



UNIVERSIDAD DE SOTAVENTO A.C.



ESTUDIOS INCORPORADOS A LA UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA DE MÉXICO

FACULTAD DE PSICOLOGÍA

**“LA TERAPIA NARRATIVA COMO ESTRATEGIA PARA EL LOGRO DEL
DESARROLLO DE LA INTELIGENCIA EMOCIONAL EN LOS NIÑOS DE 7 A 8
AÑOS DE EDAD A TRAVÉS DE LOS PADRES EN LA ESCUELA PRIMARIA
ADOLFO LÓPEZ MATEOS.”**

TESIS PROFESIONAL

QUE PARA OBTENER EL TÍTULO DE:

LICENCIADO EN PSICOLOGÍA

PRESENTA:

JESÚS ENOS JUÁREZ ÁLVAREZ

ASESOR DE TESIS:

LIC. ADRIÁN PORFIRIO MÉNDEZ FERNÁNDEZ

Coatzacoalcos, Veracruz

FEBRERO 2014.



Universidad Nacional
Autónoma de México

Dirección General de Bibliotecas de la UNAM

Biblioteca Central



UNAM – Dirección General de Bibliotecas
Tesis Digitales
Restricciones de uso

DERECHOS RESERVADOS ©
PROHIBIDA SU REPRODUCCIÓN TOTAL O PARCIAL

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

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

Agradecimiento

Agradezco a todas las personas que de una u otra forma colaboraron en mi formación, porque cada una aportó un granito de arena; y es por ello que a todos y cada uno de ustedes les dedico todo el esfuerzo, sacrificio y tiempo que entregué a esta tesis.

Le doy gracias a mis padres por apoyarme en todo momento, por los valores que me inculcaron y por haberme dado la oportunidad de tener una excelente educación en el transcurso de mi vida. Sobre todo por ser unos excelente ejemplos de vida a seguir.

A mis hermanas por ser parte de mi vida y representar la unidad familiar.

Les agradezco la confianza, apoyo y dedicación de tiempo a mis profesores, por haber compartido conmigo sus conocimientos y sobre todo su amistad.

A mis amigos por confiar y creer en mí y haberme hecho de mi etapa universitaria un trayecto de vivencias que nunca olvidare.

A mi asesor de tesis Psic. Omar Castillejos Zarate por su apoyo en la elaboración de este trabajo de igual manera al Director de la Facultad de Psicología el Lic. Adrián Méndez Fernández.

Dedicatoria

Esta tesis se la dedico a mi dios quien supo guiarme por el buen camino, darme fuerza para seguir adelante y no desmayar en los problemas que se presentaban, enseñándome a encarar las adversidades sin perder nunca la dignidad ni desfallecer en el intento.

Para mis padres por su apoyo, consejos, comprensión, amor, ayuda en los momentos difíciles, y por ayudarme con los recursos necesarios para estudiar. Me han dado todo lo que soy como persona, mis valores, mis principios, mi carácter, mi empeño, mi perseverancia, mi coraje para conseguir mis objetivos. Una mención especial a mis hermanas, abuelos y tíos, los cuales me apoyaron en demasía.

A mis compañeros de escuela y profesores, por estar conmigo los 4 años y medio de la carrera y proporcionarme sus conocimientos, compañía y amistad.

Índice

CAPITULO I INTRODUCCION

| | |
|---|---|
| 1.1 Antecedentes. | 1 |
| 1.2 Planteamiento del problema. | 2 |
| 1.3 Objetivo | |
| 1.3.1 Objetivo general. | 5 |
| 1.3.2 Objetivos específicos. | 5 |
| 1.4 Pregunta de investigación. | 5 |
| 1.5 Justificación. | 6 |

CAPITULO II MARCO TEÓRICO

| | |
|---|----|
| 2.1 Inteligencia emocional | |
| 2.1.1 Concepto de inteligencia. | 8 |
| 2.1.1.1 Inteligencia múltiple. | 12 |
| 2.1.2 Concepto de emoción. | 14 |
| 2.1.3 Inteligencia emocional. | 18 |
| 2.1.3.1 El enfoque de la inteligencia emocional. | 20 |
| 2.1.3.2 Los modelos de la inteligencia emocional. | 22 |
| 2.1.3.3 Modelo de rasgos. | 25 |
| 2.1.3.4 Modelo de habilidades. | 27 |
| 2.1.3.5 Evaluación de la inteligencia emocional. | 29 |
| 2.2 Terapia narrativa | |
| 2.2.1 Teorías de la terapia narrativa. | 30 |
| 2.2.2 Los Niños y la Terapia Narrativa. | 34 |

| | |
|--|----|
| 2.3 Comunicación entre padres e hijos | |
| 2.3.1 Comunicación humana. | 37 |
| 2.3.2 Comunicación entre padres e hijos. | 39 |
| CAPITULO III: METODOLOGIA | |
| 3.1 Enfoque metodológico. | 44 |
| 3.2 Tipo de estudio. | 44 |
| 3.2 sujetos. | 45 |
| 3.3 Instrumentos. | 45 |
| 3.4 Método Teórico. | 49 |
| 3.5 Método empírico u otros. | 49 |
| 3.6 Procesamiento de la información. | 49 |
| 3.7 Escenario. | 50 |
| CAPITULO IV: RESULTADOS | |
| 4.1 Resultados de la terapia narrativa como estrategia para lograr el desarrollo de la inteligencia emocional a niños de 7 a 8 años de edad a través de los Padres en la escuela primaria Adolfo López Mateos. | 51 |
| CAPITULO V: DISCUSION | |
| 5.1 Análisis De los Resultados. | 53 |
| CONCLUSIONES. | 55 |
| PROPUESTA. | 56 |
| BIBLIOGRAFIA. | 58 |
| ANEXOS. | 60 |

Capítulo I Introducción

1.1 Antecedentes

La inteligencia es, ha sido, y posiblemente será uno de los aspectos que más interés ha suscitado a lo largo de este último siglo dentro de la psicología y también en otras disciplinas tales como la pedagogía, la filosofía o la neurología. Incluso después de muchos avances la inteligencia se sigue considerando un fenómeno en gran medida desconocido por su complejidad. Esta complejidad ha propiciado que surjan, sobre todo en las últimas décadas, diferentes teorías y definiciones sobre el constructo, que hacen difícil a los investigadores poder llegar a una definición aceptada y consensuada por todos.

En estas últimas décadas, algunos autores han considerado incompleta la visión de la inteligencia que hace referencia solamente al denominado cociente intelectual. Es por ello por lo que las teorías recientes conducen al desarrollo de una nueva perspectiva de la inteligencia mucho más amplia, en la que se tienen en cuenta otros aspectos más allá de los puramente racionales como los factores emocionales. Estas emociones juegan un papel importante y trascendental en la vida de los niños, la manera de cómo interactúan en la realidad del individuo, en su vida cotidiana, estando presentes de manera diversa en cada experiencia vital y de manera particular en su entorno educativo, catapultando al infante como una persona capaz de analizar sus decisiones para resolver sus problemas cotidianos y ayudar en su convivencia diaria con su entorno y con los que lo habitan.

Las teorías e investigaciones abarcan la definición y lo que engloba a la inteligencia emocional, pero ninguna ha planificado el cómo desarrollarla, y menos en la época infantil, cabe mencionar que el plan o estrategia abarca otras variables que es terapia narrativa y no existe investigación que los correlacione.

1.2 Planeamiento del problema

En la actualidad, no resulta tan sencillo tener tiempo de calidad en familia, sobre todo si ambos padres trabajan. A veces, el pasar tiempo con los hijos se reduce a los fines de semana, pero hay que tomar en cuenta que lo realmente importante para los hijos, especialmente los más pequeños, es la calidad del tiempo y no la cantidad del mismo, resaltando que tampoco existe dicha calidad aunado a que la comunicación no es asertiva, teniendo como consecuencia que el mensaje no llegue a su destino de manera comprensible, es decir que al no tener un canal de comunicación óptimo se desvía la información, cada persona tiene un diferente significado a un mensaje, provocando caos en ambas partes, o se es muy amable, consentidor, autoritario en el caso de padre, u obediente, desobediente, con actitud rebelde en caso de los hijos. Al notar dicha discrepancia los padres, provoca que se deje a un lado la comunicación y mejor se enfoque en tener feliz al niño mediante el ofrecimiento de un reforzador positivo.

Entre los beneficios de tener y mantener una buena comunicación con los hijos pequeños encontramos que ayuda a establecer lazos afectivos y un vínculo emocional. Además brinda seguridad y confianza en el niño pues sabe que no está solo o que mamá o papá van por él. También le facilita un modelo para la socialización de las habilidades y la expresión de las emociones, que desarrolle habilidades comunicativas, y finalmente, el desarrollo de la escucha. “Es importante que esto se de en la familia como primera escuela”. Ayudan a los hijos a desarrollar su inteligencia emocional, tal y como lo señala Goleman, es la capacidad de reconocer los sentimientos propios y los de los demás, para así manejar bien las emociones y tener relaciones más productivas con quienes nos rodean, tolerar las presiones y frustraciones que soportamos en la escuela, trabajo en si en la vida diaria, acentuar nuestra capacidad de trabajar en equipo y adoptar una actitud empática y social, que nos brindará mayores posibilidades de desarrollo personal.

Como se resalta en el párrafo anterior el beneficio de tener una buena comunicación es grande, tanto en la relación padre e hijo, como en el desarrollo de sus capacidades para resolver problemas y adaptarse a su entorno para el niño, pero ¿Cómo lograr que suceda esto?, teniendo en cuenta que no existe una buena comunicación, porque los padres en ocasiones no saben cómo comunicarles a sus hijos toda la información que ellos quieren proporcionarles, ya sea por la cantidad de tiempo (Trabajo) y la falta de practica (cultura).

Una estrategia para cambiar dicha problemática es mediante la terapia Narrativa, la cual implica escuchar y contar o volver a contar historias sobre las personas y los problemas de su vida. Ante problemas graves y a veces potencialmente extremos, la idea de escuchar o contar historias puede parecer algo trivial.

Este tipo de terapia (Freeman y Epston) utiliza una práctica lingüística llamada “exteriorización” que separa a la persona del problema mitigando así la culpa y el recelo. Se huye que el niño sea inherente al problema, pero en la presente investigación el terapeuta aporta las características de la terapia narrativa, explicando usos, beneficios y tips a los padres, es decir, crear un canal de comunicación, basado en los principios de la terapia narrativa y la comunicación asertiva.

Especificando la edad de 7 a 8 años de edad, diferentes investigaciones apuntan que los niños ya tienen mejor conciencia de sí mismo. Por lo general, se queja uno del otro. Esto sucede por dos razones: para ayudarse a sí mismos a entender las reglas y segundo, para atraer la atención de un adulto. A esta edad, a los niños no les gusta ser criticados y no les gusta fracasar. Tienen una fuerte necesidad de cariño y atención de sus padres. Ellos comienzan a darle importancia a los sentimientos y necesidades de otras personas.

Para ellos " lo bueno" y " lo malo," son aquellas cosas que los padres y los maestros aprueban o desaprueban. Empiezan a entender el concepto de moralidad y honradez. Empiezan a desarrollar un buen sentido de humor y disfrutan rimas, canciones y adivinanzas sin sentido. Se disgustan cuando su comportamiento o trabajo escolar es criticado o ignorado. Existe un aumento de raciocinio y desarrollo intelectual, su atención se prolonga más tiempo. Pueden seguir historias que los involucran más. Aprenden letras y palabras.

1.3 Objetivos

1.3.1 Objetivo General

Desarrollar un canal de comunicación mediante la terapia narrativa para el logro del desarrollador la inteligencia emocional aplicado por los padres a sus niños de 7 a 8 años de edad en la escuela primaria Adolfo López Mateos.

1.3.2 Objetivos específicos

- Estimular y fortalecer la inteligencia emocional a los niños mediante la terapia narrativa.
- Describir en que consiste la inteligencia emocional a los padres.
- Analizar la influencia de la comunicación en la familia en el inteligencia emocional de los niños

1.4 Pregunta de investigación

¿Se podrán influir mediante historias a los niños para desarrollar su inteligencia emocional desde sus hogares?

¿La utilización de la terapia narrativa lograra el desarrollo de la inteligencia emocional en los niños de 7 a 8 años de edad?

1.5 Justificación

En el presente trabajo se tratara de desarrollar la inteligencia emocional mediante la terapia narrativa, proporcionando un canal de comunicación en el cual se le va a proporcionar las características y el modo de efectuarlo a los padres de familia para que estos se lo faciliten de manera clara y concisa estos conocimientos a sus hijos de 7 a 8 años de edad, la forma en que se le inculcaran dicho tema a los padres es mediante una Escuela para padres. La idea se basa en que el padre puede motivar y enseñar valores (cuales se han ido perdiendo) a sus hijos, pero no con reforzadores negativos o castigos, con algo que puede relacionarse fácilmente, una historia.

La idea se sustenta en la frase de “Hay dos cosas que todo el mundo hace todos los días, todos vendemos algo – nuestros productos, ideas, servicios, talento, nuestra visión- y contamos historias”. Analizando este contexto utilizaremos los dos, venderemos nuestra idea y visión contando las historias para cambiar la perceptiva del menor mediante la terapia narrativa.

