



UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA DE MÉXICO

FACULTAD DE PSICOLOGÍA

***PROPUESTA DE UN TALLER DE TÉCNICAS Y ESTRATEGIAS,
DIRIGIDO A PADRES PARA FAVORECER LA INTELIGENCIA
EMOCIONAL EN SUS HIJOS.***

T E S I N A
QUE PARA OBTENER EL TÍTULO DE
LICENCIADA EN PSICOLOGÍA
P R E S E N T A:
MARIA ESTHER MIRÓN ANTÓN

DIRECTORA DE LA TESINA:
LIC. AIDA ARACELI MENDOZA IBARROLA



Ciudad Universitaria, D.F.

Noviembre, 2009



Universidad Nacional
Autónoma de México



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.

INDICE

RESUMEN.	1
INTRODUCCION.	2 a la 3

CAPÍTULO I

1. ANTECEDENTES DE LA INTELIGENCIA EMOCIONAL

1.1 HISTORIA5 a la 14
1.2 EMOCIONES	14 a la 16
1.3 INTELIGENCIA EMOCIONAL Y CONDUCTISMO16 a la 28

CAPÍTULO II

2. CARACTERÍSTICAS DEL NIÑO(A) ESCOLAR

2.1 FISICO.30 a la 31
2.2 COGNITIVO.31 a la 32
2.3 AFECTIVO.32
2.4 SOCIAL33 a la 36

CAPÍTULO III

3. RELACIÓN PADRES E HIJOS

3.1 FAMILIA.38 a la 43
3.2 PADRES, PATRON Y TIPO DE CRIANZA.	43 a la 48
3.3 PROBLEMAS QUE AFECTAN EL DESARROLLO EN LOS NIÑOS.	49 a la 54
3.4 PADRES E HIJOS EMOCIONALMENTE INTELIGENTES.	54 a la 63

CAPÍTULO IV

4. METODOLOGÍA Y DISEÑO DEL TALLER.	65 a la 82
---	------------

CONCLUSIONES.83 a la 84
--------------------------------	-------------

REFERENCIAS.	85 a la 88
-------------------------------	------------

ANEXOS.90
--------------------------	-----

RESUMEN

El presente trabajo pretende generar en los padres la importancia de poseer una Inteligencia Emocional porque es la capacidad que permite al ser humano sentir, entender, controlar y modificar estados emocionales en uno mismo y en los demás. Para ello se abordan a los principales teóricos que nos hablan acerca de la inteligencia emocional, destacando la influencia que puede tener en la vida de los individuos. Al final los padres aprenderán a comunicarse con sus hijos, con este fin se ofrece Técnicas y Estrategias, actividades y consejos prácticos, que ayudarán a los padres a utilizar sus emociones del modo más positivo en asuntos tan cotidianos como la rivalidad entre hermanos, conflictos con los amigos, situaciones escolares diversas o la presión ejercida por los compañeros.

Think of an idea to change our world, and put it into action! “Piensa en una idea para cambiar al mundo”, y ¡Ponla en acción!. (Párrafo de la película: Pay it forward. “Cadena de Favores”, 2000).

INTRODUCCION

Todo surgió con una sola pregunta: -¿Cómo desarrollar la Inteligencia Emocional en los niños? La respuesta es sencilla todo desarrollo nace en el hogar, nuestro ejemplo a seguir son los padres.

Desafortunadamente aun en México sigue existiendo la inestabilidad económica, que ha generado más desempleos y obliga a los padres a trabajar por más tiempo, se vuelven incapaces de educar, orientar y de disciplinar adecuadamente a sus hijos, por lo tanto, la razón principal recae en la falta de claridad en cuanto a los objetivos que persiguen con respecto a la educación, y también a una ausencia de autocontrol.

Algunos estudios manifiestan que las capacidades emocionales de las nuevas generaciones han ido disminuyendo con el paso del tiempo. Prueba de ello son las cifras estadísticas que día a día nos informan que se ha incrementado la delincuencia, la deserción escolar, los partos de madres solteras adolescentes, la drogadicción y el alcohol, los suicidios, la prostitución, el maltrato a la mujer, el racismo, entre otros.

En este mundo existen personas que ponen a prueba todas nuestras capacidades y que también generan situaciones que nos hieren, y aunque no podamos cambiar nuestros factores biológicos o nuestra desagradable vivencia, debemos encontrar la fuerza interna que nos hace invencibles ante la adversidad. No hay que olvidar que somos los creadores de nuestra propia realidad y que los pensamientos y actos (buenos o malos), de cada día van moldeando nuestro presente y futuro.

El adulto que haya desarrollado una inteligencia emocional podrá manejar de una mayor manera la educación de sus hijos, por ejemplo, en nuestro país es importante elevar la autoestima en las niñas, lo que les permitirá ser más competitivas en el mundo adulto. En el caso de los niños les ayudara a desarrollar la empatía de la que una gran mayoría de varones carece.

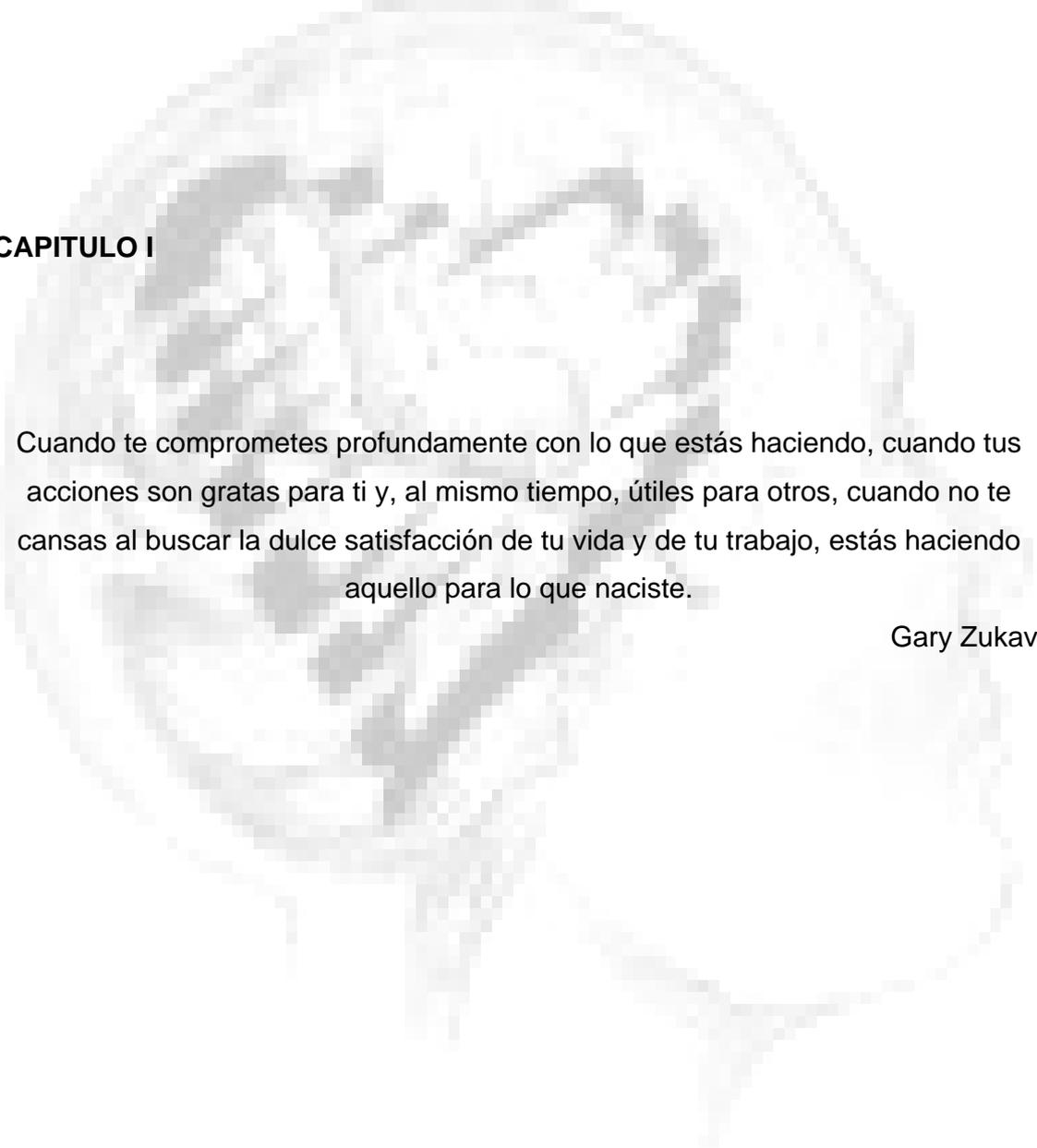
En el primer capítulo, se abordará el inicio y concepto de la Inteligencia Emocional, así mismo, abordaré conceptos del conductismo que me permitirán demostrar que es complemento.

En el segundo capítulo, se hablará de la importancia del desarrollo de los niños escolares de 6 años de edad.

En el tercer capítulo, se mencionará la importancia de la relación que existe entre un padre y su hijo, que junto con un desarrollo emocional logran reconocer, canalizar y controlar las propias emociones, generando un auto conocimiento que les permitirá desarrollar empatía para establecer relaciones sociales y así formar vínculos personales.

En el cuarto y último capítulo, se propone un taller dirigido a padres con el objetivo de que aprendan, comprendan y entiendan la importancia del conocimiento y manejo de las emociones, que junto con técnicas y estrategias lograrán guiar a sus hijos hacia la comprensión de sus emociones, pensamientos, reacciones y conductas que surgen por causa de distintos conflictos, que en ocasiones se desconocen. El taller se diseñó para lograr el cumplimiento de los siguientes puntos:

- 1) Desarrollar una inteligencia emocional que permita conocer las propias emociones, generando un auto conocimiento.
- 2) Desarrollar Autocontrol para saber canalizarla las emociones.
- 3) Desarrollar Auto motivación para saber controlar los impulsos.
- 4) Desarrollar Empatía para reconocer las emociones de los demás, y así, establecer relaciones sociales y vínculos personales.
- 5) Saber actuar de acuerdo con las emociones de los demás.



CAPITULO I

Cuando te comprometes profundamente con lo que estás haciendo, cuando tus acciones son gratas para ti y, al mismo tiempo, útiles para otros, cuando no te cansas al buscar la dulce satisfacción de tu vida y de tu trabajo, estás haciendo aquello para lo que naciste.

Gary Zukav.

1. ANTECEDENTES DE LA INTELIGENCIA EMOCIONAL

Inteligencia Emocional es la capacidad humana de sentir, entender, controlar y modificar estados emocionales en uno mismo y en los demás. Inteligencia emocional no es ahogar las emociones, sino dirigir las y equilibrarlas. Es también un conjunto de destrezas, actitudes, habilidades y competencias que determinan la conducta de un individuo, sus reacciones, estados mentales, entre otros, y que puede definirse como la capacidad de reconocer nuestros propios sentimientos y los de los demás, de motivarnos y de manejar adecuadamente las relaciones. (Daniel Goleman, 1990).

1.1 Historia

Alfred Binet (1916), la definió como la capacidad general de comprensión, razonamiento, juicio y memoria.

Edward Lee Thorndike (1920), la definió como "la habilidad para comprender y dirigir a hombres y mujeres, para poder actuar sabiamente en las relaciones humanas".

Para Thorndike, además de la inteligencia social, también existen otros dos tipos de inteligencias:

1) La Abstracta: habilidad para manejar ideas.

2) La Mecánica: habilidad para entender y manejar objetos.

Charles Spearman (1927), creó la Teoría bifactorial de la inteligencia. Decía que existía un factor intelectual general al que llamó (g), y un número de habilidades específicas (factor s).

Louis Thurstone (1938), definió la Inteligencia como la capacidad de abstracción que constituye un proceso inhibitorio, también menciona que aquella persona que posea una conducta inteligente podrá controlar sus impulsos a fin de poder examinar y luego podrá decidir entre las diversas alternativas de acción.

Sus investigaciones le permitieron identificar siete habilidades mentales primarias:

1. Comprensión verbal.
2. Velocidad perceptual.
3. Razonamiento lógico.
4. Habilidad numérica.
5. Memoria.
6. Fluidez de palabra.
7. Percepción espacial o visualización.

Raymond Cattell (1963), describió dos dimensiones de la inteligencia:

1. **Inteligencia cristalizada**, surge de la experiencia y representa el grado de educación.
2. **Inteligencia fluida**, es la habilidad para pensar y razonar de manera abstracta. Este tipo de inteligencia se basa en estructuras neurofisiológicas.

J.P. Guilford (1967), identificó 120 factores de la inteligencia.

Therman, la definió como la capacidad para desarrollar pensamientos abstractos.

Piaget, la definió como la capacidad de adaptarse al medio ambiente.

Wechsler (1975), la definió como la capacidad para comprender al mundo, nos ayuda a pensar racionalmente y permite emplear de forma adecuada los recursos que tenemos a nuestro alcance para enfrentar desafíos.

Galton, Wundt y Jesen, decían que la inteligencia está directamente relacionada con los genes que determinan la estructura y funcionamiento del organismo, es decir, que la inteligencia de una persona depende de la forma en que está construido su organismo.

Howard Gardner (1983), reformula el concepto de inteligencia a través de la teoría: "Las Inteligencias Múltiples", se cree que esta Teoría es el antecedente de la

Inteligencia Emocional. En su primer estudio titulado ("Frames of Mind", 1983), menciona que las personas poseen ocho tipos de inteligencias, cada una de ellas son independientes de las otras y nos relacionan con el mundo. Estas inteligencias son:

a) Inteligencia Lingüística: Es la inteligencia relacionada con nuestra capacidad verbal, con el lenguaje y con las palabras. La poseen los escritores, los poetas, los buenos redactores.

b) Inteligencia Lógica-matemática: Tiene que ver con el desarrollo de pensamiento abstracto, con la precisión y la organización a través de pautas o secuencias. Es la que utilizamos para resolver problemas de lógica y matemáticas. Es la inteligencia que tienen los científicos.

c) Inteligencia Espacial: Consiste en formar un modelo mental del mundo en tres dimensiones. La poseen los marineros, los ingenieros, los cirujanos, los escultores, los arquitectos, o los decoradores.

d) Inteligencia Musical: Se relaciona directamente con las habilidades musicales y ritmos. La poseen los cantantes, compositores, músicos, bailarines.

e) Inteligencia Visual: La capacidad para integrar elementos, percibirlos y ordenarlos en el espacio, y poder establecer relaciones de tipo metafórico entre ellos.

f) Inteligencia Kinestésica-Corporal: Abarca todo lo relacionado con el movimiento tanto corporal como el de los objetos, y los reflejos. Es la capacidad de utilizar el propio cuerpo para realizar actividades o resolver problemas. Es la inteligencia de los deportistas, los artesanos, los cirujanos y los bailarines.

g) Inteligencia Interpersonal: Implica la capacidad de establecer relaciones y de entender a otras personas, determina la elección de la pareja, los amigos y en gran medida nuestro éxito en el trabajo o el estudio. La solemos encontrar en los buenos vendedores, políticos, profesores o terapeutas.

Gardner la describió como: La Inteligencia Interpersonal se construye a partir de una capacidad nuclear para sentir distinciones entre los demás: en particular, contrastes en sus estados de ánimo, temperamentos, motivaciones e intenciones. En formas más avanzadas, esta inteligencia permite a un adulto hábil leer las intenciones y deseos de los demás, aunque se hayan ocultado.

h) Inteligencia Intrapersonal: Se refiere al conocimiento de uno mismo y todos los procesos relacionados, como autoconfianza y automotivación. Nos permite entendernos a nosotros mismos. No está asociada a ninguna actividad concreta.

Gardner la describió como: El conocimiento de los aspectos internos de una persona: el acceso a la propia vida emocional, a la propia gama de sentimientos, la capacidad de efectuar discriminaciones entre las emociones y finalmente ponerles un nombre y recurrir a ellas como un medio de interpretar y orientar la propia conducta.

La inteligencia intrapersonal y la interpersonal conforman [la inteligencia emocional](#) y juntas determinan nuestra capacidad de dirigir nuestra propia vida de manera satisfactoria.

Robert Sternberg (1985), creó la Teoría triárquica de la inteligencia, ordenó las habilidades mentales en tres categorías para describir la inteligencia:

1. La inteligencia componencial incluye la habilidad para adquirir y almacenar información, habilidades de aprendizaje, habilidad para construir ítems de pruebas como analogías, silogismos, series, y la habilidad para pensar de manera crítica.
2. La inteligencia experiencial, es decir, la inteligencia basada en la experiencia, incluye la habilidad para seleccionar, codificar, comparar y combinar información de maneras significativas para crear nuevos insights, teorías e ideas.
3. La inteligencia contextual, incluye la conducta adaptativa en el mundo real, como la capacidad para relacionarse con otras personas, juzgar situaciones, alcanzar metas y resolver problemas prácticos.

Autores recientes

Los psicólogos norteamericanos, el Dr. Peter Salovey y el Dr. John Mayer, (1990), fueron los primeros en formular el concepto de Inteligencia Emocional. Definieron cinco grandes capacidades propias de la inteligencia emocional, las tres primeras se fundamentan en la inteligencia intrapersonal, estas son:

1) La capacidad de percibir las propias emociones. Es conocer y controlar nuestras emociones.

Sin sentir emociones es imposible tomar decisiones, como demuestran las investigaciones realizadas por Antonio Damasio. Para conocer y controlar nuestras emociones tenemos primero que reconocerlas, es decir, darnos cuenta de que las estamos sintiendo. Toda la inteligencia emocional se basa en la capacidad de reconocer nuestros sentimientos.

La percepción de las propias emociones implica saber prestarle atención a nuestro propio estado interno. Para darnos cuenta de nuestras emociones se necesita:

a. Reconocer nuestras emociones, es decir, prestarle atención a las sensaciones físicas que provocan esas emociones. Las emociones son el punto de intersección entre mente y cuerpo, se experimentan físicamente, pero son el resultado de una actividad mental.

b. Aprender a identificar y distinguir unas emociones de otras. Cuando notamos que sentimos algo y además lo identificamos lo podemos expresar. Hablar de nuestras emociones nos ayuda a actuar sobre ellas, a controlarlas. Expresar emociones es el primer paso para aprender a actuar sobre ellas.

c. Aprender a evaluar su intensidad. Si sólo notamos las emociones cuando son muy intensas estamos a su merced. Controlar nuestras emociones siempre es más fácil cuanto menos intensas sean, por lo tanto, se trata de aprender prestar atención a los primeros indicios de una emoción, sin esperar a que nos desborde.

2) La capacidad de controlar las propias emociones. Una vez que aprendemos a detectar nuestros sentimientos podemos aprender a controlarlos. Hay gente que

percibe sus sentimientos con gran intensidad y claridad, pero no es capaz de controlarlos, sino que los sentimientos le dominan y arrastran.

Controlar nuestros sentimientos implica, que los hemos detectado e identificado, que somos capaces de reflexionar sobre los mismos, pero, hay que tener en cuenta que: reflexionar sobre lo que estamos sintiendo no es igual a emitir juicios de valor sobre si nuestros sentimientos son buenos o malos, deseables o no deseables.

Reflexionar sobre nuestras emociones requiere dar tres pasos: determinar la causa, determinar las alternativas y, por último, actuar.

a. Determinar la causa, emociones como la ira muchas veces son una reacción secundaria a otra emoción más profunda: me enfado por qué tengo miedo, por qué me siento inseguro, o por qué me siento confuso.

Emoción no es igual a acción y sentimiento no es igual a reacción. Sentir enfado no es igual a pegar al causante del enfado. Sentir miedo no es igual a esconderse debajo de la cama. Ante la misma situación se puede reaccionar de muchas maneras, ante el mismo sentimiento, pueden seguir muchos caminos.

b. Distintas causas necesitarán distintas respuestas, el hecho de reflexionar sobre el origen de la reacción ayudará a controlarla.

c. Por último, elegir la manera de actuar, es decir, optar por quedarse como está o puede optar por cambiar la emoción que está sintiendo. No hay reglas que digan qué es lo que hay que hacer. Tan dañino puede ser intentar no sentir una emoción como sumergirse en ella.

Al elegir se puede recurrir a recursos externos o internos:

-Recursos externos: son todas las actividades que nos ayudan a distraer nuestra atención. Ir al cine, dar un paseo, escuchar música, salir con los amigos, son todos métodos eficaces de cambiar el estado de ánimo. La [gimnasia cerebral](#) es un buen recurso externo para controlar emociones.

-Recursos internos: supone actuar directamente sobre nuestro proceso de pensamiento. Cuando le prestamos atención a nuestro [diálogo interno](#) descubrimos que la forma en que nos hablamos a nosotros mismos tiene enorme influencia en nuestra manera de reaccionar y sentir.

Otro recurso interno consiste en re - interpretar la situación, cambiar su significado. Todos nos sentimos mal cuando fracasamos, pero, en qué consiste fracasar. Hay personas capaces de resistir las pruebas más terribles y personas que se ahogan en un vaso de agua, la diferencia muchas veces reside en la manera de interpretar las situaciones por las que atraviesan. Todos somos creadores de las emociones que sentimos y es posible controlarlos, se necesita de la práctica para aprender a actuar.

3) La capacidad de motivarse a uno mismo. La auto - motivación es lo que nos permite hacer un esfuerzo, físico o mental, no porque nos obligue alguien, sino porque queremos hacerlo. Nos motivamos a nosotros mismos cuando sabemos lo que queremos conseguir y cómo conseguirlo, por tanto, para desarrollar la capacidad de motivarnos a nosotros mismos primero tenemos que aprender a fijar los objetivos que queremos conseguir. Muchas veces no sabemos bien lo que queremos, o sabemos muy bien lo que no queremos. [Aprender a plantear objetivos](#) y saber qué es lo que de verdad queremos es, por tanto, el primer paso.

Un objetivo no es lo mismo que un deseo. Los objetivos son los resultados que queremos conseguir como consecuencia de nuestra actividad. Para poder conseguir nuestros [objetivos estos tienen que estar bien definidos.](#)

Una vez que tengamos nuestro objetivo necesitamos un plan de acción. Aprender a establecer objetivos no basta, necesitamos saber qué pasos tenemos que dar para poder alcanzarlo, esto incluye conocer nuestros puntos fuertes y débiles, saber cuándo necesitamos ayuda y cuándo no, es decir, formar un modelo mental verídico de uno mismo.

Las últimas dos capacidades se fundamentan en la inteligencia interpersonal, estas son:

4) La Empatía. Es el conjunto de capacidades que nos permiten reconocer y entender las emociones de los demás, sus motivaciones y las razones que explican su comportamiento.

La empatía supone que entramos en el mundo del otro y vemos las cosas desde su punto de vista, sentimos sus sentimientos y oímos lo que el otro oye.

La capacidad de ponerse en el lugar del otro no quiere decir que compartamos sus opiniones, ni que estemos de acuerdo con su manera de interpretar la realidad. La empatía no supone tampoco simpatía, ya que esta implica una valoración positiva del otro, mientras que la empatía no presupone valoración alguna del otro.

