	77	54.81

Analizando la tabla anterior observamos que en la mayoría de los casos existe una relación entre los resultados, indicando que el alumno que carece competencia emocional, tiene mayor tendencia al conflicto y falta de capacidad de resolución de conflictos. Por lo tanto, la capacidad de resolución de conflictos depende de la existencia de la competencia emocional.

En cuanto al cuestionario de competencia emocional realizada a los alumnos, fue significativo que el **82 %** de alumnos contestaron que las emociones sí influyen en la solución de conflictos. De esta manera podemos agregar al análisis de resultados de la escala de actitud de competencia emocional y la lista de cotejo de resolución de conflictos la siguiente conclusión: que las emociones influyen en

la manera de resolver y afrontar un conflicto, por ello necesario desarrollar la competencia emocional.

Dentro del mismo cuestionario se reflejó que las áreas de mayor conflicto son las que tienen relación con la escuela y familia, es decir, que los alumnos comentaron que las emociones no les permitían pensar y dar solución a los siguientes conflictos: el **53%** problemas en el área escolar, el **28.5%** por problemas familiares, y por último el **22.4%** destacó tener problemas en las relaciones interpersonales. Teniendo estos datos relación con los ámbitos del conflicto (escolar, familiar y social) que se escogieron para esta investigación, ya que éstas son muy importantes para el adolescente.

Con respecto al cuestionario para maestros obtuvimos los siguientes datos significativos:

- **EI 37%** puede definir educación emocional adecuadamente
- **EI 86.4%** considera importante la educación emocional
- **EI 62.5 %** considera a los adolescentes como alegres, sociables, felices, nobles, amorosos
- **EI 75%** considera *que existe en el adolescente enojo, agresividad, orgullo, explosividad, flojera, rencor, odio, ansiedad, depresión, tristeza*
- **EI 100%** está de acuerdo que las emociones mal encaminadas pueden bloquear el aprendizaje
- **EI 75%** considera que no tienen los elementos para guiar las emociones de sus alumnos
- **EI 12.5 %** no conoce estrategias para promover las emociones y las actitudes asertivas
- **EI 100%** considera que el adolescente enfrenta diferentes tipos de conflictos en el aula
- **EI 100%** afirma que las emociones tienen influencia en cómo el adolescente afronta el conflicto

- **EL 93.75%** confirma que los adolescentes no tienen estrategias para resolver conflicto
- **El 87.4 %**, reitera que la escuela no tiene las suficientes estrategias de formación de competencia emocional en sus alumnos y profesores

Por los resultados anteriores podemos decir que este cuestionario final encuadra perfectamente dentro del análisis la escala de actitud de la competencia emocional, la lista de cotejo de tendencia al conflicto y el cuestionario de alumnos ya que nos brinda información reiterativa y contundente en la interdependencia de los instrumentos. Es decir, esta investigación muestra que cada uno de los resultados de los instrumentos fueron decisivos para integrar una visión amplia y sobretodo se identificaron resultados y afinidad entre ellos, permitiendo confirmar el planteamiento del problema de esta investigación.

Este capítulo mostró cómo se encuentran los adolescentes en su nivel de competencia emocional y cómo se enfrentan al conflicto en su vida cotidiana, también rescata la perspectiva de los profesores que son un elemento clave en la percepción y conocimiento de la realidad de sus alumnos. En el próximo apartado se presentarán las conclusiones finales derivadas del análisis de los resultados.

BIBLIOGRAFÍA

Aberasturi, Arminda. La adolescencia normal. Un enfoque psicoanalítico. México, Paidós, 1988.

Aguirre, Baztán, Ángel. Psicología de la Adolescencia. Barcelona, Boixareu, Universitaria, 1994.

Amador, María. Amistades y relaciones heterosexuales de los adolescentes. Tesis, Universidad Salesiana, 1989.

Antunes, Celso. El desarrollo de la personalidad y la inteligencia emocional. Barcelona, Gedisa, 2002.

Bandura, Albert y Richard Walters. Aprendizaje Social y Desarrollo de la Personalidad, Alianza, Madrid, 1987.

Batiz, Oscar. Relaciones familiares de adolescentes y el desempeño académico. Tesis, ENEP, Iztacala, 1996.

Barnechet, M^a Esther, Elia María y Tesha Prieto. Quiero ser Libre. Patria, México, 2007.

Berk, Laura E. Desarrollo del niño y del adolescente. Madrid, Prentice Hall, 1999.