El desarrollo de la inteligencia emocional influye directamente en la evolución intelectual del niño, un desarrollo emocional poco satisfactorio puede tener incidencias en aspectos del desarrollo intelectual como: Limitación de la memoria, dificultad en la precepción y en la atención y disminución de las asociaciones mentales satisfactorias.

Un desarrollo de la inteligencia emocional correcto supone poseer una capacidad de empatizar con los demás, de simpatizar, de identificación, de tener unos vínculos e intercambios de sentimientos satisfactorios.

La inteligencia emocional nos permite tomar conciencia de nuestras emociones, comprender los sentimientos de los demás, tolerar las presiones y frustraciones que soportamos en el trabajo, acentuar nuestra capacidad de trabajar en equipo y adoptar una actitud empática y social, que nos brindará mayores posibilidades de desarrollo personal.

La terapia narrativa es parte de la Terapia sistemática, al igual es utilizada en la ludoterapia y en casos de abuso a menores, lo define como un enfoque respetuoso y no culpabilizador que sitúa a las personas como expertas de sus propias vidas (Morgan, 2004). Esto conlleva un cambio de conceptualización con respecto a quién busca ayuda. No se le llama paciente, ni se le llama cliente sino que se le denomina “coautor” del proceso de terapia.

La participación del psicólogo corresponde el de psicoeducación, referente a los padres con el afán de desarrollar la inteligencia emocional. Creando una escuela para padres, teniendo una población de padres y tutores de 10 niños, de escuelas públicas, que cuenten con la edad estipulada, es decir 7 y 8 años de edad.

Capítulo II Marco Teórico

2.1 Inteligencia Emocional

2.1.1 Concepto de inteligencia

Inteligencia: Según la Real academia Española, inteligencia (del latín *intelligentia*) significa 1. f. Capacidad de entender o comprender, 2. f. Capacidad de resolver problemas. 3. f. Conocimiento, comprensión, acto de entender. 4. f. Sentido en que se puede tomar una sentencia, un dicho o una expresión. 5. f. Habilidad, destreza y experiencia. 6. f. Trato y correspondencia secreta de dos o más personas o naciones entre sí. 7. f. Sustancia puramente espiritual.

No hay una definición concreta dentro del ámbito de la investigación, dependiendo de cada extracto de la ciencia va a corresponder a una posible explicación. Existen muchos conceptos erróneos acerca de la inteligencia, incluso se han elaborado diversos conceptos y mecanismos para medir la inteligencia, como el del cociente intelectual de los individuos, sin embargo con ellos sólo se analizan las capacidades de lógica, matemática y lingüísticas de una persona, obteniéndose resultados poco precisos de la capacidad verdadera de una persona.

De manera social que cataloga a alguien inteligente si sale con un CI alto, o una capacidad para resolver problemas matemáticos de manera acertada y rápida, basándose en calificaciones altas de igual manera, dado a que cada quien tiene una forma de resolver sus problemas y estos incluyan memoria, experiencia e inclusive otras herramientas para contestar correctamente las pruebas no comprueban en si la existencia de una inteligencia superior en el individuo.

Dentro del ámbito de la psicología al igual existen ciertas diferencias notables que provoca una opinión diferente para definir este concepto, aunado que su forma de medición sea parte esencial en esta no concordancia.

La concepción de la inteligencia como una capacidad que determinaba una parte alta de las capacidades humanas o concepciones centralista, unitaria y monárquica, teoría que dará origen a las visiones psicométricas dominantes durante la mayor parte del siglo XX.

La teoría de las facultades que se habían postulado en el siglo XIX y en la que se consideraba la inteligencia como una serie de capacidades separadas y relativamente autónomas entre las cuales estaba la sabiduría, el razonamiento, la memoria y la imaginación, concepción que se podría denominar oligarquías. Al igual Paul Broca (1824/1880) mencionaba que la medida de la inteligencia estaba dada por el tamaño del cráneo.

Las anteriores teorías podrían denominarse implícitas ya que actuaban más como definiciones de las que se partía y que tendían a carecer de bases de sustentación empírica. De allí que uno de los problemas fundamentales que se intentara resolver a fines del siglo XIX y comienzo del XX fuera el de la medición de la inteligencia y el diseño de instrumentos que permitieran acercarse a la determinación de las capacidades intelectuales de las personas. Dentro de este contexto se encuentra Francis Galton (1822/1911) como principal precursor, el mediante pruebas y experimentaciones que consistían fundamentalmente en el análisis de procesos sensoriales, argumentaba que :

“La única información que llega a nosotros en relación con los acontecimientos exteriores parece pasar a través de la avenida de los sentidos; y cuando más perceptivos de diferencias son los sentidos, más amplio es el campo sobre el que pueden actuar nuestro juicio y nuestra inteligencia” (Citado por Anastasi, 1982)¹

En última instancia, Galton entendió la inteligencia como un proceso sensorio, caracterizado principalmente por la energía y la sensibilidad. La energía se refiere a la capacidad de trabajo y será dominante en los individuos muy inteligentes.

¹ Mike Anderson, Desarrollo de la inteligencia, Editorial Oxford, México 2001, pág. 22 párrafo 3

La sensibilidad será la capacidad de captar en mayor medida los estímulos y este será el segundo distintivo de los individuos inteligentes.

Desde los primeros desarrolladores de la cuantificación en las ciencias sociales el concepto de la inteligencia en el campo de la psicología ha sido el más estrechamente relacionado con la medición. Dentro de este contexto hay dos enfoques conceptuales importantes en el estudio de la inteligencia: uno se conoce como el enfoque psicométrico, recopilado en el trabajo de Binet y Simon (1905/1980) y percibido como cuantitativo, y el otro es el enfoque del desarrollo cognitivo, precisado por el trabajo de Piaget (1970) y percibido como cuantitativo. Existen investigadores que han contemplado a estos dos enfoques como mutuamente excluyentes y otros lo han visto como complementarios. En el enfoque de Binet y Simon se centró en el significado y la interpretación de las respuestas correctas dadas a una serie de tareas complejas mediante el uso de preguntas únicas y estándar. Por otra parte, Piaget se centró en la construcción y el desarrollo de la inteligencia a través de un estudio de la respuesta incorrecta a tareas más complejas mediante el uso de un enfoque clínico similar a un diagnóstico.

Estos dos enfoques lograron avances y una pauta a nuevas investigaciones, una de las representativas es la de Sternberg y la teoría triárquica de la inteligencia:

“Ahora podemos medir las capacidades, enseñar y evaluar logros en forma que permita a todos los estudiantes arribar a grados superiores. Para hacerlo así, nosotros necesitamos romper definitivamente el círculo vicioso que valora solamente a pocas y mezcladas habilidades, y que ignora y devalúa un gran rango de importantes habilidades.” Robert Sternberg²

Desde los años ochenta, Sternberg ha usado la analogía del gobierno para explicar los estilos de aprendizaje, la naturaleza y las características de la inteligencia, considerando la inteligencia como un autogobierno mental.

² Mike Anderson, Desarrollo de la inteligencia, Editorial Oxford, México 2001, pág. 48 párrafo 3

En el sentido, la inteligencia organiza y gobierna las relaciones con nosotros mismos y con los demás individuos. El relacionaba la inteligencia como un gobierno ya que evalúa, legisla y ejecuta.

Por lo general, en la parte de individuo predomina algunas de estas funciones: de allí que existan algunos que tienden a ser legislativo, otros a ser ejecutivos y algunos más judiciales.

Se hablara de un estilo legislativo cuando se privilegie la planificación, la formulación y el control en la identificación y la solución de problemas, son innovadores y prefieren realizar las cosas a su manera. Se hablara de un estilo ejecutivo cuando el individuo privilegie la puesta en práctica de las ideas y, en consecuencia predominara el pensamiento convergente frente al divergente y se preferirá el usos de las normas y los procedimientos conocidos, un hombre de acción. Por el contrario, el estilo judicial será propio de individuo a los que les gusta evaluar las normas, los procedimientos, los objetos y las ideas que han formulado otros. Disfruta de la evaluación, la comparación y el análisis, son críticos y reflexivos.

Desde la perspectiva del procedimiento de la información, Sternberg encuentra tres categorías para sustentar su planteamiento triárquico de la inteligencia: el componente individual, el social y el experimental.

“La inteligencia no es primordialmente un problema de cantidad, sino de equilibrio, de saber cuándo y cómo usar las habilidades analíticas, las creativas y las prácticas.” Robert Sternberg.³

Analizando ve a la inteligencia como varios contextos que se tiene que complementar, integra a esta estructura lo social de con saber cómo cuando utilizar las habilidades basadas en la experiencia y la aceptación de ciertas herramientas para la resolución de problemas cotidianos.

³ Mike Anderson, Desarrollo de la inteligencia, Editorial Oxford, México 2001, pág. 53 párrafo 1

2.1.1.1 Inteligencia Múltiple

En 1938 Thurstone rechaza la teoría de una inteligencia general y analiza siete habilidades esenciales estableciendo la teoría factorial de la inteligencia, como son la comprensión y la fluidez verbal, habilidad numérica, percepción espacial, memoria, razonamiento y rapidez de percepción.

Cattell distingue en 1967 entre Inteligencia Fluida e Inteligencia Cristalizada.

Spearman, establece el factor g como índice general de la inteligencia.

Pero todos ellos hacen referencia en sus teorías a capacidades verbales, numéricas, espaciales, perceptivas, de memoria o psicomotrices.

Es decir, se elaboran conceptos de inteligencia siempre relacionados con la predicción del éxito académico, dejando los aspectos afectivos emocionales como elementos facilitadores o distorsionadores de ese rendimiento, pero no como elementos centrales del desarrollo intelectual y predictores del éxito personal y social (Sánchez, Blum y Piñeyro, 1990).

Por su parte, Howard Gardner (1983)⁴ enuncia sus planteamientos acerca del pensamiento humano, al que le otorga una mayor amplitud y al que trata de definir a través de su teoría de las Inteligencias Múltiples, en la que se hace referencia a un amplio abanico de inteligencias diversas, entre las que sitúa la inteligencia inter e intra-personal. Estas dos últimas inteligencias estarían relacionadas con aspectos socio-emocionales, coincidiendo así al menos en parte, con la corriente de autores que defiende la existencia de una inteligencia emocional, independiente de otros constructos cercanos como la inteligencia psicométrica tradicional o la personalidad. Al igual se anexa lo que es la inteligencia naturalista.

Inteligencia interpersonal: se implica en la relación con otras personas, para comprender sus motivos, deseos, emociones y comportamientos. Es la capacidad de entender y comprender los estados de ánimo de los otros, las motivaciones o los estados psicológicos de los demás.

⁴ Howard Gardner, La inteligencia reformulada: Las inteligencias múltiples en el siglo XXI , Editorial Paidós

Se refiere a una capacidad cognitiva de comprender los estados de ánimo de los demás, no a la respuesta emocional que provoca esta comprensión y que clásicamente denominamos empatía. Se encuentra muy desarrollada en maestros, vendedores o terapeutas.

Inteligencia intrapersonal: la capacidad de acceder a los sentimientos propios, las emociones de uno mismo y utilizarlos para guiar el comportamiento y la conducta del mismo sujeto. Se refiere a una capacidad cognitiva de comprender los estados de ánimo de uno mismo. Se utiliza para comprendernos a nosotros mismos, nuestros deseos, motivos y emociones. También juega un papel determinante en los cambios personales asociados a mejoras o adaptaciones a los eventos vitales. Se debería encontrar en monjes, religiosos y yoguis.

Inteligencia naturalista: refiere a la habilidad para entender el mundo natural. Quienes poseen esta habilidad son observadores y amantes de la exploración y experimentación de nuestro entorno natural. Como ejemplos tenemos a los biólogos, veterinarios, ornitólogos, ambientalistas, entre otros.

2.1.2 Concepto de Emoción

Emoción: Según la Real Academia española, (Del lat. *emotĭo*, *-ōnis*).
1. f. Alteración del ánimo intensa y pasajera, agradable o penosa, que va acompañada de cierta conmoción somática. 2. f. Interés expectante con que se participa en algo que está ocurriendo.

El papel de las emociones en la adaptación del ser humano ha sido ampliamente aceptado y estudiado desde Hipócrates y Galeno, pasando por Darwin (1872) y LeDoux (1996) hasta Cacioppo, Larsen, Smith y Bernston. (2004).

Ya en la Grecia antigua, el cosmólogo Empédocles (hacia 450 a.C.) formulaba a grandes rasgos la teoría de los cuatro tipos de temperamento: colérico, melancólico, sanguíneo y flemático. Creía que el cuerpo humano, como todas las formas terrenales, se componía de cuatro elementos: fuego, tierra, aire y agua. Relacionó estos cuatro elementos con los cuatro humores corporales: la bilis roja y la negra, la sangre y las mucosidades.

Con ello Empédocles estableció las bases para una psicología determinada de manera primordial por los humores corporales. Más tarde, la psicología del Renacimiento, encabezada por Robert Burton con su obra en tres tomos *Anatomy of Melancholy* amplió y perfeccionó esta sistematización.