Para poder entender al otro y entrar en su mundo tenemos que aprender a ponernos en su lugar, [aprender a pensar como él](#). Una de las habilidades básicas para entender al otro es la de [saber escuchar](#). Aprender a escuchar supone enfocar toda nuestra atención hacia el otro, dejar de pensar en lo que queremos decir o en lo que nosotros haríamos.

Las personas con gran capacidad de empatía son capaces de sincronizar su lenguaje no - verbal al de su interlocutor. No sólo eso, también son capaces de “leer” las indicaciones no - verbales que reciben del otro con gran precisión. Los cambios en los tonos de voz, los gestos, los movimientos que realizamos, proporcionan gran cantidad de información.

Cuando adaptamos nuestro lenguaje corporal, nuestra voz, y nuestras palabras a las de nuestros interlocutores, nos es más fácil entrar en su mundo, y cuando entendemos el mundo del otro podemos empezar a explicarle el nuestro.

5.) La capacidad de manejar las relaciones interpersonales. Cuando entendemos al otro, su manera de pensar, sus motivaciones y sus sentimientos podemos elegir la manera más adecuada de presentarle nuestro mensaje.

La misma cosa se puede decir de muchas maneras. Saber elegir la manera adecuada y el momento justo es la marca del gran comunicador. La capacidad de

comunicarnos es la que nos permite organizar grupos, negociar y establecer conexiones personales.

La flexibilidad o capacidad de generar muchas respuestas está relacionada con la capacidad de aprender a [ver las cosas desde muchos puntos de vista](#). Como dice uno de los principios básicos de la PNL (Pensamiento Neuro Lingüístico), "si siempre haces lo mismo, siempre tendrás los mismos resultados" y, lo que es lo mismo, si siempre se analizan las cosas desde el mismo punto de vista, siempre se ocurrirán las mismas ideas.

La empatía y la capacidad de manejar las relaciones interpersonales son cualidades imprescindibles en un [aula](#), por eso no es de extrañar que la enseñanza sea una de las profesiones donde la inteligencia interpersonal se encuentre con más frecuencia.

El investigador y periodista del New York Times Daniel Goleman (1995), escribió por primera vez una obra titulada "La Inteligencia Emocional", en ella menciona que tenemos dos mentes, "una que piensa y otra que siente", es decir, el pensamiento lógico-verbal y las emociones.

La Inteligencia Emocional comprende y se desarrolla en cinco áreas fundamentales de habilidades:

1) Autoconocimiento Emocional: Reconocer un sentimiento mientras éste se presenta es la clave de la Inteligencia Emocional. La falta de habilidad para reconocer nuestros propios sentimientos nos deja a merced de nuestras emociones. Las personas con esta habilidad consiguen conducir mejor sus vidas.

2) Control Emocional: Es la habilidad de lidiar con los propios sentimientos, adecuándolos a cualquier situación. Las personas que carecen de esta habilidad caen constantemente en estados de inseguridad, mientras que aquellas que poseen un mejor control emocional tienden a recuperarse más rápidamente de los reveses y contratiempos de la vida.

3) Automotivación: Dirigir las emociones para conseguir un objetivo es esencial para mantenerse en un estado de búsqueda permanente y para mantener la mente

creativa para encontrar soluciones. Las personas que tienen esta habilidad tienden a ser más productivas y eficaces, cualquiera que sea su emprendimiento.

4) Reconocimiento de las Emociones Ajenas: La empatía es otra habilidad que construye autoconocimiento emocional. Esta habilidad permite a las personas reconocer las necesidades y los deseos de otros, permitiéndoles relaciones más eficaces.

5) Habilidad para las Relaciones Interpersonales: El arte de relacionarse es, en gran parte, la habilidad de producir sentimientos en los demás. Esta habilidad es la base en la que se sustenta la popularidad, el liderazgo y la eficiencia interpersonal. Las personas con esta cualidad son más eficientes en todo lo que dice relación con la interacción entre individuos. Son las "estrellas sociales".

1.2 Emociones

La palabra emoción, viene del latín "motre", que significa moverse. Es lo que nos impulsa a actuar, y genera diferentes tipos de conducta.

John Watson decía que eran sentimientos que solían tener tanto elementos fisiológicos como cognitivos, los cuales influían sobre el comportamiento. Estos sentimientos se caracterizan por una experiencia de cambio en forma de agrado o desagrado, placer o displacer. Implica determinados cambios fisiológicos, tales como la aceleración o la disminución del ritmo del pulso, la disminución o el incremento de la actividad de ciertas glándulas, o un cambio de la temperatura corporal, que estimula al individuo, o alguna parte de su organismo, para aumentar su actividad. Las tres reacciones primarias de este tipo son la ira, el amor, y el miedo, que brotan como respuesta inmediata a un estímulo externo, o son el resultado de un proceso subjetivo, como la memoria, la asociación o la introspección. En una serie de experimentos demostró que los niños pequeños son ya susceptibles de tener estas tres emociones: ira, amor y miedo, y que las reacciones emocionales pueden condicionarse. Las emociones se pueden ordenar de tres dimensiones:

1. Tono afectivo, son emociones que pueden ser agradables o desagradables.

2. Intensidad, se hacen visibles de forma conscientemente, conductual o fisiológico.
3. Duración temporal, algunas emociones son breves, otras pueden ser de efecto duradero.

Los estímulos externos disminuyen su importancia como causa directa de la reacción emocional de un individuo según éste madura, y los estímulos que suscitan estas emociones se vuelven más complejos.

Así, la misma condición ambiental que inspiraría ira en un niño pequeño, puede causar miedo en un adulto. No obstante, según aumenta el nivel emocional de la reacción, el parecido entre los distintos tipos de reacción aumenta también: la ira extrema, el pánico o el resentimiento tienen más en común que las mismas reacciones en fases menos exageradas.

Todas las reacciones emocionales están acompañadas por alteraciones fisiológicas momentáneas, como en el caso del aumento del ritmo del corazón durante un acceso de ira. El miedo, por ejemplo, puede desencadenar manifestaciones violentas, como el temblor de los miembros o una momentánea pérdida de voz.

Existen seis categorías básicas de emociones:

- ✓ **Miedo.** Es la anticipación de una amenaza o peligro que produce ansiedad, incertidumbre, inseguridad. Tendemos hacia la protección.
- ✓ **Sorpresa.** Sobresalto, asombro, desconcierto. Ayuda a orientarnos frente a la nueva situación.
- ✓ **Aversión.** Nos produce rechazo hacia aquello que tenemos delante.
- ✓ **Ira.** Rabia, enojo, resentimiento, furia, irritabilidad. Nos induce hacia la destrucción.
- ✓ **Alegría.** Diversión, euforia, gratificación, contentos, da una sensación de bienestar, de seguridad. Nos induce hacia la reproducción (deseamos reproducir aquel suceso que nos hace sentir bien).
- ✓ **Tristeza.** Pena, soledad, pesimismo. Nos motiva hacia una nueva reintegración personal.

La conciencia de uno mismo, saber en cada momento cuál es la emoción que estamos sintiendo, sin confundirla con otra o disfrazarla, es la clave para desarrollar una inteligencia emocional.

1.3 El Conductismo como parte de la Inteligencia Emocional

La Teoría Conductista surge por John Broadus Watson (1913), publicó un artículo título "Psychology as the Behaviorist Views It", el cual tenía como objetivo central predecir y controlar la conducta. Estudió el ajuste de los organismos a sus entornos, así como el estudio de ciertos estímulos que llevan a los organismos a emitir sus respuestas.

Su teoría está basada en que a un estímulo le sigue una respuesta, siendo este el resultado de la interacción entre el individuo y su medio. Tan sólo reconoce aquellos procedimientos que atiendan exclusivamente a las actividades del organismo en cuanto a respuestas externas observables y a estímulos también observables.

Watson, concibió a la personalidad como el producto final de nuestros sistemas de hábitos. Negó la existencia de cualesquiera caracteres o facultades innatos.

Propuso un cambio en los métodos y conceptos para realizar investigaciones puramente científicas. Como resultado de su crítica se desarrolló el conductismo el cual se fundamenta en las siguientes ideas:

- a) "Si la ciencia debe estudiar exclusivamente datos empíricos, el objeto de la Psicología tendrá que ser observable".
- b) "Si existen los llamados estados mentales o de conciencia, no pueden ser considerados metodológicamente como objetos de estudio científico, ya que no reúnen las características objetivas que definen a éstos".
- c) Cuando observamos una conducta, podemos aislar en ella dos elementos, los estímulos y la respuesta. Tanto estímulos como respuestas son observables, cuantificables y susceptibles de ser utilizados en experimentos científicos. Por tanto, si la Psicología es la ciencia de la conducta, deberá dedicarse al estudio de las asociaciones entre Estímulos y Respuestas.

Con frecuencia, dicha relación es representada esquemáticamente como E-R. Lo que sucede dentro del cerebro y no puede ser observado mediante técnicas fisiológicas no interesa al psicólogo, ya que su análisis científico resulta imposible.

- d) El término científico de conducta designa un concepto más amplio que el de su uso coloquial. Así, la conducta incluye todas las reacciones corporales que puedan ser medidas, aunque no puedan ser observadas a simple vista.
- e) Las investigaciones psicológicas deben orientarse hacia el descubrimiento de las leyes de la conducta, sean éstas determinadas genéticamente o sean el resultado de aprendizajes individuales.
- f) La conducta se consolida en forma de hábitos, los cuales permiten una mejor adaptación al ambiente.
- g) Los experimentos prueban que la conducta es altamente modificable. Por lo tanto, deberán estudiarse las técnicas más propicias para la modificación de conductas con el objetivo de aplicarlas en ámbitos como la psicoterapia, la educación o el refuerzo de pautas sociales.
- h) El lugar ideal para la experimentación es el laboratorio, ya que allí pueden ser controladas todas las variables intervinientes. Cuando por motivos éticos no se pueda experimentar con humanos, las pruebas se realizarán con animales. Según los conductistas, existen pocas diferencias entre unos y otros en relación a un número elevado de conductas, por lo que las conclusiones obtenidas mediante experiencias con animales pueden ser extrapoladas, salvo excepciones, al comportamiento humano.

Objetivo y métodos del conductismo

El objeto de estudio del conductismo, según Watson, es la conducta observable, que puede ser medible y cuantificable. Su finalidad es conocer, manipular, predecir y controlar la conducta.

Son cuatro los métodos propuestos por Watson:

- 1.) Observación, con control instrumental o sin él.
- 2.) Método de reflejo condicionado.
- 3.) Método de informe verbal.

Watson no negaba la existencia de experiencias internas o emociones, pero insistía que estas experiencias no podían ser estudiadas porque eran imposibles de observar.

En esta teoría todas las formas complejas de conducta, tales como emociones y hábitos, son estudiadas como compuestas por cambios musculares y glandulares simples, que pueden ser observados y medidos.

Watson (1925), llegó a afirmar que el recién nacido tiene un repertorio de reacciones extremadamente limitado, como reflejos, reacciones posturales, motrices, glandulares y musculares, pero dichas reacciones afectan al cuerpo y no son rasgos mentales; el niño nace sin instinto, inteligencia u otras dotes innatas, y será sólo la experiencia ulterior la que caracterizará su formación psicológica.

Según esta posición el hombre era totalmente producto de sus experiencias. Por consiguiente, adquiriría importancia central el estudio del aprendizaje, es decir, la manera como el hombre adquiere un repertorio de comportamientos motores, verbales, sociales, etc., que luego serán los elementos constitutivos de su personalidad compleja. Aunque a menudo los psicólogos de tradición conductista hayan aceptado la idea de que parte de los rasgos psicológicos de una persona está vinculada a sus predisposiciones hereditarias, es cierto que de su opción ambientalista surgió el interés dominante por el estudio del aprendizaje.

Influido por los escritos de Iván Pavlov sobre el condicionamiento, Watson afirmaba que toda conducta, aún la más compleja, como el lenguaje, el pensamiento o la emoción, podía reducirse a cadenas o asociaciones de estímulo y respuesta, y que estas asociaciones se adquirirían a través del proceso de condicionamiento.

Otro precursor del Conductismo fue el Psicólogo Burrhus Frederic Skinner, demostró que los organismos son sensibles a las consecuencias de sus acciones. Se centró en las relaciones funcionales que establecen los organismos con su ambiente, con énfasis en la ley del efecto, es decir, en la manera como las consecuencias de lo que hacemos regula la emisión de nuestra conducta futura (conducta operante). Añadió el término feed-back al

modelo de los pensamientos y conductas del hombre, el feed back externo, permite conducir las acciones a lo largo de secuencias de conducta orientada a la meta. Esto quiere decir que la conducta está determinada por sus consecuencias, y que puede ser modificada a través del uso de premios y castigos.

A mediados del siglo XX, [desarrollo](#) una posición conocida como Conductismo Radical o Conductismo Base. Él estaba de acuerdo con la opinión de Watson de que la psicología es el estudio de conductas observables en individuos interactuando con el [ambiente](#).

Desde (1950), los psicólogos conductistas han producido una impresionante cantidad de estudios dirigidos a entender como se producen y mantienen los diferentes tipos de conductas. Estos estudios han estudiado cuatro partes en especial:

a.) Las interacciones que preceden una conducta, como los procesos perceptuales y el periodo de [atención](#) que brinda el individuo.

b.) Cambios en la conducta en sí, como la formación de habilidades.

c.) Interacciones que se producen a partir de la conducta como los efectos de los premios o castigos.

d.) Condiciones que prevalecen a través de los [eventos](#), como el [stress](#) emocional.

Teoría Cognitiva

El termino Cognitivo lo acuñó el psicólogo Jean Piaget,, quien se interesó en los cambios fisiológicos de las personas, los cuales se pueden observar durante su desarrollo, la percepción y en la comprensión del mundo, y para conocerlos propuso dividir el desarrollo cognitivo en cuatro etapas:

1) La inteligencia sensomotriz, (del nacimiento a los 2 años aproximadamente), el niño pasa de realizar movimientos reflejos inconexos al comportamiento

coordinado, pero aún carece de la formación de ideas o de la capacidad para operar con símbolos.

2) Pensamiento preoperacional, (de los 2 a los 7 años aproximadamente), el niño es capaz ya de formar y manejar símbolos, pero aún fracasa en el intento de operar lógicamente con ellos.

3) Operaciones intelectuales concretas, (de los 7 a los 11 años aproximadamente), comienza a ser capaz de manejar las operaciones lógicas esenciales, pero siempre que los elementos con los que se realicen sean referentes concretos (no símbolos de segundo orden, entidades abstractas como las algebraicas, carentes de una secuencia directa con el objeto).

4) Operaciones formales o abstractas, (desde los 12 años en adelante, aunque, como Piaget determinó, la escolarización puede adelantar este momento hasta los 10 años incluso), el sujeto se caracteriza por su capacidad de desarrollar hipótesis y deducir nuevos conceptos, manejando representaciones simbólicas abstractas sin referentes reales, con las que realiza correctamente operaciones lógicas.

Para Piaget todo depende de la inteligencia, hasta el punto de que la misma personalidad del sujeto parece depender de la capacidad intelectual del individuo para organizar la experiencia.

Con el tiempo tanto los seguidores de la Teoría Conductista y de la Teoría Cognitiva, han desarrollado modelos más efectivos, logrando una unión entre el desarrollo cognitivo con la predicción y control de la conducta humana.

Tipos de Conocimientos

Piaget distingue tres tipos de conocimiento que el sujeto puede poseer, éstos son los siguientes: físico, lógico-matemático y social.

1. **El conocimiento físico**: es el que adquiere el niño a través de la manipulación de los objetos que le rodean y que forman parte de su interacción con el medio.

Ejemplo de ello, es cuando el niño manipula los objetos que se encuentran en el aula y los diferencia por textura, [color](#), peso, etc. En otras palabras, la fuente del conocimiento físico son los objetos del mundo externo, ejemplo: una pelota, el carro, el tren, el tetero, etc.

2. El conocimiento lógico-matemático. [El conocimiento](#) lógico-matemático es el que construye el niño al relacionar las experiencias obtenidas en la manipulación de los objetos. Por ejemplo, el niño diferencia entre un objeto de textura áspera con uno de textura lisa y establece que son diferentes. El conocimiento lógico-matemático "surge de una abstracción reflexiva", ya que este conocimiento no es observable y es el niño quien lo construye en su mente a través de las relaciones con los objetos, desarrollándose siempre de lo más simple a lo más complejo, teniendo como particularidad que el conocimiento adquirido una vez procesado no se olvida, ya que la experiencia no proviene de los objetos sino de su acción sobre los mismos.

El pensamiento lógico matemático comprende:

a) Clasificación: constituye una serie de relaciones mentales en función de las cuales los objetos se reúnen por semejanzas, se separan por diferencias, se define la pertenencia del objeto a una [clase](#) y se incluyen en ella subclases.

En conclusión las relaciones que se establecen son las semejanzas, diferencias, pertenencias (relación entre un elemento y la clase a la que pertenece), e inclusiones (relación entre una subclases y la clase de la que forma parte). La clasificación en el niño pasa por varias etapas:

1. Alineamiento: de una sola dimensión, continuos o discontinuos. Los elementos que escoge son heterogéneos.

2.- Objetos Colectivos: colecciones de dos o tres dimensiones, formadas por elementos semejantes y que constituyen una unidad geométrica.

3.- Objetos Complejos: Iguales caracteres de la colectiva, pero con elementos heterogéneos. De variedades: formas geométricas y figuras representativas de la realidad.

b) Colección no Figural: posee dos momentos.

- Primer momento: forma colecciones de parejas y tríos: al comienzo de esta sub-etapa el niño todavía mantiene la alternancia de criterios, más adelante mantiene un criterio fijo.
- Segundo momento: se forman agrupaciones que abarcan más y que pueden a su vez, dividirse en sub-colecciones.

1. Transitividad: Consiste en poder establecer deductivamente la relación existente entre dos elementos que no han sido comparadas efectivamente a partir de otras relaciones que si han sido establecidas perceptivamente.

2. Reversibilidad: Es la posibilidad de concebir simultáneamente dos relaciones inversas, es decir, considerar a cada elemento como mayor que los siguientes y menor que los anteriores.

c) Seriación: Es una operación lógica que a partir de un sistemas de referencias, permite establecer relaciones comparativas entre los elementos de un conjunto, y ordenarlos según sus diferencias, ya sea en forma decreciente o creciente. Posee las siguientes propiedades:

La seriación pasa por las siguientes etapas:

-Primera etapa: Parejas y Tríos (formar parejas de elementos, colocando uno pequeño y el otro grande) y Escaleras y Techo (el niño construye una escalera, centrándose en el extremo superior y descuidando la línea de base).

-Segunda etapa: Serie por ensayo y error (el niño logra la serie, con dificultad para ordenarlas completamente).

-Tercera etapa: el niño realiza la seriación sistemática.

d) Número: es un concepto lógico de naturaleza distinta al conocimiento físico o social, que se construye a través de un proceso de abstracción reflexiva de las relaciones entre los conjuntos que expresan número.

Según Piaget, la formación del concepto de número es el resultado de las operaciones lógicas como la clasificación y la seriación; por ejemplo, cuando agrupamos determinado número de objetos o lo ordenamos en serie. Las operaciones mentales sólo pueden tener lugar cuando se logra la noción de la conservación, de la cantidad y la equivalencia, término a término. Consta de las siguientes etapas:

-Primera etapa (5 años): sin conservación de la cantidad, ausencia de correspondencia término a término.

-Segunda etapa (5 a 6 años): Establecimiento de la correspondencia término a término pero sin equivalencia durable.

Tercera etapa: conservación del número.

3.) El conocimiento social: puede ser dividido en convencional y no convencional. El social convencional, es producto del consenso de un grupo social y la fuente de éste conocimiento está en los otros (amigos, padres,

maestros, etc.). Algunos ejemplos serían: que los domingos no se va a la escuela, que no hay que hacer ruido en un examen, etc. Es el conocimiento

que adquiere el niño al relacionarse con otros niños o con el docente en su relación niño-niño y niño-adulto. Este conocimiento se logra al fomentar la interacción grupal.

Existe otro tipo de conocimiento social llamado el no convencional, sería aquel referido a nociones o representaciones sociales y que es construido y apropiado

por el sujeto. Ejemplos de este tipo serían: noción de rico-pobre, noción de ganancia, noción de trabajo, representación de [autoridad](#), etc.

Se puede concluir que a medida que el niño tiene contacto con los objetos del medio (conocimiento físico) y comparte sus experiencias con otras personas (conocimiento social), mejor será la estructuración del conocimiento lógico-matemático.

Desarrollo Cognitivo

Ningún conocimiento es una copia de lo real, porque incluye un proceso de asimilación a estructuras anteriores; es decir, una integración de estructuras previas. De esta forma, la asimilación maneja dos elementos: lo que se acaba de conocer y lo que significa dentro del contexto del ser humano que lo aprendió. Por esta razón, conocer no es copiar lo real, sino actuar en la realidad y transformarla.

La lógica, por ejemplo, no es simplemente un sistema de notaciones inherentes al lenguaje, sino que consiste en un sistema de operaciones como clasificar, seriar, poner en correspondencia, etc. Es decir, se pone en acción la teoría asimilada. Conocer un objeto, para Piaget, implica incorporarlo a los sistemas de acción y esto es válido tanto para conductas sensorio motrices hasta combinaciones lógicas-matemáticas.

Los esquemas más básicos que se asimilan son reflejos o instintos, en otras palabras, información hereditaria. A partir de nuestra conformación genética respondemos al medio en el que estamos inscritos; pero a medida que se incrementan los estímulos y conocimientos, ampliamos nuestra capacidad de respuesta; ya que asimilamos nuevas experiencias que influyen en nuestra [percepción](#) y forma de responder al entorno.

Las conductas adquiridas llevan consigo procesos auto-reguladores, que nos indican cómo debemos percibir las y aplicarlas. El conjunto de las operaciones del pensamiento, en especial las operaciones lógico-matemáticas, son un vasto sistema auto-regulador, que garantiza al pensamiento su autonomía y coherencia.

La regulación se divide, según las ideas de Piaget en dos niveles:

1.- Regulaciones orgánicas, que tienen que ver con las [hormonas](#), ciclos, [metabolismo](#), información genética y [sistema nervioso](#).

2.- Regulaciones cognitivas, tienen su origen en los conocimientos adquiridos previamente por los individuos.

El desarrollo cognitivo ocurre con la reorganización de las estructuras cognitivas como consecuencia de procesos adaptativos al medio, a partir de la asimilación de experiencias y acomodación de las mismas de acuerdo con el equipaje previo de las estructuras cognitivas de los aprendices. Si la experiencia física o social entra en [conflicto](#) con los conocimientos previos, las estructuras cognitivas se reacomodan para incorporar la nueva experiencia y es lo que se considera como aprendizaje.

La teoría de Piaget ha sido denominada “epistemología genética”, porque estudió el origen y desarrollo de las capacidades cognitivas desde su base orgánica, biológica, genética, encontrando que cada [individuo](#) se desarrolla a su propio ritmo. En ella describe el curso del desarrollo cognitivo desde la fase

del recién nacido, donde predominan los mecanismos reflejos, hasta la etapa adulta caracterizada por procesos conscientes de comportamiento regulado.