Bersade, Sigal. The ripple effect: emotional contagion in groups. Conference, New Haven, USA: Yale University School of, 1999.

Bisquerra, Rafael. Educación emocional y competencias básicas para la vida. Revista de Investigación Educativa No 21 p. 18,(periódico electrónico)
En Línea: España,2003. Disponible: 15 de Mayo 2008;
<http://www.um.es/depmide/RIE/contenido/21-1rafa.pdf>.

Bisquerra, Rafael y Nuria Pérez. Las Competencias Emocionales. Revista de Educación XXI. No 10, P 66, 6,68. (periódico electrónico) En Línea: España 2007.

Disponible: 18 de marzo 2008;

<http://www.uned.es/educacionXX1/ultimonumero.htm7/pdf>.

Calcaterra, Rubén. Mediación Estratégica. Barcelona, Gedisa, 2002.

Carretero, Mario y Jesús Palacios. Psicología Evolutiva del Adolescente, Madrid, Alianza, 1989.

Cohen, Jonathan. La Inteligencia emocional en el aula. Argentina, Troquel, 2003.

Coon, Dennis. Fundamentos de Psicología. México, Thomson, 2005.

Cruz, Luis. Las estrategias de afrontamiento en los adolescentes mexicanos. Tesis, ENEP, Iztacala, 2000.

Cruz, Nancy. Los estados emocionales influyen en la somatización de enfermedades. Tesis, ENEP, Iztacala, 2001.

Cruz, Navarrete, Salvador. Competencias Personales. (Base de datos en línea) Tecnológico de Monterrey, 2007. Disponible: 10 marzo 2008;

[http:// www.mty.itesm.mx/dae/dap/competencias](http://www.mty.itesm.mx/dae/dap/competencias).

De Jaukin, Guelman. Adolescencia. Tesis. ENEP, Acatlán, 2004.

De la Peña, et al. Comportamiento asertivo, y adaptación social Revista electrónica de metodología aplicada, Vol 8 no 2, pag 11-15 (periódico electrónico) En línea: España, 2003. Disponible: 13 de Mayo 2008;

<http://www.psico.uniovi.es/rema/v8n2/cabs.pdf>.

De la Vega, Cristina. Inteligencia Emocional. (Base de datos en línea)

Disponible: 17 de mayo 2008;

<http://www.gestiopolis.com/canales7/rrhh/alfabetizacion-emocional-e-inteligencia-emocional.htm>.

Delors, Jacques. Informe a la UNESCO de la comisión Internacional sobre la educación del S. XXI. (Bases de datos en línea) p. 36, 1996. Disponible: 16 mayo 2008; http://www.unesco.org/education/pdf/DELORS_S.PDF

Diario Oficial, de la Unión Europea. Recomendación del Parlamento Europeo sobre las competencias claves, para el aprendizaje permanente, No 962/CE (Bases de datos en línea) 8 de Diciembre 2006. Disponible: 13 de marzo de 2008; <http://www.todalaley.com/sumario-del-diario-oficial-de-la-union-europea-DOCE-22-07-2006-p1.htm>.

Dorsch, Friedrich. Diccionario de Psicología. España, Herder, 1981.

Erikson, Erik h. Sociedad y Adolescencia. México, Siglo XXI, 1991.

Fernández, Evaristo. Psicopedagogía de la Adolescencia. Madrid, Narcea, 1991.

Fize, Michel. ¿Adolescencia en crisis? Por el derecho al reconocimiento social. México, Siglo XXI, 2001.

Folkman, Susan y Richard Lazarus. Estrés y procesos cognitivos. España, Martínez Roca, 1986.

Freíd, Schnitman Dora. Resolución de Problemas. España, Granica, 2000.

Galaso, Laura. Resolución de Problemas .Psicoterapia cognitivo conductual. (Base de datos en línea). Disponible: 26 de febrero 2008; <http://www.psicoterapia-breve.com.ar/resolución.htm>.

Gardner, Howard. Las inteligencia reformulada, las inteligencias múltiples S. XXI. España, Paidós, 2001.

Gil, Pilar y et al. Diccionario de las ciencias de la Educación. Tomo II, México, Santillana, 1983.

Ginsburg, Herbert. Piaget y la teoría del desarrollo intelectual. Colombia, Prentice Hall, 1977.

Goleman, Daniel, La Inteligencia Emocional, por qué es más importante que el coeficiente intelectual. México, Vergara, 2001.