Burton y sus contemporáneos elaboraron una tesis según la cual la composición de los humores corporales, y en consecuencia el equilibrio anímico del ser humano era sensible a influencias externas como la alimentación, la edad y las pasiones. Otro hito en la psicología de las emociones fue la publicación de Charles Darwin "La expresión de las emociones en el hombre y en los animales" (1872). Darwin intentaba demostrar que existen esquemas de comportamiento congénito para las emociones más importantes, como la alegría, la tristeza, la indignación y el miedo (Martin et al., 2004).

Otros antecedentes están en los enfoques del counseling que han puesto un énfasis en las emociones, particularmente la psicología humanista, con Gordon Allport, Abraham Maslow y Carl Rogers, que a partir de mediados del siglo XX ponen un énfasis especial en la emoción.

Después vendrán la psicoterapia racional-emotiva de Albert Ellis y muchos otros, que adoptan un modelo de counseling y psicoterapia que toma la emoción del cliente como centro de atención. Este enfoque defiende que cada persona tiene la necesidad de sentirse bien consigo misma, experimentar las propias emociones y crecer emocionalmente. Cuando se ponen barreras a este objetivo básico pueden derivarse comportamientos desviados. Taylor, Bagby y Parker (1997, al ocuparse de los desórdenes afectivos hacen referencia a algunos aspectos procesuales de la IE. (Lyons, 1993)⁵

Una emoción se produce de la siguiente forma:

- 1) Informaciones sensoriales llegan a los centros emocionales del cerebro.
- 2) Se produce una respuesta neurofisiológica.
- 3) El neocortex interpreta la información.

De acuerdo con este mecanismo, en general hay bastante acuerdo en considerar que: —Emoción es un estado complejo del organismo caracterizado por una excitación o perturbación que predispone a una respuesta organizada. Las emociones se generan como respuesta a un acontecimiento externo o interno” (Bisquerra, 2007). (Cano-Vindel, 1999)

El proceso de valoración puede tener varias fases. Según Lazarus (1991) hay una valoración primaria sobre la relevancia del evento: ¿es positivo o negativo para el logro de nuestros objetivos? En una evaluación secundaria se consideran los recursos personales para poder afrontarlo: ¿estoy en condiciones de hacer frente a esta situación?

Gran parte de lo que el cerebro realiza cuando se produce una emoción sucede independientemente del conocimiento consciente; se realiza de forma automática. Conviene insistir en que la mayoría de las emociones se generan inconscientemente. También es útil distinguir entre reacciones emocionales innatas y acciones emocionales voluntarias. Las respuestas de evitación se

⁵ Lyons, W. (1993) Emoción, México, Anthropol Editorial.

encuentran a mitad de camino entre ambas. Cuando hablamos de las acciones emocionales voluntarias nos referimos a los sentimientos (LeDoux, 1996). El Estado de ánimo se refiere a un estado emocional mantenido durante semanas o más tiempo. Coincidimos con Frijda (1994) al afirmar que las emociones nos dicen qué hechos son verdaderamente importantes para nuestra vida.

Hay tres componentes en una emoción: neurofisiológico, conductual y cognitivo. Lo neurofisiológico se manifiesta en respuestas como taquicardia, sudoración, vasoconstricción, hipertensión, tono muscular, rubor, sequedad en la boca, cambios en los neurotransmisores, secreciones hormonales, respiración, etc. Todo esto son respuestas involuntarias, que el sujeto no puede controlar, sin embargo se pueden prevenir mediante técnicas apropiadas como la relajación.

La observación del comportamiento de un individuo permite inferir qué tipo de emociones está experimentando. Las expresiones faciales, el lenguaje no verbal, el tono de voz, volumen, ritmo, movimientos del cuerpo, etc., aportan señales de bastante precisión sobre el estado emocional. El componente cognitivo o vivencia subjetiva es lo que a veces se denomina sentimiento. Sentimos miedo, angustia, rabia y muchas otras emociones. Para distinguir entre el componente neurofisiológico y el cognitivo a veces se emplea el término emoción, en sentido restrictivo, para describir el estado corporal (es decir, el estado emocional) y se reserva el término sentimiento para aludir a la sensación consciente (cognitiva).

El componente cognitivo hace que califiquemos un estado emocional y le demos un nombre. El etiquetado de las emociones está limitado por el dominio del lenguaje. Dado que la introspección a veces es el único método para llegar al conocimiento de las emociones de los demás, las limitaciones del lenguaje imponen serias restricciones a este conocimiento, pero al mismo tiempo dificulta la toma de conciencia de las propias emociones. Este déficit provoca la sensación de "no sé qué me pasa", lo cual puede tener efectos negativos sobre la persona, de ahí la importancia de una educación emocional encaminada entre otros aspectos a un mejor conocimiento de las propias emociones y del dominio del vocabulario emocional (Bisquerra, 2003)⁶.

⁶ Bisquerra, R. (2003). *Educación emocional y bienestar*. Barcelona: Praxis

En los últimos años la psicología ha mostrado un especial interés por conocer los mecanismos que subyacen al procesamiento de la información emocional y a la relación entre los procesos cognitivos y emocionales (Cano-Vindel y Fernández-Castro, 1999⁷). Esta línea de trabajo se basa en la consideración de las emociones no solo como mecanismos indispensables para la supervivencia del organismo (Darwin, 1872), sino también como proceso adaptativo capaces de motivar la conducta, ayudar a los proceso de memoria a almacenar y evaluar acontecimientos relevantes, focalizar la atención en un número limitado de opciones, favorecer la toma de decisiones e influir en la determinación final de nuestro comportamiento.

Desde esta perspectiva las emociones representan una fuente de información útil acerca de las relaciones que se establecen entre los individuos y su medio (Salovey, Mayer, Goldman, Turvey y Palfai, 1995).

El hecho de poseer determinadas habilidades para reflexionar acerca de esta información e integrarla en nuestro pensamiento, puede suponer un requisito importante a la hora de manejar nuestras vidas y de favorecer una adecuada adaptación social y emocional.

⁷ Cano-Vindel, J. F.-C. (1999). *Procesos Cognitivos y emoción. Ansiedad y Estrés*. México: Puros

2.1.3 Inteligencia emocional:

Por lo que respecta a los antecedentes centrados en la inteligencia emocional se pueden mencionar los trabajos realizados por Leuner (1966), el cual publica un artículo en alemán cuya traducción sería —Inteligencia emocional y emancipación (cit. por Mayer, Salovey y Caruso, 2000)⁸. En él se plantea el tema de cómo muchas mujeres rechazan nuevos roles sociales a causa de su baja inteligencia emocional. Payne (1986), presenta un trabajo con el título de —A study of emotion: Developing emotional intelligence; Self integration; relating to fear, pain and desirell (cit. por Mayer, Salovey y Caruso, 2000).

Como podemos observar en el título aparecía —inteligencia emocional. En este documento Payne (1986) plantea el eterno problema entre emoción y razón, y propone integrar emoción e inteligencia de tal forma que en las escuelas se enseñen respuestas emocionales a los niños. La ignorancia emocional puede ser destructiva, por esto, los gobiernos deberían ser receptivos y preocuparse de los sentimientos individuales. Interesa subrayar que este artículo, uno de los primeros sobre inteligencia emocional del que tenemos referencia, se refiere a la educación de la misma. En este sentido podemos afirmar que la inteligencia emocional ya en sus inicios manifestó una vocación educativa.

Estos dos últimos documentos prácticamente no tuvieron trascendencia y no se citan, (con muy contadas excepciones) en los estudios científicos sobre IE.

Sin embargo, podemos suponer que tuvieron una influencia sobre el famoso artículo de Salovey y Mayer (1990), puesto que estos autores son de los pocos, tal vez los únicos, que los citan posteriormente (Mayer et al., 2000).

Salover y Mayer (1995) fueron los primeros en definir la inteligencia emocional como “un subconjunto de la inteligencia social que comprende la capacidad de controlar los sentimientos y emociones propios, así como los de los demás; de discriminar entre ellos y utilizar esta información para guiar nuestros pensamientos y nuestras acciones”

⁸ J. Mayer, Salovey P., Caruso D. (2000). *Emotional Intelligence as Zeitgeist, as personality, and as mental ability*. San Francisco : Jossey Bass.

Lo definían como la capacidad general integrada por las cualidades sociopsicológicas o de la personalidad que determina las siguientes posibilidades:

1. Aprender, con sentido propio y creatividad, en un contexto y tiempo reales, la relación entre:

a) Una situación problemática u oportunidad de mejora

b) La combinación específica de conocimientos conceptuales, operacionales e instrumentales

c) Las diferentes alternativas para utilizarlos

2. Sentir la necesidad del grupo, organización o sociedad, asociada a la problemática u oportunidad

3. Integrar con espontaneidad, esas necesidades sociales y sus intereses personales

4. Vincular esa motivación extrínseca con la intrínseca relativa a la creación de soluciones o generación de nuevos conocimientos

5. Experimentar la voluntad o deseo de compartir con los demás el proceso creativo, sus resultados y sus consecuencias positivas

6. Disponer de las habilidades de comunicación y otras que requieran las acciones mencionadas

2.1.3.1 El enfoque de la inteligencia emocional

Existen diferentes fuentes de información procedentes del internet, donde predominan las de origen estadounidense y europeo, el término inteligencia emocional fue acuñado por Peter Salovey y John Mayer (1990)⁹ y lo refieren como una capacidad compleja integrada por un sistema e actitudes y habilidades, los ejemplos manejados por Peter y John son los siguientes: Percepción de control, contacto con otras personas, Enfrentamiento al stress.

Los cuales determinan la conducta individual, reacciones, estados mentales y estilos de comunicación y niveles de autoestima. El más destacado promotor de este concepto es Daniel Goleman, mediante su publicación en 1995 llamado *La inteligencia Emocional* (Con gran éxito editorial) después en 1996, publicó *La práctica de la inteligencia emocional* y más tarde (1998), otro: *Trabajo con la inteligencia emocional*. Su principal aporte consiste en reunir los resultados de una década de estudios sobre la conducta y el procedimiento de las emociones y expresarlos en forma sencilla y accesible. Como consecuencia de este conjunto de eventos y tras el best-seller de Goleman, hubo una gran oleada de información mediática de todo tipo (prensa, libros de autoayuda, páginas web, etc.). Por otra parte, diferentes autores, como Bar-On (1997), Cooper y Sawaf (1997), Goleman (1998) y Gottman (1997), publicaron aproximaciones al concepto de lo más diversas, propusieron sus propios componentes de la IE y elaboraron herramientas para evaluar el concepto.

Hasta finales de la década pasada y comienzos de la actual se empezaron a dar los primeros pasos firmes en la constatación empírica de los efectos que una buena IE puede ejercer sobre las personas. En general, los primeros trabajos se encaminaron a examinar el constructo de IE, se centraron en el desarrollo teórico de modelos y la creación de instrumentos de evaluación rigurosos (Mayer et al., 2000; Salovey, Woolery y Mayer, 2001).

⁹ Mayer, P. S. (1990). *Inteligencia emocional. Imaginación, Cognición y Personalidad*. Washington: Blackwell Publishers.

En la actualidad, existe suficiente base teórica y se han desarrollado las herramientas necesarias para examinar de forma fiable la relación de este concepto con otras variables relevantes, tanto en experimentos de laboratorio como en estudios de campo. De hecho, la línea de investigación vigente se centra en establecer la utilidad de este nuevo constructo en diversas áreas vitales de las personas, con el objetivo de demostrar cómo la IE determina nuestros comportamientos y en qué áreas de nuestra vida influye más significativamente (Extremera y Fernández-Berrocal, 2004).

Para definir la inteligencia emocional un aspecto final era importante: tenía que ser distinguida de los rasgos de personalidad y de los talentos. Los rasgos de personalidad pueden ser definidos como formas características o preferidas de comportarse (por ejemplo, extraversión, timidez); y los talentos pueden definirse como capacidades no intelectuales (por ejemplo, habilidad para los deportes).

Como describe Mayer y Salovey (1993), —hemos escrito en la revista *Intelligence* que la inteligencia emocional podría ser considerada una inteligencia actual y distinta, por ejemplo, de un rasgo social altamente valorado. La —bondad en las relaciones humanas de Scarr (1989), podría ciertamente estar compuesta de rasgos como la sociabilidad, la honradez o el ser cariñoso. Pero además, allí podrían existir habilidades verdaderas tales como el conocimiento sobre lo que otra persona está sintiendo, que podría implicar un pensamiento apreciable y, por consiguiente, podría ser considerado una inteligencia.