En el desarrollo genético del individuo se identifican y diferencian periodos del desarrollo intelectual, tales como el periodo sensorio-motriz, el de operaciones concretas y el de las operaciones formales. Consideró al pensamiento y a la inteligencia como procesos cognitivos que tienen su base en un substrato orgánico-biológico determinado que va desarrollándose en forma paralela con la maduración y el crecimiento biológico.

Para Piaget el desarrollo cognitivo se desarrolla a partir de dos funciones denominadas asimilación y acomodación, que son básicas para la adaptación del organismo a su ambiente. Esta adaptación se entiende como un esfuerzo

cognoscitivo del individuo para encontrar un equilibrio entre él mismo y su ambiente.

-Asimilación: Corresponde al propio desarrollo cognitivo, como un proceso adaptativo, el cual incluye maduración biológica, experiencia, transmisión social y equilibrio cognitivo.

-Acomodación: se limita a la adquisición de nuevas respuestas para situaciones específicas o a la adquisición de nuevas estructuras para determinadas operaciones mentales específicas.

Estos mecanismos de asimilación y acomodación conforman unidades de estructuras cognoscitivas que Piaget denomina esquemas. Estos esquemas son representaciones interiorizadas de cierta clase de acciones o ejecuciones, como cuando se realiza algo mentalmente sin realizar la acción.

Puede decirse que el esquema constituye un [plan](#) cognoscitivo que establece la secuencia de pasos que conducen a la solución de un problema.

El desarrollo cognitivo, en resumen, ocurre a partir de la reestructuración de las estructuras cognitivas internas del aprendiz, de sus esquemas y estructuras mentales, de tal forma que al final de un proceso de aprendizaje deben aparecer nuevos esquemas y estructuras como una nueva forma de equilibrio.

Corriente Cognitivo Conductual

El fundador fue Albert Ellis, con ella enseñó a utilizar las técnicas conductuales para controlar pensamientos y acciones.

Las personas actuamos a raíz de un suceso (externo o interno), ante el cual se desencadenan pensamientos y sentimientos. Estos pensamientos y sentimientos nos llevan a actuar de una manera o de otra, en función de las consecuencias que tenga ese suceso para uno mismo, de esta forma investiga diversos trastornos, tales como: depresión, adicciones, ansiedad, trastorno de angustia, agorafobia,

fobia social, disfunciones sexuales, violencia, ira, inhibiciones, conflictos de pareja y otros.

La corriente cognitivo conductual se enfoca en los comportamientos observables de la persona. De allí su nombre, ya que se centra en la conducta manifiesta. Esta corriente concibe al ser humano integrado por tres niveles: el fisiológico (sentimientos o emociones), el motor (lo que hacemos físicamente) y el cognitivo (pensamiento), es decir, lo que siente, lo que hace y lo que piensa está regida por una serie de principios de aprendizaje. Estos son:

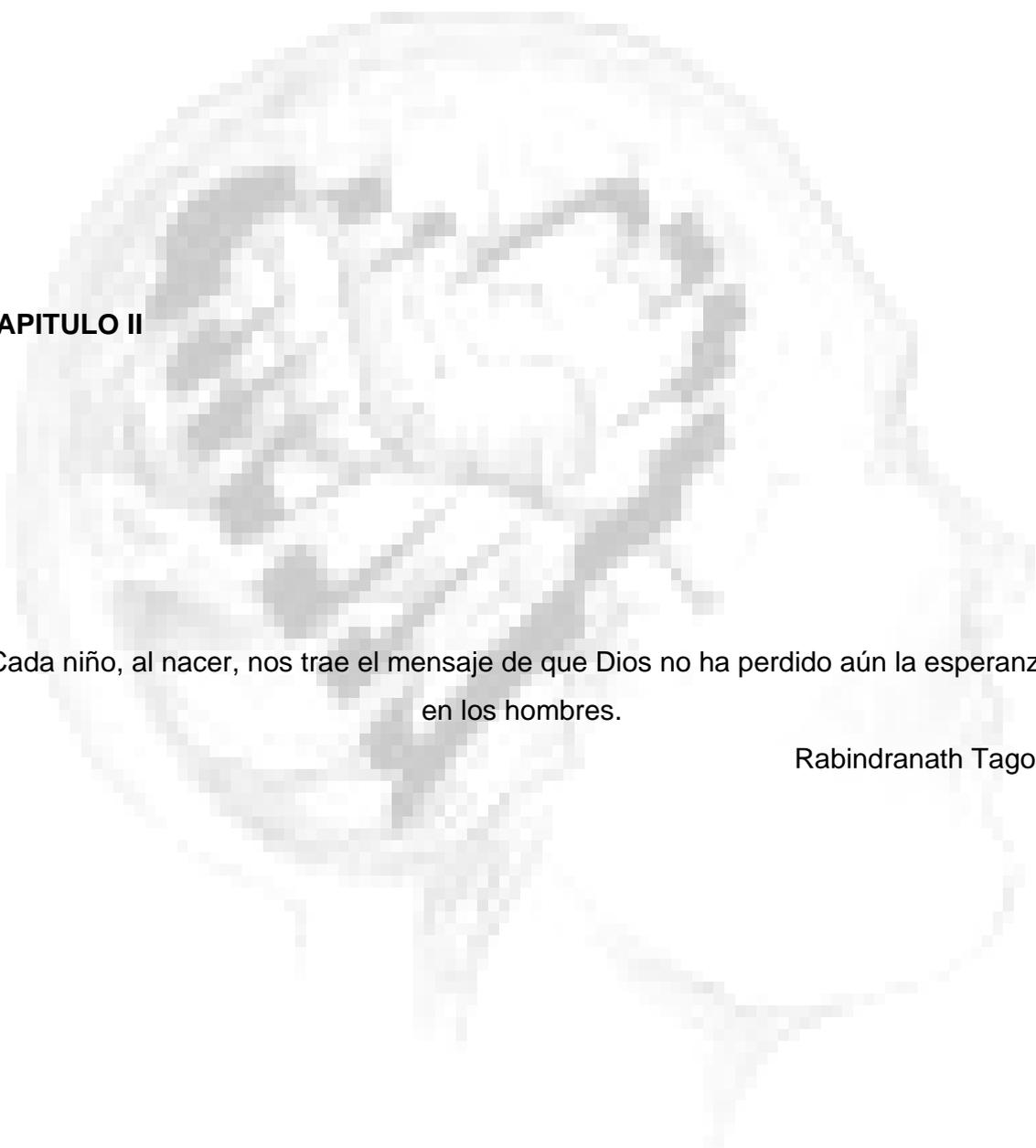
- **El principio de la economía:** Hacemos aquello que nos merece la pena hacer. Hacemos lo que nos va a reportar mayor beneficio con menor coste.
- **El principio del optimismo:** Al tomar una decisión siempre esperamos que las consecuencias sean lo mejor posible para nosotros.
- **El principio radical del bienestar:** "En cada situación vital, en el momento de tomar una decisión sobre qué respuesta emitir, todo individuo actúa individualmente, de forma que quede asegurado su bienestar" (E.M.García Pérez, 1996).

También hay que tener en cuenta otros aspectos importantes desde el marco teórico cognitivo-conductual, que son:

- **El moldeamiento:** Las personas aprendemos poco a poco, a veces a un ritmo que a otro pudiera parecer ridículo.
- **El entrenamiento:** Para que aparezca una conducta determinada es necesario practicarla una y otra vez y obtener por esa práctica consecuencias positivas para el que practica.
- **Cuanto antes llegue un beneficio,** mejor funciona para establecer una conducta; y en niños mucho más que en adultos.

- "Cultiva un pensamiento positivo y tendrás una conducta adecuada, repite una conducta adecuada y tendrás un hábito agradable, practica un hábito agradable y tendrás un ser humano auténtico" (Albert Ellis)
- **Toda conducta es funcional**; es decir, es para obtener algo agradable o para huir de algo desagradable.

De esta forma tanto la corriente Cognitivo Conductual como la Teoría de la Inteligencia Emocional se ven vinculadas en el desarrollo de las emociones.



CAPITULO II

Cada niño, al nacer, nos trae el mensaje de que Dios no ha perdido aún la esperanza en los hombres.

Rabindranath Tagora.

1. CARACTERÍSTICAS DEL NIÑO (A) ESCOLAR

Los primeros años de vida serán cruciales en la existencia de un individuo, el cual dependerá de manera radical del entorno afectivo al que pertenece. Este contexto está constituido por los padres, quienes se responsabilizan de la crianza y cuidados tanto físicos como psíquicos, los cuales marcarán diferencias fundamentales. La madurez psicológica que alcance el niño en cada etapa evolutiva se encuentra en directa proporción con el modo en que recibe cariño, cuidados, enseñanza de hábitos, correcciones, etc.

El ser humano desde que nace hasta que envejece pasa por ciertos periodos que al ir concluyéndolos generarán un adecuado desarrollo.

Periodos de la vida del hombre según algunos autores:

- a.-) Prenatal
- b.-) Etapa primeros pasos
- c.-) Primera infancia
- d.-) Infancia intermedia
- e.-) Adolescencia
- f.-) Edad adulta temprana
- g.-) Edad adulta intermedia
- h.-) Edad adulta tardía

El desarrollo humano es un proceso complejo y por eso se le ha dividido en cuatro dimensiones para su mejor estudio: desarrollo físico, cognitivo, emocional y social.

2.1 Desarrollo Físico

Son los cambios estructurales que se dan en los seres humanos, tomando en cuenta solo la talla y el peso. Se incluyen aquí los cambios morfológicos del cerebro y que promueven de acuerdo al medio ambiente de capacidades sensoriales y habilidades motrices, que influyen en el intelecto y en la personalidad.

2.2 Desarrollo Cognoscitivo (Intelectual)

Son los cambios en los procesos intelectuales del pensamiento como: juicio, recuerdo, solución de problemas, aprendizaje, memoria, razonamiento, pensamiento, lenguaje y comunicación. Estos cambios están ligados al desarrollo físico, hereditario y emocional, así como de la experiencia social.

Jean Piaget (1920), divide el desarrollo cognitivo en cuatro periodos importantes:

I° Etapa Sensoriomotora. Edad: 0-24 meses.

La conducta del niño es esencialmente motora, no hay representación interna de los acontecimientos externos, ni piensa mediante conceptos.

- a. Estadio de los mecanismos reflejos congénitos.
- b. Estadio de las reacciones circulares primarias
- c. Estadio de las reacciones circulares secundarias
- d. Estadio de la coordinación de los esquemas de conducta previos.
- e. Estadio de los nuevos descubrimientos por experimentación.
- f. Estadio de las nuevas representaciones mentales.

II° Etapa Preoperacional. Edad: 2 - 7 años.

Es la etapa del pensamiento y la del lenguaje que gradúa su capacidad de pensar simbólicamente, imita objetos de conducta, juegos simbólicos, dibujos, imágenes mentales y el desarrollo del lenguaje hablado.

- a. Estadio preconceptual.
- b. Estadio intuitivo.

III° Etapa de las Operaciones Concretas. Edad: 7 – 11 años.

Los procesos de razonamiento se vuelen lógicos y pueden aplicarse a problemas concretos o reales. En el aspecto social, el niño ahora se convierte en un ser verdaderamente social y en esta etapa aparecen los esquemas lógicos de seriación, ordenamiento mental de conjuntos y clasificación de los conceptos de casualidad, espacio, tiempo y velocidad.

IV° Etapa de las Operaciones Formales. Edad: 11 años en adelante.

En esta etapa el adolescente logra la abstracción sobre conocimientos concretos observados que le permiten emplear el razonamiento lógico inductivo y deductivo.

Desarrolla sentimientos idealistas y se logra formación continua de la personalidad, hay un mayor desarrollo de los conceptos morales.

2.3 Desarrollo Afectivo o emocional.

Se refiere al desarrollo del apego, la confianza, la seguridad, el amor y el afecto, así como de emociones, sentimientos y temperamentos. Incluye el desarrollo del concepto de uno mismo, autonomía, problemas como el estrés, perturbaciones emocionales y la conducta de representación.

De acuerdo a ciertos autores los efectos cognitivos y emocionales provocados por las experiencias tempranas en los individuos se generaron por el “apego” , que se caracteriza por ser un sistema interno autogenerado e instintivo que le permite sobrevivir a la persona. Este sistema posibilita que las conductas de apego por ejemplo, llanto, búsqueda de proximidad, etc, se organicen de manera flexible. De esta manera, se han distinguido distintos tipos de “patrones de apego”:

- a) Patrón de apego seguro
- b) Patrón de apego inseguro-evitante
- c) Patrón de apego inseguro-ambivalente
- d) Patrón de apego inseguro-desorganizado.

En general, los niños con apego seguro son más saludables en sus expresiones emocionales, en las relaciones sociales con sus padres y en la adquisición y dominio del lenguaje. Su autoestima es mejor desarrollada, a diferencia de un niño con apego inseguro-desorganizado, el cual tenderá a presentar problemas sociales en el colegio, u otras dificultades que puedan requerir de ayuda profesional (psicológica y/o psiquiátrica).

2.4 Desarrollo Social y de la Personalidad

Lo forman la maduración biológica, la comprensión cognoscitiva, reacciones emocionales y los procesos de socialización, desarrollo moral, relaciones con los padres y los miembros de la familia.

La habilidad de relacionarse bien con los demás es la capacidad emocional que más contribuye al sentido del éxito y satisfacción. Es muy importante que los niños aprendan a reconocer, interpretar, y responder apropiadamente a las situaciones sociales. Es necesario que desde pequeños aprendan a conciliar las propias necesidades y expectativas con las de los demás.

Los niños que han sido expuestos a mostrar más empatía, son solidarios y menos agresivos. Se le debe de incluir desde una pequeña edad en actividades comunitarias que vayan hacia el bien común, hablar con ellos sobre temas sociales que preocupan, generar alternativas de ayuda para llevarlas a la práctica.

Amplias investigaciones comprueban que la falta de comunicación es un problema grave en nuestra sociedad y es originaria de muchos conflictos personales, grupales y laborales.

Cuando un niño vive rodeado de estos patrones, le será muy fácil desarrollarlos él mismo. Por eso es muy importante que los padres comiencen con evaluarse a sí mismos, que tanto están mostrando estas capacidades.

Los siguientes factores contribuyen a la adaptación de los niños:

- a. **La personalidad del niño:** tienden a ser suficientemente flexibles como para enfrentar las circunstancias, el tener pensamientos positivos, ser amigables, sensibles a los problemas de otras personas e independientes.
- b. **La familia del niño:** poseen buena relación, son un apoyo emocional, si no existiera alguno de los dos padres, es probable que establezca vínculos afectivos con otro adulto que este interesado, con el que puede confiar y cuidar.
- c. **Experiencias de aprendizaje:** han tenido experiencia en la solución de problemas sociales, han visto cómo sus padres y hermanos enfrentan las épocas difíciles, como asumen y hallan solución.

Personalidad

Es la forma en cómo cada persona se relaciona con el mundo y expresa sus sentimientos.

Erickson, elaboró una Teoría del desarrollo de la personalidad a la que denominó "Teoría psicosocial". En ella describe ocho etapas del ciclo vital o estadios psicosociales, es decir, son crisis o conflictos que se van generando en el desarrollo de la vida, por las que se enfrenta el hombre. Cada etapa hace referencia a dos resultados opuestos, uno adaptativo y otro desadaptativo, estas son:

a.) **Confianza-Desconfianza (0 a 1 año).** Depende de la relación con la madre.

b.) **Autonomía-Vergüenza y duda (1 a 2 años).** Consciencia de sí como ser independiente de los padres. Se basa en el desarrollo cognitivo y músculo motor. Surge un mayor deseo de hacer todo por sí mismo. Los fracasos y el ridículo al que otros lo someten puede generar duda y vergüenza. Las exigencias excesivas también pueden generar dicho sentimiento, o bien un voluntarismo extremo.

c.) **Iniciativa-Culpa (3 a los 5 años).** El rápido desarrollo físico, intelectual y social motivan a probar sus habilidades y capacidades. Es favorable estimular la actividad y la curiosidad. Si los padres reaccionan negativamente a las preguntas de los niños, generaran culpabilidad.

d.) **Industria-Inferioridad (6 a los 11 años).** **Por el tipo de tema a tratar me enfocaré en esta etapa ya que está enfocado en el desarrollo de los niños de edad escolar.**

Desde los seis años hasta la pubertad, los niños comienzan a desarrollar una sensación de orgullo en sus logros. Inician proyectos, los siguen hasta terminarlos, y se sienten bien por lo que han alcanzado. Si se le anima y refuerza por su iniciativa, comenzaran a sentirse trabajadores y tendrán confianza en su capacidad para alcanzar meta. Sin embargo, el no animar y restringir todas las actividades mencionadas pueden generar que los menores comiencen a sentirse inferiores, llegando a dudar de sus propias capacidades, por lo tanto, es posible que no alcancen a desarrollar de manera óptima todo su potencial. También muestran mayor interés por el funcionamiento de las cosas que los llevan a buscar reglas de funcionamiento

mecánico, a ello se suman los propios esfuerzos para hacer funcionar las cosas físicas. Si llega a estar rodeado de comparaciones desfavorables, éstas lo pueden llevar a los fracasos, contribuyendo de manera muy importante a la generación de sentimientos de inferioridad.

e.) **Identidad-Confusión de roles (12 a 19 años).** En esta etapa los niños se están volviendo más independientes, y comienzan a mirar el futuro en términos de carrera, relaciones, familias, vivienda, etc. Durante este período, exploran las posibilidades y comienzan a formar su propia identidad basándose en el resultado de sus exploraciones. Este sentido de quiénes son puede verse obstaculizado, lo que da lugar a una sensación de confusión sobre sí mismo y su papel en el mundo.

f.) **Intimidad-Aislamiento (etapa joven de la vida adulta de 20 a 30 años).** En esta etapa las personas comienzan a relacionarse más íntimamente con los demás, se buscan compromisos más largos con alguien que no es un miembro de la familia. Completar con acierto esta etapa puede conducir a relaciones satisfactorias y aporta una sensación de compromiso, seguridad, y preocupación por el otro. Erikson atribuye dos virtudes importantes a la persona que ha enfrentado con éxito al problema de la intimidad: afiliación (formación de amistades) y amor (interés profundo en otra persona).

Evitar la intimidad, temiendo el compromiso y las relaciones, puede conducir al aislamiento, a la soledad, y a veces a la depresión.

g.) **Generatividad-Estancamiento (vida adulta de 40 a 50 años).** En esta etapa las personas establecen sus carreras, forman familias y experimentan la sensación de ser parte de algo más amplio. El mayor objetivo es tener un trabajo productivo, que permita aportar algo a la sociedad, si no se alcanza las expectativas la persona se sentirá estancada, apática, cansada y no productiva. Sentirá que la vida es monótona y vacía.

h.) **Integridad-Desesperación (la vejez de 60 años en adelante).** En esta etapa la persona ha alcanzado sus logros y puede desarrollar integridad si considera que ha llevado una vida acertada. Si la vida la ve improductiva se generará sentimientos de

culpabilidad por las acciones pasadas, se genera la desesperación dando lugar a la depresión.



CAPITULO III

El principio de la educación es predicar con el ejemplo.

Ibrogot.

3. RELACION PADRES E HIJOS

“Los lazos entre padres e hijos es lo que permite el crecimiento personal, genera estabilidad y confianza que ayuda a formar el carácter, es por esto que los padres deben involucrarse en las actividades para así poder comprenderlos y orientarlos. Es importante que estén al tanto de lo que quieren o les gusta, de sus problemas o conflictos porque el hecho de involucrarse en sus actividades logran una mejor comunicación entre ambas partes”. (MarLo, R, 2009).

3.1 La Familia

Es cualquier grupo de personas unidas por los vínculos del matrimonio, sanguíneo, adopción o cualquier relación sexual expresiva, en la que las personas comparten un compromiso en una relación íntima e interpersonal, los miembros consideran su identidad como apegada de modo importante al grupo. (Rice, 1990).

Horace Bushnell (1888), afirmaba que la familia es como un grupo social, influye en la vida y el carácter de los niños. “El niño no sólo debe ser equipado con emociones gentiles hacia lo que es correcto, sino que debe amar y recibirlo como una fuerza vital y formativa”.

Dentro de la familia existen tres elementos que permitirá el desarrollo de los menores, estos son: ambiente, valores y normas.

1.) Valores

Parte importante de las familias son los valores ya que conforman al ser humano, involucran sentimientos y emociones, se definen como ideas, creencias y pensamientos, cobran sentido a través de la interiorización que hace la persona por medio de la identificación con su grupo social, no son permanentes porque se van modificando en torno a las etapas de desarrollo que atraviesa el ser humano.

La sociedad es la encargada de aprobar o no los sistemas de normas y valores.

El valor es universal, dinámico, cambiante y subjetivo, es el motor que impulsa a pensar, actuar y a decidir, dando una explicación y coherencia a la vida de la persona. (Ortega y Mínguez; op. Cit).

2.) Normas

Son aquellas expectativas que tiene la persona de otros, las cuales son compartidas por él mismo en el contexto que se desarrolla, es decir, las personas esperan que los demás se comporten de acuerdo a su sistema valorativo y normativo, al mismo tiempo observa cómo los demás se comportan en una situación, siendo ellos mismo participes también de dicha situación.

3.) Ambiente familiar

Brindar un ambiente propicio genera en los niños un desarrollo de la inteligencia emocional, el cual le permitirá enfrentarse a los retos que la vida le depara. El niño, va creciendo y formando su personalidad dentro del ambiente familiar, que es el principal factor que influye en la formación de la misma, pero, la personalidad de cada uno, no sólo se forma a través de la familia, sino también, con lo que ésta cree que los demás piensan de ella y con lo que piensa de sí misma, al salir de este ambiente y relacionarse con personas de otro grupo diferente.

Es importante no olvidar los siguientes factores que forman parte del desarrollo emocional de cada niño(a):

- **Aceptación.** Acepte a sus hijos como son. Todos los hijos son diferentes y presentan fortalezas y debilidades; áreas muy positivas de su personalidad y áreas que requieren mucha mejoría. Pero eso es lo que los hace únicos y especiales. Evite las comparaciones entre los hermanos, parientes o amigos. Acepte el hecho de que los hijos son diferentes entre ellos y son diferentes a uno mismo.

- **Aprecio.** Expresar su aprecio muy seguido: física y verbalmente. Dígaselos con palabras y demuéstrelas con abrazos, palmadas, y en general cualquier contacto físico. Además planee detalles que demuestren su aprecio. Elogie a su hijo por las conductas adecuadas, sea preciso, sincero y evite la adulación excesiva. El aprecio hará que su hijo se sienta valorado,

reconocido, importante, seguro de sí mismo, único, y motivado para seguir adelante.

