

INVESTIGACION:
LA INTELIGENCIA EMOCIONAL EN LOS DOCENTES PARA
FAVORECER LOS AMBIENTES DE CONVIVENCIA ESCOLAR

PRESENTA

DR. Y MTRO. EN CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN
RIGOBERTO RAMÍREZ ROJAS

COORDINADORES

DR. JOSE BLAS MEJIA MATA
DRA. ELIZABETH SERNA DIONISIO
DR. MIGUEL MORENO GARCIA

PARA OBTENCION DE
GRADO DE ESPECIALIDAD
EN GESTION Y DIRECCION ESCOLAR

TOLUCA, MÉX.

MAYO, 2017

INDICE

Plan de intervención.....	3
1. Objetivos.....	4
1.1. Objetivo General.....	4
1.2. Objetivos Específicos.....	4
2. Líneas de acción.....	4
3. Metas.....	5
4. Sustento Teórico.....	5
4.1. Marco Conceptual.....	5
4.2. Marco Metodológico.....	28
4.3 Marco Contextual.....	31
5.- Estrategias y actividades.....	39
Sesión 1 Desarrollo de mi autoconciencia.....	39
Sesión 2 Autorregulación de las emociones	41
Sesión 3 Motivación.....	42
Sesión 4 Desarrollo mis habilidades sociales.....	42
6. Desarrollo de actividades (descripción)	43.
Bibliografía.....	59

PROYECTO

PLAN DE INTERVENCION

“Jamás me cansaré de repetirlo: el primer deber de los maestros es amar a sus alumnos y alumnas”.

(Jaume Cela)

Un proyecto de intervención es un plan, acción o propuesta, creativa y sistemática, ideada a partir de una necesidad, a fin de satisfacer dicha carencia, problemática o falta de funcionalidad para obtener mejores resultados en determinada actividad. Entendiéndose que un plan o proyecto de intervención consiste en un conjunto de acciones sistemáticas, planificadas, basadas en necesidades identificadas y orientada a unas metas, como respuesta a esas necesidades, con una teoría que lo sustente (Rodríguez Espinar y col., 1990).

1.- OBJETIVOS

1.1. OBJETIVO GENERAL

El presente trabajo pretende:

Analizar la influencia de la inteligencia emocional del docente en el ambiente del aula de la escuela primaria, a partir de las relaciones interpersonales y el manejo de la disciplina, y determinar en qué medida la inteligencia emocional del docente incide en el logro de un ambiente formativo en el aula de clases

1.2.- OBJETIVOS ESPECÍFICOS:

-) Examinar el impacto de la inteligencia emocional del docente en las relaciones interpersonales y el manejo de la disciplina en el aula para el logro de un ambiente formativo.
-) Implementar actividades prácticas que permitan el desarrollo de la inteligencia emocional del docente de educación primaria.

2.- LINEAS DE ACCION.

1.- AUTOCONCIENCIA

2.- AUTORREGULACIÓN DE LAS EMOCIONES

3.- MOTIVACIÓN, LAS MIAS Y DE LOS DEMÁS

4.- HABILIDADES SOCIALES

3.- METAS.

Lograr que el docente mejore sus relaciones interpersonales con los alumnos y por tanto las discrepancias entre alumno y docente, disminuyan hasta en un 90% tomando de base lo que se tiene registrado en las bitácoras de clase y que tienen que ver directamente con el manejo de la disciplina y manejo de grupo.

4.- SUSTENTO TEORICO

Los siguientes apartados comprenden los conocimientos teóricos comprobados que le dan sustento o respaldan nuestro proyecto, demostrando que es viable para lograr realmente los objetivos planteados

4.1 MARCO CONCEPTUAL

La inteligencia emocional

Antecedentes de la inteligencia emocional

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 *hic et nunc* como centro de atención. Este enfoque argumenta que cada persona tiene la necesidad de sentirse bien consigo mismo, experimentar las propias emociones y crecer emocionalmente. Cuando se ponen barreras a este objetivo básico pueden derivarse comportamientos desviados. Taylor et al. (1997) al ocuparse de los desórdenes afectivos hacen referencia a algunos aspectos históricos de la inteligencia emocional.

En 1986, W. L. Payne presentó un trabajo con el título de “ A study of emotion: Developing emotional intelligence; Self integration; relating to fear, pain and desire” (cit. por Mayer, Salovey y Caruso, 2000a). Como podemos observar en el título

aparecía “inteligencia emocional”. En este documento Payne (1986) plantea el eterno problema entre emoción y razón. 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. El ímpetu del interés por la inteligencia emocional se inició con dos artículos en revistas especializadas (Mayer, DiPaolo y Salovey, 1990; Salovey y Mayer, 1990). Si bien fue este último el que tuvo mayor resonancia, cuyo título era, precisamente: *Emotional Intelligence* (Salovey y Mayer, 1990).

A menudo pasa desapercibido que en 1994 se fundó el CASEL (Consortium for the Advancement of Social and Emotional Learning) con objeto de potenciar la educación emocional y social en todo el mundo. Este hecho, claramente educativo, fue anterior a la publicación del libro de Goleman (1995).

Goleman (1995) plantea la clásica discusión entre cognición y emoción de un modo novedoso. Tradicionalmente se ha asociado lo cognitivo con la razón y el cerebro, y por tanto con lo inteligente, positivo, profesional, científico, académico, masculino, apolíneo, Super-Yo, principio de realidad, etc. Mientras que lo emocional se ha asociado con el corazón, los sentimientos, el Ello, lo femenino, lo familiar, la pasión, los instintos, lo dionisiaco, el principio del placer, etc. Es decir, tradicionalmente lo racional se ha considerado de un nivel superior a lo emocional.

Desde entonces la inteligencia emocional ha sido definida y redefinida por diversos autores. Mayer, Salovey y Caruso (2000) exponen como se puede concebir la inteligencia emocional, como mínimo de tres formas: como rasgo de personalidad, como habilidad mental y como movimiento cultural (Zeitgeist).

Inteligencia Emocional.

Origen y desarrollo histórico de la inteligencia emocional.

Galton, en 1870, fue uno de los primeros investigadores en realizar un estudio sistemático sobre las “diferencias individuales” en la capacidad mental de los

individuos, utilizando un desarrollo de correlación de métodos. Tempranamente, propuso un análisis estadístico como aplicación al fenómeno mental, así como su implicación y uso. También fue pionero en el empleo de cuestionarios y métodos no tradicionales (Roback y Kierman, 1990).

A partir de 1960 se observó un debilitamiento en las posturas conductistas, y se produjo la emergencia de procesos cognitivos con el estructuralismo. Piaget, educado en la tradición del coeficiente intelectual, se opuso a dichas posturas psicométricas y del pensamiento de la información, y aunque no emprendió una crítica contra el movimiento de prueba, su punto de vista se percibe en las acciones científicas que realizó, desarrollando una visión distinta a la de la cognición humana. Según él, el principio de todo estudio del pensamiento humano debe ser la postulación de un individuo que trata de comprender el sentido del mundo (Gardner, 1993). Otra aportación importante es la del psicólogo soviético Vygotsky, quien encontró que las pruebas de inteligencia no dan una indicación acerca de la zona de desarrollo potencial de un individuo.

Desde entonces han existido diferentes reformulaciones a la ley del efecto, como las realizadas por Freud y Ribot en la década de los veinte. Freud utilizó la ley del efecto, al introducir el concepto de racionalidad como complemento del principio de satisfacción, estableciendo el “principio de la realidad”. Por su parte, Ribot hace alusión a dicho concepto en su famosa “lógica de los sentimientos” (Ribot, 1925;

Otras reformulaciones objetivas fueron las realizadas por Hull (1951) y Skinner (1974). Hull propuso un planteamiento fisiologicista, y Skinner lo desarrolló sobre una base operacionista. Otro enfoque de la ley del efecto es el propuesto por Dollard y Miller desde el punto de vista cognitivo. En la misma línea está el trabajo de Galperin (Dollard y Miller, 1977; Galperin, 1979). Posteriormente, Piaget (1972) y Maslow (1973) formularon un enfoque de desarrollo dinámico del principio.

A últimas fechas, el desarrollo de la neurociencia ha estimulado la aparición de modelos integradores de la ley del efecto, combinando la capacidad racional con la

determinación voluntaria. Lo anterior se desenvuelve en el contexto de un nuevo paradigma, llamado inteligencia emocional.

Marina (1993), experto en el área, afirma que “si bien es cierto que las ciencias cognitivas han realizado aportaciones valiosas, la labor pendiente es la elaboración de una ciencia de la inteligencia humana, la cual deberá desarrollarse holísticamente, lo que es lo mismo no sólo enfocada hacia la razón, sino también provista de emociones”.

La idea de la inteligencia actual subyace en la “capacidad de adaptación” que proporciona. Sternberg (1997) establece que bajo la idea de la globalización (refiriéndose a la psicología), “la inteligencia está muy vinculada con la emoción, la memoria, la creatividad, el optimismo y en cierto sentido con la salud mental”.

En 1983, Gardner publicó *Frames of Mind*, donde reformula el concepto de la inteligencia. Este autor establece que los seres humanos poseen siete tipos de inteligencia y cada una es relativamente independiente de las otras. Estas siete inteligencias son las siguientes: inteligencia auditiva musical, inteligencia cinestésica corporal, inteligencia visual-espacial, inteligencia verbal-lingüística, inteligencia lógico-matemática. Esta teoría introdujo dos tipos de inteligencias muy relacionadas con la inteligencia social de Thorndike: la inteligencia intrapersonal e interpersonal.

Gardner, en 1995 incluyó la inteligencia naturista y en 1998 volvió a modificar su teoría, agregando un nuevo tipo, la inteligencia existencial. El concepto de inteligencia emocional (IE) como tal fue propuesto por **Salovey y Mayer** en 1990, a partir de los lineamientos de Gardner en su teoría (Salovey y Mayer, 1990). Sin embargo, este concepto no es nuevo pues tiene su origen en la “ley del efecto” formulada por Thorndike en 1988, cuando propuso en su tesis doctoral un principio explicativo del aprendizaje animal.

En 1990, Salovey y Mayer estructuraron su concepto de IE a partir de las inteligencias intrapersonal e interpersonal de Gardner. No obstante, corresponde a Goleman el mérito de difundir profusamente el concepto en 1995, donde introduce

el estudio de la IE, sus alcances y beneficios en el campo de la administración (Goleman, 2000).

El concepto de IE nació de la necesidad de responder al interrogante: ¿por qué hay personas que se adaptan mejor que otras a diferentes situaciones de la vida diaria? Según sus autores, la IE está formada por meta habilidades que pueden ser categorizadas en cinco competencias: conocimiento de las propias emociones, capacidad para controlar emociones, capacidad de motivarse a sí mismo, reconocimiento de emociones ajenas y control de las relaciones.

Definición de inteligencia emocional

La Inteligencia Emocional es un constructo mental fundamentado en la Meta cognición humana, La I. E. se define como: "*la capacidad de controlar y regular las emociones de uno mismo para resolver los problemas de manera pacífica, obteniendo un bienestar para sí mismo y para los demás*"; es también guía del pensamiento y de la acción (Salovey y Mayer, 1990).

El planteamiento de Goleman, propone a la Inteligencia Emocional como un importante factor de éxito, y básicamente consiste en la capacidad "aprensible" para conocer, controlar e inducir emociones y estados de ánimo, tanto en uno mismo como en los demás.

La Inteligencia Emocional tiene como sustento al carácter multifactorial de las inteligencias, es decir las Inteligencias Múltiples. En el estudio de Gardner se analizan dos inteligencias que tienen mucho que ver con la relación social: La Inteligencia Intrapersonal y la Inteligencia Interpersonal.

En este sentido, la inteligencia emocional es el uso inteligente de las emociones (Weisinger, 1988). Asimismo, Gardner (1993, p. 301), define inteligencia emocional como "El potencial biopsicológico para procesar información que puede generarse en el contexto cultural para resolver los problemas". Por otro lado, la inteligencia emocional se convierte en una habilidad para procesar la información emocional

que incluye la percepción, la asimilación, la comprensión y la dirección de las emociones (Mayer y Cobb, 2000, p. 273).

Mayer et al. (2000, p. 109) explicaron que la inteligencia emocional es la capacidad de procesar la información emocional con exactitud y eficacia, incluyéndose la capacidad para percibir, asimilar, comprender y regular las emociones.