Así, el intento de operacionalización del término emoción para el estudio de su implicación en la adaptación del ser humano, nos conduce al concepto de Inteligencia Emocional (IE) definido por primera vez por Salovey y Mayer en 1990 y reformulado en 1997 como:

“La habilidad de percibir con exactitud, valorar y expresar emociones; la habilidad de acceder o generar sentimientos que faciliten el pensamiento; la habilidad de comprensión emocional y conocimiento

emocional; y la habilidad de regular emociones para promover el crecimiento intelectual y emocional” (Mayer & Salovey 1990)¹⁰

Para estos autores la IE es considerada como la habilidad del procesamiento de la información emocional, igualándose a cualquier otra capacidad o habilidad cognitiva. Actualmente es la teoría que mayor aceptación ha conseguido en el ámbito científico y mayor producción investigadora ha provocado (Fernández-Berrocal et al., 2006; Salguero, Iruarrizaga, 2006)¹¹

2.1.3.2 Modelos de la inteligencia Emocional

En la actualidad asistimos al debate científico referente a cuál es la postura teórica adecuada para estudiar la inteligencia emocional y su desarrollo. Las distintas aportaciones teóricas realizadas hasta el momento, denotan una pluralidad de concepciones sobre la inteligencia emocional, atendiendo a las distintas habilidades que forman parte del constructo. Esta diversidad ha sido analizada por Petrides y Furham (2000, 2001) y posteriormente reforzada por Pérez, Petrides y Furham, (2005), quienes agruparon las diferentes propuestas teóricas planteadas por los distintos autores en dos modelos teóricos: uno que concibe la inteligencia emocional como habilidad, que tiene en cuenta el procesamiento de la información emocional y las capacidades relacionadas con dicho procesamiento, enfocado en las habilidades emocionales básicas (Mayer y Salovey, 1997; Mayer et al., 2000 a y b); y por otra parte, otro modelo integrado por aquellos investigadores que combinan dimensiones de personalidad como asertividad, optimismo, etc., con habilidades emocionales (Bar-On, 2000; Goleman, 2001), al que denominan modelo mixto. A lo largo de la última década se ha creado una clara distinción entre los modelos teóricos de inteligencia emocional de habilidad (aquellos que se focalizan en las habilidades mentales que permiten utilizar la información que nos

¹⁰ Mayer, P. S. (1990). *Inteligencia emocional. Imaginación, Cognición y Personalidad*. Washington: Blackwell Publishers. Pag. 185-211.

¹¹ Fernández-Berrocal, P. (2006). *Desarrolla tu inteligencia emocional*. Barcelona: Kairós.

proporcionan las emociones para mejorar el procesamiento cognitivo) y los modelos mixtos (aquellos que combinan o mezclan habilidades mentales con rasgos estables de comportamiento y variables de personalidad).

Otros autores se han ocupado de definir el constructo de inteligencia emocional, Saarni (2000), Davies et al., (1998), Epstein (1998), Bar-On (1997), Shutte et al (1998) y muchos otros. Algunos abogan por un marco amplio de la IE, en la cual incluyen todo lo que no queda contemplado en la inteligencia académica, como control del impulso, automotivación, relaciones sociales, etc. (Goleman, 1995; Bar-On, 1997, 2000).

Otros se inclinan más por un concepto restrictivo de inteligencia emocional. En esta última postura están los que consideran que los conceptos científicos son específicos y restrictivos y que en la medida que dejan de serlo pasan a ser divulgaciones a científicas. Mayer et al., (2000) están en esa última postura. La conclusión es que hay claras divergencias entre el concepto que se tiene de inteligencia emocional según los autores.

El análisis de las definiciones aportadas por Salovey y Mayer (1990), Goleman (1995), Schutte et al. (1998), Bar-On (1997, 2000), Saarni (2000), Mayer et al., (2000), etc., pone de manifiesto las discrepancias. Por otra parte, conviene recordar que las discrepancias sobre el concepto de inteligencia han estado presentes a lo largo de todo el siglo XX (Sternberg, 2000).

A continuación se esquematizarán los modelos que se han desarrollado a partir de las investigaciones de diversos autores.

| | Autores | Habilidades Integrantes de la inteligencia emocional |
|------------------------|---|--|
| Modelos de habilidades | Mayer y Salovey (1997), lo define como un conjunto de habilidades que explican las diferencias individuales en el modo de percibir y/o comprender nuestras emociones. Mas formalmente, es la habilidad para percibir, valorar y expresar emociones con exactitud. La habilidad para acceder y/o generar sentimientos que faciliten el pensamiento para comprender emociones y razonar emocionalmente. | <ul style="list-style-type: none"> -Percepción evaluación y expresión de las emociones. -Asimilación de las emociones en nuestro pensamiento -Comprensión y análisis de las emociones -Regulación reflexiva de las emociones |

| | Autores | Habilidades Integrantes de la inteligencia emocional |
|--------------|--|---|
| Modelo mixto | Bar-On (1997) Definía que la IE es un conjunto de capacidades no-cognitivas competencias y destrezas que influyen en nuestra habilidad para afrontar exitosamente las presiones y demandas ambientales. | <ul style="list-style-type: none"> -Habilidades - intrapersonales -Habilidades interpersonales -Adaptabilidad -Manejo de estrés -Estado de ánimo general |
| | Goleman (1995) describía a la IE que incluye auto-control, entusiasmo, persistencia y la habilidad para motivarse a uno mismo. Hay una palabra pasada de moda que engloba todo el abanico de destrezas que integra la IE: el carácter. | <ul style="list-style-type: none"> -Conocimientos de la propias emociones -Manejo emocional -Auto-motivación -Reconocimiento de las emociones de otros -Manejo de las relaciones interpersonales |

2.1.3.3 Modelo de Rasgos

Por su parte los modelos mixtos se centran en rasgos de comportamiento estable y variables de personalidad (empatía, asertividad, impulsividad, optimismo) así como otras muchas variables sin ninguna constatación de su verdadera vinculación con la IE (Mayer, Caruso y Salovey, 1999; Mayer y Cobb, 2000).

Por ejemplo, Goleman (1995)¹² realiza una interpretación del concepto en su libro —Inteligencia Emocional en la que incluye cinco componentes básicos, aunque posteriormente incluye otro conjunto de atributos de personalidad (autoconciencia, control de impulsos, manejo de estrés), rasgos motivacionales (auto-motivación) o áreas comportamentales (manejo de las relaciones interpersonales (Cabello et al., 2010).

Goleman (1995) parte de una conceptualización más amplia al considerar la inteligencia emocional como una combinación de atributos estrechamente relacionados con la personalidad distinta del CI, y que suele ir relacionada con competencias ligadas al logro académico y profesional (Bar-On, 2000; Goleman, 1995, 1998; McCrae, 2000); Es pues, entre otras, la inteligencia emocional un aspecto relevante que complementa y dota de una serie de habilidades y capacidades necesarias del sujeto, que favorecen y facilitan la consecución de metas en el individuo en su tarea vital, y actúa como buena predictora de la adaptación de una persona al medio (Boyatzis et al., 2000); Extremera et al., 2006).

El punto de vista de Goleman (1995) probablemente sea el que se haya difundido más. Recogiendo las aportaciones de Salovey et al., (1990), considera que la inteligencia emocional es:

1) Conocer las propias emociones: El principio de Sócrates "conócete a ti mismo" nos habla de esta pieza clave de la inteligencia emocional: tener conciencia de las propias emociones; reconocer un sentimiento en el momento en que ocurre. Una incapacidad en este sentido nos deja a merced de las emociones incontroladas.

¹² Goleman, D. (1995). *Emotional Intelligence*. Nueva York: Kairos.

2) Manejar las emociones: La habilidad para manejar los propios sentimientos a fin de que se expresen de forma apropiada se fundamenta en la toma de conciencia de las propias emociones. La habilidad para suavizar expresiones de ira, furia o irritabilidad es fundamental en las relaciones interpersonales.

3) Motivarse a sí mismo: Una emoción tiende a impulsar una acción. Por eso las emociones y la motivación están íntimamente interrelacionados. Encaminar las emociones y la motivación consecuente, hacia el logro de objetivos es esencial para prestar atención, auto motivarse, manejarse y realizar actividades creativas. El autocontrol emocional conlleva a demorar gratificaciones y dominar la impulsividad, lo cual suele estar presente en el logro de muchos objetivos.

4) Reconocer las emociones de los demás: El don de gentes fundamental es la empatía, la cual se basa en el conocimiento de las propias emociones. La empatía es el fundamento del altruismo. Las personas empáticas sintonizan mejor con las sutiles señales que indican lo que los demás necesitan o desean. Esto las hace apropiadas para las profesiones de la ayuda y servicios en sentido amplio (profesores, orientadores, pedagogos, psicólogos, psicopedagogos, médicos, abogados, expertos en ventas, etc.).

5) Establecer relaciones: El arte de establecer buenas relaciones con los demás es, en gran medida, la habilidad de manejar sus emociones. La competencia social y las habilidades que conlleva son la base del liderazgo, popularidad y eficiencia interpersonal. Las personas que dominan estas habilidades sociales son capaces de interactuar de forma suave y efectiva con los demás.

La inteligencia emocional se conceptualiza como un constructo que incluye tanto aspectos de personalidad como la habilidad para percibir, asimilar, comprender y manejar las emociones (Bar-On, 1997).

El Modelo de Competencias Emocionales, se incluye dentro del modelo de rasgos, este modelo está en proceso de construcción, análisis y revisión permanente.

La versión que aquí se presenta es una actualización de versiones anteriores (Bisquerra, 2000, 2003; Bisquerra, et al., 2007). Ellos entienden las competencias emocionales como el conjunto de conocimientos, capacidades, habilidades y actitudes necesarias para tomar conciencia, comprender, expresar y regular de forma apropiada los fenómenos emocionales. La finalidad de estas competencias se orienta a aportar valor añadido a las funciones profesionales y promover el bienestar personal y social.

En el modelo que presentan, las competencias emocionales se estructuran en cinco grandes competencias o bloques: conciencia emocional, regulación emocional, autonomía personal, competencia social y habilidades de vida para el bienestar (Bisquerra, 2009).

2.1.3.4 Modelo de habilidades.

Desde el modelo teórico de Salovey y Mayer, la inteligencia emocional es concebida como una inteligencia genuina basada en el uso adaptativo de las emociones, de manera que el individuo pueda solucionar problemas y adaptarse de forma eficaz al medio que le rodea.

Desde esta primera conceptualización los autores desarrollan su modelo teórico y lo publican en 1997, convirtiéndose en el modelo teórico con mayor rigor científico. Se centra en la aptitud para procesar información afectiva (Zeidner, Matthews y Roberts, 2001) que incluye un conjunto de habilidades relacionadas con el procesamiento emocional de la información (Fernández-Berrocal, Salovey, Vera, Ramos y Extremera, 2002).

La inteligencia emocional es definida como: “la habilidad para percibir, asimilar, comprender y regular las propias emociones y las de los demás promoviendo un crecimiento emocional e intelectual” (Mayer et al., 1997). Se defiende que esta inteligencia no puede ser entendida como un rasgo de personalidad, aunque puede existir cierta interacción entre ambas (Fernández- Berrocal et al., 2002)¹³

¹³ Fernandez-Berrocal, P. (2002). *Corazones Inteligentes*. Bacelona: Kairós.

Los autores plantean el modelo como un conjunto de habilidades que abarcan desde los procesos psicológicos más básicos (percepción de las emociones con exactitud) hasta los más complejos (Regulación de las emociones y promoción del crecimiento emocional e intelectual). Así, se trata de un modelo jerárquico en el que son necesarias las habilidades más básicas para llegar a las más complejas. A continuación, la definición y rasgos de manera brevemente de cada una de estas habilidades:

Percepción, evaluación y expresión de las emociones.

Esta habilidad hace referencia a la exactitud con la que los individuos pueden identificar en uno mismo los correlatos fisiológicos y cognitivos que las emociones comportan. Asimismo, las emociones pueden ser reconocidas en otras personas y objetos (obras de arte, sonidos, etc.). En esta rama se incluye, además, la capacidad para expresar las emociones de una manera adecuada.

La emoción como facilitadora del pensamiento.

Esta habilidad hace referencia a cómo las emociones actúan sobre nuestro pensamiento y nuestra forma de procesar la información. Las emociones van a determinar y mejorar el pensamiento porque dirigen la atención de los individuos hacia la información importante. Las variaciones emocionales nos van a permitir adoptar diferentes puntos de vista y múltiples perspectivas de los problemas.

Comprensión emocional.

La tercera rama del modelo hace referencia a la capacidad para comprender emociones y utilizar el conocimiento emocional. Incluye la capacidad para etiquetar las emociones (significante) y relacionarlas con su significado. Encierra también la habilidad para comprender emociones complejas, así como aquellas que se producen de modo simultáneo.

Regulación de las emociones.

Se trata del proceso emocional de mayor complejidad y abarca la capacidad para estar abierto a las emociones, tanto positivas como negativas. Además, hace

referencia a la habilidad para manejar las emociones en uno mismo y en los demás moderando las emociones negativas y aumentando las positivas sin reprimir o exagerar la información que ellas conllevan.

Para tratar de entender cómo se relacionan estas cuatro ramas del modelo de habilidades con el procesamiento de la información y perfilar su funcionamiento a nivel neurológico se expone a continuación una semblanza del modelo y su impacto en las funciones cerebrales.