- **Atención.** Para un ambiente propicio se requiere dar atención de calidad y en forma constante. Esto podría significar dejar de hacer lo que estamos haciendo para escuchar, mirar, y estar en la posición de completa recepción en las cuestiones que atañen a nuestros hijos. Hay que evitar dar más atención cuando existe una mala conducta pues con ello los niños aprenderán que así es como reciben más atención. Y si esa es la manera en que reciben la atención pues no dudarán en repetir las malas conductas. Todos necesitamos de atención y si no la obtenemos de una manera sana, de todas maneras buscaremos la manera de obtenerla. Demostrar interés por lo que los niños están haciendo, participando en la actividad, describiendo lo que ve. Una buena práctica es dedicarle a cada niño en particular unos minutos diarios a solas por las noches. Deje ese momento para que expresen sus pensamientos, sentimientos, compartan experiencias y para que usted solamente escuche y se entere. No haga preguntas, ni dé órdenes, no aproveche ese momento para regañar, ni para que usted hable, solamente contemple a su hijo expresarse y conózcalo.
- **Amor.** Establezca lazos de amor incondicional. Que su amor esté ligado a lo que el niño es y no a lo que el niño hace. Separe conductas de personas y así podrá corregir y sentirse enojado contra alguna conducta inapropiada pero siempre valorando y mostrando amor y respeto por la persona.

Otro factor importante que desarrollan los niños dentro del ambiente familiar es la autoestima. Según su personalidad, estado sentimental y emocional, pueden manifestarla de diferentes maneras, influyendo de forma positiva o negativa en su formación.

La autoestima es el sentimiento valorativo de nuestro ser, de nuestra manera de ser, de quienes somos nosotros, del conjunto de rasgos corporales, mentales y espirituales que forman nuestra personalidad. Esta se aprende, cambia y la podemos mejorar.

Es a partir de los 5-6 años cuando empezamos a formarnos un concepto de cómo nos ven nuestros mayores (padres, maestros), compañeros, amigos, etcétera y las experiencias que vamos adquiriendo.

Según como se encuentre nuestra autoestima, ésta es responsable de muchos fracasos y éxitos, ya que una autoestima adecuada, vinculada a un concepto positivo de sí mismo, potenciara la capacidad de las personas para desarrollar sus habilidades y aumentará el nivel de seguridad personal, mientras que una autoestima baja enfocará a la persona hacia la derrota y el fracaso.

Baja Autoestima

Todos tenemos en el interior sentimientos no resueltos, aunque no siempre seamos conscientes de estos. Los sentimientos ocultos de dolor suelen convertirse en enojo, y con el tiempo volvemos el enojo contra nosotros mismos, dando así lugar a la depresión. Estos sentimientos pueden asumir muchas formas: odiarnos a nosotros mismos, ataques de ansiedad, repentinos cambios de humor, culpas, reacciones exageradas, hipersensibilidad, encontrar el lado negativo en situaciones positivas o sentirse impotentes y autodestructivos.

Cuando una persona no logra ser auténtica se le originan los mayores sufrimientos, tales como, enfermedades psicológicas, la depresión, las neurosis y ciertos rasgos que pueden no llegar a ser patológicos, pero, crean una serie de insatisfacciones y situaciones de dolor, como por ejemplo, timidez, vergüenza, temores, trastornos psicosomáticos.

La autoestima es importante porque es nuestra manera de percibirnos y valorarnos como así también moldea nuestras vidas. Una persona que no tiene confianza en sí misma, ni en sus propias posibilidades, puede que sea por experiencias que así se lo han hecho sentir o por mensajes de confirmación o desconfirmación que son transmitidos por personas importantes en la vida de ésta, que la alientan o la denigran.

Otra de las causas por las cuales las personas llegan a desvalorizarse, es por la comparación con los demás, destacando de éstos las virtudes en las que son superiores, por ejemplo: sienten que no llegan a los rendimientos que otros alcanzan; creen que su existencia no tiene una finalidad, un sentido y se sienten

incapaces de otorgárselo; sus seres significativos los descalifican y la existencia se reduce a la de un ser casi sin ser. No llegan a comprender que todas las personas son diferentes, únicas e irrepetibles, por lo que se consideran menos que los demás.

¿Cómo sanar la autoestima herida en la infancia?

Se puede ir reemplazando las viejas ideas que construimos por otras. Repetir estas afirmaciones con frecuencia es manera de comunicarnos con nosotros mismos, de ayudarnos a adquirir seguridad y tener presentes nuestros derechos:

- ✓ Realizo mis elecciones y acciones con responsabilidad y sin temor.
- ✓ Solo yo decido el modo como utilizo mi tiempo, pongo límites a quienes no respetan esto, hago acuerdos para combinar mi tiempo con el de otros sin someterme.
- ✓ Me aplico a mi trabajo con responsabilidad, pero, si algo no va bien, no es porque yo sea un fracaso sino que todavía tengo que aprender más.
- ✓ Me hago responsable del modo cómo trato a los demás y evito repetir lo que a mí me hizo sufrir.
- ✓ Tengo confianza en poder resolverlo mejor posible cualquier situación.
- ✓ Aprendo a comunicar mis sentimientos y respeto los de otros.
- ✓ Cambio mis opiniones sin temor si me doy cuenta que no eran correctas.
- ✓ Soy una persona valiosa, capaz, creativa y estoy abierta para cambiar todos los aspectos de mi vida.

Si una persona tiende a valorarse de esta manera se transforma en guía de su propia vida y está protegido contra culpas irracionales, de creerse incapaz, de sentirse mal o inútil y de tener que complacer para ser aceptada.

La autoestima y la comunicación están muy relacionadas, porque según como se diga algo, el efecto será positivo o negativo, de aprendizaje o de resentimiento, que se transmite desde la infancia hacia el futuro. Por esta razón, se entiende que los padres y madres que dañan la autoestima de sus hijos no siempre lo hacen intencionalmente, ya que ellos fueron educados del mismo modo.

3.2 Padres, patrón y tipo de crianza

Modelos de paternidad

Son estilos de comportamiento que utilizan los padres para que sus hijos reaccionen como ellos desean, este tipo de crianza influye en el desarrollo de la personalidad. Estas maneras pueden ser:

a.) Mártires: controlan al niño haciéndolo responsable de su sufrimiento y culpable por todo lo que pueda querer o hacer que no le caiga bien a estos mártires, a quienes nada les viene bien, y recurre a las quejas, los reproches, las lagrima, las amenazas de que les va a dar una ataque, etcétera. Ejemplo:

- Ves como me sacrifico por vos y no te importa.
- Dejé todo para criarte y me lo pagas haciendo eso.
- ¿En que nos equivocamos que nos haces estas cosas?.

b.) Los dictadores: controlan al niño o la niña atemorizándolos cuando hacen algo no autorizado, son estrictos y amenazantes para que obedezcan y todo los enfurece. Condenado de manera inapelable al niño, con burlas, gritos, despliegue de poder y dominación. Ejemplo:

- Como puedes ser tan estúpido/a, como no te das cuenta de las cosas.
- Te avisé y ahora vas a ver lo que te pasa por no obedecer.
- Yo no tengo que darte explicaciones, lo haces porque te lo ordeno y punto.

A veces estos roles (mártir y dictador) se combinan, se alternan y agregan mas confusión a los niños porque también van acompañados con demandas o manifestaciones de cariño. Y si un hijo llega a quejarse, a llorar o a reclamar por el trato que recibe puede volver a ser juzgado, culpado y descalificado.

Ninguna forma de maltrato es educativa y ningún mensaje o comunicación que culpabiliza, critica, acusa, insulta o reprocha es un buen estímulo para nadie. Y menos en la infancia, cuando no hay posibilidades de defenderse, protegerse o entender que es la impotencia y el desconocimiento de otras formas de trato lo que lleva a los padres y madres a asumir ese papel de "mártir o de dictador."

Es necesario entender que no podemos hacernos cargo toda la vida de los problemas que amargaron o hicieron de nuestros padres y madres personas mártires o dictadores. Basta con empezar a investigar de que manera nos afectaron esas actitudes, para comenzar a liberarnos de sus efectos y no repetir nada de esto con los propios hijos e hijas, con nuestros alumnos, con cualquiera de nuestros chicos o chicas que puedan estar a nuestro cuidado.

c.) Autoritario, les gusta la obediencia, utilizan la fuerza y la disciplina severa para poner freno a la voluntad de los niños, los mantienen subordinados , restringen su autonomía y desalientan. Este tipo de paternidad produce alejamiento, crea niños temerosos, irritables, poco asertivos, taciturnos, hostiles, malhumorados y agresivos.

d.) Permisivo, no ponen restricción, son protectores y moderadamente cariñosos, aceptan los impulsos y acciones sin tratar de moldear la conducta como una forma de evitar la responsabilidad de sus hijos. Los niños se hacen rebeldes, autoindulgentes, agresivos, impulsivos y socialmente ineptos.

La falta de disciplina en el hogar está asociada con agresión social, que a su vez se vincula al rechazo de los compañeros. (Travillion y Zinder, 1993)

e.) Autoritativo o Democrático, tratan de dirigir las actividades de sus hijos de manera racional, fomentando la discusión, pero , a la vez ejerce control cuando el niño desobedece, sin ser estrictos. Son firmes y razonables, formadores y cariñosos. Reconocen las necesidades e intereses individuales de sus hijos, pero, establecen normas de conducta. Los niños tiene mejor control, más seguridad y confianza en sí mismos, y su competencia social es mayor. (Denovan, Leavitt y Walsh, 1990)

Tipo de Crianza

Se refiere a los tipos de familia que se forman por una o dos personas sin importar el sexo o el estado civil.

a) Familia con un solo padre, está formada por el padre o a la madre (que puede haber estado casado o no).

b) Familia encabezada por un padre, no sufren de pobreza, les preocupa no pasar suficiente tiempo con sus hijos. Parte de su estrés es porque se ven obligados a cambiar su círculo de amistades y a reconstruir su vida social. (Greif, 1988)

c) Familia encabezada por una madre, sufren de pobreza, disponen de menos tiempo para preparar los alimentos, desatienden el cuidado físico y emocional de los niños. Diversos estudios han demostrado que después del divorcio, las madres que retienen la custodia tienen más problemas para comunicarse y no demuestran afecto. Suelen sentir que tiene que sobrecompensar la ausencia del padre, y esto la lleva a ser sobreindulgente y sobreprotectora con sus hijos, con lo cual, termina emocionalmente tensionada y al borde del colapso.

d) Abuelos, se desarrollan apegos emocionales, ayudan a los niños a sentirse amados y seguros, a conocer, confiar y comprender a otra gente. (Smith, 1989)

e) Familiar nuclear, la conforman un padre, una madre y los hijos.

f) Familia adoptiva, la conforman padres sustitutos que no siempre poseen lazos parentales.

g) Familia extensa, consta de una familia nuclear los hijos y otros familiares que viven con ellos en la misma casa, por ejemplo abuelos, tíos, primos.

h) Familia mixta o reconstituida, está formada por una persona viuda o divorciada, con o sin hijos, que contrae nuevas nupcias con otra persona que pudo haber estado o no casado(a). Si ambos tiene hijos de su primer matrimonio, se formara una familia compuesta.

i) Familia binuclear, esta dividida en dos por el divorcio. Son dos familias nucleares. Incluye a los niños que se hayan tenido del primer matrimonio. La nueva familia la encabeza un padre o los dos padres si los anteriores esposos vuelven a casarse.

j) Familia comunal, consiste en un grupo de personas que viven juntas y comparten diversos aspectos de sus vidas.

k) Familia homosexual, está formada por adultos del mismo sexo que viven juntos con sus hijos, comparten la expresión y el compromiso sexual.

l) Familia Cohabitante, consta de dos personas del sexo opuesto que viven juntas, con o sin hijos, comparten la expresión y compromiso sexual sin que se haya formado el matrimonio legal.

Cuando el padre o la madre deciden volver a tener una pareja, el niño puede sentir que está trayendo a casa personas extrañas para que ocupen el lugar del padre o madre “perdido”, en consecuencia sentirá rencor hacia esas amistades o la aceptará simplemente porque necesita relacionarse con personas del mismo sexo ausente. Se debe de comprender que una persona que ingrese de este modo a la vida del niño será considerada como un reemplazante del padre ausente. La reacción del niño(s) o niña(s) depende en gran medida de sus sentimientos hacia el padre ausente, y no tanto de lo que pueda sentir por esa nueva persona.

Hay que actuar con discreción cuando comenzamos una nueva relación, porque lo usual es que esta situación provoque resentimientos. Cuando las citas se hacen habituales, el niño no sólo debe hacer frente a la existencia de un sustituto del padre con quien vive, sale a divertirse y lo deje solo constantemente. En el niño esto le puede comenzar a crearle problemas y actuará con tanta rebeldía para obligar a que se le preste más atención, incluso en el caso en que el niño tenga una buena relación y gran necesidad del padre sustituto, es común que sus celos sean muy intensos.

Cuando una madre divorciada con niños pequeños, comienza una relación y a los hijos no les gusta la nueva pareja, es común que los niños sean ingenuamente ofensivos cuando algo no les place. A los ojos del niño, el padre sigue desempeñando un rol en la familia, y la presencia de otro hombre lo hace reaccionar, “defendiendo el terreno”. En estos casos es necesario hablar con los niños sobre lo que están sintiendo, hacerles saber que esos sentimientos son muy normales, y hay que ayudarles a comprender que no es la nueva pareja quien les disgusta, sino toda la situación.

Pedirles colaboración en lo que se refiere a la hospitalidad y cortesía para con todas las visitas que se reciban.

Una discusión abierta y franca, que ofrezca a sus hijos la oportunidad de expresar sus sentimientos y, al mismo tiempo, que los haga sentirse comprendidos y aceptados, puede solucionar el problema o no. En tal caso, los padres se deberán mostrar más firmes.

"Las personas con habilidades emocionales bien desarrolladas tienen más probabilidades de sentirse satisfechas y ser eficaces en su vida, y de dominar los hábitos mentales que favorezcan su propia productividad; las personas que no pueden poner cierto orden en su vida emocional libran batallas interiores que sabotean su capacidad de concentrarse en el trabajo y pensar con claridad". (Dr. Daniel Goleman).

Después del divorcio, la madre, al no tener pareja, tiende a transformar la relación con sus hijos en lo más importante de su vida, Se dedica de lleno a su crianza, y estos, a su vez, se vuelven cada vez más dependientes de su atención. Se va estableciendo una especie de tácito acuerdo de tipo "tú satisfaces mis necesidades y yo satisfago las tuyas".

A la madre le resulta difícil desprenderse de la relación prioritaria que estableció con sus hijos después del divorcio, y pasar a establecer una relación prioritaria con una nueva relación o a un nuevo esposo. El resultado suele ser que el padrastro se sienta ajeno al grupo madre-hijos, como si estuviera fuera de lugar.

En muchas ocasiones el padrastro tiene que pasar de su rol de satelital al de padre, con la cuota de autoridad que el mismo implica, cosa que deriva en preocupación, confusión e incluso enojo para todos los involucrados. El padrastro intenta imponer disciplina, y los niños van corriendo a quejarse a la madre de que él es el "malo". La madre responde con una actitud protectora para con sus hijos, acusando a su marido de sobre-reaccionar o de estar "celoso" de los chicos. Y así sucesivamente, en una interminable cadena de conflictos.

Todo eso puede evitarse, o al menos minimizarse, si la nueva pareja tiene en cuenta dos cosas fundamentales:

1. El matrimonio tiene que ser la relación más importante de la familia, y el hecho de que uno de los integrantes de la pareja sea el padrastro (o la madrastra) de los chicos, no modifica esta premisa.

2. El padrastro (o la madrastra) tiene que asumir la misma autoridad que corresponde a un padre o a una madre natural. Esto implica, por supuesto, que la madre (o el padre) natural de los chicos tiene que estar dispuesto/a a compartir su autoridad con su nueva pareja, en un plano de absoluta igualdad. Jonh K. Rosemond

3.3 Problemas que afectan el desarrollo en los niños

Existen padres, madres, docentes o cuidadores que humillan, desprecian, no prestan atención, se burlan o se ríen del niño/a cuando pide ayuda, siente dolor, tiene un pequeño accidente, necesita que lo defiendan, expresan miedo, piden compañía, buscan protección, tiene vergüenza, etc. Estas actitudes pueden ir acompañadas de otras actitudes totalmente opuesta, es decir, actitudes buenas que remplazan los golpes, de esta forma le hacen creer al niño que es "querido y bonito" creándole una gran confusión y una identidad falsa, la cual trae como consecuencia una mala formación y desarrollo de sus capacidades.

En el momento en que la persona afectada es adulta, transmitirá la humillación o el maltrato a personas más pequeñas o vulnerables. Es una cadena hereditaria de abuso y poder, ya que el desprecio y la vergüenza vivida en la infancia son la fuente de los problema que afectan en la vida adulta y los causantes de la baja autoestima.

La principal forma de violencia es el maltrato emocional. Hay muchas maneras para asustar a un niño y hacerlo sentir culpable e intimidado, sin recurrir a la violencia física. El niño o la niña se atormenta con pensamientos y sentimientos que no pueden comunicar ni compartir con nadie y aprenden a soportar el dolor y el silencio.

1. Falta de comunicación

La comunicación y el intercambio de mensajes son permanentes entre los seres humanos. Ésta no es solo lo que hablamos, sino todo lo que hacemos o no hacemos: silencios, posturas, gestos, actitudes, expresiones, tonos de la voz que cambian el sentido de lo que se dice y miradas significativas. Por eso una persona puede manejar la comunicación como un elemento de poder sobre otros, que le permite controlar la relación e influir sobre las personas para obtener las respuestas que desea.

2. Desnutrición

Los niños que no ingieren los suficientes alimentos no permanecen en alerta, es decir, su atención disminuye. Desarrollan bajas habilidades interpersonales y con el tiempo se verá afectada la personalidad.

3. Obesidad

Es el exceso de peso, que se produce por una predisposición hereditaria, por la falta de ejercicio y demasiado alimento. Los niños obesos son menos activos y suelen pasar el tiempo frente al televisor. La mayoría de los padres suelen utilizar la comida como premio a su buen comportamiento y no se dan cuenta del daño físico y psicológico que generan.

4. Conflicto

El conflicto significa ira, odio, traición y pérdida. Nuestros sentimientos, pensamientos, reacciones físicas y conductas en torno al conflicto surgen por las creencias, supuestos y experiencias que nos inculcan nuestros padres durante nuestra niñez.

Solución eficaz de problemas

La solución de problemas está más ligada con la inteligencia emocional y social, que intelectual. Se necesita experiencia, habilidad, autorregulación, y carácter, para poder diariamente tomar decisiones y solucionar problemas.

Los niños aprenden más por el ejemplo que por lo que les decimos, así que, si queremos que nuestros hijos aprendan a solucionar problemas, debemos modelar estas habilidades. Las personas muy inteligentes, no necesariamente son las que toman las mejores soluciones, esto es una habilidad que se puede aprender.

Arnold Goldstein, en su programa para enseñar a los niños competencias sociales, enuncia los siete pasos siguientes para enseñarles a los niños a resolver problemas:

1. Enseñar a los niños la importancia de frenarse para pensar detenidamente las cosas.
2. Enseñar a los niños a identificar y definir el problema.
3. Enseñar a los niños a reunir información desde su propia perspectiva, incluyendo opiniones, hechos, e información.
4. Enseñar a los niños a reunir información desde las perspectivas de otras personas, incluyendo lo que otra gente ve, piensa, y siente.
5. Enseñar a los niños a considerar estrategias alternativas, incluyendo lo que se puede hacer o decir y qué obstáculos pueden anticiparse.
6. Enseñar a los niños a evaluar las consecuencias y los resultados, incluyendo la manera de decidir entre varias elecciones posibles y anticipar qué ocurrirá en respuesta a palabras o acciones específicas.
7. Lograr que los niños practiquen todo el proceso de resolución de problemas, reforzando cada paso individual y alentándolos a persistir hasta alcanzar una solución bien pensada.

Para ejercitar estas habilidades es necesario comenzar por practicar la generación de soluciones múltiples para un problema; continuar con la ponderación de pros y contras de las diferentes alternativas; apoyar en el proceso y dejar que tomen las soluciones. Al guiarlos para que se centren en las soluciones y no en el problema les ayudará en su formación.

En un ambiente familiar que propicie la solución de problemas, en dónde todos intervienen jugando un papel específico, permitiendo el diálogo, respetando las soluciones expuestas, es la mejor manera de ir preparando a los hijos.

Evitarles problemas a los hijos no es sano, ni conveniente, al contrario, hay que permitir que los enfrenten y mejor habrá que ocuparnos en equiparlos para que estén preparados para enfrentar una habilidad que la practicarán todos los días de su vida.

Para ello, los padres:

- ❖ Deben tener visión, dirección y meta.
- ❖ Deben comunicar su liderazgo en forma efectiva.
- ❖ Deben mantener a la familia centrada en las metas.
- ❖ Deben tomar en consideración las necesidades de los demás.
- ❖ Deben apoyar el progreso.

- ❖ Deben esperar el éxito y obtenerlo.

5. Agresividad

Los hijos de padres agresivos aprenden, por imitación, a resolver los conflictos por medio de la violencia. La violencia se origina por la presión en las escuelas, exigiendo resultados, por familias divididas, por la pérdida de valores, el que ambos padres tengan que trabajar, estas circunstancias generan en los niños miedo al fracaso, soledad, decepción, tristeza y rabia.

Los niños agresivos suelen aislarse de su grupo social y detrás de su violencia existe la búsqueda de reconocimiento y de respeto, un reconocimiento negativo es favorable, por lo tanto, el castigo significa atención y respeto.

6. Violencia

Es una manera de comunicar algo que se quiere lograr, por lo general, el dominio de la situación y el control sobre los demás, es también una manera de comunicar lo que le sucede al agresor. Las personas agredidas se sienten impotentes, no conocen otras formas de obtener atención y protagonismo y repiten lo que le hicieron a ellos de chicos. También son incapaces de manifestar sus sentimientos, sus emociones, carecen de habilidad para conversar y lograr acuerdos, en conclusión, tienen un grave problema de comunicación y necesitan imponerse para sentirse poderosos y compensar su baja autoestima.

La violencia en la familia se caracteriza por una o más víctimas y los victimarios, ambos poseen muy baja autoestima, ya que por un lado, la víctima es alguien al que maltratan sin que ésta pueda poner límites y no se da cuenta de que está siendo abusada. Por otro lado, los victimarios compensan lo inferiores que se sienten, maltratando y abusando, en este caso, de un familiar.

Muchas de las heridas emocionales que tiene una persona, producidas en su niñez pueden causarle trastornos psicológicos emocionales y físicos (cáncer, úlceras, hipertensión, trastornos cardíacos y alimentarios, problemas en la piel, depresiones, etc.), produciendo dificultades en la vida de las mismas (conflictos serios en el trabajo, disminución de la energía y de la capacidad creativa, relaciones

matrimoniales desastrosas, no poder hacer o conservar amigos, poco entendimiento con las hijas e hijos).

7. Frustración

Acontecimientos frustrantes desencadenan en las personas la necesidad de golpear algo o incluso a alguien. La baja tolerancia a la frustración es aprendida por los padres que no pueden o no quieren decir “no”, están dispuestos a ceder ante cualquier deseo del niño evitando cualquier dificultad. De esta forma los padres privan a sus hijos de experiencias que le ayudaran a aprender a enfrentarse a un fracaso.