De este modo, la inteligencia emocional incluye las habilidades de (Mehrabian, 1996):

- Percibir las emociones personales y la de otras personas.
- Tener dominio sobre las emociones propias y responder con emociones y conductas apropiadas ante diversas circunstancias.
- Participar en relaciones donde las emociones se relacionen con la consideración y el respeto.
- Trabajar donde sea, en la medida de lo posible, gratificante desde el punto de vista emocional.
- Armonización entre el trabajo y el ocio.

Bar-On en 1997 define inteligencia emocional como un conjunto de capacidades, competencias y habilidades no cognitivas que influyen la habilidad propia de tener éxito al afrontar aspectos del medio ambiente. Sin embargo, uno de los principales autores, Goleman (1995), se refiere a la inteligencia emocional como un conjunto de destrezas, actitudes, habilidades y competencias que determinan la conducta de un individuo, sus reacciones o sus estados mentales.

Goleman (1995, p. 28) define inteligencia emocional como “capacidad de reconocer nuestros propios sentimientos y los de los demás, de motivarnos y de manejar adecuadamente las relaciones”. Más tarde Goleman (1998, p. 98), reformula esta definición de la siguiente manera: “capacidad para reconocer nuestros propios sentimientos y los de los demás, para motivarse y gestionar la emocionalidad en nosotros mismos y en las relaciones interpersonales”.

Otros autores como Martineaud y Elgehart (1996, p. 48) definen inteligencia emocional como “capacidad para leer nuestros sentimientos, controlar nuestros impulsos, razonar, permanecer tranquilos y optimistas cuando no nos vemos confrontados a ciertas pruebas, y mantenernos a la escucha del otro”.

En este sentido, la inteligencia emocional es la aptitud para captar, entender, y aplicar eficazmente la fuerza y la perspicacia de las emociones en tanto que fuente de energía humana, información, relaciones e influencia (Cooper y Sawaf, 1997, p. 52). La inteligencia emocional es una forma de interactuar con el mundo, que tiene en cuenta los sentimientos, y engloba habilidades tales como el control de los impulsos, la autoconciencia, la motivación, el entusiasmo, la perseverancia y/o la agilidad mental.

Estas características configuran rasgos de carácter como: la autodisciplina, la compasión o el altruismo, que resultan indispensables para una y creativa adaptación social (Gómez, Galiana y León, 2000, p. 55-56). A partir de aquí, se ha realizado la siguiente definición de inteligencia emocional. Esta es la capacidad que tiene el individuo de adaptarse e interactuar con el entorno dinámico.

Principios de la inteligencia emocional. (Gómez et al., 2000) se basa en los siguientes principios:

- **Autoconocimiento.** Capacidad para conocerse uno mismo, saber los puntos fuertes y débiles que todos tenemos.
- **Autocontrol.** Capacidad para controlar los impulsos, saber mantener la calma y no perder los nervios.
- **Automotivación.** Habilidad para realizar cosas por uno mismo, sin la necesidad de ser impulsado por otros.
- **Empatía.** Competencia para ponerse en la piel de otros, es decir, intentar comprender la situación del otro.
- **Habilidades sociales.** Capacidad para relacionarse con otras personas, ejercitando dotes comunicativas para lograr un acercamiento eficaz.

- **Asertividad.** Saber defender las propias ideas respetando la de los demás, enfrentarse a los conflictos en vez de ocultarlos, aceptar las críticas cuando pueden ayudar a mejorar.
- **Proactividad.** Habilidad para tomar la iniciativa ante oportunidades o problemas, responsabilizándose de sus propios actos.
- **Creatividad.** Competencia para observar el mundo desde otra perspectiva, diferente forma de afrontar y resolver problemas.

MODELOS DE LA INTELIGENCIA EMOCIONAL:

Modelo de Daniel Goleman.

Goleman (1995, p. 285). define a la Inteligencia Emocional (IE) como “una serie de habilidades, las cuales incluirían el autocontrol, celo y persistencia y la habilidad para motivarse uno mismo, hay una palabra, que representa este cuerpo de habilidades: carácter”. Este autor, quien además de incluir en su definición de IE elementos del modelo de Salovey y Mayer (1990), también reconoce que su concepto se inclina por algo más amplio y enfatiza que “el concepto de resiliencia del ego es muy parecido a o que es este modelo de inteligencia emocional, debido a que incluye competencias emocionales y sociales” (Goleman, 1995, p. 44).

Sobre la amplitud de su concepto de IE, podemos destacar que Goleman escoge e integra aportaciones de otras líneas de investigación relacionadas con la Inteligencia Emocional como: el manejo del sentimiento de la culpa y obsesiones, de Tice y Baumeister (1993); el optimismo, de Seligman (1990); la creatividad y el flujo creativo, de Csikszentmihalyi (1990); o las aportaciones de Le Douarin (1986, 1993,) sobre el papel de la amígdala en el control de las emociones.

Principios de la Inteligencia Emocional

Recepción

Cualquier cosa que incorporemos por cualquiera de nuestros sentidos.

Retención

Corresponde a la memoria, que incluye la retentiva (o capacidad de almacenar información) y el recuerdo, la capacidad de acceder a esa información almacenada.

Análisis

Función que incluye el reconocimiento de pautas y el procesamiento de la información.

Emisión

Cualquier forma de comunicación o acto creativo, incluso del pensamiento.

Control

Función requerida a la totalidad de las funciones mentales y físicas.

Tomado de Goleman (1995, pag. 78)

Goleman divide a la inteligencia emocional en dos tipos de competencias: personales y competencias sociales.

-) *Competencias personales.*
-) *Conocimiento de las propias emociones.*
-) *El conocimiento de uno mismo.*
-) *La capacidad de reconocer un sentimiento en el mismo momento en el que aparece.*
-) *Capacidad para controlar las emociones.*
-) *De la conciencia de uno mismo surge la habilidad que permite controlar los sentimientos y adecuarlos al momento.*
-) *Capacidad de motivarse a sí mismo.*
-) *Igual que el sentido de autoeficacia, propone el control de la vida emocional y su subordinación a una meta.*

-) *Competencias sociales.*
-) *Reconocimiento de las emociones ajenas.*
-) *La empatía.*
-) *Control de las relaciones. Habilidad que presupone relacionarse adecuadamente con las emociones ajenas.*

En la actualidad (Boyatzis, Goleman y Rhee, 2000; Goleman, 2001), integra la dimensión de la motivación dentro del campo de la autorregulación, el aprovechamiento de la diversidad pasa a formar parte de la empatía y ha renombrado algunas competencias (p.e., la sinceridad ha pasado a ser transparencia).

De igual forma ha fundido la habilidad de comunicación en la competencia de la influencia (Goleman, Baoyatzis y Mckee, 2002).

Modelo de inteligencia socio-emocional de Reuven Bar-On.

El Modelo Multifactorial de Bar-On (1997) se caracteriza por un conjunto de aptitudes, competencias y habilidades no cognitivas que influyen en la capacidad para lograr el éxito en el manejo de las exigencias y presiones del entorno. El autor presenta cinco grupos que los llama componentes factoriales, estos son:

1. Intrapersonales compuesto por cinco elementos que son los siguientes:

- a) Autoconcepto. Respetarse y ser consciente de si mismo.
- b) Autoconciencia emocional. Conocer sus propios sentimientos.
- c) Asertividad. Expresarse abiertamente y defender sus derechos personales sin mostrarse agresivo ni pasivo.
- d) Independencia. Controlar las propias acciones y pensamientos, sin dejar de consultar a otros para obtener información necesaria.
- e) Autoactualización. Alcanzar su potencialidad y llevar una vida rica y plena.

2. Interpersonales compuestos por los elementos:

- a) Empatía. Reconocer y comprender las emociones de los otros, mostrar interés por los demás.

- b) Responsabilidad social. Mostrarse como un miembro constructivo de un grupo social, mantener las reglas sociales y ser confiable.
- c) Relaciones interpersonales. Establecer y mantener relaciones interpersonales caracterizadas por dar y recibir afecto y sentirse a gusto con ello.

3. Adaptabilidad donde se encuentran:

- a) Prueba de realidad. Correspondencia entre lo emocionalmente experimentado y lo que ocurre objetivamente.
- b) Flexibilidad. Ajustarse a las cambiantes condiciones del medio.
- c) Solución de problemas. Identificar y definir problemas e implementar soluciones potencialmente efectivas.

4. Manejo del estrés constituido por:

- a) Tolerancia al estrés. Sufrir eventos estresantes sin sentir que no se puede influir en ellos.
- b) Control de impulsos. Resistir y retardar un impulso, controlando las emociones para conseguir un objetivo posterior de mayor importancia.

5. Estado de ánimo y motivación aquí encontramos:

- a) Optimismo. Manejar una actitud positiva ante la adversidad.
- b) Felicidad. Disfrutar y sentirse satisfecho con la vida, divertirse y expresar sentimientos positivos.

Después de importantes trabajos de literatura psicológica Bar-On (2006), plantea que su modelo consta de las siguientes habilidades:

- (a) La habilidad para reconocer, comprender y expresar emociones y sentimientos.
- (b) La habilidad para comprender como las personas se sienten y se relacionan.
- (c) La habilidad para regular y controlar las emociones.

(d) La habilidad para cambiar, adaptar y solucionar problemas de índole personal e interpersonal.

(e) La habilidad para generar un estado de automotivación y afectos positivos.

Según este modelo, las personas socio-emocionalmente inteligentes son capaces de reconocer y expresar sus emociones, comprender y relacionarse con los demás, comprenden cómo se sienten las otras personas, pueden tener y mantener relaciones interpersonales satisfactorias y responsables, sin llegar a ser dependientes de los demás; son, generalmente, optimistas, flexibles, realistas, tienen éxito en resolver sus problemas y afrontan el estrés sin perder el control (Bar-On, 1997).

Cuando tienen lugar los procesos que subyacen a la inteligencia emocional, este factor permitiría una correcta valoración y expresión de emociones.

En los factores personales existen dos vías por las que se procesa la información emocional, la verbal y no verbal.

Salovey y Mayer se valen de ciertos estudios sobre casos de alexitimia, en primera instancia para sugerir que puede existir una habilidad especializada en codificar y decodificar la representación emocional, y que la integración entre afecto y pensamiento puede ocurrir a nivel neurológico (Damasio, 1994; Mayer y Salovey, 1993; Salovey, Hesse y Mayer 2001).

Los factores interpersonales también dividen esta dimensión en dos ramas, la vía no verbal y la empatía. Estos autores consideraron esta habilidad como básica pues estimaron que, en la medida en que las personas identificaran y expresaran mejor sus emociones, serían hábiles también en valorar las emociones en los demás (en este caso haciendo una valoración de las señales no verbales de las personas).

Una vez apreciadas las emociones se procedería a calibrar una respuesta basada en la emoción percibida. Por lo tanto, partiendo de los estudios que han encontrado diferencias individuales a la hora de identificar las emociones en las expresiones faciales, los autores concluyen que las personas con mayor capacidad en este factor tendrán patrones de conducta más adaptativos.

Para fortalecer este último planteamiento usaron también el concepto de empatía como la capacidad para comprender y sentir lo que otra persona está experimentando, es un aspecto central de la inteligencia emocional. Las personas con altos niveles de inteligencia emocional, entendida desde el punto de vista inicial de Salovey y Mayer (1990), son capaces de promover relaciones interpersonales cálidas; además, a mayor número de amigos, compañeros, familiares, etc., con alta inteligencia emocional, mejor será el entorno social.

Como conclusión, podremos señalar que las personas con una mayor inteligencia emocional pueden percibir y responder más rápido a sus propias emociones y, de esta manera, expresar mejor sus emociones a los demás.

Regulación de la emoción.

Se basa en la idea de que las personas buscan entender y ejercer control sobre sus experiencias emocionales además de ejercer esta regulación en sí mismo y en otros.

Modelo actual.

Mayer y Salovey (1997) siete años más tarde, reformulan el modelo dándole un mayor énfasis a los aspectos cognitivos (Van Rooy, Viswesvaran y Pluta, 2005; Pérez, 2009).

En este modelo se propone que la inteligencia emocional está formada por cuatro habilidades, desde los procesos más básicos (percepción de emociones) hasta los más complejos (regulación emocional). Las habilidades de cada dimensión se desarrollan gradualmente con la edad y la experiencia (Brackett, Rivers, Shiffman, Lerner y Salovey, 2006). También se propone, desde un planteamiento del procesamiento de información, que el primer factor denominado percepción emocional, es el encargado de recibir la información; los dos siguientes, facilitación emocional y comprensión emocional, procesan la información; la facilitación emocional, a través del uso de las emociones, facilita el procesamiento cognitivo, mientras que la comprensión emocional procesa la información relativa al sistema emocional (Mayer, Salovey y Caruso, 2000).