2.1.3.5 Evaluación de la Inteligencia Emocional

Gran parte de la investigación actual en Inteligencia Emocional (IE) se basa en la polémica relativa a qué forma de evaluar este constructo resulta más adecuada, si medir la IE a través de pruebas de auto-informe o si hacerlo a través de pruebas de habilidad. Las razones de esta polémica son que cada tipo de instrumento presenta una serie de ventajas e inconvenientes, lo que hace a cada uno de estos instrumentos apropiado para objetivos específicos.

En la literatura actual se defienden principalmente dos procedimientos de abordaje de la evaluación de la IE: los cuestionarios o escalas de auto-informe y las pruebas de habilidad. Los primeros generalmente están configurados por una serie de enunciados verbales cortos a los que el sujeto debe responder en una escala graduada (generalmente de tipo Likert), proporcionando una valoración subjetiva de determinadas competencias emocionales, es decir, mediante el auto informe el sujeto realiza una estimación de su IE auto-percibida. Por su parte, el planteamiento en las pruebas de habilidades es que para evaluar si una persona es hábil o no es cierta competencia emocional, lo idóneo es comprobar sus habilidades a través de ejercicios que requieran poner a prueba tales habilidades, comparando posteriormente sus respuestas con criterios de puntuación predeterminados y objetivos. En concreto, en las pruebas de habilidad se combinan ejercicios que permiten inferir la competencia de los sujetos en la solución de problemas relacionados con las habilidades emocionales, y otros ejercicios que nos proporcionan información sobre el conocimiento que los sujetos tienen acerca de cómo llevar a cabo las tareas.

2.2 Terapia Narrativa

2.2.1 Teorías de la terapia narrativa

La terapia narrativa supone mucho más que un nuevo conjunto de técnicas. El autor Bill O'Hallon menciona que representa una dirección totalmente nueva en el mundo de la terapia, un movimiento al que se le podría denominarse "La tercera oleada de la psicoterapia". Ya que la primera oleada, comenzó con Freud, estableciendo las bases, mediante el psicoanálisis donde se centraba en la patología dominada por las teorías psicodinámicas y biológicas. La segunda oleada de la psicoterapia fue la "Centrada en los problemas" que aparecieron en los años cincuenta, que se centraban en compensar la excesiva fijación en la patología y el pasado, mediante en el aquí y ahora.

La tercera oleada consiste el terapeuta ya no es la fuente principal de las soluciones, sino que estas se encuentran en la propia persona y en sus redes sociales.

La idea general de que la historia de las personas podría cambiar a través de experimentar nuevas narrativas comunes corresponde a Antza (1976 citado por Rappaport, 1994)¹⁴, pero adquiere más especificidad a partir de los aportes de Gergen (2011, comunicación personal), para quien el engrosamiento del paradigma y la técnica han propuesto la revolución de contribuir a un cambio práctico en la vida de la humanidad.

La conexión entre el construccionismo social, la narrativa y la terapia está atravesada por la esperanza de un mundo mejor, o más bien, de un multiverso de mundos posibles. Por tanto, son claves las nociones filosóficas-metodológicas de la hermenéutica y la deconstrucción (Derridá, 1989). Su influencia en el construccionismo social es indispensable, pues permite conectar la interpretación con la comprensión de la experiencia en sus contextos de producción.

¹⁴ Rappaport, J. (1994) *Narrative Studies, Personal Stories, and Identity Transformation in the Mutual-Help Context*. En *Understanding the self-help organization*. Thousand Oaks: Sage.

En ésta lógica vital se entiende el continuo emergente de la construcción del ser a través de las relaciones. Deconstruir, tal y como lo entiende Derridá (1989), es:

“Una operación de desmontaje de un edificio para que puedan aparecer sus estructuras a la vista y al mismo tiempo se pueda observar la precariedad de su estructura formal, que en el fondo, no explica nada puesto que no constituye un centro ni un principio, ni una fuerza, no es algo negativo, ya que junto a la operación de desmontaje va implícita la afirmación de propuesta constructiva.”¹⁵ .

Esta herencia epistemológica y filosófica de la hermenéutica y la deconstrucción atraviesa la terapia narrativa, facilitando la integración de la técnica y la postura con el engrosamiento de historias (Geertz, 1992), a través del panorama de la acción y de la identidad. Estos panoramas reflejan los contextos relacionales en la cultura (Bruner, 1991), donde la narrativa se comprende como *una forma discursiva de darle sentido a la experiencia*. En la terapia narrativa todo puede ser eje y centro, teniendo en cuenta a la persona como experto de su propia vida, al margen del problema. Así, se asume que las personas son mucho más que el simple relato de sus historias problemáticas, pues se hace hincapié en las capacidades, las competencias, las convicciones, los valores, los compromisos y las habilidades. White (1990) sostiene que las identidades son formadas por los cuentos multi-históricos y multi-referenciales que se entrelazan en la construcción de sentido.

Según Freeman, Epston y Lobovits (2001), el término narrativa implica escuchar y contar o volver a contar historias sobre las personas y los problemas de su vida. Se plantea que ante problemas graves y a veces potencialmente extremos, la idea de escuchar o contar historias puede parecer algo trivial, donde costaría creer que las conversaciones puedan configurar realidades nuevas.

Sin embargo, las conversaciones son puentes de significado que construimos con los niños, que ayudan a que se produzcan avances curativos y a que éstos no se

¹⁵ Derridá, J. (1989). *El tiempo de una tesis: reconstrucción e implicaciones conceptuales*. Barcelona: Proyecta A. Pág. 12

configuren en problemas que marcarían la vida de los mismos. Así el lenguaje puede dar a los hechos la forma de relatos de esperanza.

El centro del proceso psicoterapéutico en la terapia narrativa, es el empleo de “una práctica lingüística llamada exteriorización, que separa a las personas de los problemas. Separar el problema de la persona en una conversación exteriorizadora mitiga la presión de la culpa y el recelo.

En vez de definirle como que es inherentemente un problema, el niño puede ahora tener una relación con el problema exteriorizado.” (Freeman, Epston y Lobovits, 2001)

Esta separación de la persona del problema, la exteriorización, es lo que permite al niño y su familia, enfrentar el problema con una alianza especial, que hace que no se estigmatice y/o estereotipe al niño, sino que muy por el contrario se sume al equipo que quiere resolver.

Por ello, Freeman, Epston y Lobovits (2001), establecen que es necesario que los adultos y niños colaboren activamente, el juego es un amigo mutuo. Se promueve a los niños a aportar sus recursos para influir en los problemas y a hacer su propia y exclusiva aportación a la terapia familiar. Los planteamientos lúdicos de la terapia narrativa alejan el centro de atención del niño como problema, para fijarlo en la relación entre niño y problema de una forma que sea significativa para los adultos, para el niño; de modo que no es aburrida para ninguno de los interactuantes del proceso psicoterapéutico.

En la terapia narrativa se llama la atención, a que la conversación seria y la resolución metódica de los problemas pueden dificultar la comunicación con los niños, acallar su voz, inhibir sus habilidades especiales, sus conocimientos y sus recursos creativos, los hace ubicarse en una relación pasiva, que impide más bien el proceso de cura.

En cuanto a los principios básicos de la terapia narrativa, se evidencian cinco claves que permiten sintetizar los argumentos anteriores:

(a) busca el respeto, la no-culpa y el trabajo comunitario, concibiendo a las personas como expertos en sus propias vidas;

(b) ve los problemas como separados de las personas y a éstas como seres llenos de competencias, habilidades, recursos, creencias, valores, compromisos y habilidades;

(c) la curiosidad y la voluntad de realizar preguntas son muy importantes para conocer genuinamente;

(d) hay muchas posibles direcciones de cualquier conversación;

(e) la persona tiene un rol significativamente participativo.

A partir de estos principios básicos se comprende que la terapia narrativa es una opción de comprensión y práctica alternativa a discursos tradicionales que buscan la colaboración como estrategia principal de re-construcción de historias. Para Rappaport (1994) es en el proceso colaborativo que se potencian las acciones:

“Todos tenemos problemas al vivir, y todos usamos para bien o para mal, las estructuras que median las construcciones de respuestas a preguntas como ¿quién soy yo? ¿En quién espero convertirme? Para responder estas cuestiones de identidad abrimos el camino a la ayuda mutua. La experiencia de la formación y cambio de la identidad toma lugar en un contexto social que contiene ciertas narrativas comunitarias. Cuando se genera cambio en la identidad de una persona, así también en la de su comunidad de membresía”.¹⁶

Si se carece de todo esto, es posible que se impida el desarrollo de la creatividad del psicoterapeuta mismo y se pierda el atractivo para los niños o incluso el que resulte poco productivo el proceso para el niño y el psicoterapeuta.

¹⁶ Rappaport, J. (1994) *Narrative Studies, Personal Stories, and Identity Transformation in the Mutual-Help Context*. En *Understanding the self-help organization*. Thousand Oaks: Sage. Pág. 123-124

2.2.2 Los Niños y la Terapia Narrativa

“La experiencia no es lo que le ocurre a uno. Es lo que uno hace con lo que le ocurre” Aldous Huxley

Para Terre Des Hommes Italia (2005) el terapeuta juega el siguiente papel en la activación del cambio:

“El orientador o facilitador juega un papel activador, incitador a la lectura crítica de la realidad, sin llegar a conducir formas de expresión, de respuesta: estimula el pensamiento creativo y facilita la libre expresión del conocimiento que se tiene a partir de la propia experiencia y la apropiación de la información”.¹⁷

Una de las grandes inquietudes cuando se trata de revisar la puesta en acción del/de la terapeuta con los/as niños/as es la pregunta por cómo entrar en el mundo de la complejidad de los/as pequeños. Es así como muchas veces en consulta los terapeutas se confrontan con las metáforas y el mundo de fantasía como si éste fuese un supuesto del que se puede entrar y salir en la imaginación, pero el gran reto está presente cuando desde la incredulidad de la “adulterez” se intenta inciertamente entrar con firmeza y convicción en este mundo infantil. La experiencia de la terapia narrativa como resultado de la construcción de teoría y técnica dentro de un referente construccionista permite navegar, o como lo menciona McNamee (2011) “nadar”, en el multiverso sistémico – relacional de los relatos de los/as niños/as de tal forma que se logra lo que Epston, Freeman & Lobovits (2001) llaman “escuchar y contar o volver a contar historias sobre las personas y los problemas de su vida” (p. 15). Bajo esta idea se teje la concepción de que son aquellos puentes de significado que se construyen con los/as niños/as los que en el entramado del proceso permiten “avances curativos” (p. 15), ya que la apuesta por la terapia tiene como sentido la redefinición de posturas y discursos

¹⁷ Terre Des Hommes (2005). *Implicaciones de la Tortura Psicológica en Contextos de Violencia Política*. Bogotá: Códice Ltda. Pág. 16.

vitales, la transformación y el cambio. Como afirman Epston, Freeman & Lobovits (2001), “el lenguaje puede dar a los hechos la forma de relatos de esperanza”.¹⁸

Por otra parte, el reconocimiento de la diferencia de la intervención con niños es un tema clave. En la terapia narrativa se emplean prácticas artísticas que exteriorizan los problemas de los niños y el juego se convierte en un “amigo mutuo” que invita a los niños a aportar recursos para el cambio y desmonta la idea restrictiva de que “el niño sea problema” (Epston, Freeman & Lobovits, 2005)¹⁹. Así la terapia se convierte en un escenario de gusto, fascinante y no aburrido. Por esta razón, las entrevistas se nutren de preguntas reflexivas (Karl Tomm) y proponen generar opciones para el niño y la familia. Por el contrario, las ideas restrictivas aumentan cuando las versiones culturales dominantes las favorecen, con el agravante de que generan lealtades de la familia hacia dichas creencias según Isenbart & Westcott (1993).

*”El terapeuta ayuda a los miembros de la familia a hacerse “cargo de sus propias vidas y a que se aparten de esos factores que provocaron que la familia fuera vulnerable”.*²⁰

El uso de diversas estrategias, tales como preguntas, la metáfora, el teatro, el juego y las cartas, proporcionan riquezas a nivel metodológico para nutrir la intervención. Para Epston, Freeman & Lobovits (2005) la entrevista narrativa es la operación de desmontaje-deconstrucción de creencias anquilosadas que impiden la construcción de nuevas formas de sí mismos:

*“La entrevista narrativa le permite al terapeuta indagar con mayor profundidad en las experiencias dolorosas y difíciles de las personas en relación con los problemas de forma que valide sus luchas”.*²¹

¹⁸ Freeman, J., Epston, D. & Lobovits, D. (2001). Terapia Narrativa para niños. Aproximación a los conflictos familiares a través del juego. Buenos Aires: Paidós S.A Pág. 15.

¹⁹ Epston, D., Freeman, J. & Lobovits, D. (2005). *Terapia Narrativa para niños*. Barcelona. Paidós.

²⁰ Isenbart, D. & Westcott, J. (1993). *Terapia del Abuso Sexual*. En Durrant, M. & White, M. (Comps). Barcelona: Gedisa. Pág. 67.

²¹ Epston, D., Freeman, J. & Lobovits, D. (2005). *Terapia Narrativa para niños*. Barcelona. Paidós. Pág. 156.