8. Estrés

Se genera por eventos estresantes como la enfermedad, el nacimiento de un hermano, la rivalidad de los hermanos, la frustración y la ausencia temporal de los padres, el divorcio o la muerte de los padres, la hospitalización, falta de dinero, pérdida del hogar, guerras, terremotos y secuestros. Con el tiempo los niños van adquiriendo conciencia de lo que sucede a su alrededor.

9. Ansiedad

Se genera cuando se separa al menor de las personas con quienes creó un vínculo afectivo. Un ejemplo sería el miedo que les genera dejar a la madre cuando ingresan por primera vez al colegio.

10. Depresión

Es un desequilibrio del estado de ánimo. La soledad, la incapacidad de divertirse, la falta de concentración, perturbación del sueño, pérdida de apetito, se quejan de dolencias físicas, se sienten culpables, se muestran tristes y llegan a presentar desórdenes emocionales son señales de depresión.

11. Alcohol y drogas

El mayor problema que se puede generar en las familias es cuando uno de los dos padres depende del alcohol o de las drogas para evitar los problemas de tipo personal, profesional o económico. Los padres dependientes de estas sustancias suelen evitar

las obligaciones, actúan de forma agresiva, a la larga generan daños psicológicos-emocionales en sus hijos.

12. Maltrato Psicológico

Es la acción (o el dejar de actuar) que atenta contra el funcionamiento cognoscitivo, emocional, físico o de comportamiento. Los padres abusivos son irresponsables, suelen aterrorizar, rechazan, aíslan, explotan, degradan, ridiculizan e insultan.

3.4 Padres e hijos emocionalmente inteligentes

Existen tratamientos para los problemas emocionales que llegan a presentar los niños, de acuerdo a su personalidad niño, la voluntad de la familia para participar , recursos económicos y de la orientación del profesional.

Terapias

1.) Psicoterapia Individual, el terapeuta atiende a los niños uno por uno para ayudarles a que aumenten el conocimiento de su propia personalidad y de sus relaciones, para que logren interpretar sus sentimientos y comportamientos.

2.) Terapia Familiar, el terapeuta observa como interactúan los miembros y señala sus patrones de funcionamiento, tanto los que ayudan al crecimiento como los que lo inhiben, al igual que los patrones destructivos.

3.) Terapia del Comportamiento, el terapeuta emplea principios de la teoría del aprendizaje para cambiar la conducta, elimina las indeseables y desarrolla las deseables. Emplea el condicionamiento operante para estimular el comportamiento deseado, cada vez que el niño realice cierta actividad se le premiara con un elogio o regalo.

A través de la terapia los padres pueden confrontar sus propias diferencias y pueden empezar a resolverlas, esto les permitirá resolver los problemas del menor.

TÉCNICAS Y ESTRATEGIAS

Dentro del taller es necesaria la aplicación de ciertas técnicas y estrategias para fortalecer el conocimiento que adquirirán los padres, ya que ambas son un procedimiento de enseñanza-aprendizaje que permite llegar al objetivo principal que es modificar conductas indeseadas.

Las Técnicas son una respuesta a la demanda social del uso más adecuado de los conocimientos sobre la conducta humana para fines didácticos. Es un proceso de enseñanza-aprendizaje que permite encadenar los conocimientos a la práctica, así mismo, permite saber cómo se realiza la acción que se perfecciona con el entrenamiento.

El objetivo de las técnicas es lograr una experiencia de aprendizaje en el que el saber y la teoría estén unidos con la experiencia y la práctica para facilitar el proceso de aprendizaje y provocar estados emocionales positivos que ayuden a desarrollar en el capacitando un estado físico y mental más adecuado.

El manejo de las técnicas permite comprender e interactuar, estimula la sociabilización y la creatividad. Mejora la conducta interna de la persona, esto significa mejorar su capacidad de escuchar y de ver para que mejore su aptitud de decidir, de actuar y de ayudar a los otros, sin embargo, para que el conocimiento teórico sea útil debe pasar de información a saber, para lograrlo es necesario que la persona tenga el deseo de aprender.

Origen y desarrollo de las Técnicas

Kurt Lewin (1946), realizó un trabajo experimental en una asamblea de dirigentes de la comunidad de Connecticut, convocada por la comisión interracial. La asamblea tenía como objetivo encontrar modos más efectivos de enseñanza de habilidades individuales y colectivas requeridas para una vida armoniosa y productiva en la sociedad moderna.

Para que exista un aprendizaje significativo es necesario:

1. Que la conducta sea expuesta.
2. Retroalimentación.
3. Entorno positivo.
4. Los conocimientos como un mapa.
5. Experimentación y práctica.
6. Aprender a aprender.

Existen dos momentos principales en el adecuado manejo de las Técnicas:

1. El momento "aquí y ahora".
2. El momento "allá y entonces".

Procesos de las Técnicas Didácticas

La aplicación de Técnicas involucra un proceso que comprende cinco pasos para que logremos el objetivo deseado:

1. Vivencia.
2. Análisis.
3. Reflexión.
4. Cambio.
5. Compromiso.

Dentro de las técnicas existen dinámicas que permiten fortalecer el aprendizaje, para su aplicación se han dividido por categorías:

a.) CATEGORIA AUTODESCUBRIMIENTO. Dinámicas enfocadas a que la persona tome conciencia de sus características como ser individual.

b.) CATEGORÍA COMUNICACIÓN. Dinámicas que enfatizan las habilidades de comunicación verbal y no-verbal, especialmente en las relaciones interpersonales.

c.) CATEGORIA CREATIVIDAD. Dinámicas dirigidas a desarrollar la creatividad.

d.) CATEGORÍA COMPORTAMIENTO DE GRUPOS. Dinámicas que se enfocan en la forma en que los individuos afectan el funcionamiento de un grupo; así como, la forma en que los grupos se organizan y funcionan para lograr sus objetivos.

e.) CATEGORÍA HABILIDADES GERENCIALES. Dinámicas enfocadas a las diversas habilidades que requiere una persona en el desempeño de funciones de Liderazgo y/o Directivas.

f.) CATEGORIA PROCESO DE INSTRUCCION/APRENDIZAJE. Dinámicas dirigidas a facilitar el proceso de aprendizaje y dinamizar la formación de la comunidad de aprendizaje.

g.) CATEGORÍA DINAMICAS DIVERSAS. Dinámicas diversas aportadas por Organizaciones y personas.

Estrategias

Se consideran como una guía de ciertas acciones que hay que seguir, por lo tanto, son consientes e intencionales, dirigidas a un objetivo realizado con el aprendizaje, es decir, es el plan a seguir.

☺ **Roles tradicionales**

Enseñar a los niños a cocinar, fregar los platos o cuidar a los más pequeños, y pedirle a las niñas que ayuden a arreglar el jardín, llevar llevar las cuentas o mover los muebles. Con estos pequeños gestos comprenderán que ambos pueden realizar todo tipo de actividades. (Will Glennon, 2002).

☺ **Los hombres auténticos saben ser padres**

Los padres deben demostrar a través de sus palabras y sus acciones que las necesidades emocionales de sus hijos son tan importantes como su bienestar físico. Es necesario reajustar los horarios de trabajo y asegurarse de que se tiene tiempo para estar con ellos cuando lo necesiten. (Will Glennon, 2002).

☺ **Dedicar el tiempo**

Reservar un día el cual se volverá una fecha especial para el menor. Si el padre no esta disponible para esa fecha, será necesario que otro familiar masculino lo acompañe. (Will Glennon, 2002).

☺ **Aceptar las lagrimas**

Cuando un niño llora no hay que ignorarlo o humillarlo es mejor darle todo el apoyo. No hay que desanimarse si no quiere hablar de lo que le ocurre. Es necesario explicarle que sus sentimientos son naturales y reflejan su personalidad. Para ayudarlo a superar su tristeza, antes debe reconocer la validez de sus sentimientos. (Will Glennon, 2002).

☺ **Evitar Humillar**

Los gestos y las palabras de humillación son uno de los errores más graves que podemos cometer como padres. Todos nos equivocamos, todos hacemos y decimos cosas que ni siquiera están a la altura de nuestras expectativas. Ellos necesitan palabras de apoyo, amor y comprensión. (Will Glennon, 2002).

☺ **Evitar etiquetas**

No poner etiquetas a los menores. Si tiene una tendencia muy acentuada puede hablar de ella, pero sin darle a entender que ese rasgo define su carácter. (Will Glennon, 2002).

☺ **Fomentar la interdependencia**

Algunas familias nacen; otras se hacen. El tener una familia con varios miembros permitirá que se genere en el menor la importancia de convivir con la gente que estimas. (Will Glennon, 2002).

☺ **Decir te quiero**

Decirle al menor que se le quiere. No limitarse a suponer que lo sabe. No dejar de abrazarlos es importante, en ocasiones debido a la herencia cultural se resistirá o se sentirá avergonzado. No hay que dejar de demostrar físicamente el cariño. (Will Glennon, 2002).

☺ **Cuidado con las críticas**

Hay que tener cuidado con el modo y el momento en que se le critique al menor. Cuando el menor trate de alejarse o de unirse a un grupo hay que empezar a restablecer la comunicación. (Will Glennon, 2002).

☺ **Felicitarlos**

Es importante felicitar a los menores por su sinceridad, incluso cuando admita que a hecho algo mal. Felicitarlo por su generosidad, su amabilidad y su consideración

hacia los demás. Felicitarlo por preocuparse por lo que esta bien o mal. (Will Glennon, 2002).

Estrategias que pueden utilizar los padres para el desarrollo de la inteligencia emocional en sus hijos.

En general existen tres estilos de ser padres: el autoritario, el permisivo y el democrático.

	AUTORITARIO	DEMOCRATICO	PERMISIVO
Papel del padre	Jefe	Líder-guía	Esclavo
Características del padre	Dictatorial Estricto Represivo Dominante	Respetuoso Razonable Flexible Da estímulo	Temeroso Inconsistente Indeciso Pasivo Débil
Papel del Hijo	Obedecer	Pensar Contribuir Cooperar	Controlar a los demás Satisfacer sus deseos

Quién tiene el poder?	El padre	Compartido entre padres e hijos	El hijo
Atmósfera familiar	Tensa Rígida Opresiva	Relajada Ordenada Consistente	Caótica Incontrolable Salvaje
Herramientas de Disciplina	Gritar Ordenar Recompensar Castigar Amenazar	Incentivar Negociar Asumir consecuencias Resolver conflictos. Establecer en conjunto reglas.	Esperar Desear Renunciar No hacer nada
Efecto en los hijos	Obedece por temor a represalias. Conductas fuera de control en ausencia de los padres. Tienden a ser infelices, reservados, y presentan los niveles más bajos de autoestima.	Desarrolla disciplina y dominio propio. Es capaz de auto conocerse, autorregularse y es capaz de enfocarse en las necesidades de los otros y buscar el bien común. Tiene confianza en sí mismo, es independiente, imaginativo, adaptable, con grados más elevados de I.E.	Es egoísta y demandante. No desarrolla la consideración por los demás. No desarrolla el autocontrol.
Calidad de la relación padre-hijo	Miedo Distancia Frialdad Resentimiento Rigidez	Cercanía Apertura Respeto Comunicación Acuerdo	Distancia Resentimiento Manipulación
Retrospectiva	Casi todos los padres fuimos educados así.	Muy pocos padres estamos preparados para disciplinar así. Muy pocos fuimos educados así. Todos potencialmente podemos educar así. Este estilo permite	Algunos fuimos educados así. Algunos padres lo utilizan por considerar el autoritarismo malo. Porque queremos hacer lo contrario de cómo nos educaron.

		el desarrollo de la inteligencia emocional de los hijos.	
--	--	--	--

Lawrence Shapiro (2000) nos ofrece una útil guía para el desarrollo de esta habilidad:

CAPACIDAD	QUÉ HACER
Expresar las necesidades y los deseos propios con claridad	Haga afirmaciones en las que se exprese cómo se siente, porqué se siente de esa manera y qué quiere.
Compartir información personal acerca de uno mismo	Hable acerca de cosas que le interesen y que son importantes para usted.
Modular las respuestas propias a los indicios y palabras de los demás	Preste atención a lo que la otra persona dice y cómo lo dice. Las conversaciones son como un subibaja: son necesarias dos personas para que funcionen.
Hacer preguntas sobre los demás	Sea curioso. Averigüe todo lo que pueda acerca de la persona con la que está hablando.
Retroalimentación positiva	Comente lo que le guste de lo que dijo la otra persona (¡Que buena idea!)
Mantenerse centrado en la conversación	Evite hacer otras actividades. No cambie el tema ni se vaya por la tangente.
Mostrar que es bueno escuchando	Haga preguntas acerca de los que están hablando. Pida aclaraciones o más detalles.
Mostrar que entiende los sentimientos de otra persona	Haga de espejo a los sentimientos de la otra persona diciendo: "supongo que te habrás vuelto loco cuando te diste cuenta de que te habían robado la bicicleta"
Expresar interés en la otra persona	Sonría. Afirme con la cabeza para mostrar interés. Mire a los ojos con frecuencia.
Expresar aceptación	Haga preguntas pertinentes. Escuche las ideas de los demás. Trate de hacer las cosas de la manera sugerida por la otra persona.

Expresar afecto y aprobación	Abraze, tome la mano, dé palmadas de afecto en la espalda o los hombros. Diga a los niños que le gusta algo de ellos o algo que están haciendo.
Expresar empatía	Describa cómo cree que otras personas se están sintiendo y muestre que le preocupan ("¿te ves preocupado, quieres contarme algo?")
Ofrecer ayuda y sugerencias cuando esto parece apropiado	Sugiera diferentes maneras de hacer algo. Ofrezca ayuda aunque con eso usted no gane nada.

Cuando un niño vive rodeado de estos patrones, le será muy fácil desarrollarlos él mismo. Por eso es muy importante que los padres comiencen con evaluarse a sí mismos, que tanto están mostrando estas capacidades.

TALLER

CAP IV

TALLER PARA PADRES: FAVORECIENDO EL DESARROLLO EMOCIONAL DE MIS HIJOS.

JUSTIFICACION

Se pretende realizar un taller de cinco sesiones que permita resaltar la importancia de la inteligencia emocional, lo que ayudará a los padres a reconocer, entender y desarrollar emociones inteligentes en sus hijos; por medio de técnicas y estrategias se modificarán conductas que generan emociones inadecuadas.

Las familias de nuestro tiempo se han visto en la necesidad de salir de sus hogares para darles un futuro más estable a sus hijos, pero, desafortunadamente se les ha descuidado, conviven poco, crecen carentes de valores, motivación, confianza, se vuelven personas introvertidas que en la edad adulta no logran expresar sus sentimientos ni se relacionan afectivamente con lo demás.

Por estas razones es importante que los padres conozcan que la inteligencia emocional les permitirá a sus hijos conocer y controlar sus emociones, con el fin de obtener lo que se han propuesto a corto o largo plazo. Para lograrlo deberán de desarrollar cinco cualidades:

- 1.- Conciencia de uno mismo, para tener la capacidad de reconocer sus propios sentimientos, emociones o estados de ánimo.
- 2.- Equilibrio anímico, que es la capacidad de controlar el mal humor para evitar conductas indeseadas.
- 3.- Motivación, que es la capacidad para autoinducirse emociones y estados de ánimo positivos, como la confianza, el entusiasmo y el optimismo.
- 4.- Control de los impulsos, capacidad de extender la satisfacción que nos producen ciertos sucesos en el transcurso de nuestras vidas.

5.- Sociabilidad, que tiene que ver en el cambio de conocimiento y control de las emociones, es decir, mientras más hábiles sean para interpretar las emociones, podrán controlar las que transmiten.

La Inteligencia Emocional puede aportar ciertos elementos que están vinculados con la Teoría Conductista en su modalidad Cognitivo Conductual, destacando el conocimiento y manejo de las emociones.

Desde este enfoque las capacidades emocionales se deben y se pueden enseñar para que los niños las conozcan, para saber cuál es la que están sintiendo, sin confundirla con otra o disfrazarla, esto les permitirá controlarlas para saber conducirlas correctamente. Empatía para reconocer las emociones de los demás, saber qué quieren y qué necesitan, es la habilidad fundamental para establecer relaciones sociales y vínculos personales. Conocer la causa del conflicto para manejar el estrés emocional que les ha causado esta vida agitada y apresurada, la cual los ha vuelto irritables y provoca que se llenen de ira, al igual que el temor al mudarse de una escuela a otra, o al presenciar un divorcio o un nuevo matrimonio, o simplemente la falta de convivencia con los padres. Estos son algunos de los problemas que enfrentan día a día y que van formando parte de su aprendizaje y de su crecimiento.

Por estas razones esta investigación permitirá que los padres conozcan que la confianza en uno mismo, el autocontrol, la actitud abierta frente a lo nuevo, la capacidad de empatía y el saber disfrutar del contacto con otras personas son capacidades elementales que sus hijos van construyendo ya en el seno de su familia, de igual manera podrán aplicar diferentes Técnicas y Estrategias, para mejorar los procesos de aprendizaje, los cuales provocarán estados emocionales positivos y un dinamismo que ayude a desarrollar un estado físico y mental, para dirigirlos a una mejor calidad de vida.

OBJETIVO GENERAL

Enseñarles a los padres de familia técnicas y estrategias, que les permitirán guiar a sus hijos hacia una comprensión de sus emociones, pensamientos, reacciones y conductas que surgen por causa de distintos conflictos, que en ocasiones se desconocen.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- 1.) Desarrollar una inteligencia emocional que permita conocer las propias emociones, generando un auto conocimiento.
- 2.) Desarrollar Autocontrol para saber canalizarla las emociones.
- 3.) Desarrollar Auto motivación para saber controlar los impulsos.
- 4.) Desarrollar Empatía para reconocer las emociones de los demás, y así, establecer relaciones sociales y vínculos personales.
- 5.) Saber actuar de acuerdo con las emociones de los demás.

PARTICIPANTES

Este Taller está dirigido únicamente a padres de familia de 18 a 35 años de edad, casados, solteros, viudos, unión libre. Nivel Escolar: mínimo primaria. Sexo: indistinto. No es necesario tener conocimiento del tema.

Con previa anticipación me dirigiré con el director de la Institución para que informe a los padres de familia de primer año escolar sobre el taller que se impartirá en las instalaciones del colegio.

ACCIONES PROPUESTAS

TALLER: de 5 sesiones, esparcidas a lo largo de cinco semanas, con una duración de 2 hrs cada sesión.

Nº PARTICIPANTES: será de 12 a 15 personas.

MATERIALES E INSTRUMENTOS

	Nombre	Descripción	Cantidad
1.	Salón de clases	Amplio, ventilado e iluminado	1
2.	Computadora	Con reproductor de DVD, programa Power Point y bocinas integradas	1
3.	Cañón o proyector		1
4.	Grabadora	Con reproductor de discos compactos	1
5.	Bancas y mesas	De metal, madera y plástico	15
6.	Hojas blancas		50
7.	Rotafolio	Tres cuadricula grande, tres blancos	6
8.	Papel lustre	Color rosa, verde, azul, rojo, amarillo, morado	6
9.	Lápices	Del n° 2	15
10.	Goma	De migajón	10
11.	Tijeras	De punta redonda	6
12.	Plumones	Color negro	15
13.	Folders	Que contendrá el material para los participantes	15
14.	Cartulina	Color blanco	6

ESCENARIO

Salón de usos múltiples o de clases (1º grado)		
Aula		
Dimensiones	Min: 6mtrs	Máx: 10mtrs
Mobiliario	Mesas	2
	Sillas	15
	Pizarrón	1
Equipo necesario	Computadora, proyector, cañón, grabadora, rotafolio.	

FORMATOS DEL TALLER



INTELIGENCIA EMOCIONAL

TALLER PARA PADRES:
FAVORECIENDO DEL DESARROLLO EMOCIONAL EN MIS HIJOS





MONBRE DEL TALLER: Favoreciendo el desarrollo emocional de mis hijos.

OBJETIVO: IDENTIFICAR LOS ELEMENTOS QUE CONFORMA UN DESARROLLO EMOCIONAL.

FECHA:

DIRIGIDO: Padres de Familia.

DURACIÓN: 5 sesiones.

CARTA DESCRIPTIVA

DURACIÓ:	METODOLOGÍA:	TÉCNICA:	OBJETIVO PARTICULAR:
1° sesión 2 hrs	Apertura: Presentación del Instructor. Entrega de Materiales. Armado de gafetes. Técnica para romper el hielo. Reglas por el grupo.	<ul style="list-style-type: none"> • Expositiva. • Dinámica. 	CONOCER Y ROMPER EL HIELO ENTRE LOS INTEGRANTES.
2° sesión 2 hrs	MODULO I. Estructura Familiar. Tipos de Familia. Desarrollo de mi hijo. Definición de Inteligencia Emocional.	<ul style="list-style-type: none"> • Expositiva. • Dinámica. • Técnica de Comunicación. 	QUE EL PARTICIPANTE CONOZCA LOS TIPOS DE FAMILIA QUE EXISTEN.
3° sesión 2 hrs	MODULO II. Descubriendo: qué es la Inteligencia Emocional. Elementos de la Inteligencia Emocional. Las 7 habilidades mentales. Emociones. Valores.	<ul style="list-style-type: none"> • Expositiva. • Dinámica. • Técnica de Comunicación y Autodescubrimiento. 	QUE EL PARTICIPANTE CONOZCA QUÉ ES LA INTELIGENCIA EMOCIONAL Y QUE ELEMENTOS LA CONFORMAN.
4° sesión 2 hrs	MODULO III. ¿Por qué es importante que mi hijo posea una I.E? Tipos de problemas. Tipos de estrategias.	<ul style="list-style-type: none"> • Expositiva. • Dinámica. • Técnica de Autodescubrimiento. 	QUE EL PARTICIPANTE CONOZCA LA IMPORTANCIA DEL DESARROLLO EMOCIONAL EN SUS HIJOS.
5° sesión 2hrs	Cierre: Repaso general. Dudas. Aplicación de la Post-evaluación. Evaluación del Instructor. Evaluación del Curso. Entrega de Reconocimientos.		



TALLER PARA PADRES FAVORECIENDO EL DESARROLLO EMOCIONAL DE MIS HIJOS.

GUIA DESCRIPTIVA

FECHA:

SESIÓN: I. DURACIÓN: 2 hrs.

LUGAR: Aula.

DURACIÓ:	METODOLOGÍA:	OBJETIVO PARTICULAR:	ACTIVIDADES DE INSTRUCCIÓN:	APOYO DIDACTICO:
15MIN	Saludo Inicial. Entrega de material.	PRESENTACIÓN DEL INSTRUCTOR Y PARTICIPANTES.	<ul style="list-style-type: none">Expositiva.	Material Didáctico: Folder del participante.
20MIN	Armado de Gafetes.		<ul style="list-style-type: none">Dinámica.	Hojas de papel de colores. Plumones. Pegamento. Tijeras. Broches.
25MIN	Técnica para romper el hielo.	QUE EL PARTICIPANTE CONOZCA A LOS INTEGRANTES QUE CONFORMARÁN EL TALLER.		
20MIN	Introducción .	QUE EL PARTICIPANTE CONOZCA LAS SESIONES QUE CONFORMARÁN EL TALLER.	<ul style="list-style-type: none">Expositiva.	Computadora. Cañón.
40MIN	Reglas por el grupo.	QUE LOS PARTICIPANTES APORTEN SUS OPINIONES PARA ARMAR LAS REGLAS A SEGUIR DURANTE EL TALLER.	<ul style="list-style-type: none">Expositiva.	