La percepción emocional, es la primera habilidad del modelo y se basa en la capacidad para percibir y expresar emociones correctamente. La percepción emocional implica registrar, atender y descifrar mensajes emocionales tanto en los demás como en nosotros mismos, en expresiones faciales, voz, objetos, arte, etc.

La segunda habilidad es la facilitación emocional y se encarga de integrar las emociones para facilitar el procesamiento cognitivo. Salovey y Mayer conciben que las emociones son complejas organizaciones formadas por aspectos fisiológicos y cognitivos que penetran en el sistema cognitivo de dos maneras: como sentimientos cognitivizados o como cogniciones alteradas

Esta dimensión juega un papel importante cuando las personas predicen cómo se van a sentir en una determinada situación, las personas difieren en la manera que usan la información emocional para conseguir sus objetivos. Otra habilidad es la comprensión emocional y esta conlleva entender las dificultades de relaciones entre emociones. Involucra la capacidad tanto predictiva como retrospectiva de las causas de los diferentes estados anímicos. Supone como se combinan los diferentes estados emocionales, las personas con altas capacidades en este factor serán capaces de entender con facilidad las relaciones interpersonales.

Personas con altas capacidades en este factor entienden perfectamente cómo influirá su comportamiento en otras personas y además lo utilizan para mejorar las relaciones sociales.

La empatía, capacidad para sentir lo que sienten los otros, es un aspecto fundamental de la comprensión emocional (Fitness, 2005). Por último, la cuarta habilidad es la regulación emocional, en esta dimensión se reduce, se magnifica o se modifica las respuestas emocionales tanto propias como de los demás.

También se incluye la habilidad para sentir diferentes emociones mientras tomamos una decisión. Este factor tiene que estar necesariamente precedido de una buena percepción y comprensión emocional. Solamente si hemos percibido correctamente las emociones uno puede cambiar de humor y comprender las emociones adecuadamente (Mayer et al., 2000).

Modelos de regulación emocional y ajuste psicológico.

En las últimas décadas se ha producido un incremento importante en la importancia dada al manejo de la emoción, y no la emoción misma, como aspecto a la base de diversas formas de psicopatología y otras formas de desajuste psicológico, en lo que se ha venido a denominar la revolución del afecto (affect revolution, Fischer y Tangney, 1995). Esta línea de investigación viene a destacar que la presencia de alteraciones conductuales y psicopatológicas no está relacionada tanto con una excesiva emoción negativa o positiva,

como con la escasa habilidad para regular dicha emoción de manera que resulte saludable y facilite el ajuste a las demandas.

Regulación Emocional como un indicador de inteligencia emocional:

Según este modelo, la inteligencia emocional es el conjunto de cuatro habilidades: 1)

Percepción: habilidad de percibir emociones propias y de otros, así como en otros estímulos como objetos, música, historias, etc.;

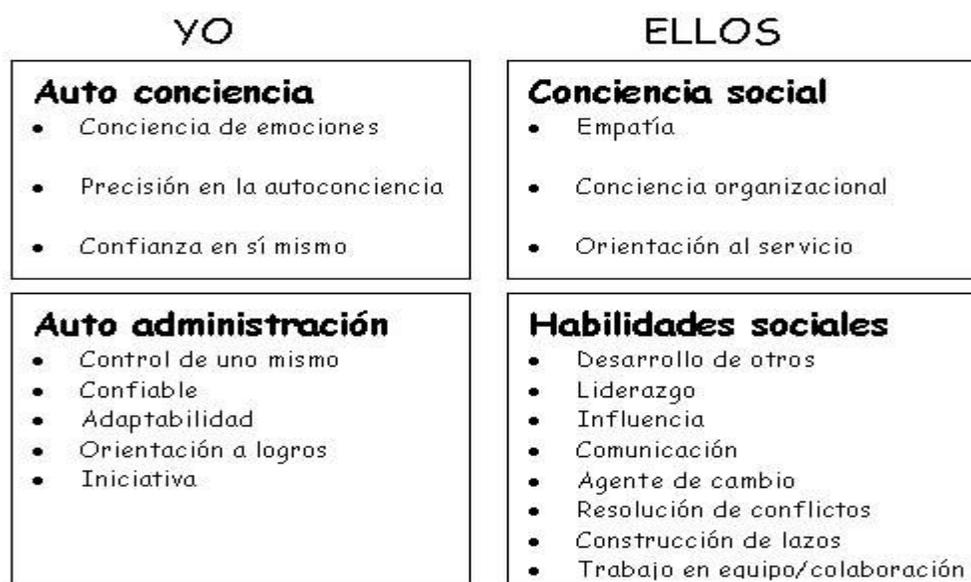
2) **Asimilación:** habilidad de generar, usar y sentir las emociones en la medida necesaria para comunicar sentimientos o influir en procesos cognitivos

3) **Comprensión emocional:** habilidad de entender información de tipo emocional y de cómo las emociones se combinan y cambian con el paso del tiempo

4) **Regulación emocional:** habilidad de estar abierto a los sentimientos, vigilarlos y alterarlos, tanto los propios como los de otros, con el objetivo de facilitar el crecimiento personal.

Modelo Cooper y Sawaf.

Se le ha denominado como el modelo de los “Cuatro Pilares”, por su composición. Dicho modelo se ha desarrollado, principalmente, en el ámbito organizacional de la empresa. A continuación, se han desarrollado los 4 aspectos fundamentales del modelo:



1. **Alfabetización emocional.** Constituida por la honradez emocional, la energía, el conocimiento, el feedback, la intuición la responsabilidad y la conexión. Estos componentes permiten la eficacia y el aplomo personal.

2. **Agilidad emocional.** Es el componente referido a la credibilidad, la flexibilidad y autenticidad personal que incluye habilidades para escuchar, asumir conflictos y obtener buenos resultados de situaciones difíciles.

3. **Profundidad emocional.** Permite explorar diferentes maneras de enfrentar la vida y el trabajo con potencial único y propósito, y de respaldar esto con integridad, compromiso y responsabilidad, lo cual a su vez aumenta su influencia sin autoridad.

4. **Alquimia emocional.** Estimula el crecimiento del instinto creador y capacidad de fluir con los problemas y presiones y de compartir por el futuro construyendo capacidades para percibir nuevas oportunidades. El modelo de Boccardo, Sasia y Fontenla. Estos autores establecen las siguientes áreas, dentro del modelo en 1999:

1. **Autoconocimiento emocional.** Reconocimiento de los sentimientos.

2. **Control emocional.** Habilidad para relacionar sentimientos y adaptarlos a cualquier situación.

3. **Automotivación.** Dirigir las emociones para conseguir un objetivo, en esencia para mantenerse en un estado de búsqueda permanente y mantener la mente creativa para encontrar soluciones.

4. **Reconocimiento de las emociones ajenas.** Habilidad que construye el autoconocimiento emocional.

5. **Habilidad para las relaciones la inteligencia emocional y las capacidades:** reconocimiento de las habilidades ajenas y habilidades interpersonales, forman parte de la inteligencia interpersonal.

El modelo de Matineaud y Engelhartn. Estos autores centran su trabajo en la evaluación de la inteligencia emocional empleando unos cuestionarios referidos a diferentes ámbitos, integrando como componentes de la inteligencia emocional:

1. El conocimiento es sí mismo.

2. La gestión del humor.

3. Motivación de uno mismo de manera positiva.
4. Control de impulso para demorar la gratificación.
5. Apertura a los demás, como aptitud para ponerse en el lugar del otro.

Este modelo se diferencia del resto por la apertura externa, introduciendo factores exógenos.

El modelo de Elías, Tobías y Friedlander. Estos autores señalan como componentes de la inteligencia emocional :

- 1. Ser consciente de los propios sentimientos y de los demás.**
- 2. Mostrar empatía y comprender los puntos de vista de los demás.**
- 3. Hacer frente a los impulsos emocionales.**
- 4. Plantearse objetivos positivos y planes para alcanzarlos.**
- 5. Utilizar habilidades sociales.**

Como resumen Elias, Tobias, y Friedlander, (1999), integran los modelos anteriores para homogeneizar la medición del constructo inteligencia emocional. El modelo de Rovira. Realiza en 1998 una valiosa aportación con respecto a las habilidades componentes de la inteligencia emocional. El autor engloba el modelo en **12 dimensiones:**

- 1. Actitud positiva.**
- 2. Reconocer los propios sentimientos y emociones.**
- 3. Capacidad para expresar sentimientos y emociones.**
- 4. Capacidad para controlar sentimientos y emociones.**
- 5. Empatía.**
- 6. Ser capaz de tomar decisiones adecuadas.**
- 7. Motivación, ilusión, interés.**
- 8. Autoestima.**
- 9. Saber dar y recibir.**
- 10. Tener valores alternativos.**
- 11. Ser capaz de superar las dificultades y frustraciones.**
- 12. Ser capaz de integrar polaridades.**

EL MODELO DE VALLÉS Y VALLÉS.

Vallés y Vallés (1999) describe en su modelo una serie de habilidades aspectos: Conocerse a sí mismo, auto motivarse, tolerar la auto-frustración, llegar a acuerdos razonables con compañeros, identificar las situaciones que provocan emociones positivas y negativas, saber identificar lo que resulta importante en cada situación, auto-reforzarse, contener la ira en situaciones de provocación, mostrarse optimista, controlar los pensamientos, auto-verbalizarse para dirigir el comportamiento, rechazar peticiones poco razonables, defenderse de las críticas injustas de los demás mediante el diálogo, aceptar las críticas justas de manera adecuada, despreocuparse de aquello de nos podría obsesionar, ser un buen conocedor del comportamiento de los demás, escuchar activamente, valorar opiniones, prever reacciones, observar su lenguaje, valorar las cosas positivas que hacemos, ser capaz de divertirse, hacer actividades menos agradables pero necesarias, sonreír, tener confianza en sí mismo, mostrar dinamismo y actividad, comprender los sentimientos de los demás, conversar.

Asimismo el autor, establece otras características como: tener buen sentido del humor, aprender de los errores, ser capaz de tranquilizarse, ser realista, calmar a los demás, saber lo que se quiere, controlar los miedos, poder permanecer sólo sin formar parte de algún grupo o equipo, conocer los defectos personales y la necesidad de cambiar, tener creatividad, saber por qué está emocionado, comunicarse eficazmente con los demás, comprender los puntos de vista de los demás, identificar las emociones de los demás, auto percibirse según la perspectiva de los demás, responsabilizarse de su comportamiento, adaptarse a nuevas situaciones y, auto percibirse como una persona emocionalmente equilibrada.

El modelo Secuencial de Autorregulación Emocional.

Bonano (2001) fundamenta su modelo en los procesos de autorregulación emocional del sujeto para afrontar la emocionalidad de modo inteligente. El autor señala tres categorías generales de actividad autorregulatorias:

1. Regulación de Control.

2. Regulación Anticipatoria.

3. Regulación

El modelo Autorregulatorio de las experiencias emocionales, Higgins, Grant, y Shah, (1999), fundamentan la autorregulación emocional, al igual que ocurre con Bonano pero estableciendo los siguientes procesos:

1. Anticipación regulatoria. Tratar de anticipar placer o malestar futuro.
2. Referencia regulatoria. Adoptar un punto de referencia positivo o negativo ante una misma situación.
3. Enfoque regulatorio. Estados finales deseados: aspiraciones y autorrealizaciones (promoción) contra responsabilidades y seguridades.



CONVIVENCIA:

Es la condición de relacionarse con las demás personas a través de una comunicación permanente fundamentada en el afecto, respeto y tolerancia que permita convivir y compartir en armonía con los demás en las diferentes situaciones de la vida.

Para mí resulta de gran importancia tener bien claro lo que es la convivencia, ya que es parte inherente de nuestras vidas, esta se da gracias a la socialización, por medio de la cual llevamos a cabo nuestras relaciones con los demás, sin embargo, la convivencia depende del tipo de comunicación que cada uno de los individuos o grupos sociales establezca con el otro.

Si vamos a la parte micro de la convivencia, la convivencia escolar es el plano que ocupa esta investigación mi definición es entonces, la convivencia escolar es la interacción entre actores escolares para lograr una meta en común.

Entiendo la convivencia escolar armónica como todo el entramado de relaciones e interacciones entre actores educativos, que favorecen el logro de objetivos en común, para el logro de la calidad educativa que involucra consigo el desarrollo integral del alumno y por consiguiente de las personas que lo rodean.