De acuerdo con lo anterior, para lograr una comprensión del mundo de los niños en otro universo lingüístico que no necesariamente incluya palabras es necesario experimentar con rituales, juegos y demás opciones terapéuticas que faciliten el descubrimiento de la “naturaleza fluida y evolutiva del cambio” (Isenbart & Westcott, 1993). Entonces, la búsqueda se centra en el énfasis sobre los recursos de la familia y de cada subsistema, así como en la exploración de las experiencias verbales y no verbales que hayan favorecido anteriormente la capacidad creativa para la solución de problemas. Esto funciona, tanto con los recursos del niño como con los del terapeuta.

2.3 Comunicación entre los padres e hijos

2.3.1 Comunicación humana

Para la comprensión de lo que es la comunicación entre los padres e hijos es necesario saber la forma en que se efectúa la comunicación humana el cual es el proceso de emisión y recepción de mensajes. La comunicación sirve para que las personas se relacionen entre sí, utilizando para ello un conjunto de señales, signos, símbolos, palabras etc.

Las características son las siguientes:

- a) Es un fenómeno primordialmente de interacción social entre seres humanos
- b) Los sujetos que se comunican alternan roles de emisión y recepción de información común.
- c) La duración y afectividad de la comunicación dependen de los intereses, el tiempo disponible, el ambiente, las habilidades y actitudes comunicativas, así como de la actitud psicológica del emisor y receptor.

Elementos. Para que el proceso de comunicación se lleve a cabo requieren de los siguientes elementos:

- a) Emisor: Es la persona o personas que comunican algo, como la que se inicia el proceso.
- b) Receptor: Es la persona o personas que reciben el mensaje, descifran e interpretan lo que el emisor quiere dar a conocer.
- c) Mensaje: Es el contenido de la comunicación, constituido por signos verbales (palabras) o no verbales (movimientos, gráficos, sonidos, etc.) que expresan el propósito del emisor.
- d) Canal: Medio físico mediante el que se transmite el mensaje, ejemplo: ondas sonoras, papel, etc.

- e) Código: Conjunto de signos y símbolos que el emisor utiliza para transmitir su mensaje.
- f) Retroalimentación: Es la respuesta inmediata y espontánea del receptor.
- g) Codificador: Es la serie de recursos que permiten transmitir o expresar el propósito del emisor, habilidad para transmitir la información eligiendo un código apropiado (palabra, dibujo, mímicas, etc.) para transmitir el mensaje.
- h) Encodificador: Posee y aplica su capacidad motora para codificar y expresar el propósito del emisor o fuente.
- i) Decodificadores: Es el receptor que comprende o asimila el mensaje que fue enviado y los asocia usando el mismo código.
- j) Propósito: Se refiere al objetivo general de la comunicación, independientemente de los objetivos subjetivos de las personas.

Tipo de comunicación

Por el grado de participación.

- a) Recíproca u horizontal o bidireccional. Cuando permanentemente hay cambio de roles entre el emisor y receptor.
- b) Unilateral o unidireccional o vertical. Cuando no hay cambio de roles entre el emisor y receptor, la actitud de receptor es pasiva; no manifiesta sus puntos de vista.²²

²². Cabrera, A. [2002] "Lenguaje y Comunicación", ed. CEC, Caracas, Venezuela.

2.3.2 Comunicación entre padres e hijos

Nadie puede negar que la buena formación de las personas, tiene entre sus pilares fundamentales la permanente y adecuada comunicación entre los padres y sus hijos, sobre todo cuando estos se encuentran en proceso de formación y fijación de su personalidad, que se da fundamentalmente en la etapa de la niñez con el objetivo de hacer una persona de bien (fundamentado en la cultura y reglas sociales) para sí mismo, para lo que lo rodea y en general para la sociedad.

En una comunicación entre padres e hijos, lo ideal es mantener una comunicación horizontal o bidireccional; a fin que ambos se encuentren y se enriquezcan mutuamente. En algunas familias, los padres son los que buscan y fermentan esta comunicación; en otras, ambos se buscan recíprocamente. Estos son conocidos como padres asertivos, porque son democráticos, concededores de las necesidades de su hijo, negocian, dan confianza, seguridad y estabilidad emocional, saben escuchar atentamente y en forma oportuna; es o son tolerantes, pacientes y saben reconocer los sentimientos de sus hijos. Para que este tipo de comunicación horizontal se produzca resulta necesario que existan algunas condiciones favorables, como las siguientes

- a) Los padres deben mostrar permanentemente predisposición para escuchar, respetar y tolerar las ideas de los hijos.
- b) Los padres deben enseñar a dialogar, con la práctica diaria.

Elementos de la comunicación entre los padres e hijos

Toda comunicación se aprende y en ella cada quien lleva los siguientes elementos:

- El cuerpo: se mueve, tiene forma y figura.
- Los valores: conceptos que significan su manera de sobrevivir, los “debiera” y “debería” para sí mismo y los demás.
- Las expectativas del momento: nacidas de experiencias pasadas.

- Los órganos sensoriales: ojos, oídos, nariz, boca y piel, que le permite ver, oír, oler, saborear, tocar y ser tocada.
- La habilidad para hablar: sus palabras y voz.
- El cerebro: almacén de todos los conocimientos que incluye lo aprendido, leído y enseñado.

“La comunicación es como una cámara cinematográfica sonora. Funciona únicamente en el presente, aquí mismo, en este momento, entre tú y yo”.²³

Como en cualquier situación siempre hay disyuntivas que impiden una buena conversación, como se menciona en los párrafos anteriores diversos factores influyen dentro del círculo de diálogo. Nos referimos a las trampas de la comunicación. Tales “trampas de la comunicación” son el resultado de la suposición que hacen muchas personas de lo que los demás saben todo acerca de ellas.

Existe el método de la sugerencia: en él se utilizan respuestas a una sola palabra, ¿Cómo te sientes? “Bien”; ¿Cómo estuvo la conferencia? “Regular”; ¿Cómo son las relaciones en su hogar? “Excelentes”; ¿Cómo estuvo el trabajo? “Mal”.

El método de la telepatía. La gente con frecuencia supone que no importa cómo digan las cosas “todo el mundo tiene la obligación de entender lo que dicen”. Ejemplo: la madre acusa a un hijo de romper un convenio entre los dos, él debía decirle cuando iba a salir. Lo hizo y no se lo comunicó.

El insistió que se lo había dicho y como prueba dijo: “me viste planchar la camisa el otro día y sabes que nunca aplancho la camisa a menos que tenga que salir”. A esto debemos agregar el descuido al hablar.

²³ Satir Virginia. Relaciones Humanas en el Núcleo Familiar. México, Ed. Pax. Cuarta Edición, 1983. pág. 32

Se usan palabras como lo, aquello, y eso sin aclararlas debidamente.

Las personas pueden procesar imágenes mentales describiendo lo que ven u oyen; utilizando un lenguaje descriptivo y no de crítica. Mucha gente tiene la intención de describir pero sus imágenes se distorsionan porque usan palabras de crítica.

Ahora, si se puede decir el significado que se da a una “imagen” determinada, evitar introducir el criterio propio y decir lo que se siente se evitarán al menos muchas confusiones. Por ejemplo, una mujer presenta una mancha en la cara. El compañero le dice: “Por Dios que descuidada que eres”. Está aplicando su criterio y emite un juicio. Si hubiese usado palabras descriptivas diría: “Tienes una mancha en la cara”.

Modelos de comunicación.

Las familias conflictivas realizan la comunicación mediante mensajes de doble nivel; la voz dice o afirma algo que el resto de la persona contradice. Esto lleva a revisar las siguientes actitudes de una persona ante un mensaje.

- a. Captar las palabras e ignorar el resto.
- b. Captar lo que no se dice e ignorar las palabras.
- c. Ignorar todo el mensaje cambiando el tema, saliendo, durmiendo.
- d. Comentar la naturaleza del doble nivel “no sé qué quieres decir. Sonríes pero me dices que te sientes mal.”
- e. En una familia, la comunicación incapaz de conducir a la realidad o a niveles sencillos y directos de expresión; no puede en forma alguna estimular la confianza y el afecto básicos para el crecimiento familiar.

Por eso los modelos de comunicación sirven para evitar las amenazas de rechazo, enfrentar la tensión y defender la autoestima. En todos los casos, en la familia u otro grupo o en las relaciones interpersonales, el individuo siente y reacciona a la

tensión; pero no quiere demostrar “debilidad” e intenta disimularla con las siguientes formas de comunicarse:

- a) Aplacando: de tal forma que la otra persona no se enoje.
- b) Culpando: de tal forma que la otra persona lo vea a uno como muy fuerte.
- c) Súper razonado: (actuando como una computadora) para demostrar que se está tomando la situación como si fuera inofensiva. Además se está tratando de darse importancia usando “palabras de domingo”.
- d) Distrayendo: de manera que se ignora la situación. La persona se comporta como si esta situación no existiera.

Temores para la comunicación abierta.

No es fácil romper modelos o hábitos establecidos y convertirse en una persona abierta. Una forma en que puede alcanzar esa meta es conocer algunos de los temores que impiden lograr la franqueza²⁴. Así, para evitar el rechazo que tanto se teme, las personas tienden a amenazarse de las siguientes maneras:

1. Me podría equivocar.
2. Podría molestar a alguien.
3. Alguien me va a criticar.
4. Creerán que soy necio.
5. Van a pensar que no sirvo para nada.
6. Van a creer que no soy perfecto.
7. El (o ella) podría alejarse.

Cuando puedas dar las siguientes respuestas a las afirmaciones anteriores habrás alcanzado una auténtica madurez.

²⁴ Satir Virginia. Relaciones Humanas en el Núcleo Familiar. México. Ed. Pax, Cuarta Edición, 1983. Pág. 97

1. Indudablemente cometeré errores al emprender cualquier acción, especialmente si es nueva.
2. Puedo tener la seguridad que siempre habrá alguien a quien no lo guste lo que haga. No todos tenemos los gustos iguales.
3. Si alguien me criticara. En realidad, nadie es perfecto. Algunas críticas son útiles.
4. Claro Cada vez que me encuentre en presencia de otra persona, le hable o lo interrumpa, o le imponga mis puntos de vista, seré algo necio.
5. Así es que pensarán que soy una persona negativa ¿Podré soportarlo? A veces no seré una maravilla, otras me estarán “ganando la partida” ¿Te das cuenta de la diferencia?
6. Si pienso de mí como una persona que necesita ser perfecta, es muy posible que siempre me encuentre defectos.
7. Total me dejan. Quizás sea mejor y en todo caso, no me voy a morir por eso.

Se ha partido de un concepto de comunicación pragmática, donde se acepta que la comunicación afecta a la conducta y viceversa. Ambos términos se plantean como sinónimos. “Así, desde esta perspectiva de la pragmática, toda conducta y no sólo el habla es comunicación y toda comunicación, incluso los indicios comunicacionales de contextos interpersonales afecta a la conducta”²⁵

En este caso queda el reto para buscar la comunicación sana, simple y la única capaz de “curar heridas y unir a la gente”: Lam abierta, con ayuda de las historias.

²⁵ 8 Watzlawick y otros. Teoría de la comunicación Humana. Ed. Herder. Barcelona, España, 2da Edición, 1981

Capítulo III Metodología

3.1 Enfoque metodológico

El enfoque metodológico utilizado en este estudio es de tipo cualitativo (Sampieri, 2008) La investigación cualitativa tiene como objetivo principal la descripción de las cualidades de un fenómeno. Los investigadores que se apoyan en este tipo de investigación hacen registros narrativos de los fenómenos que son estudiados mediante técnicas como la observación participante y las entrevistas no estructuradas para lograr ver los acontecimientos, acciones, normas, etc. desde la perspectiva de la gente que está siendo estudiada, es decir, “ver a través de los ojos de la gente que uno está estudiando”. Se trata al final de identificar la naturaleza profunda de las realidades, su sistema de relaciones, su estructura dinámica, con el claro propósito de proveer descripciones detalladas de los contextos estudiados; se debe hablar de un entendimiento en profundidad en lugar de exactitud. La aplicación de la batería de test es con el fin de proveer cual es el nivel de desarrollo de inteligencia emocional en tres rubros que es la regulación emocional, la percepción y expresión emocional y la comunicación existente entre los hijos con respecto a sus padres o tutores.

3.2 Tipo de estudio

El tipo de estudios realizado es de tipo descriptivo ya que de acuerdo a Sampieri (2008) se mide, no evalúan diversos aspectos, dimensiones o componentes del fenómeno a investigar. Busca especificar propiedades importantes de la inteligencia emocional de los infantes, con el fin de reforzar y crear nuevas propiedades mediante la elaboración de un canal de comunicación que es la terapia narrativa. Mediante la utilización de la información recopilada en la batería de test, la entrevista infantil para retomar estos aspectos en la escuela para padres.

