Inteligencia Emocional en Adolescentes

Estudiantes:

Bacca Araujo Jennifer Johanna, Bello Ariza Julie Tatiana, Quiroga Arias Diana Marcela

Trabajo de grado presentado para optar el título de especialista en Pedagogía de la Lúdica.

Director:

María Victoria Rodríguez Pérez

de Gestión de proyectos o Seminario de proyectos

Doctora en educación: currículum, profesorado de instituciones educativas.

Fundación Universitaria Los Libertadores

Facultad de Ciencias Humanas y Sociales

Departamento de educación

Especialización en Pedagogía de la Lúdica

Bogotá, diciembre 2020

Resumen

El crecimiento del ser humano se ha visto envuelto en diferentes ámbitos, uno de ellos es la inteligencia emocional (IE), que, sin lugar a duda, es una de las habilidades más importantes para aprender, desarrollar y aplicar de forma grupal e individual, es así como a medida que vamos teniendo más conciencia de nuestro ser, se hace de vital importancia el autocontrol y direccionamiento oportuno de esta habilidad. Por lo tanto, la etapa de la adolescencia es un punto de inicio para cultivar este conocimiento y por tal motivo es planteada en esta propuesta desde la aplicabilidad de estrategias lúdicas que permiten abordarlo a partir de una mirada teórica del aprendizaje moderno, haciendo uso de la virtualidad como una herramienta y una confrontación de la realidad en tiempo de confinamiento; El diseño de las estrategias se encuentran trazadas teniendo en cuenta los parámetros de la gamificación, fortaleciendo la IE por medio de tres pilares como son la identificación de las emociones, su función y respectiva gestión dentro del proceso de su desarrollo psicoafectivo, usando como insumo de trabajo las vivencias de los adolescentes, quienes al sentirse reconocidos participaban activamente, generando autoconocimiento de ellos mismos y de su entorno.

Palabras clave: inteligencia emocional, adolescentes, aprendizaje lúdico, emociones.

Abstract

The growth of the human being has been involved in different areas, one of them is emotional intelligence (EI), which without a doubt, is one of the most important skills to learn, develop and apply in a group and indivudual way, this is how, as we become more aware of our being, it becomes of vitally importance the self-control and routing of this ability. Therefore, the stage of adolescence is a starting point to cultivate this knowledge and for this reason it is raised in this proposal from the applicability of playful strategies that allow to be approached from a theoretical perspective of modern learning, making use of the virtuality as a tool and a confrontation of the reality in time of confinement; the design of the strategies are drawn taking into account the parameters of gamification, strengthening the emotional intelligence through three pillars such as the identification of emotions, their function and respective management within the process of their psycho-affective development, using as input of work the experiences of adolescents, who, in the moment of feeling recognized, participated actively, generating self-knowledge of themselves and their environment.

Keywords: emotional intelligence, adolescents, playful learning, emotions.

Índice

	Pág.
1.Problema	6
1.1 Planteamiento del problema	6
1.2 Formulación del problema	7
1.3 Objetivos	7
1.3.1 Objetivo general	7
1.3.2 Objetivos específicos	8
1.4 Justificación	8
2. Marco referencial	10
2.1 Antecedentes investigativos	10
2.2 Marco teórico	13
3. Diseño de la investigación	21
3.1 Enfoque y tipo de investigación	21
3.2 Línea de investigación institucional	23
3.3 Población y muestra	23
3.4 Instrumentos de investigación	23
4. Estrategia de intervención	25
5. Conclusiones y recomendaciones	30
Referencias	32
Anexos	35