TALLER PARA PADRES FAVORECIENDO EL DESARROLLO EMOCIONAL DE MIS HIJOS.

GUIA DESCRIPTIVA

FECHA:

SESIÓN: II DURACIÓN: 2 hrs.

LUGAR: Aula.

DURACIÓ:	METODOLOGÍA:	OBJETIVO PARTICULAR:	ACTIVIDADES DE INSTRUCCIÓN:	APOYO DIDACTICO:
1HR	MODULO I. Estructura Familiar. Tipos de Familia.	QUE EL PARTICIPANTE CONOZCA E IDENTIFIQUE LOS TIPOS DE FAMILIA, ASI MISMO.	• Expositiva.	Computadora. Cañón.
30MIN	Desarrollo de mi hijo.	QUE EL PARTICIPANTE CONOZCA LAS ETAPAS DE DESARROLLO DE SU HIJO.	• Expositiva.	Computadora. Cañón.
30MIN	Definición de Inteligencia Emocional.	QUE EL PARTICIPANTE CONOZCA QUE ES LA INTELIGENCIA EMOCIONAL.	• Expositiva.	Computadora. Cañón.



TALLER PARA PADRES FAVORECIENDO EL DESARROLLO EMOCIONAL DE MIS HIJOS.

GUIA DESCRIPTIVA

FECHA:

SESIÓN: III DURACIÓN: 2 hrs.

LUGAR: Aula.

DURACIÓN:	METODOLOGÍA:	OBJETIVO PARTICULAR:	ACTIVIDADES DE INSTRUCCIÓN:	APOYO DIDACTICO:
30MIN	MODULO II. Descubriendo: qué es la Inteligencia Emocional. Elementos de la Inteligencia Emocional.	QUE EL PARTICIPANTE CONOZCA LOS ELEMENTOS QUE CONFORMAN LA INTELIGENCIA EMOCIONAL.	<ul style="list-style-type: none">• Expositiva.	Computadora. Cañón.
30MIN	Las 7 habilidades mentales.	QUE EL PARTICIPANTE CONOZCA LAS 7 HABILIDADES MENTALES QUE CONFORMAN LA I.E.	<ul style="list-style-type: none">• Expositiva.• Dinámica.	Computadora. Cañón.
30MIN	Emociones.	QUE EL PARTICIPANTE IDENTIFIQUE LOS TIPOS DE EMOCIONES.	<ul style="list-style-type: none">• Expositiva.• Dinámica.	Computadora. Cañón.
30MIN	Valores.	QUE EL PARTICIPANTE IDENTIFIQUE LOS VALORES.	<ul style="list-style-type: none">• Expositiva.• Dinámica.	Computadora. Cañón.



TALLER PARA PADRES FAVORECIENDO EL DESARROLLO EMOCIONAL DE MIS HIJOS.

GUIA DESCRIPTIVA

FECHA:

SESIÓN: IV. DURACIÓN: 2 hrs.

LUGAR: Aula.

DURACIÓ:	METODOLOGÍA:	OBJETIVO PARTICULAR:	ACTIVIDADES DE INSTRUCCIÓN:	APOYO DIDACTICO:
1HR	MODULO III. ¿Por qué es importante que mi hijo posea una I.E?.	QUE EL PARTICIPANTE CONOZCA LA IMPORTANCIA DE DESARROLLAR EN SUS HIJOS UNA INTELIGENCIA EMOCIONAL.	<ul style="list-style-type: none">• Expositiva.	Computadora. Cañón.
30MIN	Tipos de problemas.	QUE EL PARTICIPANTE CONOZCA LOS TIPOS DE PROBLEMAS QUE OCACIONA UN MAL DESARROLLO EMOCIONAL.	<ul style="list-style-type: none">• Expositiva.• Dinámica.	Computadora. Cañón.
30MIN	Tipos de estrategias.	QUE EL PARTICIPANTE CONOZCA LOS TIPOS DE ESTRATEGIAS QUE EXISTEN PARA GENERAR EN SUS HIJOS UNA INTELIGENCIA EMOCIONAL.	<ul style="list-style-type: none">• Expositiva.• Dinámica.	Computadora. Cañón.



TALLER PARA PADRES FAVORECIENDO EL DESARROLLO EMOCIONAL DE MIS HIJOS.

GUIA DESCRIPTIVA

FECHA:

SESIÓN: V. DURACIÓN: 2 hrs.

LUGAR: Aula

DURACIÓ:	METODOLOGÍA:	OBJETIVO PARTICULAR:	ACTIVIDADES DE INSTRUCCIÓN:	APOYO DIDACTICO:
30MIN	Cierre: Repaso general.	QUE EL PARTICIPANTE ATERRICE SUS CONOCIMIENTOS APRENDIDOS DURANTE EL DESARROLLO DEL TALLER.	• Expositiva.	Computadora. Cañón.
30MIN	Dudas.	QUE EL PARTICIPANTE LOGRE IDENTIFICAR LAS CAUSAS QUE GENERAN UNA INADECUADA INTELIGENCIA EMOCIONAL.	• Expositiva.	
40MIN	Aplicación de la Post-evaluación. Evaluación del Instructor. Evaluación del Curso.		•	
20MIN	Entrega de Reconocimientos.		•	



Taller para Padres: Favoreciendo el desarrollo emocional de mis hijos.

EVALUACIÓN:

PRE-EVALUACIÓN Y POST-EVALUACIÓN.

Al inicio y final del Taller, se les aplicará a los padres de familia dos evaluaciones para conocer los conocimientos que poseen sobre el tema a tratar y para reafirmar lo adquirido. Las dos evaluaciones contiene un cuestionarios de cinco ítems. Duración: 5min.

La pre-evaluación y la pos-evaluación se calificarán de la siguiente forma:

	ITEM	=	VALOR	
Al obtener:	1 ítem	=	2	
	2 ítem	=	4	
	3 ítem	=	6	Calificación Aprobatoria: 8.0
	4 ítem	=	8	
	5 ítem	=	10	

EVALUCIÓN DEL TALLER Y DEL INSTRUCTOR.

Al finalizar el Taller, se les entregará a los padres de familia dos evaluaciones para evaluar el Taller y al Instructor. Cada evaluación contiene un cuestionario de 5 ítems. Duración: 5min.

La evaluación del Curso y del Instructor se calificarán de la siguiente forma:

	ITEM		CALIFICACIÓN	
Al obtener:	1 ítem. A-B-C		2-1-0	
	2 ítem. A-B-C		2-1-0	
	3 ítem. A-B-C		2-1-0	Calificación Aprobatoria: 8.0
	4 ítem. A-B-C		2-1-0	
	5 ítem. A-B-C		2-1-0	

CUESTIONARIOS



TALLER PARA PADRES:

FAVORECIENDO EL DESARROLLO EMOCIONAL EN MIS HIJOS

PARTICIPANTE: _____

EVALUACIÓN DEL TALLER

I. Marque con una X la respuesta que considere correcta.

1. Los temas fueron claros.

- A) Bueno
- B) Regular**
- C) Malo

2. ¿Qué te pareció el material didáctico?.

- A) Bueno
- B) Regular**
- C) Malo

3. La Técnica Didáctica tuvo relación con el taller.

- A) Si
- B) No**
- C) Tal vez

4. El taller es aplicable a tu vida.

- A) Si
- B) No**
- C) Tal vez

5. El taller cubrió con las expectativas.

- A) Si
- B) No**
- C) Medianamente



TALLER PARA PADRES:

**FAVORECIENDO EL DESARROLLO EMOCIONAL
EN MIS HIJOS**

PARTICIPANTE: _____

EVALUACIÓN DEL INSTRUCTOR

I. Marque con una X la respuesta que considere correcta.

1. La presentación del Instructor fue.

- A) Buena
- B) Regular**
- C) Mala

2. El Instructor mostró seguridad al exponer.

- A) Bueno
- B) Regular**
- C) Malo

3. La voz del instructor fue clara.

- A) Bueno
- B) Regular**
- C) Malo

4. Las instrucciones fueron claras.

- A) Bueno
- B) Regular**
- C) Malo

5. El dominio del tema fue:

- A) Bueno
- B) Regular**
- C) Malo



TALLER PARA PADRES:

FAVORECIENDO EL DESARROLLO EMOCIONAL EN MIS HIJOS

PARTICIPANTE: _____

PREEVALUACIÓN

I. Marque con una X la respuesta que considere correcta.

1. ¿Qué es la Inteligencia Emocional?.

- A) Es saber controlar las emociones de forma asertiva.
- B) Es la habilidad de pensar y razonar.
- C) Es la capacidad de percibir las propias emociones.

2. ¿Qué son las Emociones?.

- A) Son sentimientos.
- B) Son alteraciones fisiológicas momentáneas.
- C) Es lo que nos impulsa a actuar.

3. Las cinco capacidades que conforman la Inteligencia Emocional son:

- A) Pensar, razonar, entender, dirigir y controlar.
- B) Sentimiento, aptitud, percepción, mantenimiento y control.
- C) Percibir, Controlar, Motivar, Empatía y Manejo de relaciones.

4. Tipos de conflictos que afectan el desarrollo de los niños.

- A) Falta de comunicación, mala alimentación y la violencia.
- B) Falta de sueño, atención y motivación.
- C) Baja autoestima, tolerancia y miedos.

5. Tres estilos de Padres son:

- A) Mártires, dictadores y permisivos.
- B) Autoritario, Democrático y Permisivo.
- C) Alegre, terco y consentidor.



TALLER PARA PADRES:

FAVORECIENDO EL DESARROLLO EMOCIONAL EN MIS HIJOS

PARTICIPANTE: _____

POST-EVALUACIÓN

I. Marque con una X la respuesta que considere correcta.

1. ¿Qué es la Inteligencia Emocional?.

- A) Es saber controlar las emociones de forma asertiva.
- B) Es la habilidad de pensar y razonar.
- C) Es la capacidad de percibir las propias emociones.

2. ¿Qué son las Emociones?.

- A) Son sentimientos.
- B) Son alteraciones fisiológicas momentáneas.
- C) Es lo que nos impulsa a actuar.

3. Las cinco capacidades que conforman la Inteligencia Emocional son:

- A) Pensar, razonar, entender, dirigir y controlar.
- B) Sentimiento, aptitud, percepción, mantenimiento y control.
- C) Percibir, Controlar, Motivar, Empatía y Manejo de relaciones.

4. Tipos de conflictos que afectan el desarrollo de los niños.

- A) Falta de comunicación, mala alimentación y la violencia.
- B) Falta de sueño, atención y motivación.
- C) Baja autoestima, tolerancia y miedos.

5. Tres estilos de Padres son:

- A) Mártires, dictadores y permisivos.
- B) Autoritario, Democrático y Permisivo.
- C) Alegre, terco y consentidor.

Lectura para Padres

1. Antón, T. (2004). **Inteligencia Emocional para todos**. México, Cuarzo.
2. Ribeiro, L. (1997). **Aumente su Autoestima**. Barcelona, España, Urano.
3. Alberti, R, Emmons, M. (1999). **Viviendo con Autoestima**. México, Pax.
4. Santín, L. (2003). **¿Cómo desarrollar la inteligencia emocional es los niños?**. Argentina, Selector.
5. Glennon, W. (2002). **La inteligencia emocional de los niños**. Barcelona, España, Ontro.

CONCLUSIONES

La elaboración de este taller y su puesta en escena permitirá a los padres de familia el aprendizaje de diversas técnicas y estrategias con las que se les facilitara la comprensión de las emociones, pensamientos y reacciones de sus hijos, mismas que generan diversas conductas, evitando o minimizando de esta manera los conflictos.

Sabemos que el desarrollo de la Inteligencia Emocional generara un autoconocimiento no solo de los propios padres, sino de sus hijos.

La Automotivación que se busca generar en este taller es importante que se desarrolle puesto que nos permite controlar nuestros impulsos, conductas, reacciones, sentimientos, etc, que de actuar sin medida nos generarían un importante desgaste emocional, frenando nuestro desarrollo y crecimiento.

El poder reconocer las emociones de los demás y ser empáticos con ellos nos abre las puertas para el establecimiento de relaciones interpersonales y vínculos sociales fuertes que enriquecen nuestra vida cotidiana.

Considero que la inteligencia emocional como capacidad humana debe ser desarrollada de manera optima, ya que le permite al ser humano sentir, entender, controlar y modificar diversos estados emocionales propios y de los demás, ello lo habilitara en diversas competencias como son el reconocimiento de los sentimientos propios y de los demás, permitiéndole una vida de relación rica en experiencias sociales y emocionales, lo que le generara una mayor capacidad general de comprensión, razonamiento, juicio y memoria, es decir, PENSAR Y SENTIR.

Los padres, después de este taller deberán ser capaces de dirigir de una manera más equilibrada sus estados de ánimo negativos, es decir, orientados hacia lo positivo, creando así una nueva forma de ver la vida, esto redundará en mejores relaciones entre padres e hijos.

Esperamos que después del taller los padres participantes tengan la habilidad de generar en sus hijos diversas comunicaciones que les permitan desarrollar y reconocer las diversas sensaciones físicas que provocan las emociones, permitiéndoles un mejor desarrollo, ya que al lograr identificarlas serán más capaces de expresarlas, de una manera controlada, aprendiendo a actuar con ellas, sin que los sentimientos los dominen , con ello se permitirán llegar a la reflexión sobre si mismos y sobre lo que sienten, logrando juicios de valores dentro de los cánones establecidos, todo ello finalmente le permitirá a los menores lograr reconocer no solo las propias emociones sino también las ajenas, desarrollando la empatía y un autoconocimiento emocional, relacionándose de una mejor manera con sus semejantes.

REFERENCIAS

1. Bartolomé, E. (2006). **Educación Emocional en veinte lecciones**. México: Paidós.
2. Goleman, D. (2004). **La Inteligencia Emocional**. Buenos Aires, Argentina: Vergara.
3. Wood, R. y Tolle, H. (2004). **Ponga a prueba su Inteligencia Emocional: Técnicas para aumentar su IE**. España: Gestión.
4. Carrillo López, R. (2001). **¿Cómo desarrollar la I.E?** México: Trillas.
5. Shapiro, L. E. (2000). **La Inteligencia Emocional de los niños**. España: Javier Vergara.
6. Maurice, J. Elias, Steven, e. Tobias y Brian, S. Friedlander. (1999). **Educar con I.E**. Barcelona, España: Grupo Planeta.
7. Martineaud, S. Y Martinez Roca, J. A. (Eds). (1997). **Test de Inteligencia Emocional**. Barcelona, España: Planeta Mexicana S. A de C. V.
8. Martín, D. y Boeck, K. (2002). **Cómo lograr que las emociones determinen nuestro triunfo en todos los ámbitos de la vida**. (pp. 197) Madrid, España: EDAF.
9. Gillham, L. H. **Cómo ayudar a los niños a aceptarse sí mismos y a aceptar a los demás**- Ecuador: Paidós, (3ª. Ed., 1991).
10. Marueta, M. E. **Psicología de la Familia**. México: Ávila José Jaime. UNAM, Campus Iztacala.
11. Dr. Steiner, C. **La educación emocional**. España: Vergara Javier, Grupo Zeta.
12. Lorna Santín, H. (2003). **La Inteligencia Emocional de los niños. Guía para padres y maestros**. México: Selector.

13. López de Bernal, Ma. E. y González Medina, Ma. F. (2006). **Autoestima e Inteligencia Emocional**. Colombia: Gamma.
14. González, M. M. F. y López, J. M. E. (2006). **Disciplina con Inteligencia Emocional**. Colombia: Gamma.
15. Goleman, D. (2008). **Emociones destructivas**. México: Ediciones B.
16. Baena Paz, G. (2003). **¿Cómo desarrollar la Inteligencia Emocional Infantil? Guía para padres y maestros**. (pp. 44). México: Trillas.
17. Minuchin, S. Wai-Yung, L. y Saimon, G.(1998) **El arte de la terapia familiar**. México: Paidós.
18. Acevedo Ibañez, A. (1993). **Aprender jugando**. México: Limusa.
19. Heyne Verlag, W. (1997). **EQ. ¿Qué es la Inteligencia Emocional?**. Madrid, España: EDAF, S. A.
20. Glennon, W. (2002). **La Inteligencia Emocional de los niños**. Barcelona, España: Oniro.
21. Sentín Hodges, L. (2003). **¿Cómo desarrollar la Inteligencia Emocional en los niños?**. México: Selector.
22. Antón, T. (2004). **Inteligencia Emocional para todos**. México: Quarzo.
23. Calhoun, C. y C. Solomon, R. (1996). **¿Qué es una emoción?**. México: Fondo de cultura económica.
24. Papalia, Diane E. (2004). **Desarrollo Humano**. México: Mcgraw Gill.
25. Lawrence, Shapiro. (2008). **La Inteligencia Emocional de los niños**. Zeta.

26. Martineud, Sophie. (2002). **El Test de Inteligencia Emocional**. Martínez Roca.

27. Oriza. (2004). **Inteligencia Emocional en el Matrimonio**. México: Trillas S. A. de C.V.

28. Brockert, Siegfried y Braun Gabriela. (1997). **Los Test de la Inteligencia Emocional**. Barcelona: Robin Booke (alternativas).

HEMEROGRAFÍA

1. Treviño, N. **Coficiente Emocional: Nuevo Enfoque de la Psicología**.

2. Extremera, P. N. y Fernández Berrocal, P. (27 de julio de 2004). El papel de la inteligencia emocional en el alumnado: evidencias empíricas. **Revista Electrónica de Investigación Educativa**. Vol. 6, No. 2. Malaga, España: Facultad de Psicología. Universidad de Málaga.

3. Seminario Gallego de Educación para la Paz. (2006). **Educación Emocional y violencia contra la mujer**. Santiago de Compostela, España: Catarata.

INTERNET

1. Selecciones del Reader's, Julio de 1996. Goleman, D. **Mejore su cociente emocional**. Tomado de la página electrónica: <http://www.inteligenciaemocional.com.mx>, consultada el 24 de marzo de 2007.

2. Varios autores. **Dinámicas para Grupos**. Tomado de la página electrónica: <http://www.fortunecity.com> consultada el 06 de junio de 2008.

TESIS DIGITALES

1. Camacho Guerrero, I. (2004). **Grupos de reflexión sobre el significado de ser padres: una experiencia centrada en la persona.** Universidad Iberoamericana. México.
2. Bartolomé, E. (2006). **Educación Emocional en veinte lecciones.** Universidad Iberoamericana. México.
3. Juárez Badillo, P. (2006). **Pequeños emocionalmente grandes: desarrollo la inteligencia emocional de los niños.** Universidad Iberoamericana. México.

A N E X O S

TÉCNICAS

CATEGORÍA: AUTODESCUBRIMIENTO. (A)

SUBCATEGORÍA.	OBJETIVO.	PÁG.
1. Mirando Fotos.	Reconocer los diferentes tipos de criterios y creencias que existen de persona a persona.	
2. Capacidad y Limitaciones.	Hacer conciencia de las propias capacidades y limitaciones y cuáles son factibles de desarrollo y cambio.	
3. Imágenes.	Analizar los valores personales dentro de un grupo. Analizar los factores personales por parte del grupo. Ampliar nuestra concepción del mundo y de la vida.	
4. Cartas para Etiquetarse.	Descubrir la capacidad de apertura de los participantes. Descubrir las características de personalidad de cada participante.	
5. Autopercepción y Percepción de otros.	Permitir a los participantes de un grupo conocer la forma en que son percibidos y compararlo contra su autopercepción.	

TÉCNICA 1.

CATEGORÍA: A

NOMBRE: Mirando Fotos.		DURACIÓN: 45min.
N° DE PERS: Ilimitado. Divididos en subgrupos de 5 a 10 participantes.	LUGAR: Aula.	MATERIAL: 4 Un juego de Fotografías de personas, cortadas de revistas viejas. 4 Una copia para cada subgrupo.
OBJETIVO: Reconocer los diferentes tipos de criterios y creencias que existen de persona a persona.		

DESARROLLO:

- I. El Facilitador divide a los participantes en subgrupos y les distribuye a cada subgrupo las fotografías y les solicita que las miren por unos momentos.
- II. El Facilitador explica a los participantes que se pueden hacer distintos juegos de agrupamiento: los más viejos y los más jóvenes, los parecidos y los distintos, los que pueden ir juntos por algún otro criterio, por ejemplo: rasgos de carácter, edad, sexo, etc.
- III. El Facilitador pide a los subgrupos, que siguiendo la misma estructura que el juego del dominó, seleccionen primero una foto y busquen y coloquen la que va a cada lado por algún criterio: sexo, edad, talla, etc., y continúen de esta manera hasta que hallen colocado todas las fotos.
- IV. El Facilitador reúne al grupo en sesión plenaria y les pregunta a los subgrupos que criterios siguieron para "armar" las fotografías.
- V. El Facilitador guía un proceso, para que el grupo analice como se puede aplicar lo aprendido a su vida.

TÉCNICA 2.

CATEGORÍA: A

NOMBRE: Capacidad y Limitaciones.		DURACIÓN: 30min.
Nº DE PERS: Ilimitado.	LUGAR: Aula.	MATERIAL: 4 Hojas de papel. 4 Lápiz para cada participante.
OBJETIVO: Hacer conciencia de las propias capacidades y limitaciones y cuáles son factibles de desarrollo y cambio.		

DESARROLLO:

- I. El Facilitador entrega a los participantes una hoja de papel y los lápices.
- II. Les pide a los participantes que en el lado derecho de la hoja listen sus habilidades, talentos, capacidades, recursos y fuerzas positivas, y en el izquierdo debilidades, limitaciones, incapacidades y errores.
- III. El Facilitador hace hincapié en que sean revisadas todas las áreas: o Física, o Intelectual, o Emocional, o Espiritual y o Social.
- IV. Al terminar el listado, se les pedirá que analicen sus respuestas y pongan: una "C" si es factible de cambio, "D" si es factible de desarrollo y "A" si no es factible ninguna de las dos.
- V. El Facilitador integra subgrupos de 4 personas y les pide que comenten lo anterior sacando en conclusión: ¿Qué necesitamos para poder lograrlo?.
- VI. En sesión plenaria, el Facilitador solicita aportación de cada subgrupo.
- VII. El Facilitador guía un proceso para que el grupo analice, como se puede aplicar lo aprendido en su vida.

TÉCNICA 3.

CATEGORÍA: A

NOMBRE: Imágenes.		DURACIÓN: 25min.
Nº DE PERS: 20.	LUGAR: Aula.	MATERIAL: 4 Hoja de trabajo para cada participante. 4 Lápices para cada participante.
OBJETIVO: I. Analizar los valores personales dentro de un grupo. II. Analizar los factores personales por parte del grupo. III. Ampliar nuestra concepción del mundo y de la vida.		