3.2 Sujetos

Esta investigación fue delimitada por criterios de inclusión y exclusión, de acuerdo a los fines de la investigación, finalmente la muestra fue dirigida o no probabilista (Sampieri 2008) por que la elección de la población no dependió de la probabilidad si no de las característica de la investigación que quedo así, niños de 7 a 8 años de edad, de los cuales los padres tuvieron tiempo para efectuar la escuela para padres. Los sujetos fueron 10 de los cuales 7 eran niños y 3 niñas, correspondiente a la edad y grado, seis fueron de segundo grado (7 años de edad), tres son de tercer grado (8 años de edad). Con relación a la asistencia de los padres, ingresaron 10 personas de los cuales 3 eran hombres (Padres) y 7 mujeres (En este rubro 2 abuelas maternas y 5 madres)

3.3 Instrumentos

Ficha de investigación: Solo nombre y edad.

Entrevista Infantil

Batería de Test's

Test de la figura humana de Koppitz

La prueba se ha baremado para niños de entre 5 y 12 años de edad, pudiéndose obtener, a partir de su análisis, un nivel general de madurez mental (CI), así como posibles indicadores emocionales. Los resultados del CI obtenidos mediante esta prueba correlacionan, según afirman sus autores, con las pruebas WISC entre un 0,60 y 0,80 (según subtest) y si bien no pueden sustituir a éstas, sí que pueden ser útiles a la hora de discriminar a niños con posibles deficiencias (*screening*) y, por tanto, susceptibles de evaluar con mayor detalle.

Para poder asumir una puntuación objetiva se efectuó un análisis pormenorizado de las características de los dibujos de la figura humana, estudiando una muestra de 1866 sujetos (niños), para ello se disecciono la figura humana en sus diferentes

elementos, en total 30, denominados ítems evolutivos. Estos ítems se podían clasificar, dentro de cada grupo de edad, en lo que la autora denominó ítems esperados, comunes, bastantes comunes y excepcionales.

La aplicación del test e instrucciones: Se aplicó de manera colectiva, se le presentó una hoja de papel en blanco con un lápiz del nº 2. Luego el evaluador le dijo a los niños: *“Quiero que en esta hoja me dibujes una persona completa. Puede ser cualquier clase de persona que quieras dibujar, siempre que sea una persona completa y no una caricatura o una figura hecha con palos o rallas.”* No hubo límite de tiempo y el niño fue libre de borrar, ratificar o cambiar su dibujo durante la ejecución.

Formas de puntuar: Para efectuar la puntuación del Test de la Figura Humana, según la norma Koppitz, hay que utilizar la tabla que se adjunta a test, donde se detalla los ítems esperados y excepcionales para cada edad y sexo. La hoja ofrece el resultado final de la puntuación. Sólo hay que introducir la puntuación correspondiente en cada ítem (-1, 0, o +1), ver el total y confrontar con la tabla de resultados. Los ítems esperados si están presentes no puntúan (puntuación = 0), en caso de no presentarse se puntúa con -1 punto. Por su parte los ítems excepcionales sólo se puntúan si están presentes con + 1.

Si están ausentes no reciben puntuación ni positiva ni negativa. Hay que sumar a las dos puntuaciones (esperados + excepcionales) la cantidad de 5. Se contrasta la puntuación obtenida con la tabla de Nivel de Capacidad Mental para determinar el nivel de maduración mental y obtener el C.I. (Coeficiente intelectual)

Se utilizó el test de la figura humana de Koppitz como test proyectivo, mediante la tabulación de los ítems emocionales, al igual se diseccionó la figura humana en sus diferentes elementos, en total 30, pero estas tiene edad y sexo donde se efectúa dicho ítems emocional, si no se encuentra en dicho parámetro es un ítems irrelevante.

Test proyectivo de la familia

Se trata de una prueba de personalidad que puede administrarse a los niños de cinco años hasta la adolescencia. Su uso e interpretación de los principios psicoanalíticos de la proyección, ya que posibilita la libre expresión de los sentimientos de los menores hacia sus familiares, especialmente de sus progenitores y refleja, además, la situación en la que se colocan ellos mismos con su medio doméstico.

La aplicación del test e instrucciones: Se aplicó de manera colectiva, se le presento una hoja de papel en blanco con un lápiz del nº 2. La indicación del evaluador fue “Dibuja tu Familia”, o bien, “si el niño no entendió dos o más explicaciones se agregó: “Dibuja todo lo que quieras, las personas de una o tu familia, y si quieres objetos o animales”.

Al terminar de hacer el dibujo, se le elogio y se le dijo unas preguntas como ¿Dónde están?, ¿Qué hacen ahí?, ¿Con quién te llevas mejor en tu familia?, ¿por qué?, ¿Cuál es el más feliz? y ¿por qué?, ¿Cuál es el menos feliz? y ¿por qué?.. En caso de que no dibujo a su familia se le pregunto, suponiendo que fueras parte de esta familia ¿Quién serías tú?

Forma de puntuar: Se utilizó la interpretación de Josep M. Lluís Font donde se trata de dar una interpretación más sistemática del Dibujo de la Familia. Se basa en tres aspectos para de interpretación: Características generales de los dibujos tales como tamaño, emplazamiento, sombreado, borradura, distancia entre los personales, el segundo aspecto es la valorización y desvalorización, y el tercero son los componentes jerárquicos, el cual se refieren al lugar que se adjudica a los diferentes subsistemas estructurales de la familia como bloqueo parental, jerarquiza de hermanos y jerarquía familiar.

La prueba del dibujo de la familia es útil para planear una intervención y/o para evaluar cambios en el tratamiento. Es importante considerar en la interpretación la edad del niño, su etapa del desarrollo y cuáles son las circunstancias por las que

atraviesa el sujeto. Cabe mencionar que se analiza también la comunicación familiar.

Los componentes conceptuales que analizarán con la aplicación de estas pruebas son los siguientes:

A. Regulación emocional.

1. Comprensión emocional de sí mismo.

2. Autoconcepto.

3. Solución de problemas.

B. Percepción y expresión emocional.

3. Empatía.

4. Relaciones interpersonales.

5. Responsabilidad social.

C. Componentes de adaptabilidad.

7. Comunicación asertiva con los padres.

3.4 Método Teórico

Como método teórico se utilizó el análisis –sintético, inducción y deducción y el histórico-lógico que facilitaron la realización de una adecuada reflexión en torno a las bases teóricas relacionadas con el objeto de estudio y el comportamiento histórico de la problemática analizada en el contexto de que es inteligencia emocional, basados en las diferentes teorías y conceptos como inteligencia y emoción.

Abarca teorías de la terapia narrativa para crear un canal de comunicación entre padres e hijos, analizando el estado actual de dicha comunicación a nivel social.

3.5 Método empírico u otros

Como método empírico utilice el análisis del instrumento de la batería de test, con el propósito de ver como se encuentran en el plano de regulación emocional con los datos de los test aplicados y el de Percepción y expresión emocional mediante la entrevista inicial y observación durante la aplicación de los test.

3.6 Procesamiento de la información

Con el propósito de llevar acabo el estudio se realizó los siguientes pasos:

1. Verificación de la población disponible.
2. Aplicación y calificación de los test proyectivos.
3. Aplicación de la “Escuela de padres, Terapia Narrativa como estrategia para desarrollar de la inteligencia emocional” y análisis de los resultados observados por los padres.

3.7 Escenario

Se realizó la aplicación y de los test y el programa de “Escuela de padres, Terapia Narrativa como estrategia para desarrollar de la inteligencia emocional” en La escuela Matutina Adolfo López Mateos, ubicada en Avenida Primero de Mayo N. 2, Colonia El Tesoro, Coatzacoalcos, Veracruz. C.P. 96536, con autorización de la Directora Olga María Nohemí Tzab Morales y la profesora titular de segundo grado Erika Ascencio Guzmán.

CAPITULO IV: RESULTADOS

4.1 Resultados de la terapia narrativa como estrategia para lograr el desarrollo de la inteligencia emocional a niños de 7 a 8 años de edad a través de los Padres en la escuela primaria Adolfo López Mateos.

La recopilación de información obtenida por la calificación de la batería de test, y la entrevista inicial dio como resultado que:

| Sujeto | Comprensión emocional de sí mismo | Autoconcepto | Solución de problemas | Relaciones interpersonales | Responsabilidad social. | Comunicación asertiva con los padres |
|--------|-----------------------------------|--------------|-----------------------|----------------------------|-------------------------|--------------------------------------|
| 1 M | | | X | X | | X |
| 2 F | X | X | X | | X | |
| 3 M | X | X | | X | X | |
| 4 M | | | X | | X | |
| 5 M | X | X | | X | X | X |
| 6 F | | X | X | | | X |
| 7 M | X | | | X | X | |
| 8 M | X | X | | | X | X |
| 9 F | | | X | X | X | |
| 10 M | | | X | | | X |

Con la obtención de estos resultados dio hincapié a la formulación del programa “Escuela de padres, Terapia Narrativa como estrategia para desarrollar de la inteligencia emocional” el cual se aplicó en 3 Secciones cada una de 40 minutos, en aulas equipadas con los recursos didácticos, como son proyector, mesas y sillas.

Los objetivos de dicho programa se resumen de la siguiente manera:

- Concienciarles de influencia que tiene ellos sobre el desarrollo de la inteligencia emocional de sus hijos.
- Describir que es la inteligencia emocional.

- Enseñarles la técnica de Terapia narrativa que les capaciten para actuar correctamente para desarrollar la inteligencia emocional en sus hijos.
- Enseñarles técnicas comunicativas para potenciar, por su parte, la comunicación con sus hijos.
- Convertirles en agentes de cambio de la dinámica familiar que propicia o mantiene en el hijo el desarrollo de la inteligencia emocional.

Cabe mencionar que se aportaron material didáctico como las historias proporcionadas a los padres para comenzar a crear el canal de comunicación entre los padres e hijos, el contenido de las historias se basó en la estructura de la terapia narrativa, donde se centra en el desarrollo de autoconcepto, la solución de problemas y la responsabilidad social.

La asistencia al programa de “Escuela para padres Terapia Narrativa como estrategia para desarrollar la inteligencia emocional”, tuvo una audiencia de 10 niños, el cual no era el presupuestado, denotando una falta de tiempo de los padres o tutores en las enseñanza de sus hijos por factores laborales, a mi parecer se denoto un rezago en los conocimientos de los niños, ya que en la elaboración de los test, existió dificultades como el de que algunos niños de segundo y tercero que no podían escribir ni leer de manera correcta, adaptando los test aplicados en la investigación, ya que se pretendía anexar test cuantitativos, o de mayor dificultad.

CAPITULO V: DISCUSION

5.1 Análisis de los Resultados

La intervención mediante el programa de “Escuela para padres, Terapia Narrativa como estrategia para desarrollar la inteligencia emocional” busco conectar el proceso de las familias a través de la terapia narrativa, con los logros únicos que representan las experiencias en sección de la terapia narrativa, que es la incorporación de nuevos conocimientos y la exteriorización de problemas (Niño al padre), mediante la utilización de los recursos comunicativos, el más importante el de la elaboración y comprensión de las historias, dichas historias tiene el objetivo de que el padre aporte conocimientos como los valores, comprensión de sus propios sentimientos y desarrollo de habilidades sociales que complementen y patenten la inteligencia emocional del niño. De igual manera el programa “Escuela para padres, Terapia Narrativa como estrategia para desarrollar la inteligencia emocional” tiene como objetivo que el padre o tutor tenga el conocimientos de que es la inteligencia emocional, la forma en que se lograra moldear dicho aspecto es los niños, utilizado los recursos proporcionados durante el programa (historias) para fortalecen los las habilidades sociales, resolución de problemas y regulación emocional en los infantes y con esto fomentar un vínculo afectivo óptimos entre ambos. De la población de padres y tutores que asistieron a dicha programa, se logró el conocimiento de la inteligencia emocional y la participación fue activa, resolviendo cualquier tipo de duda.

La idea comprende que este proceso, más que ser una técnica, sea una postura vital para que los padres comprendan lo que les sucede, necesitan, y pueden llegar a influir en sus hijos mediante el fortalecimiento de un canal de comunicación que es la terapia narrativa. Esta postura vital propicia que el niño (lector) desarrolle una nueva habilidad de conocer sus propias experiencias de vida. Parte de los obstáculos que tiene esta técnica es la falta asistencia de los padres, que está fundamentada porque ambos padres trabajan, y no les permite dar una tiempo de cantidad ni calidad a sus hijos.

CONCLUSIONES

Mediante el resultado y el análisis de la entrevista infantil y la batería de test aplicada a los niños se llega a la conclusión que en el rubro de la inteligencia emocional el niño carece o no ha desarrollado de manera satisfactoria los siguientes puntos:

- a) Comprensión emocional de sí mismo
- b) Autoconcepto.
- c) Solución de problemas
- d) Relaciones interpersonales
- e) Comunicación asertiva con padres

En la elaboración del programa "Escuela para padres, Terapia Narrativa como estrategia para desarrollar la inteligencia emocional" dieron los siguientes resultados:

- a) Los padres o tutores desconocen o tiene una leve idea de lo que es la inteligencia emocional.
- b) Desconocen varios aspectos de rendimiento escolar de sus hijos, la comunicación con los docentes se resume en la asistencia a juntas al final de cada bimestre o final de año.
- c) No suelen entablar una conversación mediante la comunicación asertiva.
- d) Se dan pocos valores a los hijos, y no suelen dar el ejemplo en ocasiones.
- e) A los padres o tutores se les dificulta expresar sentimientos con palabras, en cualquier ámbito de su vida cotidiana, afectando la comunicación entre la familia.
- f) No hay cultura lectora en los padres, afectando la forma de contar la historia y de comprensión de la misma.