Convivencia escolar:

“Proceso de interrelación entre los diferentes miembros de un establecimiento educativo” (MINEDUC, 2004), “relación entre todos los actores institucionales” (Banz, 2008)

La Ley 20.536, sobre violencia escolar, publicada el 17 de septiembre del 2011 define **Convivencia escolar**, como “ la coexistencia armónica de los miembros de la comunidad educativa, que supone una interrelación positiva entre ellos y permite el adecuado cumplimiento de los objetivos educativos, un clima que propicia el desarrollo integral de los estudiantes.” (Ministerio de Educación Gobierno de Chile Orientaciones para la elaboración y actualización del reglamento de convivencia escolar).

“Toda la convivencia debe estar fundamentada en el amor” (Montes., 2000), es importante que aprendamos a vivir con el otro, la convivencia con el otro implica la práctica de valores y el reconocimiento de sí mismo y los demás, los hombres comenzamos a ser personas en medida que nos relacionamos con los demás y de la calidad de relaciones que tenemos con el otro depende la calidad o tipo de

convivencia que generemos en el contexto en que vivimos, en este caso el contexto escolar.

La manera en la que nos relacionamos con los demás tiene estrecha importancia con la eficiencia de la comunicación que entablamos con el otro, un palabra, un gesto o movimiento puede herir, conmover, agradar, molestar, motivar, incentivar, lo que da como resultado una sana convivencia o una convivencia donde imperen los problemas, “por eso, es importante saber hablaren el momento oportuno, utilizándolos términos adecuados a la situación y el tono de voz de acuerdo con lo que pretendo obtener; aprender a utilizar el lenguaje en la convivencia, consiste también el saber callar cuando fuere necesario” (Montes, 2000,pàg. 2).

Polanco menciona que la convivencia sana es la buena vida y yo agrego que contribuye a la construcción de la felicidad y la formación integral de la persona. El CBN (1997) menciona que las actuaciones de las personas están conformadas por valores, normas, creencias y actitudes que favorecen el equilibrio personal y la convivencia social del individuo.

“Una actitud se puede definir como la disposición que tiene cada individuo de expresar opiniones, por medio de manifestaciones verbales, sobre un objeto, persona, suceso o situación de la realidad” (Hidalgo, 2005 p.46).

Las actitudes se forman por conocimientos, preferencias y sentimientos y manifestaciones.

Cuando se enseñan actitudes, según Hidalgo (2005), se deben rescatar todos estos componentes, ya que el aspecto cognitivo es el que va a permitir al docente conocer cómo piensan los alumnos, qué piensan acerca de la actitud que se está enseñando; por otro lado el componente afectivo va a poner de manifiesto los sentimientos y preferencias que el alumno exprese con respecto a dicha actitud y, por último, el componente conductual manifiesta la acción con la que el alumno va a mostrar la actitud.

Conflicto: “El conflicto nace de la confluencia de intereses o de la intersección de dos posiciones frente a una necesidad, una situación, un objeto o una intención”. (Ruiz, 1998).

Conflicto: “Involucra a dos o más personas que entran en oposición o desacuerdo debido a intereses, verdaderamente o aparentemente incompatibles.

El conflicto no es sinónimo de violencia, pero un conflicto mal abordado o que no es resuelto a tiempo puede derivar en situaciones de violencia.” (MINIEDUC)

El conflicto se da cuando “aparecen actividades incompatibles”, así lo define Deutsch, 1973 citado en (D. Johnson, 1999, pág. 31)

Cabe destacar que si bien en conflicto en la cultura occidental es manejado o visto con carga negativa para efectos de esta investigación retomaremos la perspectiva de la cultura de occidente para transformar esa visión del conflicto de tal manera que lo veamos como una posibilidad de aprendizaje, si bien un conflicto se detona por una situación de peligro existe en el una posibilidad de aprendizaje con base en la toma de decisiones asertivas, esto con el desarrollo de la inteligencia emocional.

4.2 MARCO METODOLOGICO

En el presente proyecto se retoma la siguiente metodología de investigación. De acuerdo a Latorre, Rincón y Arnal (1996) el método **descriptivo** pretende describir un fenómeno dado, analizando su estructura y explorando asociaciones relativamente estables de las características que lo definen.

Metodología:

De acuerdo a nuestra finalidad de estudio la investigación se estructuró en 6 pasos:

1. Seguimiento de la revisión bibliográfica.
2. Elaboración del proyecto de investigación.
3. Presentación del estudio a la población participante.
- 4.- Diseño y aplicación de las estrategias de intervención.

5. Análisis de los datos a través de técnicas cuantitativa y cualitativa

6. Elaboración del informe final.

Como señala (Marshall y Rossman ,1989) el investigador **cualitativo** intenta entender las personas y fenómenos, realizando una especie de inmersión en la situación y en los agentes sociales.

De acuerdo con (Mateo, 1999) La perspectiva de la metodología cuantitativa se orienta a cuantificar los fenómenos sociales, con la finalidad de constatar relaciones y explicaciones generalizables. Utiliza la vía hipotético-deductiva como lógica metodológica y se apoya en la estadística como instrumento de análisis e interpretación de los datos.

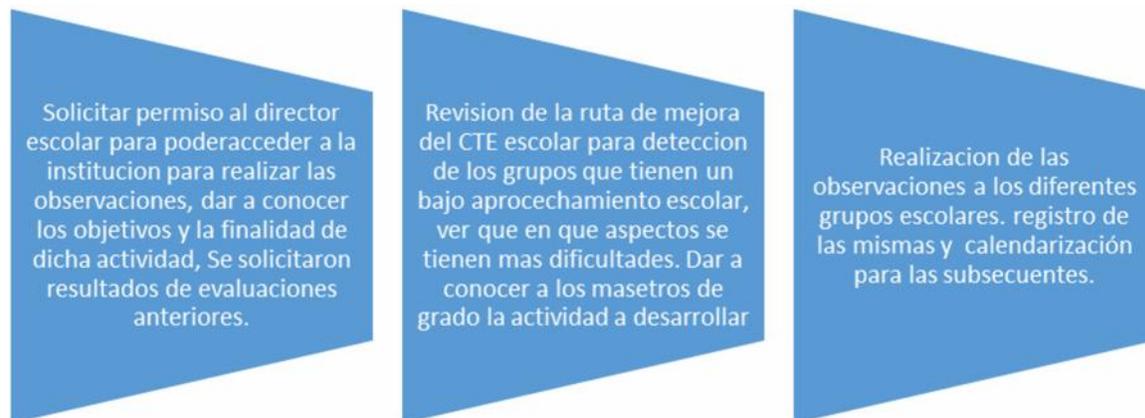
La presente investigación es de tipo cualitativa (Sampieri:2006), se va a desarrollar en ambientes naturales de trabajo donde se da la problemática, como primera técnica de levantamiento de la información, se utilizará la observación con un enfoque cualitativa (Báez,2010:29) con la finalidad obtener información sobre los fenómenos o acontecimientos tal y como se producen con el objetivo de descubrir algunas características al respecto, en este caso girara sobre las preguntas de investigación:

¿En qué medida la inteligencia emocional del docente determina el ambiente del aula de clases e incide en la formación de los estudiantes?

La estrategia de recogida de datos y registro a utilizar va a ser por *Intervalos específicos*, explorando la aparición efectiva de una conducta o acontecimiento específico, con el objeto de conocer cuántas veces ha estado presente o ausente determinada conducta y sus consecuencias.

Se hará como observador participante, respetando la naturaleza del contexto, asumiendo diferentes funciones que puede asumir como participe de tal manera que se den las posibilidades abiertas para abordar el objeto de estudio. Haciendo de éste un método interactivo para recoger información, aprendiendo los modos de

expresión de los grupos, comprender sus reglas y normas de funcionamiento, (Patall, 2008:89).



La observación es un proceso sistemático por el que un especialista recoge por sí mismo información relacionada con ciertos problemas poder observar a los participantes tal y como se comportan en su vida cotidiana (Báez,2010:29). Se apoyará de instrumentos para guardar la información tales como: el cuaderno de notas para el registro de observación y hechos, el diario de campo, la cámara fotográfica, la grabadora, la filmadora, el software de apoyo; elementos estrictamente indispensables para registrar lo observado durante el proceso de investigación.

Así mismo se recurrirá a la de *Grupo Focal*, que como herramienta de investigación resulta provechosa en el sentido de permitir la interacción con los participantes y que éstos reconstruyan la realidad a partir de sus experiencias y su sentir.

El *Grupo Focal* se combinará a su vez con otras técnicas como la *entrevista semiestructurada* con los docentes que integren el grupo focal, con el propósito de que expresen con plena confianza lo que para ellos representa lidiar con las conductas disruptivas, desafiantes y provocadoras de sus estudiantes, también a través de esta herramienta metodológica se buscará explorar el sentir de los docentes respecto al significado que tiene para ellos y ellas su labor docente, cómo es la relación y la comunicación con sus alumnos, cuáles son los mayores retos que tienen que asumir actualmente en las aulas y qué tan preparados se sienten para enfrentarlos, qué apoyo encuentran en los padres de familia para manejar las

conductas de indisciplina y falta de hábitos de trabajo de los alumnos, cuáles son las actitudes y conductas de los estudiantes que más alteran el orden y el ambiente del aula, y a qué causas atribuyen estas conductas inadecuadas, qué sentimientos o emociones provocan en ellos las conductas negativas de sus alumnos y cómo las manejan, en fin, se trata de escudriñar en la subjetividad del docente, de desentrañar las emociones que en él se manifiestan de manera cotidiana en el desempeño de sus labores, se buscará el consentimiento de los docentes para grabar dichas entrevistas y que de ellas se extraiga la información de la manera más fidedigna, aprovechando al máximo lo que los maestros expresen y con ello dar respuesta al cuestionamiento: ¿Cuáles son las causas por las que el docente se enoja o fastidia y que trae como consecuencia que no trate bien a los alumnos?.

4.3.- MARCO CONTEXTUAL

4.3.1.- TEMOAYA, PATRIA DEL PUEBLO OTOMI

El Municipio de Temoaya, se distingue por ser un municipio caracterizado por tener una población rural, pero sobre todo es considerado actualmente, la patria del pueblo otomí, por ser el municipio que cuenta con el mayor número de habitantes de esta etnia en el Estado de México.

4.3.2 NOMENCLATURA: TOPONIMIA.

TEMOAYA, proviene del náhuatl Temoayan, que se compone de los vocablos Temoa, derivado del verbo temo: "bajar o descender" y de yan, que es el efecto de la acción; por lo tanto Temoaya significa: "Lugar donde se descende" o "Cuesta abajo".

ESCUDO.



Está compuesto por el ideograma de tepetl "lugar, sitio o cerro" y el de otlí "camino", donde las huellas del caminante se hayan descendiendo para indicar que se trata de un "lugar de bajada".

6.3.3- HISTORIA

A fines del siglo XVIII, el pueblo de Temoaya contaba con un territorio bien definido, regido desde la cabecera por las autoridades civiles y religiosas representadas por el cabildo y el párroco, respectivamente.

Durante la guerra de Independencia, tres días después de la batalla del Cerro de las Cruces, el 2 de noviembre de 1810, "en la mañana marchó el cura Hidalgo con su ejército, tomando el camino del Cerrillo, que entonces llamaban de las Partidas" y pasó por Temoaya junto con Allende, Aldama y la tropa insurgente.

El primer ayuntamiento constitucional de Temoaya se erigió en 1820, con base en la Constitución de Cádiz. Más adelante, dentro del marco de la federación de 1824, los vecinos pudieron elegir anualmente a sus autoridades.

Ya en el siglo XX, durante la etapa revolucionaria, Temoaya sufrió el acecho de diversos grupos armados que merodeaban por la zona. El 13 de junio de 1914, una gavilla zapatista muy numerosa procedente de Monte Alto (Tlazala), llegó a Temoaya en donde saqueó el comercio y cometió otros desmanes. Buscando acabar con la inseguridad, se formó un grupo con cerca de 100 voluntarios para resguardar a la población bajo el mando de Higinio Guadarrama y Melesio Arzate como primer y segundo jefes, respectivamente.

En cuanto pasó el conflicto armado, las autoridades se abocaron a lograr el desarrollo del municipio, el cual mostró un avance más significativo en obras públicas que permitieron su desarrollo y le imprimieron una fisonomía propia a partir de 1940.