DESARROLLO:

- I. Se reparten las hojas con las preguntas a cada participante.
- II. Cada uno debe escribir tantas respuestas a las nueve preguntas como se le ocurran, rápidamente y sin detenerse a reflexionar profundamente.
- III. Se compararán las respuestas individuales con las del grupo.
- IV. Se puede consultar con los participantes para profundizar más en el "inventario de la vida".
- V. El instructor guía un proceso para que el grupo analice, como se puede aplicar lo aprendido en su vida.

Hoja de Trabajo: "INVENTARIO DE LA VIDA".

1. ¿Cuándo me siento totalmente vivo? ¿Cuáles son las cosas, los acontecimientos, las actividades, que me hacen sentir que realmente vale la pena vivir, que es maravilloso estar vivo?.
2. ¿Qué es lo que hago bien? ¿En qué puedo contribuir a la vida de los demás? ¿Qué es lo que hago bien para mi propio desarrollo y bienestar?.
3. Dada mi situación actual y mis aspiraciones, ¿qué necesito aprender a hacer?.
4. ¿Qué deseos debo convertir en planes? ¿Ha descartado algunos sueños por no ser realistas y que deba volver a soñar?.
5. ¿Qué recursos tengo sin desarrollar o mal utilizados? Estos recursos pueden referirse a cosas materiales, a talentos personales o a amistades.
6. ¿Qué debo dejar de hacer ya?.
7. ¿Qué debo empezar a hacer ya?.
8. Las respuestas dadas a todas las preguntas anteriores, ¿Cómo afectan a mis planes y proyectos inmediatos para los tres próximos meses, para el próximo año?.

TÉCNICA 4.

CATEGORÍA: A

NOMBRE: Cartas para Etiquetarse.		DURACIÓN: 45min.
N° DE PERS: Ilimitado. Divididos en subgrupos de 5 a 10 participantes.	LUGAR: Aula.	MATERIAL: 4 Un juego de cartas (preparadas con anterioridad por el Facilitador) para cada subgrupo.
OBJETIVO: I. Descubrir la capacidad de apertura de los participantes. II. Descubrir las características de personalidad de cada participante.		

DESARROLLO:

- I. Con anticipación al evento el Facilitador prepara un juego de cartas para cada uno de los subgrupos. Las cartas se preparan de la siguiente forma: Las cartas se elaboran con tarjetas 3X5 en las cuales se deben escribir diferentes adjetivos calificativos (positivos y negativos) como: Honrado, alegre, introvertido, extrovertido, estudioso, deportista, agresivo, etc. Es necesario elaborar por lo menos cinco tarjetas por cada participantes. Es decir , si el subgrupo esta integrado por 8 participantes entonces es necesario elaborar por lo menos 40 tarjetas
- II. Ya en el evento el Facilitador divide al grupo en subgrupos de 5 a 10 integrantes
- III. El Facilitador explica a los subgrupos la actividad: "Las cartas se ponen sobre la mesa al centro del subgrupo. Un voluntario toma la primera carta, observa la ilustración y si se siente identificado con lo que ahí aparece, se queda con ella; si no es así, la pone junto al montón y le da la oportunidad a la persona que se encuentra a su lado derecho para que tome o deje la carta. Se continua de la misma forma y al terminar la ronda si nadie retiro la carta esta se elimina y se continúa con la siguiente".
- IV. Los subgrupos reciben de parte del Facilitador su juego de cartas
- V. La dinámica continúa igual hasta que se terminen las cartas.
- VI. En sesión plenaria cada participante muestra al grupo sus cartas y comenta por qué se siente identificado con ellas. Los demás pueden intervenir haciendo preguntas.
- VII. El ejercicio continúa de la misma manera, hasta que todos se presentan.
- VIII. El Facilitador guía un proceso, para que el grupo analice como se puede aplicar lo aprendido a su vida.

TÉCNICA 5.

CATEGORÍA: A

NOMBRE: Autopercepción y Percepción de otros.		DURACIÓN: 20min.
Nº DE PERS: 20. Dividido en 4 subgrupos de 5 participantes.	LUGAR: Aula..	MATERIAL: 4 Formatos de "Autopercepción y Percepción de Otros." 4 Formatos de "Percepción de otros." 4 Lápices.
OBJETIVO: Permitir a los participantes de un grupo conocer la forma en que son percibidos y compararlo contra su autopercepción.		

DESARROLLO:

I. En grupos que se conocen o que han realizado actividades en conjunto, se les distribuye la hoja "Autopercepción y Percepción por Otro" y durante 3 minutos se les solicita que se autoevalúen los participantes.

II. Se forman grupos de 5 personas.

III. Se les distribuye la hoja "Percepción de Otros", y se les solicita que la requisiten con su evaluación de los cuatro compañeros que cada participante tiene en cada grupo.

IV. Se les solicita que intercambien la evaluación iniciando por algún miembro del grupo y que la suma de opiniones lo anote el interesado en su hoja de "autopercepción" y "Percepción de Otros", en la columna # 2.

V. Se solicitan conclusiones y comentarios a los grupos, evitando juicios agresivos.

VI. El Facilitador guía un proceso para que el grupo analice, como se puede aplicar lo aprendido en su vida.

Hoja de Trabajo.

“AUTO PERCEPCIÓN Y PERCEPCIÓN DE OTRO”.

Nombre _____

Señala las palabras que mejor describen como crees que sea tu conducta. Todos quisiéramos ser o parecer un tanto diferentes de como nos comportamos, pero trata ahora de hacer tu selección lo más exacta posible. Marca con "X" una de cada parte en las columnas.

Penoso-Extrovertido

Interesado en el grupo-No le importa el grupo

Se expresa con facilidad-Se expresa con dificultad

Seguro de sí-Inseguro

Pesimista-Optimista

Amigable-Poco amigable

Nervioso, tenso—Relajado

Critico (al hablar)-Sencillo (al hablar)

Cooperador-Poco cooperador

Prejuicioso-No Prejuicioso

Aparenta superioridad-Aparenta inferioridad

Dominante-Sumiso

Sincero-Evasivo

Sarcástico-Sincero

Al terminar solicite a sus compañeros sus opiniones y anote en la columna 2 el resultado. Compare y saque conclusiones.

“PERCEPCIÓN DE OTRO”

Nombre _____

En cada columna anote las iniciales de sus compañeros de grupo. Señale las palabras que mejor describan la conducta de sus compañeros, trate ahora de hacer su selección lo más exacta posible.

Marque una de cada par con "X".

Penoso-Extrovertido

Interesado en el grupo-No le importa el grupo

Se expresa con facilidad-Se expresa con dificultad

Seguro de sí-Inseguro

Pesimista-Optimista

Amigable-Poco amigable

Nervioso, tenso-Relajado

Positivo-Negativo

Decidido-Cauteloso

Preocupado-Despreocupado

Critico (al hablar)-Sencillo (al hablar)

Cooperador-Poco cooperador

Prejuicioso-No Prejuicioso

Aparenta superioridad-Aparenta inferioridad

Dominante-Sumiso

Sincero-Evasivo

Sarcástico-Sincero

CATEGORÍA: PROCESO DE INSTRUCCIÓN/APRENDIZAJE. (I/A)

SUBCATEGORÍA.	OBJETIVO.	PÁG.
1. Dedos cruzados.	Demostrar la forma en que un cambio obligado puede ocasionar incomodidad y, por tanto, resistencia.	
2. Etiquetando al grupo.	Identificar las características de personalidad de los integrantes del grupo.	
3. Identidad Personal.	Facilitar a los participantes el "probar" una nueva personalidad. Explorar las influencias de una nueva identidad en las conductas de los otros. Explorar la relación entre honestidad y confianza.	

TÉCNICA 1.

CATEGORÍA: I/A

NOMBRE: Dedos cruzados.		DURACIÓN: 5min.
N° DE PERS: 25.	LUGAR: Aula.	MATERIAL: Ninguno.
OBJETIVO: Demostrar la forma en que un cambio obligado puede ocasionar incomodidad y, por tanto, resistencia.		

DESARROLLO:

- I. Al aumentar el cambio y reconocer que muchas personas admiten que se resisten a cualquier clase de cambio, sugiera que le agradaría ilustrar este aspecto. Pida al grupo que entrelace los dedos de las manos en una posición como de oración.
- II. Diga al grupo que mire cómo están entrelazados sus dedos. Ahora pida que separen las manos y vuelvan a cruzarlas exactamente al revés de como las tenían (es decir, si el pulgar izquierdo estaba arriba, ahora debe quedar allí el pulgar derecho). Señale que para algunas personas, este cambio físico no representa ningún problema, pero para la mayor parte, este ligero cambio físico ocasiona incomodidad o un sentimiento molesto. Por lo tanto, las posibilidades de mantener ese comportamiento están más o menos limitadas.

PREGUNTAS PARA DISCUSIÓN:

- 1.- ¿Se sintió algunos de ustedes incómodo con los dedos en la nueva posición? ¿Por qué?
- 2.- ¿Las personas se resisten al cambio? ¿Están de acuerdo? Si es así, ¿por qué?
- 3.- ¿Cuáles son las técnicas que se pueden emplear para disminuir la resistencia al cambio?
- 4.- El Facilitador guía un proceso para que el grupo analice, como se puede aplicar lo aprendido en su vida.

TÉCNICA 2.

CATEGORÍA: I/A

NOMBRE: Etiquetando al grupo.		DURACIÓN: 45min.
N° DE PERS: Ilimitado.	LUGAR: Un salón amplio y bien iluminado, acondicionado con mesas y sillas de trabajo donde los participantes puedan escribir.	MATERIAL: 4 Hojas de papel (una por cada pregunta) y un lápiz para cada participante.
OBJETIVO: Identificar las características de personalidad de los integrantes del grupo.		

DESARROLLO:

- I. El Facilitador prepara previamente a la sesión, la lista de preguntas acordes a los objetivos que pretende lograr.
- II. El Facilitador distribuye el material a los participantes.
- III. El Facilitador explica a los participantes que las preguntas que van a contestar se refiere a los participantes del grupo.
- IV. El Facilitador les explica a los participantes que podrán escribir tantos nombres como crean que la descripción corresponda.
- V. El Facilitador comienza haciendo la primera pregunta y les pide a los participantes que anoten la pregunta en la parte superior de la hoja y deja un tiempo para que los participantes contesten. Las preguntas sugeridas pueden ser: A) Es alguien que siempre está contento. B) Es alguien que casi no habla, que es introvertido. C) Es alguien que es muy trabajador. D) Es alguien que tiene muchos amigos. E) Es alguien muy enojón. F) Es alguien que le gusta divertirse.
- VI. Una vez que se contestaron todas las preguntas, el Facilitador integra a los participantes en subgrupos (Un subgrupo por cada pregunta o cada dos) y les entrega las hojas relativas a la pregunta para que consoliden los resultados.
- VII. Terminada la actividad anterior el Facilitador reúne a los participantes en sesión plenaria y un representante de cada subgrupo presenta los resultados consolidados.
- VIII. El Facilitador guía un proceso para cada persona analice como es percibido por el grupo y cómo ayuda o afecta esto al proceso de integración (o al proceso de aprendizaje).
- IX. Por último, el Facilitador guía un proceso para que el grupo analice, como se puede aplicar lo aprendido en su vida.

TÉCNICA 3.

CATEGORÍA: I-A

NOMBRE: Identidad Personal.		DURACIÓN: 60min.
N° DE PERS: 8 A 24. Dividido en subgrupos de 4 a 6 participantes.	LUGAR: Aula.	MATERIAL: 4 Versión A para la mitad de los participantes. 4 Versión B para la otra mitad de participantes.
OBJETIVO: I. Facilitar a los participantes el "probar" una nueva personalidad. II. Explorar las influencias de una nueva identidad en las conductas de los otros. III. Explorar la relación entre honestidad y confianza.		

DESARROLLO:

- I. El instructor les dice a los miembros del subgrupo que gran parte del tiempo que pasen juntos, estarán conociéndose entre sí y que para hacerlo más fácil se dividirán en subgrupos más pequeños. Les dice que deben evitar estar en un subgrupo en el cual haya personas que ya conozcan. Si esto no es posible, deben pensar como si no conocieran a nadie en el subgrupo.
- II. Se forman los subgrupos y el instructor distribuye una copia de la Hoja de Instrucciones. El número de personas que reciben la forma A debe ser aproximadamente igual a la que recibe la forma B.
- III. Se dan instrucciones para que lean la Hoja. Se les dice que tienen unos veinte minutos para conocerse entre ellos, que cada persona debe hablar por unos dos minutos para decir quién es y también que pueden hacer comentarios al terminar todos.
- IV. El instructor avisa que el tiempo terminó y anuncia una pausa de quince minutos durante los cuales los participantes son libres de salir si así lo quieren. Se les anima a continuar conociéndose. Este paso es importante para darles oportunidad de interactuar con identidad presentada, ya sea genuina o falsa.
- V. Se vuelve a formar el subgrupo completo y se les pide que identifiquen a los miembros que presentaron una identidad falsa. Cuando todos han sido "nombrados", los que presentaron la falsa identidad se dan a conocer.
- VI. El instructor lleva a cabo una discusión sobre todo el ejercicio, puede incluir preguntas como: a)¿Cuáles son los sentimientos de las personas que se presentaron honestamente, acerca de los otros participantes que sospechaban que eran falsos? b)¿Aquellos que tenían identidades "falsas" asumieron también que los demás estaban mintiendo? c) ¿Influyó esto en su conducta? d)¿Alguien halló que la gente se relacionaba con su nueva identidad de manera diferente a como se relaciona generalmente con él? e)¿Será difícil para aquellos a los que se les pidió decir historias falsas el conocer o confiar en las "falsas" personas que hallará en el futuro? f)¿Encontraron fácil o difícil el mentir? g) ¿Qué aprendió cada miembro de sí mismo en esta actividad? h)¿Es necesario o importante que la gente sea honesta consigo misma? ¿Es una virtud el ser honesto con uno mismo?
- VII. El instructor guía un proceso para que el grupo analice, como se puede aplicar lo aprendido en su vida.

Hoja de Trabajo: HOJA DE INSTRUCCIONES DE IDENTIDAD PERSONAL.

(A)Para que los miembros del grupo se conozcan entre sí, cada uno debe hablar primero brevemente sobre sí mismo al grupo. Después de que cada persona ha hecho esto, los demás integrantes son libres de hablar o comentar sobre ellos. Por ejemplo, usted quiere hacerle a alguien una pregunta sobre una experiencia que tuvo o decir una propia. Recuerde, los objetivos son obtener información sobre los demás en el grupo y dar información sobre usted mismo. Lo que diga al principio sobre usted al grupo deber ser información básica como día de nacimiento, ocupación, gustos, etc., o puede ser más específico y decir algo como: su signo astrológico, su color favorito, tamaño del pie, su fantasía preferida, etc. En pocas palabras, le puede decir a los miembros del grupo cualquier cosa que crea ayudará a que lo conozcan mejor. Tendrán quince minutos para conocerse entre sí. Luego puede tomarse una pausa, durante la cual puede seguir actuando informalmente con los miembros de su grupo. Algunos estarán presentando una imagen falsa de ellos mismo. Debe ver si puede identificar si

la historia de la persona es verdadera o falsa pero no lo "trate" con ninguna personal solo con este propósito. La atmósfera del grupo debe permanecer adecuada para conocerse. Si usted sabe que una persona esta presentando una falsa imagen de sí, no lo revele a los demás. No comparta estas instrucciones con nadie.

HOJA DE INSTRUCCIONES DE IDENTIDAD PERSONAL.

(B)Para que los miembros del grupo se conozcan entre sí, cada uno debe hablar brevemente de sí mismo al grupo. Después de que cada persona ha hecho uso de la palabra, debe intentar conocer más a la gente de su grupo y ellas a usted. Su tarea, sin embargo, es la de NO decir la verdad sobre usted mismo. Mantenga su nombre verdadero pero construya una nueva identidad completamente falsa. Así, puede hablar sobre cosas como: su día de nacimiento, ocupación. Gustos, etc., o sobre cosas más específicas como: el signo astrológico, color favorito, tamaño del pié, su fantasía favorita, etc., pero lo que diga debe ser falso. Trate de hacer su historia o sus "actos" creíbles y consistentes. (Después de esta actividad, el grupo tomará un descanso. Continúe manteniendo esta nueva "identidad" durante este período mientras interactúa informalmente con los miembros de su grupo. No toda la gente recibirá esta información. Es muy importante que de ninguna manera de señales de que no está diciendo la verdad o de que ha recibido estas instrucciones. Trate de ver como puede actuar. Si localiza en el grupo alguien que también esta representando una identidad diferente, no lo revele a nadie. No comparta con nadie estas instrucciones.

CATEGORÍA: COMUNICACIÓN. (C)

SUBCATEGORÍA.	OBJETIVO.	PÁG.
1. Cuerpos expresivos.	Ilustrar la comunicación no verbal.	
2. Cambio de Lenguaje.	Transformar una noticia que está en lenguaje escrito, a otro tipo de lenguaje más accesible.	
3. Comunicación No-Verbal.	Ilustrar las características de la comunicación No-verbal. Identificar las habilidades para "escuchar" la comunicación No-verbal.	
4. Una presentación sin Palabras.	Demostrar que la comunicación, en ocasiones, se puede lograr sin palabras y, de todos modos, ser muy eficaz. Ilustrar que la comunicación interpersonal es posible con el empleo de gestos y otros métodos no verbales.	
5. Tormenta de Ideas.	Desarrollar y ejercitar la imaginación creadora, la innovación para encontrar nuevas soluciones a un problema.	
6. ¿Qué tan Asertivo soy?	Revisar en la propia vida experiencias de asertividad, agresividad y de no asertividad.	
7. Derechos Asertivos.	Desarrollar las posibilidades de autoconocimiento y de ejercicio asertivo de la autoconfianza. Propicia en el participante la exploración de la autoafirmación, sus alcances y límites.	
8. Entiende mi Mensaje.	Aprender a dar y recibir mensajes a través de las expresiones faciales.	
9. ¿Cómo favorecer las Relaciones?.	Demostrar los efectos que tienen tanto las posturas, como el contacto visual en las relaciones y como sirven de ayuda.	

TÉCNICA 1.

CATEGORÍA: C

NOMBRE: Cuerpos expresivos.		DURACIÓN: 45min.
Nº DE PERS: Ilimitado.	LUGAR: Aula.	MATERIAL: 4 Tarjetas 3 X 5 en donde se escriben nombres de animales (macho y hembra), ejemplo: león, en una tarjeta; leona, en otra. (Tantas tarjetas como participantes).
OBJETIVO: Ilustrar la comunicación no verbal.		

DESARROLLO:

I. El Facilitador distribuye las tarjetas y les dice que durante cinco minutos deben actuar, sin sonidos, como el animal que les toco en la tarjeta.

II. Cuando creen que han encontrado a su pareja, se toman del brazo y se quedan en silencio alrededor del grupo; no se puede decir a su pareja que animal es.

III. Una vez que todos tienen su pareja, cada persona dice que animal estaba representando y se verifica si acertaron.

IV. El Facilitador guía un proceso para que el grupo analice, como se puede aplicar lo aprendido en su vida.

TÉCNICA 2.

CATEGORÍA: C

NOMBRE: Cambio de Lenguaje.		DURACIÓN: 30min.
Nº DE PERS: Ilimitado.	LUGAR: Aula.	MATERIAL: 4 Juego de noticias escrita de interés común. Varían según las necesidades de los grupos con los que se esté trabajando. 4 Revistas y/o fotonovelas para recortar. 4 Papel cartulina. 4 Pegamento. 4 Marcadores.
OBJETIVO: Transformar una noticia que está en lenguaje escrito, a otro tipo de lenguaje más accesible. (lenguaje gráfico, musical, corporal, etc.) sin perder la objetividad de la información.		

DESARROLLO:

I. Los participantes se dividen en tantos subgrupos como noticias se quieran trabajar.

II. A cada grupo se le da una noticia procurando que corresponda a la problemática que vive. Deben de leer cuidadosamente la noticia y comentarla. Procurando sacar los elementos importantes de ésta.

III. Después deben pensar como comunicar de manera creativa la información de la noticia, (por escrito, combinando gráficos y dibujos, con un sociodrama un cartelón, etc.) sin modificar el contenido de la misma.

Esta técnica puede servir como punto de arranque para, por un lado, para hacer un análisis ideológico de los medios de comunicación masiva, y por otro lado, reflexionar sobre las posibilidades instrumentales de comunicación sociodrama, radio, periódico, serigrafía, etc.

IV. El Facilitador guía un proceso para que el grupo analice, como se puede aplicar lo aprendido en su vida.

TÉCNICA 3.

CATEGORÍA: C

NOMBRE: Comunicación No-Verbal.		DURACIÓN: 45min.
Nº DE PERS: Ilimitado.	LUGAR: Aula.	MATERIAL: Ninguno.
OBJETIVO: I. Ilustrar las características de la comunicación No-verbal. II. Identificar las habilidades para "escuchar" la comunicación No-verbal.		

DESARROLLO:

I. El Facilitador divide a los participantes en dos subgrupos. (El segundo subgrupo con un participante más).

II. El Facilitador indica a los participantes que el primer subgrupo representará a los "prisioneros", los cuales deberán estar sentados en las sillas. Deberá existir una silla que quede vacía.

III. El segundo subgrupo representará a los "guardianes" que deberán estar de pie, atrás de cada silla sin tocar a su "prisionero". La silla vacía deberá tener también un guardián.

IV. El "guardián" de la silla vacía deberá guiñarle el ojo a cualquiera de los prisioneros, el cuál tiene que salir rápidamente de su silla a ocupar la silla vacía sin ser tocado por su "guardián". Si es tocado debe permanecer en su lugar.

V. Si el "prisionero" logra salir, el "guardián" que se quede con la silla vacía le toca guiñar el ojo a otro "prisionero".

VI. El Facilitador marca, de acuerdo a su conveniencia, el tiempo que durará el ejercicio.

VII. El Facilitador guía un proceso para que el grupo analice, como se puede aplicar lo aprendido en su vida.

TÉCNICA 4.

CATEGORÍA: C

NOMBRE: Una presentación sin Palabras.	DURACIÓN: 10min.	
N° DE PERS: 25. Dividido en parejas.	LUGAR: Aula.	MATERIAL: Ninguno.
OBJETIVO: I. Demostrar que la comunicación, en ocasiones, se puede lograr sin palabras y, de todos modos, ser muy eficaz. II. Ilustrar que la comunicación interpersonal es posible con el empleo de gestos y otros métodos no verbales.		

DESARROLLO:

I. Divida el grupo en subgrupos de dos personas. Exprese que la finalidad de este ejercicio es que cada quien se presente a su compañero, pero toda esta actividad se debe llevar a cabo sin palabras. Pueden utilizar imágenes, fotografías, signos, gestos, señales o cualquier cosa excepto palabras. Si es necesario, se pueden dar ciertos indicios, por ejemplo, señalar el anillo de matrimonio para dar a conocer que es una persona casada, simular que va corriendo (o jugando tenis), etc.