Índice de Anexos

Anexo A 35

Anexo B 36

Anexo C 38

Anexo D 40

Anexo E 42

Anexo F 44

Anexo G 45

1. Problema

1.1 Planteamiento del Problema

Una de las situaciones que actualmente se evidencia en los adolescentes es la dificultad para expresar correctamente sus emociones, teniendo en cuenta que las emociones en las interacciones sociales son fundamentales como respuesta a una situación. Esto se ha convertido en uno de los grandes desafíos y problemas que debe afrontar un docente, puesto que en el campo educativo a esta figura no se le prepara para enfrentar este tipo de situaciones, que no solo afectan al menor en su educación sino que también afecta su desenvolvimiento como ciudadano, en el rol familiar y personal, adicional a ello, los menores se refugian en las redes sociales, las cuales les brindan información errada y en muchas ocasiones los confunde, hasta el punto de direccionar sus decisiones a situaciones problemáticas y poco estables emocionalmente (Arab, Díaz, 2015). "La inteligencia emocional (IE), definida como la habilidad para percibir, usar, comprender y regular las emociones, se ha mostrado como una variable importante a la hora de explicar el ajuste psicosocial de las personas" (Salguero, Fernández, Ruiz, Castillo & Palomera, 2011). Por ello es importante ayudar a los adolescentes a fomentar en sus vidas una sana administración de las emociones, debido a que esta es la base de la inteligencia emocional, que ayuda a que tengamos una mejor comunicación intra e interpersonal.

Nuestra propuesta de intervención disciplinar se llevará a cabo con el grado 8C, de la institución educativa privada Gimnasio Psicopedagógico María Isabel que se encuentra ubicado en el barrio Nueva Marsella de la localidad Kennedy en Bogotá D.C., actualmente, este curso cuenta con 18 estudiantes, en donde 7 son femenino y 11 son masculino, que oscilan en edades entre los 13 y 15 años, con una estratificación socioeconómica cuatro, es un grupo heterogéneo en cuanto a la labor en clase, puesto que el trabajo realizado por los estudiantes no corresponde a

lo planteado en cada actividad, esto hace que los objetivos finales de las clases se dificulte y no se logren los resultados esperados; dentro de las observaciones realizadas al grupo se evidencian cambios repentinos en sus conductas, en ocasiones se tornan indiferentes, indisciplinados, responden verbalmente con tonos de voz alto, aunque sin grosería, con un contenido despectivo hacia sus compañeros, lo que promueve dentro de las dinámicas grupales interacciones agresivas, además los comportamientos desafiantes también se dirigen hacia los docentes, mostrándose oposicionistas al trabajo de clase, manifestándose con lenguaje no verbal.

Formulación del Problema

De acuerdo al planteamiento del problema la pregunta propuesta es ¿Cómo fortalecer la inteligencia emocional en los estudiantes del grado 8C del colegio Gimnasio Psicopedagógica María Isabel?

A partir de la formulación del problema planteamos los siguientes objetivos buscando dar respuesta a la pregunta planteada.

1.2 Objetivos

1.3.1 objetivo general

Considerando lo anterior, el objetivo para la propuesta de intervención disciplinar será construir y aplicar estrategias para fortalecer la inteligencia emocional en los estudiantes del grado 8C de la institución educativa privada Gimnasio psicopedagógico María Isabel.

1.3.2 objetivos específicos

Identificar las emociones y la relación con la comunicación no verbal, con el fin de que el adolescente promueva su desarrollo interpersonal en una comunicación más efectiva.

Reconocer las funciones de las emociones que hacen parte de cada uno de nosotros, para que el desarrollo de la comunicación trascienda a la parte intrapersonal, generando así el reconocimiento completo de la inteligencia emocional.

Gestionar las emociones adecuadas en una circunstancia o contexto determinado, ya que es aquí, en donde se gestan las decisiones que determinarán un autocontrol emocional acompañado de una comunicación acertada.

1.4 Justificación

Las instituciones educativas son vistas como entidades donde los niños, niñas y adolescentes asisten con el fin de desarrollar principalmente conocimientos en las áreas fundamentales como matemáticas, lenguaje, ciencias, entre otras, dejando de lado que dentro de estos establecimientos se desarrolla gran parte de la vida de un menor de edad, es en este entorno especialmente donde se aprende a fortalecer dimensiones como la socio afectiva que pertenece y acompaña la vida de todo ser humano, si bien las emociones son inherentes al hombre se sugiere ser vistas desde sus funciones adaptativas, sociales y motivacionales, puesto a que son subestimadas hasta cuando se evidencie un desajuste significativo en los contextos en que el ser humano se desenvuelve, sin embargo, para este trabajo es de gran importancia, teniendo en cuenta que hay un interés por parte de los docentes que desean brindar herramientas que permitan un ambiente protector en el colegio y que puedan ser replicado por el estudiante fuera del aula en sus diferentes contextos, especialmente el familiar.