Temoaya es considerado, actualmente, la patria del pueblo otomí, por ser el municipio que cuenta con el mayor número de habitantes de esta etnia en el Estado de México, los cuales han sido considerados la "primera luz en el amanecer de nuestra historia". Consciente de la importancia histórica de este grupo social, el gobierno del Estado de México erigió en 1980 el Centro Ceremonial Otomí como un monumento destinado a preservar las tradiciones y rescatar la identidad de este pueblo. De acuerdo con la "Declaración de Temoaya" de 1979, desde este centro cultural y educativo habrá de pugnarse porque sea reconocida legalmente la

complejidad étnica de la nación. En 1986, la Parroquia del Señor Santiago, adquiere la dignidad de Santuario. (Información obtenida *Arzate Becerril, Jesús, Temoaya. Monografía Municipal, Instituto Mexiquense de Cultura-AMECROM, Toluca, 1999*).

1.1 MEDIO FISICO



LOCALIZACIÓN: El municipio se encuentra en la parte centro norte del Estado de México, en las coordenadas 19°28'50" de latitud norte y 99°36'12" de longitud oeste, a una altura de 2,680 metros sobre el nivel del mar.

Limita al norte con Jiquipilco y Nicolás Romero; al sur con Toluca y Oztolotepec; al este con Isidro Fabela, Jilotzingo y Oztolotepec; al oeste con Ixtlahuaca y Almoloya de Juárez. La cabecera municipal está a 20 kilómetros al noroeste de Toluca.

ATRATIVOS CULTURALES Y TURÍSTICOS

MONUMENTOS HISTORICOS:

Jiquipilco el Viejo constituye una zona arqueológica inexplorada que esconde algún antiguo teocalli. En sus alrededores se han encontrado diversos vestigios arqueológicos como figuras humanas, puntas de flecha, vasijas, metates y otros utensilios.

Se conservan algunos inmuebles que constituyen parte esencial del legado histórico cultural de Temoaya. Destacan el santuario del Señor Santiago y las iglesias de los pueblos más antiguos del municipio: San Pedro Arriba, La Magdalena Tenexpan, San Diego Alcalá y San Lorenzo Oyamel, que proceden de la época colonial.

Otras construcciones con importancia arquitectónica son la hacienda de Buenavista, la antigua capilla de la hacienda de Pathé, el Rancho de Cordero, el Rancho de Luna, el puente del río Lerma (1846) y el puente "Porfirio Díaz" (1908), en la antigua ruta del camino real de México a Michoacán.



La imagen ecuestre del "Señor Santiago" constituye, en su género, una escultura única en Latinoamérica, por su antigüedad y tamaño colosal. Es una verdadera reliquia del arte indígena colonial, cuya técnica de elaboración es de origen prehispánico. Se trata de la clásica representación de Santiago Matamoros que muestra a un guerrero medieval a caballo en actitud de combate.

1.3.2.FIESTAS:

Las principales fiestas están relacionadas con el calendario litúrgico y las conmemoraciones cívicas como el 5 de mayo, 16 de septiembre y 20 de noviembre, que en general incluyen vistosos desfiles. Las festividades de mayor tradición



pertenecen al culto católico. La fiesta más importante se celebra el 25 de julio en honor al "Señor Santiago". Casi todas las comunidades del municipio celebran su fiesta titular en medio de prácticas religiosas y profanas que incluyen música, flores, incienso, danzas, ofrendas, velas, portadas florales para los templos, cohetes, globos aerostáticos, fuegos artificiales, procesiones, juegos mecánicos, comercio ambulante y baile de feria.

TRADICIONES

Persisten ciertas costumbres que hablan del espíritu tradicional de la población. Son prácticas que afloran en momentos cruciales de la vida, en los usos cotidianos o en los festejos. Entre los grupos otomíes, se conservan con gran fuerza las costumbres relacionadas con el "moshte" (ayuda durante la época de cosechas, algún festejo familiar o un velorio), el trueque y la celebración del "día de muertos".

Día de muertos. Se celebra con la preparación de un altar con ofrendas para esperar la visita de las almas de los difuntos. La ofrenda para los "muertos chiquitos" incluye chocolate, leche, pan, frutas y dulces, entre otras cosas; en cambio, para los

difuntos adultos se preparan los alimentos que más preferían en vida, botellas de licor, pulque y cigarros. La ofrenda se adorna con un sahumero, calaveras de azúcar, borreguitos de alfeñique, velas y flores de cempasúchil.

MUSICA:

Existen algunas piezas musicales de tradición otomí con riesgo de desaparecer, a saber: Chimarecú, Naki ma Tosho Njú y Rosa María, Chicashti Deni. En otros tiempos durante los casamientos se bailaba el Chimarecú al final de la fiesta para despedir a los compadres.

El grupo musical Los Auténticos Otomíes interpreta sones tradicionales como el Chimarecú, música religiosa y popular.

ARTESANIAS:

La manufactura de ayates, fajas, chincuetes y sarapes, en telares rudimentarios de herencia prehispánica, constituyen una expresión auténtica del arte otomí que vino a enriquecerse con el bordado y deshilado, pero sobre todo con el anudado de los famosos "Tapetes Temoaya", que han sido catalogados entre los mejores del mundo por su incomparable calidad y diseños originales, que reflejan los orígenes de un pueblo lleno de historia, magia y tradiciones.

GASTRONOMIA

Productos como barbacoa de carnero, chicharrón de cerdo, carnitas, longaniza, carpa, tamales de charales, tlacoyos de haba o flor de calabaza, el tradicional "taco de plaza" y el típico pulque de la región, han dado fama al tianguis dominical.

(Enciclopedia de los municipios y delegaciones de Mexico (INAFED 2016)

COMUNIDAD DE SAN JOSE LAS LOMAS.

SAN JOSÉ LAS LOMAS

La comunidad de San José de las Lomas es aún rural con una población de aproximadamente 1500 habitantes, la población económicamente activa labora en el reciclado de material (aluminio, fierro, lamina, PET, etc.), en la agricultura y la ganadería. la localidad de San José las Lomas está situado en el Municipio de Temoaya, Estado de México. Hay 1464 habitantes, se localiza a 2590 metros de altitud.

DATOS DEMOGRAFICOS	POBLACION TOTAL EN EL AÑO 2010		
	HOMBRES	MUJERES	TOTAL
POBLACION TOTAL DE LA LOCALIDAD	691	757	1,448

TOTAL DE VIVIENDAS HABITADAS: 286

2.2 GRADO DE MARGINACION:

San José las Lomas	2010
Población total	1,448
% Población de 15 años o más analfabeta	7.15
% Población de 15 años o más sin primaria completa	31.02
% Viviendas particulares habitadas sin excusado	30.42
% Viviendas particulares habitadas sin energía eléctrica	1.77
% Viviendas particulares habitadas sin agua entubada	3.56
% Ocupantes por cuarto en viviendas particulares habitadas	1.39

% Viviendas particulares habitadas con piso de tierra	12.72
% Viviendas particulares habitadas que no disponen de refrigerador	51.05
Índice de marginación	0.51741
Grado de marginación	Alto
Lugar que ocupa en el contexto nacional	68,902

San José las Lomas		
Indicadores	Valor	%
Viviendas particulares habitadas	290	
Carencia de calidad y espacios de la vivienda		
Viviendas con piso de tierra	41	12.72
Carencia de acceso a los servicios básicos en las viviendas particulares habitadas		
Viviendas sin drenaje	87	33.92
Viviendas sin luz eléctrica	16	1.77
Viviendas sin agua entubada	25	3.56
Viviendas sin sanitario	95	30.42

(Tomado de Sistema de Apoyo para la Planeación del PDZP, 2016)

En San José las Lomas el 0,41% de los adultos habla alguna lengua indígena. En la localidad se encuentran 286 viviendas, de las cuales el 0,14% disponen de una computadora.

A pesar de que es una comunidad rural con usos y costumbres muy arraigadas pueden ya destacar problemas sociales como los son: un alto índice de madres solteras, abandono de la familia por parte de jefes de familia en busca de nuevas oportunidades laborales. Se han registrado homicidios, robos a casa habitación o a autos, y la constante, conflictos entre familias que llevan a amenazas, injurias. Otros son los altos índices de alcoholismo y la drogadicción, salud y nutrición.

En cuanto a lo académico, dentro de la población, son muy pocos los que cuentan con una carrera profesional, y no hay una herencia académica ya que la mayoría de población cuenta con solo educación básica, con primaria terminada, pocos los de secundaria.

Los alumnos que van a participar durante esta investigación, son los que cursarán en el próximo Ciclo Escolar 2016-2017 los grados de 1° grupo “A”, 3° grupo “A” y 6° quienes tendrán de maestros titulares a docentes que tienen menos de entre 5 y 8 años de servicio.

5.- ESTRATEGIAS Y ACTIVIDADES. *PROPUESTA DE INTERVENCIÓN*

DESARROLLO DE LAS COMPETENCIAS EMOCIONALES DE LOS DOCENTES DE EDUCACIÓN PRIMARIA

El desarrollo de la propuesta se realizará en 4 sesiones de 90 min. cada una, teniendo una duración de 6 horas.

SESIÓN 1: DESARROLLO DE MI AUTOCONCIENCIA

OBJETIVO: Que los docentes reconozcan sus cualidades y defectos para fortalecer su autoconocimiento.	
RECURSOS: Posticks, bolígrafos, Tarjetas, hojas sobres y buzón	DURACIÓN: 90 MIN.
INICIO: Dar la bienvenida a los docentes y a la vez dar a conocer el objetivo de la sesión. Entregar tres Posticks de una figura o color y tres de otro color o figura distinto, bolígrafos y una tarjeta. Cada integrante del grupo menciona su nombre y apellidos completos además de anotarlos en la tarjeta, anota en los posticks tres cualidades y tres áreas de oportunidad, las colocan en un lugar visible junto a su nombre. (5 min. Aprox.) Reflexiona sobre la habilidad de cada participante para reconocer sus cualidades y áreas de oportunidad.	
DESARROLLO: Realiza la dinámica de inventario personal.	

Se reparte una hoja a cada uno de los participantes.

Los conductores explican la dinámica a seguir a través de las siguientes consignas:
 Piensa en ti, cómo eres, cómo es tu carácter y tu personalidad, señala al menos diez cualidades, que planamente identifiques en tu personalidad

Una vez que todo el mundo ha tomado una decisión sobre esas diez cualidades las colocan en el espacio donde colocaron en un primer momento su nombre.

Se presentan algunas cualidades al azar.

Cada persona participante toma una tarjeta de reconocimiento y rellena, con letra grande y clara, en cada uno de los apartados la respuesta a las siguientes propuestas:

MI COMIDA FAVORITA	MI INOLVIDABLE LIBRO O PELÍCULA
MIS VACACIONES IDEALES	MI ANIMAL DE COMPAÑÍA PREFERIDO

Se colocan en el espacio donde tienen su nombre y se da un espacio para la participación y comentario.

Se reparte un pedazo de hoja de papel a cada integrante y se lee la frase: **“YO SOY”** y una lista de cualidades que cada uno deberá escribir, se dejará tiempo para que todos las rellenen, rodeando las correctas. Pasado el tiempo se dejarán en el centro del círculo que hemos formado y después se norman las cualidades para que salgan al centro del círculo las personas que se las han adjudicado: ¡Que salga el club de los/as...! (cualidades en hoja anexa)

En una nube del conocimiento colocar las siguientes preguntas

¿Qué aprendí?, ¿Qué no me gustó?, ¿Qué voy a hacer yo para mejorar?

CIERRE: Elabora una carta dirigida a él o ella misma.

Debe parecer que la carta la escribe alguien conocido. En ella se destacan aspectos positivos o negativos, puede incluso contarse alguna anécdota e historia en la que salga a la luz algo bueno de él mismo.

A continuación, las cartas se meterán en un buzón sin firma ni remitente. En otra sesión y cuando nos conozcamos un poco más (interesante cuando trabajemos la empatía y autoestima) sacaremos las cartas del buzón al azar y entre todos intentaremos firmarla por su verdadero autor.

EVALUACIÓN: Identificar tendencia hacia el reconocimiento o desconocimiento de las cualidades propias.

Se pide que los docentes respondan: ¿Cómo nos hemos sentido hablando bien de nosotros mismos en público?, ¿Es fácil? ¿Es más fácil hablar en negativo? ¿Cuál puede ser la explicación?

Ejercicio de reconocimiento de cualidades personales.

PRODUCTO O PRODUCTOS: Mural de las cualidades (inventarios personales) y carta personal.