En el análisis de la batería de test, con la elaboración del programa “Escuela para padres, Terapia Narrativa como estrategia para desarrollar la inteligencia emocional”, se trató de analizar las consecuencias del poco desarrollo de inteligencia emocional en que se encuentra los niños, y a mi punto de vista son principalmente los siguientes:

- a) Padres que laboran la mayor parte de día.
- b) Aspectos escolares, como el de los paros laborales que influyen a que no tengan clases los infantes.
- c) Relaciones conflictivas entre padres e hijo/as o que estos no tengan una comunicación asertiva, basándose más en comunicación pasiva o agresiva.
- d) Los padres desconocen el funcionar del hijo en la escuela, no existe trabajo de equipo entre maestros y padres.

PROPUESTA PSICOLOGICA

En base a los resultados obtenidos en el presente estudio y en relación a la Escuela de padres, consistente en Terapia Narrativa como estrategia para el logro del desarrollo de la Inteligencia emocional en menores de edad, mi propuesta es la siguiente:

LA ESCUELA FORMATIVA PARA PADRES

Continuar con el programa de “Escuela de padres, Terapia Narrativa como estrategia para desarrollar de la inteligencia emocional”, el cual obedece a la necesidad de interactuar de los padres e hijos y maestros, en el desarrollo de una habilidad que es fundamental, ya que esto permite implementar estrategias con un sentido lógico, esto será mediante la terapia narrativa, proporcionando un canal de comunicación en el cual se le va a proporcionar las características y el modo de efectuarlo.

Se propone adaptar la escuela para padres como una capacitación inductiva al comienzo de cada ciclo escolar, con el objeto de desarrollar de manera eficaz la inteligencia emocional y además fortaleciendo la cultura de la lectura.

Para su mejor aceptación se pretenderá el análisis correlacional para ver cómo influye en este caso la terapia narrativa y la comunicación asertiva con la ayuda de una batería de test con validez y confiabilidad, ya que las que miden dicha inteligencia no terminan de convencer al gremio de psicólogos, ocasionando que no exista una exactitud de que mide lo que realmente es la inteligencia emocional.

Incluyendo dentro de esta Propuesta Psicológica los siguientes aspectos:

1.- Creación de un departamento de psicología atendido por psicólogo.

- a) Elaboración de una batería de test psicológico, que permitan llevar a cabo la evaluación en el aspecto intelectual y emocional, con el fin de obtener una evaluación previa y clasificación de los participantes en la terapia narrativa y así lograr el objetivo propuesto dentro de esta escuela formativa para padres y poder evaluar a los participantes
- b) Entrevista inicial: finalidad de establecer un formato de entrevista inicial con el fin de obtener a través de cada participante y sus padres los antecedentes e información en relación a su desarrollo psicobiosocial.
- c) Divulgación en relación a la inteligencia emocional, actividades y estrategias técnicas psicológicas, para desarrollarla en los niños de primaria.
- d) Elaboración de historias de valores, solución de conflictos, con los aspectos de la terapia narrativa, este punto es uno de más relevantes dentro de la escuela ya que permitiría implementar narrativas de cuentos que tengan como fin la enseñanza axiológica(filosofía de los valores), así como principios psicológicos basados aspectos del aprendizaje vicario llevando a obtener conclusiones realistas del momento y obtener un beneficio en el desarrollo de la psicología
- e) Evaluación y resultados del programa. Este punto tiene como fin llevar a cabo la evaluación del programa y a su vez poder realizar un biofeedback.

BIBLIOGRAFIA

1. Anderson, H. (1999). *Conversación, lenguaje y posibilidades*. Buenos Aires: Amorrortu.
2. Anderson, M. (2001). *Desarrollo de la Inteligencia*. México: Oxford.
3. Bisquerra, R. (2003). *Educación emocional y bienestar*. Barcelona: Praxis.
4. Cano-Vindel, J. F.-C. (1999). *Procesos Cognitivos y emoción. Ansiedad y Estrés*. México: Pinos .
5. Cabrera, A. [2002] "Lenguaje y Comunicación", ed. CEC, Caracas, Venezuela
6. Derridá, J. (1989). *El tiempo de una tesis: reconstrucción e implicaciones conceptuales*. Barcelona: Projecta
7. Epston, D., Freeman, J. & Lobovits, D. (2005). *Terapia Narrativa para niños*. Barcelona. Paidós.
8. Epston, D. & White, M. (2006). *Medios narrativos para fines terapéuticos*. Barcelona: Paidós Ibérica.
9. Fernandez-Berrocal, P. (2002). *Corazones Inteligentes*. Bcelona: Kairós.
10. Fernandez-Berrocal, P. (2006). *Desarrolla tu inteligencia emocional*. Barcelona: Kairós.
11. Freeman, J., Epston, D. & Lobovits, D. (2001). *Terapia Narrativa para niños. Aproximación a los conflictos familiares a través del juego*. Buenos Aires: Paidós S.A.
12. Gardner, Howard (2001), *La inteligencia reformulada: Las inteligencias múltiples en el siglo XXI*, Editorial Paidós
13. Goleman, D. (1995). *Emotional Intelligence*. Nueva York: Kairos .
14. Isenbart, D. & Westcott, J. (1993). *Terapia del Abuso Sexual*. En Durrant, M. & White, M. (Comps). Barcelona: Gedisa.
15. J. Mayer, P. S. (2000). *Emotional Intelligence as Zeitgeist, as personality, and as mental ability*. San Frascisco : Jossey Bass.
16. Lyons, W. (1993). *Emoción* . Mexico: Anthropos .

17. Mayer, P. S. (1990). *Inteligencia emocional. Imaginación, Cognición y Personalidad*. Washington: Blackwell Publishers.
18. Payne, M. (2000). *Terapia Narrativa: Una introducción para profesionales*. Barcelona: Paidós.
19. Rappaport, J. (1994) *Narrative Studies, Personal Stories, and Identity Transformation in the Mutual-Help Context*. En Understanding the self-help organization.
20. Maxwell Richard. *Convencer a la gente contando historias*. Editorial Planeta. México 2010
21. Satir Virginia. *Relaciones Humanas en el Núcleo Familiar*. México, Ed. Pax. Cuarta Edición, 1983.
22. Terre Des Hommes (2005). *Implicaciones de la Tortura Psicológica en Contextos de Violencia Política*. Bogotá: Códice Ltda.
23. Watzlawick y otros. *Teoría de la comunicación Humana*. Ed. Herder. Barcelona, España, 2da Edición, 1981
24. White, M. (1990). *Medios narrativos para fines terapéuticos*. Barcelona: Gedisa.

Anexos



“Escuela de padres, Terapia Narrativa como estrategia para desarrollar de la inteligencia emocional”

Introducción

Nadie puede negar que la buena formación de las personas, tiene entre sus pilares fundamentales la permanente y adecuada comunicación entre los padres y sus hijos, sobre todo cuando estos se encuentran en proceso de formación y fijación de su personalidad, que se da fundamentalmente en la etapa de la niñez con el objetivo de hacer una persona de bien (fundamentado en la cultura y reglas sociales) para sí mismo, para lo que lo rodea y en general para la sociedad. Pero no hay una buena comunicación entre padres e hijos por diferentes situaciones tales como la falta de tiempo de los padres, por ámbitos socialmente culturales y la falta de información son un obstáculo que impide dicha comunicación.

El diseño del programa “Escuela de padres, Terapia Narrativa como estrategia para desarrollar la inteligencia emocional”, obedece a la necesidad de desarrollar la inteligencia emocional, esto será mediante la terapia narrativa, proporcionando un canal de comunicación en el cual se le va a proporcionar las características y el modo de efectuarlo a ustedes los padres de familia para que se lo faciliten de manera clara y concisa estos conocimientos a sus hijos de 7 a 8 años de edad. La idea se basa en que el padre puede motivar y enseñar valores (cuales se han ido perdiendo) a sus hijos, pero no con reforzadores negativos o castigos, con algo que puede relacionarse fácilmente, una historia. La idea se sustenta en la frase de “Hay dos cosas que todo el mundo hace todos los días, todos vendemos algo – nuestros productos, ideas, servicios, talento, nuestra visión- y contamos historias”. El programa “Escuela de padres, Terapia Narrativa como estrategia para desarrollar la inteligencia emocional” ha sido elaborado como una guía de actuación y como tal, estructura las diferentes sesiones a realizar tanto con padres como con hijos, indica unas orientaciones didácticas a tener en cuenta en la realización de las mismas, establece los contenidos y temas a tratar en cada una de las sesiones, y a modo de ejemplo sugiere unas actividades y tareas a desarrollar.

Objetivos del programa

El programa de “Escuela de padres, Terapia Narrativa como estrategia para desarrollar de la inteligencia emocional” pretende aumentar la inteligencia emocional de los hijos mediante la comunicación. Por tanto, sus objetivos se plantean a dos niveles:

Respecto a los padres:

- Concienciarles de influencia que tiene ellos sobre el desarrollo de la inteligencia emocional de sus hijos.
- Describir que es la inteligencia emocional.
- Enseñarles la técnica de Terapia narrativa que les capaciten para actuar correctamente para desarrollar la inteligencia emocional en sus hijos.
- Enseñarles técnicas comunicativas para potenciar, por su parte, la comunicación con sus hijos.
- Convertirles en agentes de cambio de la dinámica familiar que propicia o mantiene en el hijo el desarrollo de la inteligencia emocional.

Respecto a los hijos:

- Potencializar su inteligencia emocional.
- Aumentar su capacidad de resolución de problemas.

Función del técnico del programa

El técnico del Programa interviene como un enlace de la información de lo que es la inteligencia emocional, al igual sobre el conocimiento de la terapia narrativa a los padres, con muestras de historias y puntos a retomar. Utilizando la psicoterapia, el éxito de dicho programa será el de que se le puede dar a los hijos información aprendida en la escuela para padres. El técnico del programa no actúa como terapeuta porque no intervienen como orientadores familiares ya que no intentan resolver problemas de conducta del niño ni conflictos familiares.

Contenido de las secciones

1ª sesión. Introducción

ORIENTACIONES DIDÁCTICAS

El objetivo de esta primera sesión es establecer un marco inicial de partida y que se conozcan entre sí los componentes de ese grupo de “Escuela de padres, Terapia Narrativa como estrategia para desarrollar de la inteligencia emocional” para fomentar, durante la duración del curso, un espacio de aprendizaje y diálogo.

Se insistirá en el concepto inteligencia emocional. Los padres deben entender desde esta óptica las técnicas que aprenderán en las sesiones posteriores. El técnico debe hacer comprender a los padres sobre la importancia de la inteligencia emocional en sus hijos.

ASPECTOS Y TEMAS A TRATAR

- Explicación del programa: contenidos, metodología.
- Administración de cuestionarios de evaluación a los hijos sobre inteligencia emocional, como un pre test, reiterando que al final del programa se realizara otro.
- proporcionar información de la inteligencia emocional, resolviendo dudas y preguntas.

TAREAS PROPUESTAS

- Contestar y reflexionar sobre preguntas tales como:
- ¿Cómo es la comunicación con su hijo?
- ¿Tiene tiempo de calidad o cantidad?

2ª sesión.

ORIENTACIONES DIDÁCTICAS

El propósito de esta sesión es facilitar a los padres información sobre la terapia narrativa.

Retroalimentación de la inteligencia emocional

ASPECTOS Y TEMAS A TRATAR

- Que es la terapia narrativa.
- Estructura y elementos de una buena historia.
- Como utilizarla la terapia narrativa para desarrollar la inteligencia emocional en sus hijos.
- Identificación los temas y dudas de sus hijos
- Comprensión de las emociones que se encuentra
- Inventar o buscar historias relacionadas en ese tema.
- Como se sintieron al tener ese tiempo de calidad con sus hijos

TAREAS PROPUESTAS

- Analizar que comerciales y cuentos de como informa una buena historia
- Contar una historia proporcionada por el psicólogo al niño y comenzar con el canal de comunicación entre ambos.

3ª sesión. Finalización y conclusión

ORIENTACIONES DIDÁCTICAS

Estas sesiones pretenden concienciar al hijo sobre el proceso de la comunicación Y cómo influye ésta en su propia conducta y en la conducta de los demás. Fortalecer el vínculo mediante las historias contadas.

Resumir la trayectoria didáctica seguida en las sesiones anteriores y señalar los aprendizajes logrados por los hijos en el curso.

ASPECTOS Y TEMAS A TRATAR

- Resaltar los puntos importantes de las sesiones anteriores.
- Resolver dudas y cuestiones pendientes.
- Administración de cuestionarios de evaluación a los hijos con objeto de conocer los cambios actitudinales producidos.

TAREAS PROPUESTAS

- Continuar con el programa.

Dudas y comentarios de la “Escuela para padres: Terapia Narrativa como estrategia para desarrollar la inteligencia emocional”