La adolescencia trae consigo procesos neuronales y transiciones significativas en las que se establecen crisis frecuentes y por lo tanto se evidencia dificultad para adherirse al trabajo propuesto en clase, lo cual puede ser un punto negativo al momento de tomar decisiones, aparte

las respuestas desmesuradas y el uso descontrolado de medios tecnológicos como el celular, lugar en que la mayoría de los adolescentes pasan su tiempo en plataformas como las redes sociales, generan un desligamiento a la interacción física y perdiéndose del contenido no verbal fundamental para una adecuada comunicación.

Adicionalmente las emociones al ser experimentadas por los seres humanos son eje importante para el aprendizaje académico, este acontecimiento se presenta como un gran reto para el profesor cuando se trata de enseñar contenido cognitivo a los estudiantes, muchos de ellos se encuentran transitando en varias expresiones emocionales como tristeza, ira, alegría, miedo, repudio, estas se manifiestan dentro del aula con una gran intensidad, interrumpiendo así en el normal desarrollo de una actividad, por su lado al ser la adolescencia caracterizada por la necesidad de aceptación del grupo, una emoción no discernida de forma correcta puede ser tomada como propia por los demás estudiantes, afectando los procesos de aprendizaje cognitivo, por ende se produce la necesidad de un espacio de reflexión por parte del estudiante que le permita redireccionar o regular su emoción y permitirse mejorar su aprendizaje.

2. Marco Teórico Referencial

2.1 Antecedentes Investigativos

Algunos autores que han trabajado temas relacionados con la inteligencia emocional son Garcés & Orozco (2018), en su investigación titulada, *La escuela que deseo: un lugar para convivir, aprender y ser feliz*. Plantearon una propuesta de intervención la cual tuvo como objetivo, fortalecer las habilidades sociales necesarias para una sana convivencia escolar, en los niños de la Institución Educativa Débora Arango Pérez, sede Nuevo Amanecer, que se encuentra ubicada en el Sur Occidente del Municipio de Medellín a 9.4 kilómetros del área urbana, con el objetivo de minimizar las expresiones violentas (físicas y verbales) que presentan los niños de Transición a Quinto grado de primaria, este proyecto pretendió propiciar alternativas de reconocimiento de las emociones y sentimientos negativos que impiden la sana convivencia implementando estrategias lúdico-pedagógicas, a fin de potenciar habilidades sociales e interpersonales, mediante la interpretación o escenificación de situaciones sociales conflictivas y su resolución; apuntando a confirmar la teoría de que los niños aprenden a comportarse no solo por medio de la instrucción, sino principalmente por medio de la observación y la interacción social. El proyecto surgió como una necesidad de transformar la cultura de la comunidad educativa para luego transformar hogares, a través de la potencialización de las habilidades sociales y la formación ciudadana para vivir en armonía. El proyecto ofreció a los estudiantes herramientas lúdicas para relacionarse con otros de una manera cada vez más comprensiva, más tolerante, bajo el respeto por la diferencia.

Alvarado & Torres (2019) en su proyecto de grado para maestría en educación en la Fundación Universitaria los libertadores llamado *Fortalecimiento de la educación emocional para el mejoramiento de la convivencia escolar en el grado segundo de la Institución Educativa*

Distrital Manuel Cepeda Vargas, donde se plantearon como objetivo principal fortalecer la educación emocional mediante estrategias pedagógicas que favorezcan la autorregulación para la gestión de conflictos en un ambiente de respeto en el contexto escolar entre estudiantes de la institución educativa; en dicha institución trabajaron con 600 estudiantes de primaria de la jornada tarde, del colegio distrital, de la localidad de Kennedy; como característica de los padres refieren que ejercían actividades económicas como: vendedores ambulantes, recicladores, vendedores de la plaza de mercado de abastos, dicha información tomada del observador de los estudiantes. Como planteamiento de problema se identifica que los estudiantes ejercen agresiones físicas enmascarada con el juego además exponen que los padres no asisten a los talleres y reuniones que se solicitan, evidenciándose así una falta de compromiso de la primera fuente de estabilidad emocional y social de los estudiantes, de lo anterior surge el interés de establecer estrategias pedagógicas que favorezcan la autorregulación emocional de los estudiantes. Este trabajo obtuvo como resultado emociones positivas por parte de los estudiantes reduciendo las reacciones violentas; evoluciones en la forma en que los estudiantes gestionan sus emociones para llevarlos a feliz término; el acercamiento con el docente que influye en la comunicación y diálogo durante los conflictos para mejorar la convivencia escolar y autorregulación emocional.