YO SOY GUAPO/A

YO SOY CASTAÑO/A

YO SOY TORPE

YO SOY FEO/A YO SOY ALTO/A YO SOY BAJO/A YO SOY MORENO/A YO SOY RUBIO/A	YO SOY RELLENITO/A YO SOY DELGADO/A YO SOY ALEGRE YO SOY TRISTE YO SOY INTELIGENTE YO SOY TRABAJADOR	YO SOY AGRESIVO/A YO SOY PACÍFICO YO SOY CHARLATÁN YO SOY CALLADO YO SOY CABEZÓN/A
---	---	--

SESIÓN 2

AUTORREGULACIÓN DE LAS EMOCIONES

“soy consciente de mis emociones y las regulo”

OBJETIVO: Reconocer y validar sus emociones manifestándolas de manera ecológica.	
RECURSOS: Presentación PPT, hojas, marcadores, cañón, lap, papel bond, crayolas, música, globos, diario de emociones.	DURACIÓN: 90 MIN.
INICIO: Dar a los docentes la bienvenida a la sesión y explicar el objetivo de la misma. Se presentan conceptos generales sobre las diferencias entre una emoción y un sentimiento y se realizan preguntas de auto reflexión, los participantes anotan las respuestas a sus preguntas	
DESARROLLO: Los participantes identifican u expresan sus emociones a través de diferentes ejercicios guiados por los conductores. <ul style="list-style-type: none">) Ponerles nombre a mis sentimientos: por medio de una dinámica, se reparten tarjetas con algunas situaciones y los participantes tienen que ubicarse lo que sienten al encontrarse en esa situación.) ¿Cómo reacciono ante esto?. Se presentan escenas por medio de imágenes, los docentes dicen que les hace sentir lo que ven: <ul style="list-style-type: none"> Reacción pasiva Reacción agresiva Reacción asertiva-activa) Yo me siento así.. cuando... 	
CIERRE: Los docentes externalizan la importancia de identificar sus emociones de manera ecológica y aclaran en que momentos o situaciones de vida han experimentado estos sentimientos.	
EVALUACIÓN: Plus y delta de la actividad y auto reflexión personal.	
PRODUCTO O PRODUCTOS: Diario de las emociones, el arte de expresarte(murales), plus y Deltas.	

SESIÓN 3

MOTIVACIÓN

Cuáles son mis motivaciones y las de los demás, reconozco y favorezco.

OBJETIVO: Que los docentes reconozcan sus propias motivaciones y las de los demás lo que favorece las relaciones con los demás.	
RECURSOS: Estambre, espacio, tarjetas, la caja de mis motivaciones, pinzas, tendederos, tarjetas.	DURACIÓN: 90 MIN.
INICIO: Dar la bienvenida a la sesión y explica el objetivo de la misma. Se reparte una madeja de hilo y se coloca a los participantes en círculo.	
DESARROLLO: Se coloca el grupo en círculo. Por orden sale cada uno al centro hace un gesto y al tiempo dice su nombre y una frase corta que defina lo que lo motiva. Todo el resto se acerca al centro y repite el gesto y la frase. También puede hacerse individual y en ese caso salen al centro para repetir el nombre y gesto del anterior y hacer el propio. Se encadena hasta el total de alumnos.	
CIERRE: Se reflexiona acerca de las motivaciones de los participantes y su impacto en la autoestima y manejo de emociones. Concluir la actividad de la carta.	
EVALUACIÓN: Plus, deltas y reflexiones de los docentes participantes.	
PRODUCTO O PRODUCTOS: Tendedero de las motivaciones y cartas.	

SESIÓN 4

Desarrollo mis habilidades sociales y favorezco los ambientes de aprendizaje en el aula y Evaluación de la implementación de la propuesta.

OBJETIVO: Favorecer los ambientes de aprendizaje en el aula a través del reconocimiento de códigos de comunicación en todas sus formas.	
RECURSOS: Tarjetas	DURACIÓN: 90 MIN.
INICIO: Da la bienvenida a la sesión y explica el objetivo de la misma.	
DESARROLLO: Se realizará el compendio de gestos y emociones del grupo. Acompañado de explicaciones sobre la importancia del gesto haremos una recogida de gestos conocidos por todos en grupo. Después, por parejas, crearán un código de gestos propio que mostrarán a los demás. Formar parejas, cara a cara, intentaran decir frases sin ruido, se trata de leer los labios del otro. Irán cambiando los papeles y las parejas. Se puede hacer en forma de juego de adivinar en grupo. Estos tipos de juegos y variantes intentan demostrar que es posible comunicarse sin palabras, uno de los objetivos de la expresión corporal.	

CIERRE: Con base en las actividades realizadas los integrantes proponen formas y estrategias de comunicación que favorezcan los ambientes de convivencia con base en su contexto y necesidades.

EVALUACIÓN: Realizar un balance de los logros y áreas de oportunidad para la mejora de los ambientes de convivencia en las aulas y como consecuencia la mejora del desempeño en el aula

PRODUCTO O PRODUCTOS: Plus y deltas, ejercicio de evaluación de la propuesta.

Registro de observación de clase

**DESARROLLO DE LAS COMPETENCIAS EMOCIONALES DE LOS
DOCENTES DE EDUCACIÓN PRIMARIA**

Sesión 1

ESCUELA PRIMARIA "Miguel Hidalgo" SESION: Desarrollo de mi autoconciencia FECHA: PARTICIPANTES: 9 docentes y 1 directivo RECURSOS: Posticks, bolígrafos, Tarjetas, hojas y sobres, buzón HORA: 2:30 A 4:00 PM	OBJETIVO: Reconocer sus cualidades y defectos para fortalecer el autoconocimiento
--	---

Este registro se realizó el mismo día en que fue dada la primera sesión, ésta se describirá a continuación: tiene lugar en una escuela primaria pública de tiempo completo. Se trata de una institución ubicada en San José Las Lomas, Temoaya, Estado de México.

Llegó la hora de comienzo de la clase. El aula está ubicada a un costado del comedor, hay unas cuantas bancas que están acomodadas en medio círculo, unas 8 acomodadas para la ocasión. Tiene 6 x 5m. Se encuentra limpia, con olor aún a pintura fresca. Los maestros participantes están llegando poco a poco, se van acomodando en las bancas en donde tienen preferencia, en 10 minutos ya hay 8 docentes, estos platican entre si, se sientan, conversan sobre situaciones propias de la función. Los facilitadores están aguardando para comenzar la sesión

Comienza la sesión, el facilitador dio la bienvenida, se dio a conocer el tema y el objetivo de la sesión. Se trabajó en tema de **emociones** en donde se argumentó que éstas afectan nuestra vida diaria e influyen en nuestras decisiones. Literalmente las sentimos en el cuerpo y las manifestamos en nuestras expresiones ...las personas que logran una sana salud mental o lo que comúnmente denominamos inteligencia emocional, son conscientes de los pensamientos, los sentimientos y los comportamientos por los cuales atraviesan...lo importante es saber que son las emociones y aprender cómo manejarlas para poder superar el stress, los problemas diarios y tomar las mejores decisiones. El aprender a manejar las emociones ayuda a que tengamos una mejor salud y que experimentemos mejores relaciones con las demás personas, para poder manejarlas debemos reconocerlas e identificarlas, para ello es importante el autoconocimiento personal.”.

Otros 4 participantes llegaron de uno en uno durante los siguientes 10 minutos. Cada vez que llegaba uno, realizaban una serie de saludos desviando la atención de la clase hasta terminar de acomodarse.

El asesor entregó tres Posticks de una figura o color y tres de otro color o figura distinto, bolígrafos y una tarjeta. y les dio la siguiente indicación: “Cada integrante del grupo mencionará su nombre y apellidos completos además de anotarlos en la tarjeta, anota en los posticks tres cualidades y tres áreas de oportunidad, las colocan en un lugar visible junto a su nombre, para esta actividad tienen 5 minutos aproximadamente.

Un participante hombre permaneció sentado en su lugar, sin hacer nada, sólo observó.

La asesora pregunta si alguno tiene alguna duda. Luego de esperar unos segundos explicita mejor la indicación, una participante mujer pide aclaraciones sobre la consigna, la asesora explicita qué es una cualidad y lo que son las áreas de oportunidad que podrían señalar, para ello recurre a ejemplos concretos. Comienzan a conversar sobre el tema, señalando que es muy difícil encontrar cualidades, son más fáciles los defectos, la asesora menciona: “Piensa en ti, cómo eres, cómo es tu carácter y tu personalidad, señala al menos diez cualidades, sólo

las cosas que reconoces que sabes hacer bien. En los otros dos participantes hay discusión sobre la consigna.

Los asesores observan desde el escritorio el trabajo, y reflexionan sobre la habilidad de cada participante para reconocer sus cualidades y áreas de oportunidad.

Un participante hombre comienza a hacer la actividad, se observa el intercambio de opiniones.

Los asesores explican la dinámica a seguir, dan las siguientes consignas: “Una vez que todos ha tomado una decisión sobre esas diez cualidades las colocan en un espacio señalado, donde colocan en un primer momento su nombre.

Algunos otros participantes presentan algunas cualidades al azar, cada persona participante toma una tarjeta de reconocimiento y rellena, con letra grande y clara, en cada uno de los apartados la respuesta a las siguientes propuestas:

MI COMIDA FAVORITA	MI INOLVIDABLE LIBRO O PELÍCULA
MIS VACACIONES IDEALES	MI ANIMAL DE COMPAÑÍA PREFERIDO

Las tarjetas de reconocimiento se colocan en el espacio donde tienen su nombre y se da un espacio para la participación y comentarios de los participantes.

Los asesores les reparten una mitad de hoja de papel a cada integrante y se lee la frase : “**YO SOY**” con la lista de cualidades que cada uno escribió.

Se dio un tiempo, los participantes lo complementan rodeando las cualidades que les parecen correctas, acordes a su personalidad, les explica que formen un círculo, se da a conocer la dinámica “todos estarán atentos a las cualidades que se

mencionen y al momento de escuchar alguna que se adapte a su personalidad pasarán al centro del círculo”.

En seguida los asesores nombran la cualidad; los que se identifican con ella pasan al centro y los demás se retiran, se dice: ¡Que salga el club de los/as...! (cualidades en hoja anexa). Así se lleva a cabo la actividad durante varias rondas. Las participantes mujeres se identifican muy bien entre ellas, se hacen bromas sobre las cualidades tienen o no.

Los asesores preguntan ¿Qué aprendieron hoy?, algunos otros participantes mencionan: “es bueno conocer cuáles son nuestras cualidades, nuestras emociones junto con ellas, porque la mejor manera de educar a los demás es educarnos a nosotros mismos. Si sabemos manejar nuestras emociones y con ello nuestras decisiones, será mucho mejor educar al alumno”.

Los asesores continúan con las preguntas ¿Qué nuevas cosas aprendí?, algunos participantes comentan: “Descubrí que me hace falta reconocimiento de nuestras cualidades y sentimientos, es muy difícil saber para qué soy bueno, y cómo manejo mis emociones, que son más negativas que positivas”

Los asesores preguntan: ¿Qué van a hacer para mejorar?, algunos participantes mencionan “identificar bien lo que somos, en que somos buenos y que es lo que nos falta manejar de manera más inteligente”.

Los asesores indican: “van a elaborar una carta dirigida a ustedes mismos debe parecer que la carta la escribe alguien conocido. En ella se destacarán aspectos positivos o negativos, puede incluso contarse alguna anécdota e historia en la que salga a la luz algo bueno de ustedes mismos”.

Se les dio un tiempo considerable para la realización Se puede observar como algunos maestros tienen dificultad para comenzar sus escritos, algunos platican. Comentan entre ellos como le van a hacer, uno pregunta si van ser leídas, a lo que el asesor contesta que sí.

A continuación, Los asesores recogen las cartas y las coloca en un buzón sin firma ni remitente, y se les dijo que en la próxima sesión y cuando nos conozcan un poco más, interesante cuando trabajemos la empatía y autoestima sacaremos las cartas del buzón al azar y entre todos intentaremos firmarla por su verdadero autor.

Para finalizar los asesores les preguntan: ¿Cómo se sienten cuando hablan bien de ustedes mismos en público?, a lo que contestan que no es tan fácil, es muy complicado hablar de uno mismo sin caer en presunción,

¿Es fácil?

¿Es más fácil hablar en negativo?

¿Cuál puede ser la explicación?

La evaluación se realizó con el ejercicio de reconocimiento de las cualidades de los participantes. Como producto se obtuvo el mural de las cualidades (inventarios personales) y carta personal, la cual va a ser trabajada en la próxima sesión.