Goleman, Daniel. Inteligencia Emocional. México, Javier Vergara, 1995.

Goleman, Daniel. La Práctica de la Inteligencia Emocional. Barcelona, Kairós, 1998.

Guellman de Jauki, Mirta. Adolescencia. Tesis, ENEP, Acatlán, 2004.

Hansberg, Olga. Las emociones y la explicación de la acción. Revista Isegoría No. 25 (periódico electrónico) En línea: Madrid, 2001. Disponible: 13 marzo 2008; <http://www.ifs.csic.es/Isegoria/25/isg.htm>.2008.

Hernández, Roberto, Carlos Fernández y Pilar Baptista. Metodología de la Investigación. México, Mc. Graw Hill.1998.

Howaarden, Warren. Diccionario de Psicología. México, Fondo de cultura económica, 2000.

Hué, Carlos. Una experiencia de formación en competencias emocionales del profesorado. (Disponible en bases de datos en línea) Universidad de Zaragoza, .2006.Cáp. II, p. 2. Disponible: 12 de Mayo 2008; http://www.unizar.es/eees/innovacion06/COMUNIC_PUBLI/BLOQUE_pdf.

Ibarrola, Begoña. Dirigir y educar con inteligencia emocional. Ponencia del Séptimo Congreso de Educación y Gestión. (Base de datos en línea) 2003. Disponible: 16 de mayo 2008; http://www.profes.net/rep_documentos/Noticias/IntelEmoc.pdf.

“**Inteligencia Emocional**”: (Base de datos en línea) Argentina, 2005: Disponible: 21 de marzo 2008; http://www.calidadevida.com.ar/inteligencia_emocional_personalidad.htm.

“**Inteligencia Emocional**”: (Base de datos en línea). Disponible: 20 de mayo 2008; <http://www.inteligenciaemocional.org>.

Josselyn, Irene M. El Adolescente y su mundo. Buenos Aires, Psique, 1970.

Jurado, Yolanda. Técnicas de Investigación documental. México, Thomson, 2002.

Lara, Segura Montserrat. Programa de inteligencia emocional en el ámbito laboral. Tesis, Universidad Salesiana, 2006.

“**Las emociones**”: (Bases de datos en línea) 1999. Disponible: 12 de marzo 2008, <http://www.psycoactiva.com/emocion.htm>.

Lazar, Oscar. Congreso Internacional de parálisis cerebral y las incapacidades afines. Ponencia: La inteligencia emocional en la calidad de los servicios. (Bases de datos de datos en línea) Fun. Excelencia social, España, 2007. Disponible: 12 de marzo 2008; <http://ww.aspace.org>.

Leda, Badilla. Aportes al concepto de competencia en América Latina. (Bases de datos en línea) 2006. Disponibe: 16 de marzo 2008; <http://www.cumex.org.mx/archivos/ACERVO/Tuning.pdf>.

Loredo, Garrison. Psicología. México. Mc Graw Hill, 1992.

Luceño, Luis José. La resolución de problemas aritméticos en el aula. México, Aljibe, 2004.

Martín, Doris y Karim Boeck, ¿Qué es la Inteligencia emocional? ¿Cómo lograr que las emociones determinen nuestro triunfo en los ámbitos de la vida? España, Edaf, 1998.

Martínez, Gissell. La inadecuada relación madre-hijo en la etapa infantil como una de las causas de la psicosis en la edad adulta. Tesis. UNAM. 1981.

Martínez, Mariana. Análisis del discurso sobre la identidad. (Bases de datos en línea) Universidad Autónoma de Barcelona, 1987. Disponible: 1 de abril del 2008; <http://antalya.uab.es/liniguez/Materiales/discursoidentidad.pdf>.

Mckinney, John Paul. Psicología del desarrollo. México, Moderno, 1982.

Melero, Martín José. Conflictividad y Violencia en los centros escolares. España, Siglo .XXI, 1993.

Milliken, Irene Josselyn. El adolescente y su mundo. Buenos Aires, Psique, 1970.

Moya, Carlos J. Sentimientos y la teoría de las acciones. Revista Isegoría No. 25 (periódico electrónico) En línea: Madrid, 2001. Disponible: 12 de marzo 2008; <http://www.ifs.es/Isegoria/25/isg.htm>.

Muss, Eduard. Teorías de la adolescencia S. XX. Buenos Aires, Paidós, 1976.