Una de las investigaciones internacionales encontradas sobre el tema fue la de Egocheaga (2017), en su tesis *la inteligencia emocional y la convivencia escolar en estudiantes del tercer grado de secundaria de la Institución Educativa Ciro Alegría* en la provincia Carabayllo, Lima - Perú. Su trabajo quería dar a conocer la relación entre la inteligencia emocional y la convivencia escolar de los estudiantes del tercer grado de secundaria en la institución educativa ya mencionada, tuvo como muestra de estudio a 150 estudiantes con un rango de edad entre los 13 a

los 17 años. El método empleado es el hipotético deductivo y el resultado demostró que la inteligencia emocional y la convivencia escolar tienen una relación directa y significativa como también lo reflejó los componentes de la inteligencia emocional: intrapersonal, interpersonal, adaptabilidad y el estado de ánimo. Esta información arrojada por el estudio concluyó que a mayor desarrollo de la inteligencia emocional mejor convivencia escolar.

Por otro lado Azpiazu, Esnaola & Sarasa (2015), hacen una investigación en su trabajo titulado *Capacidad predictiva del apoyo social en la inteligencia emocional de adolescentes*, donde establecen como objetivo analizar la relación entre el apoyo social (familiar, amistades y profesorado) y la inteligencia emocional (atención, claridad y reparación), abordaron a una población de 1.543 estudiantes con edades entre los 11 y los 18 años, 728 hombre y 815 mujeres, usando como instrumentos de medición cuestionarios como, El Teacher and Classmate Support Scale del Health Behaviour in School-aged Children, usando así la escala de apoyo del profesorado, también hicieron uso del Cuestionario de Apoyo Familiar y de los Amigos y la escala de inteligencia emocional Trait Meta Mood Scale-24. Durante este trabajo se encontró que los hombres tenían apoyo social especialmente de los amigos de donde recibe atención emocional y hay claridad de los sentimientos, por otro lado, el apoyo familiar provee regulación emocional mientras que en la población femenina la atención emocional es percibida por el apoyo de iguales en cuanto al apoyo familiar se recibe la claridad y regulación emocional. Adicionalmente se encuentra que el apoyo social tiene gran influencia en las habilidades emocionales demostrando que los adolescentes disfrutan de las relaciones significativas con la familia, los amigos y los profesores.

2.2 Marco Teórico

Inteligencia emocional.

Para el desarrollo de este concepto es necesario conocer específicamente lo que se entiende por emoción, según Guerri (2016), las emociones tienen una función principalmente adaptativa y de ellas depende la relación con el entorno, es así como ellas están implícitas, en cada pensamiento y posteriormente la acción que se realice. Está triada: pensamiento, acción y emoción son confluyentes en la relación con el medio. También señala que las emociones tienen un componente cualitativo y cuantitativo que se maneja en seis categorías básicas: miedo, sorpresa, aversión, ira, alegría y tristeza.

Adicional a lo anterior, Catalá (2011) manifiesta que hay otras formas de entender las emociones aparte de las ya mencionadas como por su valoración cognitiva o también como lo dice Saami, Mumme & Camposen (citado por Catalá, 2011) por "emociones autoconscientes o sociomorales, como la vergüenza, el orgullo y la culpa bajo las emociones como objetivo, la percepción en uno mismo, tendencia a la acción, función adaptativa y manifestación psicológica" (p.73-74).