AUTORREGULACIÓN DE LAS EMOCIONES

“Soy consciente de mis emociones y las regulo”

Sesión 2

ESCUELA PRIMARIA “Miguel Hidalgo” SESIÓN: Desarrollo de mi autoconciencia FECHA: PARTICIPANTES: 9 docentes y 1 directivo RECURSOS: Posticks, bolígrafos, Tarjetas, hojas y sobres, buzón HORA: 2:30 A 4:00 PM	OBJETIVO: Reconocer sus cualidades y defectos para fortalecer el autoconocimiento
--	---

Este registro se realizó el mismo día en que fue dada la segunda sesión del proyecto de intervención, de la misma manera que en la primera sesión, llegó la hora de comienzo de la clase, en la misma aula que se ubicada a un costado del comedor, solo había unas cuantas bancas que están acomodadas en medio círculo, unas 8 acomodadas para la ocasión. Los maestros participantes estuvieron llegando poco a poco, se van acomodando en las bancas en donde tienen preferencia, en 10

minutos ya están todos, los 12 participantes, estos platican entre sí, se sientan en el lugar que más les acomoda, conversan sobre situaciones propias de la función. El facilitador los saluda y preguntó ¿cómo han estado, si les fue útil lo que se vio en la anterior sesión?, a lo que algunos participantes le contestan que bien, que han estado trabajando sobre lo visto incluso un docente comenta que lo aplico en un grupo y pues pudo constatar que es muy fácil y está más marcadas las actitudes y los sentimientos negativos que los aspectos positivos en las personas, en este caso en los alumnos.

El facilitador indicó que el tema es autorregulación de las emociones, soy consciente de mis emociones y las regulo cuyo fin es reconocer y validar sus emociones manifestándolas de manera ecológica, esto es, La autorregulación emocional no sólo tiene que ver con la capacidad de disminuir el estrés o sofocar los impulsos, sino que también implica la capacidad de provocarse deliberadamente una emoción, aunque ésta sea desagradable.

La sesión continua con un ejemplo sobre lo que sucede con algunas personas, como algunos cobradores de empresas se motivan para llamar por teléfono induciéndose un estado anímico de enojo e irritabilidad; los médicos dan malas noticias a sus pacientes o a los familiares de éstos deben aparentar un estado de ánimo tan sombrío y serio como el de los empleados de la funeraria que atiende a la afligida familia, los vendedores se muestren amables y atentos con los clientes, lo mismo como maestros, nuestro labor es social y depende mucho el resultado del estado de ánimo benéfico para los alumnos y para nosotros. A continuación, preguntan sobre las diferencias entre ¿una emoción y un sentimiento?

Las emociones nos ayudan a responder a lo que nos sucede y a tomar decisiones, mejoran el recuerdo de sucesos importantes y facilitan nuestras relaciones con los demás, argumenta un participante. Otro más opina que también pueden hacernos daño cuando suceden en el momento inapropiado o con la intensidad inapropiada.

Otros opinaron que las emociones se producen cuando una persona considera que una determinada situación es relevante con respecto a sus metas. Estas metas pueden ser pasajeras, como ver una película en el cine, o permanentes.

A continuación, se les pide que formen su propia conceptualización entre sentimiento y emoción, de principio no querían participar los docentes sin embargo poco a poco se entusiasmaron, se pudo observar que estaban compartiendo sus ideas, y pidió el facilitador que es leyera su conceptualización final.

Un participante dijo que un sentimiento es un estado del ánimo que se produce por causas que lo impresionan, y éstas pueden ser alegres y felices, o dolorosas y tristes, los sentimientos son más duraderos que las emociones, pero las emociones son más intensas que los sentimientos. Los sentimientos son el resultado de las emociones.

Las emociones son reacciones psicofisiológicas ante diversos estímulos, mientras que los sentimientos son evaluaciones conscientes de nuestras emociones. El sentimiento surge como resultado de una emoción que permite que el sujeto sea consciente de su estado anímico.

El facilitador indica como siguiente paso dibujar, en tres hojas, tres caras más o menos elaboradas. una será la alegría, otra el enfado y otra la tristeza. Se debe acentuar los rasgos de ojos y boca. Para ello, vamos a observar previamente a un compañero al que le pediremos que hagan dichos gestos. A continuación, se contará un cuento motor y cada docente será protagonista activo de lo que se lee. (lectura en el anexo)

Al finalizar, el facilitador solicita que alguien diga que se podía rescatar de la lectura y lo que comentaron fue que las emociones provocan diferentes reacciones en nuestro cuerpo: sudamos, lloramos, reímos, cada persona reacciona de modo diferente ante la misma emoción, otro más dijo que no hay emociones buenas ni malas, lo importante es identificarlas y aprender a reflexionar antes de actuar para evitar las reacciones impulsivas.

Los participantes externan la importancia de identificar sus emociones de manera ecológica y aclaran en que momentos o situaciones de vida han experimentado estos sentimientos.

Como siguiente actividad se propuso hacer el “mural de “expresiones”

Esta sesión la podríamos englobar dentro de la primera área: Conocimiento de sí mismo y autonomía personal, ya que el primer bloque de dicha área: El cuerpo y la propia imagen, posteriormente Identificación y expresión de sentimientos, emociones, vivencias, preferencias e intereses propios y de los demás. Control progresivo de los propios sentimientos y emociones.

EVALUACIÓN: auto reflexión personal.

PRODUCTO O PRODUCTOS: Diario de las emociones, el arte de expresarte(murales), plus y Deltas.

Registro de observación de clase

MOTIVACIÓN

Cuáles son mis motivaciones y las de los demás, reconozco y favorezco.

Sesión 3

ESCUELA PRIMARIA “Miguel Hidalgo” SESION: Desarrollo de mi autoconciencia FECHA: PARTICIPANTES: 9 docentes y 1 directivo RECURSOS: Posticks, bolígrafos, Tarjetas, hojas y sobres, buzón HORA: 2:30 A 4:00 PM	OBJETIVO: Reconocer sus cualidades y defectos para fortalecer el autoconocimiento
--	---

Este registro se realizó el mismo día en que fue dada esta tercera sesión del proyecto de intervención, de la misma manera que en las anteriores sesiones, llegó la hora de comienzo de la clase, en la misma aula que se ubicada a un costado del comedor, sólo hay unas cuantas bancas Se encuentra limpia, los maestros participantes están llegando poco a poco, se van acomodando en las bancas en donde tienen preferencia, en 10 minutos ya están todos, los 12 participantes, estos platican entre sí, se sientan en el lugar que más les acomoda, conversan sobre situaciones propias de la función.

El facilitador los saluda, les da la bienvenida y pregunta ¿Qué tal, les ha sido útil lo visto en las anteriores sesiones, ¿cómo se han sentido?,

La primera opinión fue que, en relación a las emociones, cuanto más nos distanciemos de la emoción más conscientes seremos de las consecuencias de nuestro comportamiento sobre nosotros y nuestro entorno. Por eso hacer un análisis frío de nuestra conducta desde un punto de vista externo puede ayudar mucho, analizar nuestras actitudes y sus consecuencias nos ayudan a mejorar.

Otra maestra opinó que hay veces, sin embargo, manejamos las emociones de forma correcta, pero aun así seguimos tropezando una y otra vez con la misma piedra. Por eso es importante intentar detener el torrente emocional antes de que se dispare, ya que una vez lo hace suele ser demasiado tarde (a no ser que tengamos mucha capacidad de autocontrol). Cuando alguien entra en un torrente emocional es muy difícil que entienda los argumentos lógicos, que es precisamente lo que la mayoría de gente usa para intentar apaciguarle. A menudo tan sólo con demostrarle que entendemos cómo se siente es suficiente para reconfortarle, lo mismo sucede con los niños y los padres de familia, con el hecho de escuchar sus reclamos o demandas, con eso están tranquilos, muchas de las ocasiones el hecho que los hizo sentir mal puede solucionarse de manera sencilla y fácil, el sólo escucharlos

El facilitador mencionó que en esta sesión vamos a tratar el tema de la motivación la palabra motivación es resultado de la combinación de los vocablos latinos motus (traducido como “movido”) y motio (que significa “movimiento”). A juzgar por el sentido que se le atribuye al concepto desde el campo de la psicología y de la filosofía, una motivación se basa en aquellas cosas que impulsan a un individuo a llevar a cabo ciertas acciones y a mantener firme su conducta hasta lograr cumplir todos los objetivos planteados...la noción, además, está asociada a la voluntad y al interés. En otras palabras, puede definirse a la motivación como la voluntad que estimula a hacer un esfuerzo con el propósito de alcanzar ciertas metas.

Explicita también los objetivos de la sesión el cual es reconocer sus propias motivaciones y las de los demás, lo que favorece las relaciones con los demás

A continuación, reparte una madeja de hilo, e indica que los participantes se coloquen en círculo, ya los participantes en esa ubicación, les explica que cada uno va a pasar al centro, va a decir su nombre y una frase corta que lo defina, sobre ¿Qué es lo que lo motiva? En el trabajo, en casa, en familia, en la vida, mientras se va elaborando una red, se encadena hasta el total de alumnos.

La participación se va dando poco a poco, entre lo que se puede rescatar sus motivaciones de los participantes son: en la escuela, que sus alumnos aprendan, que estén contentos con ellos, que les llegue el pago de su trabajo, que su familia este bien, los hijos son un factor motivante, vivir bien.

Al termino se pide la opinión sobre la actividad, DIR, dice, descubrir qué es lo que nos motiva es un trabajo difícil, pues siempre intentamos que sea lo demás, lo que hacemos, lo que nos motive, buscamos fuera lo que en verdad debe venir de uno, desde dentro. Efectivamente la motivación nace de nosotros mismos, por este motivo, debemos aprender a buscarla en nuestro interior. Para ello, debes seguir unos pasos, en los que la seguridad, la confianza y la perseverancia serán elementos muy importantes que te ayudarán a conseguir todo aquello que desees lograr.

En acto seguido el facilitador proyecta un video titulado “desafiando gigantes “, el video trata sobre la manera en proyectar el esfuerzo hacia nuevas metas, en la manera en cómo se nos escapan las oportunidades.

El facilitador pidió comentar su punto de vista.

El director de la escuela argumentó que hay que hacer las cosas por convicción, pensando que cada día es una nueva oportunidad, no hacer las cosas a fuerza o por me sienta obligado, no es algo que me dicen que lo debo de hacer, porque se convierte en una carga pesada, hay que rescatar lo del video, ¡estoy vivo, este es el día, esta es mi oportunidad de vida!

Una participante dijo que hay que soportar, y brincar las barreras que nos evitan el crecimiento, es como se gana, uno sabe lo que vale, hay que trabajar y conseguir

lo que deseemos. Otro más argumento que con esto queda claro que el destino lo va uno construyendo, no puede uno decir que no estas donde quieres estar por culpa de este o de aquel, eso es de cobardes y uno no lo es.

Para finalizar se hizo el espacio para reflexionar acerca de las motivaciones de los participantes y su impacto en la autoestima y manejo de emociones, para lo cual el AS les hizo las indicaciones para la elaboración de un moral de las motivaciones, en este se colocaron las razones que motivación a cada asistente.

Concluir la actividad de la carta.

Como siguiente paso, la facilitadora explicó la técnica de Plus y Deltas, para que cada uno vaya colocando a manera de sugerencias la forma en que de ahora en adelante va a actuar de manera reflexiva, luchando por una identidad propia, con todo el compromiso y entusiasmo.

Una herramienta extremadamente poderosa pero que a menudo es mal utilizada es la de 'Plus y Deltas'.

¿Cómo utilizar esta herramienta?

La forma más fácil de utilizarla es escribir los Plus (ventajas) y los Delta (sugerencias) en un rotatorio o pizarrón. La idea principal es que después de una reunión o sesión de entrenamiento, cada persona escriba en una nota adhesiva qué le gusto de la sesión (ventajas) y lo que piensan que puede ser mejor (sugerencias). Cada integrante debe escribir al menos un Plus y un Delta antes de salir del salón.

EVALUACIÓN: Plus, deltas y reflexiones de los participantes

PRODUCTO O PRODUCTOS: Tendedero de las motivaciones y cartas.

Registro de observación de clase

Desarrollo mis habilidades sociales y favorezco los ambientes de aprendizaje en el aula y Evaluación de la implementación de la propuesta.