Nagusia, Berritzegune. Competencias básicas. (Base de datos en línea) 2007. Disponible: 15 de marzo de 2008; http://www.elkarrekin.org/~web3_ftp/DC20/GOIZ/COMPETENCIASBASICAS.pdf.

Olvera, Yolanda, Benjamín Domínguez y Alejandra Cruz. Inteligencia emocional. México, Plaza Valdez, 2004.

Oropeza, Irma Nora, René Vázquez y Laura Cruz. Manual de Capacitación La función directiva en el contexto de la reforma de la educación preescolar.

Instituto de Profesionalización y Gobierno del Estado de México. 2007.

Papalia, Diane E y Sally Wendkos. Desarrollo Humano. México, Mc Graw Hill, 1990.

Pérez, Gilberto. Repercusiones de las Relaciones sociales en el Rendimiento Escolar del adolescente. Tesis, Universidad Salesiana, 2004.

Pick de Weiss, Susan y Elvia Vargas Trujillo. Yo adolescente. México, Planeta, 1993.

Puchol David, Estrategias de Intervención del Estrés Postraumático. (Base de datos en línea) Universidad de Valencia, 2002. Disponible: 18 de mayo 2008; <http://www.psicologiaincientifica.com/pdf.2008>.

Reynoso, Miguel. Las competencias emocionales. Revista Digital Año 12 N° 115 (periódico electrónico) Buenos Aires 2008. Disponible: 2 de mayo 2008; <http://www.efdeportes.com/efd115/inteligencia-emocional-y-outdoor-training.htm>.

Rius, Lozano Mercedes. XXV Seminario Inter. Universitario de Teoría de la Educación .Las emociones y la formación de la identidad humana. Ponencia: Auto concepto y Autoestima. (Bases de datos en línea) Salamanca, España, 2006. Disponible: 6 de marzo 2008; <http://www.ucm.es/info/site/site25.html>.

Ruiz, Miguel. Los cuatro acuerdos, México. Urano, 2002.

Rodríguez, Mauro. Manejo de Conflictos. México, Manual Moderno, 1990.

Rodríguez, Silvia. La Inteligencia emocional en el rendimiento académico. Tesis. ENEP, Iztacala, 2002.

Rubio, Berenice y Ma. Teresa Valencia. La Inteligencia Emocional. Tesina, ENEP, Iztacala, 2000.

Ruiz, Elena. Amor y Madurez Psicológica. España, Covarrubias, 1978.

Salm, Randall. La solución de conflictos en la escuela. México, Alfaomega, 2006.

Sánchez, Jorge. Comparativo, personalidad y rendimiento escolar en adolescentes. Tesis. UNAM, 1981.

Santiago, Remedios. Desarrollo de Inteligencia Emocional en los niños. Tesis. ENEP, Iztacala, 2003.

Sastre, Genoveva y Montserrat Moreno. Resolución de Conflictos y aprendizaje emocional, España, Gedisa, 2002.

Shapiro, Lawrence. La inteligencia Emocional de los niños, Una guía para Padres y Maestros, Buenos Aires, Vergara, 1997.

Shaw, G.B. Selected Prose, Nueva York, Dodd, Mead, 1970.

Smeke, Sofia. Alcanzando la excelencia emocional en niños y jóvenes. México, Tomo, 2002.

Trujillo, Dagoberto. Inteligencia Emocional. Introducción a la alfabetización en competencia emocional & social. (Base de datos en línea) 15 Noviembre 2007. Disponible: 20 de marzo 2008; <http://inteligencia-emocional.blogspot.com>.

Uzcategui, Luis José. Emociones Inteligentes ¿Cómo se puede ser un triunfador Emocional? México, Lithopolar Gráficas, 1998.

Vallés, Antonio. La inteligencia emocional de los hijos. Cómo comprenderlos y actuar ante sus conflictos cotidianos. Madrid, EOS, 2000.

Velásquez, Elvira. La Técnica de Solución de Problemas como método de prevención de la conducta antisocial. Tesis, ENEP, Acatlán, 1995.

Villafranco, Ismael y Susana Vargas. Plan de Estudios 2006, Educación básica, Secundaria, SEP, México, 2006.

Vives, Edel. Pedagogía General. España, Vives, 1933.

Waisburd, Gilda. Creatividad inteligente. México, Byblos, 2001.

Weiner, I.B y D. Elkind. Desarrollo normal y anormal deL adolescente. Buenos Aires, Paidós, 1976, p.88.

Whitmore, Jonh. Coaching. El método para mejorar el rendimiento de las personas. España, Paidós, 2003.