Guerri (2016) indica que las emociones se reflejan a través de unos componentes fisiológicos e involuntarios como la sudoración, respiración agitada, entre otras manifestaciones. Que influyen en las comunicaciones interpersonales dentro de los microsistemas que son como lo dice Bronfenbrenner (citado por Catalá, 2011) contextos en donde se genera experiencias significativas en el desarrollo del individuo.

Esta explicación tiene como resultado la forma de categorizar este principio básico del desarrollo personal al conocimiento de cada individuo, generando conciencia emocional de lo que se siente y se expresa (Catalá, 2011), así como Goleman 2012 concluye que el arte de las

relaciones consiste en el desarrollo de las habilidades emocionales fundamentales: el autocontrol y la capacidad de sintonizar emocionalmente con los demás, de esta forma se llega a desencadenar en la comunicación con los otros.

La comunicación es una herramienta de expresión muy ambigua e innata en el ser humano, ya que es el medio para transmitir emociones y pensamientos desde que nacemos. Los autores Knapp, Maldonado y Rodenberg coinciden en que se subdivide en dos conceptos: el verbal y el no verbal, Maldonado (1998) nos aclara que la comunicación verbal hace referencia a la utilización de palabras en forma oral y escrita. Mientras que la comunicación no verbal maneja la paralingüística que es la capacidad de codificar y decodificar la manifestación del movimiento corporal o kinestésico, la distancia física o proxemia y la utilización de símbolos o icónica. Knapp (1980) nos dice que esta última herramienta se percibe desde el propio condicionamiento cultural, educacional y de experiencias personales y está sujeta al interés del observador, es así, como analiza la postura o posición, la conducta vocal, entre otras.

Rodenberg (2006) profundiza hacia la comunicación no violenta, que va más allá del concepto básico y nos dice que este proceso tiene cuatro componentes para ser realizado: observación (evitar juicios de valor y evaluación que reflejan nuestras creencias), sentimiento (comprobar la sensación, como: dolido, asustado, alegre, etc.), necesidades (identificar cuales se relacionan con el sentimiento) y petición. Y enfatiza la importancia de mantener una separación entre las observaciones y evaluaciones ya que es un proceso dinámico y cambiante. De no ser así se corre el riesgo de que el mensaje se convierta en una crítica generando una respuesta violenta verbal, psicológica o física.

Krusche (2011) nos complementa el concepto anterior refiriéndose a que “cada persona elabora un modelo de mundo en función de sus vivencias`` (p.15), orientando el comportamiento

y determinando las reacciones y elecciones. Nos señala que este modelo de mundo individual se convierte en un meta-modelo que sirve para obtener información lingüística que utiliza el individuo para dar a conocer sus experiencias y enriqueciendo sus propios modelos, los cuales son reforzados por los sistemas perceptivos VAKOG (Vista, Auditivo, Kinestésico, olfato y gusto). No obstante, manifiesta que es necesario que el individuo desarrolle el rapport para una comunicación eficiente, que consigue información para poder entender al otro individuo, el autor nos define el rapport como: "el contacto espontáneo, a la relación emocional, a la sincronización, armónica que se establece entre dos personas" (p.82).

Todo lo anterior expuesto hace parte de la inteligencia intrapersonal, que es "el conocimiento de los aspectos internos de una persona (…) y que construye a partir de la capacidad para establecer buenas relaciones entre las personas, (…). El conocimiento de sus sentimientos y la capacidad para dirigir la propia conducta" (Catalá, 2011, p 18-19). Esto también lo indica (Goleman, 2012), como la conciencia de uno mismo constituye una piedra angular de la inteligencia emocional. Gardner (citado por Catalá, 2011) afirma que el hecho de "no introducir la Inteligencia Emocional en el sistema educativo puede suponer un desarrollo inadecuado de los aspectos personal y social (...) lo cual conlleva a comportamientos problemáticos con el manejo de sus emociones y en el de los otros" (p.19).

Constructivismo.

La inteligencia intrapersonal sugiere que cada ser humano se relaciona con sus semejantes teniendo en cuenta la dirección de sus sentimientos, es por ello que dicho direccionamiento le permite relacionarse, generando la construcción de su propio conocimiento y habilidades a partir

de la relación recíproca que tiene con el otro, es aquí en donde el constructivismo toma mayor fuerza para convertirse en herramienta importante para el auto- aprendizaje.