Sesión 4

ESCUELA PRIMARIA "Miguel Hidalgo"	OBJETIVO: Favorecer los ambientes de aprendizaje en el aula a través de el
-----------------------------------	--

SESION: Desarrollo mis habilidades sociales FECHA: PARTICIPANTES: 9 docentes y 1 directivo RECURSOS: Posticks, bolígrafos, Tarjetas, hojas y sobres, buzón HORA: 2:30 A 4:00 PM	reconocimiento de códigos de comunicación en todas sus formas.
---	--

Este registro se realizó el mismo día en que fue dada la tercera sesión del proyecto de intervención, de la misma manera que en las primeras sesiones, llegó la hora de comienzo de la clase, poco a poco van llegando los docentes, estos platican entre sí, se sientan en el lugar que más les acomoda, conversan sobre situaciones propias de la función.

El facilitador los saludo y preguntó ¿cómo han estado, si les está siendo útil lo que han visto en las sesiones anteriores?, a lo que algunos participantes le contestaron que bien, que va siendo de provecho que de alguna manera les está cambiando la manera de enfrentar las diversas situaciones cotidianas del aula. pues primero urge conocerse a uno mismo, saber lo que nos encoleriza, así cuando estés frente a esas malas situaciones, internamente hablarte tú mismo, decir tranquila, tranquilo, sabes debemos aprender a auto controlarnos, ya que somos presa fácil de aquellos que nos conocen y provocan, por lo tanto, inteligencia, tú tienes mucha, sujeto a ella, te aseguro no eres objeto ni de las circunstancias ni de nadie....mira, yo soy, impulsiva donde casi es innato., sin embargo, luego se me pasa, ya tarde, las emociones negativas me hicieron daño, hasta hace años me di cuenta, vaya si yo soy la única en esta vida que puede dominarse e introducir en mis pensamientos de control, y desde allí, poco reacciono, pero me quedan secuelas. Imagina, soy maestra, enfrente diversas situaciones con niños, padres de familia que son todo un caso, donde la otra parte usan cuanta bajeza mía, en contra mía, para sacarme de control y mis emociones corran según su gusto, allí recuerdo bien que son bajezas humanas, ni más ni menos que yo, por lo tanto, tomo mucho aire, y tranquila, y pues me controlo de manera positiva resuelvo todo caso.

Posteriormente explica el objetivo de la misma, argumentando que las habilidades sociales son un conjunto de capacidades que permiten el desarrollo de un repertorio de acciones y conductas que hacen que las personas se desenvuelvan eficazmente en lo social. Estas habilidades sociales son algo complejo ya que están formadas por un amplio abanico de ideas, sentimientos, creencias y valores que son fruto del aprendizaje y de la experiencia. Todo esto va a provocar una gran influencia en las conductas y actitudes que tenga la persona en su relación e interacción con los demás.

Es fundamental prestar especial atención al desarrollo de habilidades sociales, ya que en primer lugar son imprescindibles para la adaptación de los niños y niñas al entorno en el que se desarrollan sus vidas, y posteriormente estas habilidades les van a proporcionar las herramientas para desenvolverse como adultos en la esfera social, siendo la base clave para sobrevivir de manera sana tanto emocional como laboralmente.

Al poseer buenas habilidades sociales es muy probable que nos llevemos mucho mejor con las personas alrededor nuestro, y a través de ellas:

-) a.. Te comprenderás mejor a tí mismo y a los demás.
- b.. Encontrarás nuevos amigos y conocerás mejor a los que ya tienes.
- c.. Podrás tener mejores relaciones con tu familia, y estarás mucho más implicado en las decisiones que ellos tomen en el futuro.
- d.. Podrás tener un mejor rendimiento escolar y laboral.
- e.. Te llevarás mejor con tus autoridades profesores, y compañeros de clase.

Si por el contrario posees pocas habilidades sociales:

-) a.. No podrás ser capaz de comunicar eficazmente tus necesidades y sentimientos a las demás personas.
- b.. No se te hará muy difícil hacer nuevos amigos y conservar los que ya tienes en este momento.
- c.. Té veras apartado de las cosas más importantes y divertidas que puedan sucederte.

d.. Te encontrarás sólo, perderás a tus amigos o llegarás a tener problemas con ellos.

Esto permite expresar quejas, rebatir peticiones irracionales, comunicar sentimientos, defender los propios derechos, pedir favores, solicitar cambios, resolver conflictos, relacionarse con el sexo opuesto, tratar con los niños ó las niñas, tratar con adultos, etc.. Todo ello permite tener asertividad, que es una conducta que permite a una persona actuar con base a sus intereses más importantes, defenderse sin ansiedad ni poder, expresar cómodamente sentimientos honestos o ejercer los derechos personales, sin negar los derechos de los otros, permite a la persona expresar adecuadamente (sin medir distorsiones cognitivas o ansiedad y combinando los componentes verbales y no verbales de la manera más efectiva posible), oposición (decir no, expresar desacuerdos, hacer y recibir críticas, defender derechos y expresar en general sentimientos negativos), y afecto (dar y recibir elogios, expresar sentimientos positivos en general), de acuerdo a sus intereses y objetivos personales, respetando el derecho de los otros e intentando alcanzar la meta propuesta.

Como primera actividad, el facilitador indica que se realizará el compendio de gestos y emociones del grupo. Acompañado de explicaciones sobre la importancia del gesto haremos una recogida de gestos conocidos por todos en grupo. Después, por parejas, crearán un código de gestos propio que mostrarán a los demás. Y así es como se realizó. La participación fue fluida. Los docentes demostraron mucha creatividad y disposición para realizar lo indicado

Formar parejas, cara a cara, intentaran decir frases sin ruido, se trata de leer los labios del otro. Irán cambiando los papeles y las parejas. Se puede hacer en forma de juego de adivinar en grupo. Estos tipos de juegos y variantes intentan demostrar que es posible comunicarse sin palabras, uno de los objetivos de la expresión corporal.

Lenguaje corporal explicado de forma fácil y sencilla. Gestos que realizamos de forma inconsciente y que delatan nuestra personalidad. Trucos variados de lenguaje corporal. Mas gestos sexuales y sensuales. Lenguaje corporal para enamorar,

lenguaje corporal de los políticos y gestos que nos indican señales de peligro. Como descubrir a un mentiroso por su lenguaje corporal.

Aunque el hombre lleva más de un millón de años utilizando los gestos y el lenguaje corporal, éste no se ha empezado a estudiar nada más que hace sólo unas décadas. ¿Sabías que en el impacto de un mensaje, el 7% es verbal, 38% vocal y un 55% lenguaje corporal y gestos?

El componente verbal se utiliza para comunicar información y el lenguaje corporal para comunicar estados y actitudes personales. En una conversación cara a cara el componente verbal es un 35% y más del 65% es lenguaje corporal y gestos

Con base en las actividades realizadas los integrantes proponen formas y estrategias de comunicación que favorezcan los ambientes de convivencia con base en su contexto y necesidades.

EVALUACIÓN: Se realizará un balance de los logros y áreas de oportunidad para la mejora de los ambientes de convivencia en las aulas y como consecuencia la mejora del desempeño en el aula

BIBLIOGRAFÍA.

Bauman, Zygmunt (2008). *Trad. Carmen Corral. Tiempos Líquidos. Vivir en una época de incertidumbre*, CONACULTA/Ensayo Tus Quets Editores, México.

Bisquerra Alzina, Rafael (2003). "Educación emocional y competencias básicas para la vida" en *Revista de Investigación Educativa*, 2003, Vol. 21, n.º 1, pp. 7- 43. Consultado en línea, mayo de 2014 en: <http://revistas.um.es/rie/article/view/99071>

Bisquerra Alzina, R. y Pérez-Escoda, N. (2007). Las competencias emocionales, Universidad de Barcelona. En *Educación XXI*, 10, pp.61-82. Consultado en línea el 4 de mayo de 2015, en: <http://www.ub.edu/grop/catala/wp-content/uploads/2014/03/Las-competencias-emocionales.pdf>

Bisquerra Alzina, Rafael y Pérez-Escoda, Nuria (2012). "Educación emocional: estrategias para su puesta en práctica" en *Avances en Supervisión Educativa, Revista de la Asociación de Inspectores de Educación de España*, No.16, consultado en línea el 30 de abril de 2015, en: http://www.adide.org/revista/images/stories/pdf_16/ase16_mono04.pdf

Casassus, Juan (2007). *La educación del ser emocional*, 2ª. ed., Indigo/Cuarto propio, Santiago, Chile.

Del Rey, R. y Ortega, R. (2004) "Construir la convivencia: un modelo teórico para un objetivo práctico" en Murillo-Estepa, Paulino (coord.). *Cambiar con la sociedad, cambiar la sociedad. Actas del 8º. Congreso Interuniversitario de Organización de Instituciones Educativas*, Universidad de Sevilla, España.

Duarte, Jakeline. *Ambientes de aprendizaje. Una aproximación conceptual*, en *Revista Iberoamericana de Educación* (ISSN: 1681-5653), publicación editada por la OEI. Consultado en línea en marzo de 2016 en: <http://www.rieoei.org/deloslectores/524Duarte.PDF>

Esteve, José M. (2011) *El malestar docente*, 3ª. ed., Paidós, España.

Extremera, Natalio y Pablo Fernández- Berrocal (2003). La inteligencia emocional en el contexto educativo: Hallazgos científicos de sus efectos en el aula. En *Revista de Educación*, núm. 332, pp. 97-116, Universidad de Málaga, España. Consultado en línea el 26 de febrero de 2015, en: <http://www.mecd.gob.es/dctm/revista-de-educacion/articulosre332/re3320611443.pdf?documentId=0901e72b81256ae3>

Fernández-Berrocal, Pablo y Ruiz Aranda, Desiree (2008). La inteligencia emocional en la educación, Departamento de Psicología Básica, Universidad de Málaga, España. En Revista Educativa de Investigación Psicoeducativa ISSN. 1696-2095, No.15, Vol 6 (2) 2008, pp. 421-436. Consultado en línea el 28 de diciembre de 2014, en: <http://www.investigacion-psicopedagogica.org/revista/new/ContadorArticulo.php?256>

PAYULA, Yolanda (2010), Juanita Barreto G. La historia de vida: Recurso en la investigación cualitativa, Reflexiones metodológicas. Departamento de Trabajo Social, Universidad Nacional de Colombia

Gardner, H. (2001). Estructuras de la mente. La teoría de las Inteligencias Múltiples, 2ª. ed., Sexta Reimpresión, Colombia, Fondo de Cultura Económica. Consultado en línea el 20 de junio de 2016, en: <https://docs.google.com/viewer?a=v&pid=sites&srcid=ZGVmYXVsdGRvbWFpbnxyZW5vd mFjaW9uY29uc2Vqb2VzY29sYXJ8Z3g6NTNhM2YyN2ZkM2YyZjZiZA>

Goleman, D. (1996) Inteligencia emocional, Kairós, Barcelona.

Goleman, D. (1998) La práctica de la inteligencia emocional, Trad. Fernando Mora y David González Raga, Kairós, Barcelona.

Hernández, F. y Sancho Gil J.M. (2004). El clima escolar en los centros de secundaria: más allá de los tópicos, CIDE, España.

Hernández Sampieri Roberto, et. al.(2010). Metodología de la Investigación, 5ª. Ed. Mc Graw Hill, México.

Lipovetsky, Gilles (1986). La era del vacío. Ensayos sobre el individualismo contemporáneo, traducción de Joan Vinyoli y Michéle Pendanx, Anagrama, Barcelona.

Báez Sevilla, Remigia (2006) Métodos y técnicas de Investigación, Ed, Efodenic, Nicaragua.

ELLIOT, J. (1994). La investigación-acción en educación. Madrid, Ediciones Morata.

Muñoz Quezada, María Teresa, Cornejo Araya, Claudia Alejandra, Araya Sarabia, Nelson Eduardo, Muñoz Molina, Pablo Andrés, Lucero Moncada, Boris Andrés, Convivencia y clima escolar en una comunidad educativa inclusiva de la Provincia de Talca, Chile REDIE. Revista Electrónica de Investigación Educativa [en línea] 2014, 16 () : [Fecha de consulta: 11 de diciembre de 2016] Disponible en:<<http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=15531719002>> ISSN

Naranjo Pereira, Maria Luisa (2009) Motivación: perspectivas teóricas y algunas consideraciones de su importancia en el ámbito Educativo. San José, Costa Rica

Patall, E. A., Cooper, H., & Robinson, J. C. (2008). Parent involvement in homework: A research synthesis. *Review of Educational Research*, 78, 1039-1101.

Rodríguez, G., Gil, F., y García, E. (1996). Metodología de la investigación cualitativa, Aljibe: España.