II. Conceda dos minutos a cada miembro del equipo y haga que cada uno dedique unos minutos a " corroborar " de palabra, es decir, permitir que expresen lo que estaban comunicando en silencio.

PREGUNTAS PARA DISCUSIÓN:

- 1.- ¿ Qué tan exactos fueron al describirse ustedes mismos? (Haga que se califiquen del uno al cinco).
- 2.- ¿ Qué tan exactos fueron al " leer " los gestos y señas de su compañero? (Califíquense otra vez).
- 3.- ¿Cuáles fueron algunos de los mejores indicios que le dio su compañero?.
- 4.- ¿ Qué obstáculos o problemas parecieron encontrar? (Falta de útiles, falta de experiencia en la comunicación sin palabras).
- 5.- ¿ Cómo podríamos eliminar o reducir esos obstáculos?.

III. El Facilitador guía un proceso para que el grupo analice, como se puede aplicar lo aprendido en su vida.

TÉCNICA 5.

CATEGORÍA: C

NOMBRE: Tormenta de Ideas.	DURACIÓN: 30min.	
Nº DE PERS: 20.	LUGAR: Aula.	MATERIAL: Ninguno.
OBJETIVO: Desarrollar y ejercitar la imaginación creadora, la innovación para encontrar nuevas soluciones a un problema.		

DESARROLLO:

El grupo debe conocer el problema, tema o área de interés sobre el cual se va a trabajar, con cierta anticipación con el fin de informarse y pensar sobre él.

El facilitador del grupo precisa el problema por tratarse, explica el procedimiento y las normas mínimas que han de seguirse dentro del clima informal básico. Puede designarse un secretario (exterior al grupo) para registrar las ideas que se expongan. Es aconsejable la utilización de una grabadora.

Las ideas que se expongan no deben ser censuradas ni criticadas directa o indirectamente; no se discute la factibilidad de las sugerencias; debe evitarse todo tipo de manifestaciones que coarten o puedan inhibir la espontaneidad; los participantes deben centrar su atención en el problema y no en las personas.

Los participantes exponen sus puntos de vista sin restricciones y el facilitador sólo interviene si hay que distribuir la palabra entre varios que desean hablar a la vez, o bien si las intervenciones se apartan demasiado del tema central. A veces estimula a los tímidos y siempre se esfuerza por mantener una atmósfera propicia para la participación espontánea.

Terminado el plazo previsto para la "creación" de ideas, se pasa a considerar (ahora con sentido crítico y en un plano de realidad) la viabilidad o practicidad de las propuestas más valiosas. Se analizan las ideas en un plano de posibilidades prácticas, de eficiencia, de acción concreta.

El facilitador del grupo hace un resumen y junto con los participantes extrae las conclusiones.

Sugerencias prácticas:

El ambiente físico debe ser propicio para el trabajo informal: asientos cómodos, lugar tranquilo sin interferencias ni espectadores, sin apuros de horario, etc.

No deben buscarse soluciones "de urgencia" con esta técnica. La presión de tiempo causa una preocupación más o menos latente que atenta contra la serenidad necesaria.

TÉCNICA 6.

CATEGORÍA: C

NOMBRE: ¿Qué tan Asertivo soy?		DURACIÓN: 30min.
Nº DE PERS: Ilimitado.	LUGAR: Aula.	MATERIAL: Ninguna.
OBJETIVO: Revisar en la propia vida experiencias de asertividad, agresividad y de no asertividad.		

DESARROLLO:

I. El Facilitador leerá lo siguiente, dejando un intervalo de tiempo después de cada historia, para que los participantes identifiquen si el personaje fue asertivo, no asertivo o agresivo; así como, comuniquen experiencias propias que les haya recordado y qué respuesta asertiva encuentran para el ejemplo de no asertividad y agresividad.

OCASIÓN EN QUE NO FUE ASERTIVO: La semana pasada mi hermano tomo 500 pesos de mi cartera sin pedírmelos; en consecuencia no puede ver la película que quería, esa noche. El acostumbra hacer cosas como éstas, pero nunca le digo nada.

OCASIÓN EN QUE SE FUE HOSTIL: Una amiga bromeaba conmigo en la oficina. Yo tenía dolor de cabeza, así que le grité que era una persona desconsiderada, inmadura, y me fui dejándola con la palabra en la boca.

OCASIÓN EN QUE FUI ASERTIVO: El otro día iba yo con un amigo en el coche y éste prendió un cigarro; le dije que fumar en un espacio tan reducido y encerrado me molestaba y le pedí de favor, que no fumara mientras estuviéramos dentro del coche. El apagó el cigarro.

II. El Facilitador solicita a los participantes que hagan un autoanálisis sobre los comportamientos (Agresivo, asertivo y No asertivo) que muestra en cada una de las áreas de vida:

Salud
Trabajo
Economía
Familia
Sociedad
Esparcimiento
Estudios (actuales)
Necesidades
Valores

III. El Facilitador integra subgrupos para que comenten sus respuestas.

IV. El Facilitador guía un proceso para que el grupo analice, como se puede aplicar lo aprendido en su vida.

TÉCNICA 7.

CATEGORÍA: C

NOMBRE: Derechos Asertivos.		DURACIÓN: 60min.
Nº DE PERS: Ilimitado.	LUGAR: Aula.	MATERIAL: <ul style="list-style-type: none">4 Hojas y lápices para cada participante.4 Hoja "Derechos Asertivos: Yo tengo Derecho" para cada participante.4 Hoja de "Derechos Asertivos: Los otros tienen Derecho a recibir de mí".
OBJETIVO: I. Desarrollar las posibilidades de autoconocimiento y de ejercicio asertivo de la autoconfianza. II. Propicia en el participante la exploración de la autoafirmación, sus alcances y límites.		

Hoja para el Participante.

LOS OTROS TIENEN DERECHO A RECIBIR DE MÍ:

En mi casa a:

En mi trabajo a:

En mi grupo de amistades a:

DESARROLLO:

I. Se solicita a los participantes que identifiquen individualmente los derechos que creen tener en la familia, el trabajo y la sociedad.

II. Se forman subgrupos y se pide que traten de destacar, con las contribuciones de cada participante, por lo menos cinco derechos que los subgrupos creen tener en lo familiar, lo laboral y lo social.

III. Cuando terminan son leídas las conclusiones subgrupales pidiendo que se aclaren los puntos oscuros.

IV. El Facilitador pide entonces que dado que lograron determinar estos derechos, pasen a determinar aquellos que creen tienen los miembros de sus familias, de su trabajo y de la sociedad.

V. El Facilitador guía un proceso para que el grupo analice, como se puede aplicar lo aprendido en su vida.

Hoja de Trabajo: DERECHOS ASERTIVOS.

Hoja para el Participante.

YO TENGO DERECHO

En mi casa a:

En mi trabajo a:

En mi grupo de amistades a:

TÉCNICA 8.

CATEGORÍA: C

NOMBRE: Entiende mi Mensaje.		DURACIÓN: 45min.
N° DE PERS: Un máximo de 20.	LUGAR: Aula.	MATERIAL: <ul style="list-style-type: none">4 Una pluma o lápiz para cada participante.4 Varias tarjetas 3X5 para cada participante.4 Tarjetas preparadas previamente por el Facilitador.4 Un rotafolio o Pizarrón.4 Plumones para rotafolio.
OBJETIVO: Aprender a dar y recibir mensajes a través de las expresiones faciales.		

DESARROLLO:

I. El Facilitador previamente a la sesión prepara tarjetas en donde aparezca escrito un mensaje corto. Ejemplo: "No quiero asistir a la clase", "Tengo muchas ganas de salir de vacaciones", "no me gusto la fiesta de anoche", etc.

II. El Facilitador les explica a los participantes que la siguiente actividad tiene como objetivo, el medir sus habilidades para dar y a recibir mensajes sin usar las palabras.

III. El Facilitador solicita un voluntario, le entrega una tarjeta y le indica que utilizando únicamente las expresiones de su cuerpo, trate de transmitir a los demás el mensaje que aparece en la tarjeta. Así mismo, le indica que solamente tiene tres minutos para transmitir el mensaje.

IV. El Facilitador entrega varias tarjetas a cada participante y les indica que en cada una de ellas escribirán el mensaje que captaron del voluntario.

V. El voluntario pasa al frente del grupo y transmite su mensaje. Los demás participantes observarán en silencio la representación. No podrán hacer preguntas ni comentarios Al terminar, los participantes en forma individual, anotan en la tarjeta el mensaje que captaron del voluntario.

VI. El voluntario recoge las tarjetas de sus compañeros y las lee una por una en voz alta. Una vez que termine de leer las tarjetas les da a conocer a sus compañeros el mensaje correcto.

VII. El Facilitador guía un proceso para que los participantes identifiquen los factores que ayudaron a descifrar el mensaje y aquellos que dificultaron percibirlo correctamente. Por último, El Facilitador anota en una hoja de rotafolio el número de personas que percibieron correctamente el mensaje.

VIII. Se continua con el mismo procedimiento hasta que todos los participantes trasmitan un mensaje a sus compañeros.

IX. Se premia a los participantes que lograron que más personas percibieran correctamente el mensaje.

X. El Facilitador guía un proceso para que cada persona analice su habilidad para transmitir o percibir mensajes no verbales. Así mismo, guía un proceso para que el grupo analice la importancia, utilidad y problemas que ocasionan los mensajes no verbales en la vida cotidiana.

XI. El Facilitador guía un proceso para que el grupo obtenga conclusiones del ejercicio e identifiquen como se puede aplicar lo aprendido en su vida.

TÉCNICA 9.

CATEGORÍA: C

NOMBRE: ¿Cómo favorecer las Relaciones?.	DURACIÓN: 30min.	
N° DE PERS: 20. Divididos en subgrupos compuestos por 2 participantes.	LUGAR: Aula.	MATERIAL: Ninguno.
OBJETIVO: Demostrar los efectos que tienen tanto las posturas, como el contacto visual en las relaciones y como sirven de ayuda.		

DESARROLLO:

I. El Facilitador inicia la experiencia discutiendo los aspectos verbales y no-verbales de la comunicación, señalando que aunque los individuos parecen basarse en la comunicación verbal, la no-verbal (gestos, postura, tono de voz etc.) es también de suma importancia. Para reforzar este punto, demuestra en qué forma los intercambios no-verbales pueden contradecir o confirmar un mensaje verbal. Para demostrar LA CONTRADICCIÓN, se acerca a un participante y dice: "Me gustas", usando un tono de voz de enojo y con los puños cerrados. Para demostrar CONGRUENCIA, se acerca a un miembro del grupo y dice: "Me gustas", en una forma cálida y le hace un cariño.

II. El Facilitador anuncia que la actividad consistirá en formar parejas y explorar los efectos de diferentes arreglos. Explica que los miembros de cada pareja se sentarán en posiciones diferentes, y que cada vez que cambien de posición, permanecerán en silencio, y estarán atentos al efecto que produce su forma de sentarse.

III. Los participantes forman parejas, y el Facilitador da direcciones para que se sienten espalda con espalda sin hablar. Después, se esperan en esa posición un minuto, y luego se ordena que se volteen de frente.

IV. Después de pasado otro minuto, cada pareja discute su reacción a la actividad. El Facilitador solicita observaciones de la experiencia a todo el grupo.

V. Las parejas se sientan una frente a otra, y silenciosamente adoptan tres diferentes posturas con el cuerpo (un minuto cada una): inclinado hacia delante, derecho y encorvado.

VI. Cada pareja discute sus reacciones la etapa anterior. El Facilitador pide observaciones a todo el grupo acerca de la experiencia.

VII. Un miembro de cada pareja asume el papel de ayudante; el otro de ayudado.

VIII. Mientras están sentados frente a frente, las parejas silenciosamente experimentan diferentes contactos visuales (un minuto cada uno)

1. El ayudante intenta mirar al ayudado directamente a los ojos, mientras que el otro miembro mira hacia abajo o a lo lejos.

2. El ayudado intenta mirar a su compañero directamente a los ojos, mientras que el otro mira abajo o hacia a lo lejos.

3. Ambos se miran directamente a los ojos.

IX. Se repite el paso VI.

X. Después de asimilar la experiencia del contacto visual, el Facilitador dirige una discusión sobre las reacciones de los participantes a la secuencia de actividades. Enfoca la discusión en la integración y la aplicación de este aprendizaje.

XI. El Facilitador guía un proceso para que el grupo analice, como se puede aplicar lo aprendido en su vida.

CATEGORÍA: TÉCNICAS DIVERSAS. (T.D)

SUBCATEGORÍA.	OBJETIVO.	PÁG.
1. Cuchicheo.	Obtenerse una opinión compartida sobre una pregunta formulada al conjunto.	
2. Técnica del Riesgo.	Reducir o eliminar ciertos riesgos o temores por medio de la libre manifestación de los mismos.	
3. Clínica del Rumor.	Enseñar a la gente a prevenirse de informaciones distorsionadas o erróneas, de inexactitudes a veces intencionales e inconscientes, de prejuicios y prevenciones que perjudican las buenas relaciones humanas.	

TÉCNICA 1.

CATEGORÍA: T.D

NOMBRE: Cuchicheo.		DURACIÓN: 15min.
Nº DE PERS: Ilimitado.	LUGAR: Aula.	MATERIAL: Ninguno.
OBJETIVO: Obtenerse una opinión compartida sobre una pregunta formulada al conjunto.		

DESARROLLO:

Cuchichear significa hablar en voz baja a una persona de modo que otros no se enteren.

La técnica consiste en dividir a un grupo en parejas de dos personas, que tratan en voz baja (para no molestar a los demás) un tema o cuestión de momento. De este modo todo el grupo trabaja simultáneamente sobre un mismo asunto.

Cuando sea preciso conocer la opinión del grupo sobre un tema, problema o cuestión prevista o del momento, el facilitador o coordinador del grupo invita a discutir sobre el mismo, en lo posible reduciendo a una pregunta muy concisa, en parejas.

El facilitador explica que cada una de las personas puede dialogar con su compañero más cercano, el que esté a su lado, sin necesidad de levantarse.

El diálogo simultáneo, de dos o tres minutos, se hará en voz baja intercambiando ideas para llegar a una respuesta o proposición que será luego informada al coordinador por uno de los miembros de cada pareja.

De las respuestas u opiniones dadas por todas las parejas se extraerá la conclusión general o se tomarán las decisiones del caso.

Sugerencias Practicas:

El diálogo simultaneo puede utilizarse en grupos grandes o pequeños. Cuando el grupo sea numeroso habrá que insistir en la necesidad de hablar en voz baja, para no interferir sobre los demás.

Para evitar que uno de los miembros domine excesivamente el diálogo, debe recomendarse la activa participación de ambos.

Uno de los miembros puede tomar nota de las respuestas u opinión final, para leerla luego cuando el coordinador lo solicite.

TÉCNICA 2.

CATEGORÍA: T.D

NOMBRE: Técnica del Riesgo.		DURACIÓN: 30min.
Nº DE PERS: 20.	LUGAR: Aula.	MATERIAL: 4 Un pizarrón o rotafolio.
OBJETIVO: Reducir o eliminar ciertos riesgos o temores por medio de la libre manifestación de los mismos.		

DESARROLLO:

El facilitador del grupo formula con precisión la situación real o hipotética productora de temores o sensación de riesgo. Explica que en la situación hay, seguramente, aspectos agradables, positivos, gratificantes, y quizá también algunos aspectos más o menos negativos, desagradables, inhibitorios, que podrían causar eventualmente cierta tensión o preocupación. Sobre estos últimos aspectos solicita que se fije la atención, que se reflexione y que se manifiesten puntos de vista con absoluta libertad.

El facilitador estimula, incita al grupo para que se expresen las opiniones, tratando de descubrir los sentimientos y actitudes que se mueven detrás de las ideas, es decir, los temores que despiertan muchos aspectos "dificultosos" de la situación planteada. La situación se estructura de tal modo que los miembros del grupo hablan de los peligros o riesgos que implica cualquier cambio en proyecto y dejan de lado, por el momento, toda discusión sobre posibles ventajas. Debe crearse en el grupo un clima netamente permisivo que favorezca la libre expresión.

En esta primera fase se buscan los riesgos, se expresan los temores, se facilita la manifestación activa tomando en cuenta todas las opiniones sin discutir o cuestionarlas. A medida que los miembros del grupo van expresando los posibles riesgos, el facilitador los anota en el pizarrón en forma sintética.

Una vez agotada la expresión de los riesgos, el conductor invita a discutir los que han sido anotados en el pizarrón, uno por uno. En esta segunda fase se analiza cada riesgo, se entabla una libre discusión, se dan opiniones y puntos de vista sobre su realidad y fundamento. EL facilitador debe mantener una posición equilibrada, y si el grupo rechaza de plano uno de los riesgos expuestos por uno de sus miembros, tratará de "mantenerlo" para que se analice y discuta de modo que quien lo manifestó obtenga el esclarecimiento necesario para posibilitar su cambio de actitud.

Durante el análisis se observará la aceptación o rechazo del grupo hacia un determinado riesgo. El facilitador guiará la discusión pero dejando que sean los propios interesados quienes argumenten y hallen las soluciones del caso; lo cual se logra si se provee una situación en la que se sientan alentados a expresar con libertad sus sentimientos. Dar consejos concretos o manifestar opiniones propias, ahoga todo el proceso.

Colocados en la situación libre de análisis de la realidad, lo correcto es que los miembros del grupo se sientan motivados para demostrar que los riesgos anotados, o cuando menos muchos de ellos, son irreales, carentes de fundamento. Los miembros se influyen mutuamente (presión social), y de tal modo van cambiando las actitudes y los temores antes expuestos pueden llegar a parecer ridículos.

Cuando se ha logrado modificar de tal modo las actitudes frente a un riesgo, se borra de la lista o se tacha. La actitud del facilitador ha de ser reticente más que favorable a la eliminación de un riesgo, con el objeto de que sea bien aclarado y no queden resabios sobre el mismo.

Es probable que en una sola sesión no puedan eliminarse todos los temores infundados. Por lo tanto, en próximas oportunidades se vuelve a considerar la lista y en sucesivas discusiones es probable que los riesgos vayan desapareciendo gradualmente. En una sola sesión o en sesiones posteriores podrán observarse cambios de actitud ante los riesgos manifestados, los cuales parecerán menos reales. El cambio de uno influye sobre todos los demás, siempre que la atmósfera sea permisiva, cooperativa y no autoritaria.

TÉCNICA 3.

CATEGORÍA: T.D

NOMBRE: Clínica del Rumor.		DURACIÓN: 30min.
Nº DE PERS: 20.	LUGAR: Aula.	MATERIAL: 4 Una lámina grande o acetato que represente una escena en la cual figuren alrededor de veinte detalles significativos (personas, animales, cosas, etc.). 4 Un relato imaginario y anecdótico que contenga unos veinte detalles significativos memorizables.
OBJETIVO: Enseñar a la gente a prevenirse de informaciones distorsionadas o erróneas, de inexactitudes a veces intencionales e inconscientes, de prejuicios y prevenciones que perjudican las buenas relaciones humanas.		

DESARROLLO:

Cómo se realiza: suele hacerse con dos tipos de estímulos: uno gráfico y otro verbal. Los "actores" de la prueba deben transmitir lo que han visto u oído, de uno a otro, lo cual da finalmente un testimonio bastante desfigurado.

Preparación con base a un estímulo gráfico:

El facilitador de un grupo que desee realizar esta prueba debe comenzar por proveerse de una lámina grande o acetato que represente una escena en la cual figuren alrededor de veinte detalles significativos (personas, animales, cosas, etc.). Dispondrá también de un aparato grabador para registrar textualmente los sucesivos testimonios. Suelen usarse láminas en que los objetos y situaciones son dibujadas con cierta ambigüedad, con el objeto de poder observar la capacidad de percepción de los sujetos que viven la experiencia. También resulta interesante utilizar dos láminas a la vez.

Desarrollo con base a un estímulo gráfico:

El facilitador invita a que seis o siete personas se presten para actuar como protagonistas de una experiencia interesante. Solicita a estas personas que se retiren del local por un momento, diciéndoles que cuando se les llame, una por vez, deberán escuchar atentamente lo que se les diga y repetirlo "lo más exactamente posible". (No se les informa sobre el objetivo de la prueba, aunque es poco importante que lo conozcan o no, pues esto no varía mayormente el resultado).

Se coloca ante el grupo la lámina grande o se proyecta el acetato, pero de modo tal que no sea visible para las personas que van entrando.

El facilitador llama a una de las personas que han salido y pide a un espectador previamente designado que describa la lámina en voz alta mientras el primer sujeto de la experiencia presta atención al relato sin ver la lámina.

Antes de comenzar la descripción de la lámina se hace funcionar la grabadora, la cual registrará todo el proceso hasta el final de la experiencia. (Algo que impacta mucho al grupo es que no se den cuenta de que se está grabando).

A través de esta primera descripción directa de la lámina el grupo podrá ya advertir "cuán eliminadora de detalles e imperfecta puede ser una percepción aun cuando sea descriptiva por un testigo que esté en ese momento observando directamente la escena".

Tras la última descripción se podrá advertir hasta qué punto el testimonio se ha ido apartando de la realidad a través de las sucesivas versiones. Es corriente que esto cause hilaridad; y es frecuente también que se desee escuchar la grabación realizada.

Terminada la descripción de la lámina al primer sujeto, se llama al recinto a un segundo sujeto de experiencia, el cual se coloca junto al primero, sin que ninguno de los dos vea la lámina. El primer sujeto describe entonces al segundo lo que acaba de escuchar, haciéndolo con la mayor fidelidad posible. Luego puede sentarse entre los espectadores pues su tarea ha terminado.

Se hace entrar al tercer sujeto y se procede del mismo modo que en el paso anterior; el segundo relata al tercero lo que acaba de escuchar. Así sucesivamente con todas las personas que habían salido del recinto, hasta que el último de ellos repite ante el público lo que el penúltimo le ha relatado. Aquí termina la experiencia propiamente dicha. (se apaga la grabadora).

El grupo discute finalmente la experiencia y extrae las conclusiones de la misma en cuanto puede ser útil para demostrar el mecanismo del rumor.

Preparación con base a un estímulo verbal:

En lugar de la lámina, el facilitador debe proveerse de un relato imaginario y anecdótico que contenga unos veinte detalles significativos memorizables.

Desarrollo con base a un estímulo verbal:

El mecanismo de la prueba es igual al anterior. Sólo que en lugar de describir la lámina, se lee el relato al primer sujeto, éste lo repite con la mayor fidelidad posible al segundo, éste al tercero, y así sucesivamente hasta que el último lo repite al público. Entonces se relea el texto original para comparar.

Sugerencias prácticas:

La experiencia puede repetirse cuantas veces se desee, con distintos grupos.

El propio facilitador puede elaborar o diseñar las láminas para la prueba, o seleccionarlas eligiendo escenas de cierta complejidad en las cuales figuren muchos detalles memorizables.

La prueba del rumor suele utilizarse como introducción o iniciación de un debate, conferencia o reunión de grupo en la que se trate el tema del rumor, de las relaciones humanas, del testimonio, etc.