Según Coloma & Tafur (1999) hay tres fuentes del constructivismo que son: el filosófico, el cual inicia con Kant quien postula preguntas sobre el: cómo, qué, por qué y a través de que conocemos; el psicológico, como pionero Piaget, quien propone que un conocimiento da lugar a otro más elaborado; el pedagógico, donde varios autores definen el rol de la actividad en el aprendizaje. Este último plantea que el estudiante construye un conocimiento significativo; que le permite alcanzar una comprensión cognitiva, contribuyendo al cambio conceptual. Lo que requiere de la consideración de las condiciones emocionales, tanto del estudiante como del docente, provocando niveles de satisfacción y ofreciendo un contexto de bienestar (Ortiz, 2015).

Para Ortiz (2015) en el aprendizaje es importante que ocurra un cambio donde la persona pueda desarrollar nuevas habilidades y destrezas que le permitan adaptarse al contexto, además considera que este cambio debe perdurar en el tiempo con el fin de obtener los resultados requeridos, dichos aprendizajes varían en cada persona lo cual está relacionado con las condiciones que tiene la persona que aprende. Heráclito (citado por Araya ,Alfaro & Andonegui, 2007) exponen que todo lo existente cambia permanentemente, nada permanece igual, todo hace parte de un proceso de cambio el cual también está relacionado con que el sujeto que se encuentra en el proceso de aprendizaje hace una revisión, auto revisión, crítica, autocrítica de estructuras conceptuales y metodológicas en espacios educativos que dan lugar a manejo y modificación de pautas de acción y reacomodación estructural que se encuentran relacionadas con el contexto sociocultural, logrando así el objetivo de niveles de maduración a nivel individual e interpersonal (Zubiría, 2004)

En cuanto a la relación del docente con el estudiantes según Ortiz (2015) manifiesta que la interacción entre los conocimientos del docente y los del estudiante, permiten la discusión, oposición y diálogo, que llevaran a una síntesis productiva y significativa permeadas por el contexto en que se desenvuelven docente y estudiante, lo cual es respaldado por Coloma & Tafur (1999) quienes expresan que las interacciones con el docente, un adulto o compañero, serán potenciadores de desarrollo reforzando la construcción de pensamiento cualitativamente superior, la cual tiene lugar por medio de la interacción con el medio.

Hasta el momento se ha abordado la conceptualización de las emociones donde se involucra el contexto y procedemos a abordar el aprendizaje desde el constructivismo, a continuación, se abordará los conceptos de Piaget y Vigotsky, grandes autores del constructivismo quienes expresan su punto de vista sobre las emociones que pueden ser aplicadas en la educación.

Piaget (citado por Pérez, 2017) en su libro titulado *Inteligencia y afectividad,* manifiesta que la afectividad es el motor y primer causante del conocimiento, es el mecanismo que promueve la acción y el pensamiento, lo que posibilita afirmar que el acto de deseo es un acto de conocimiento y viceversa, que el ser humano tiene como fin su propio conocimiento, por tanto, tiene posibilidad de elegir el objeto a conocer; el autor realizando un análisis del documento, aborda la temática de la afectividad y las emociones más allá de hablar de lo relacionado con los sentimientos sino también a situaciones que denominan “intelectuales” refiriéndose así a la simpatía, a temas, personas y actitudes éticas entre otras.

Adicionalmente según Piaget (citado por Pérez, 2017) habla de las emociones, tomándolas como una tendencia superior, que proporciona el desarrollo de la inteligencia teniendo dos funciones importantes e indisociables: las cognitivas y las afectivas, puesto a que no hay procesos cognitivos sin elementos afectivos.

Por su lado Vigotsky (citado por Dubrovsky, 2019) refiere que las emociones son sensaciones corporales de las que tomamos conciencia, es decir que la persona que siente la emoción se ve influenciada por la conciencia y el pensamiento que tienen en cada emoción; lo que revela la relación con la personalidad; la dependencia que las emociones tienen con las vivencias del sujeto en un contexto histórico, bajo condiciones sociales específicas y sobre todo, su desarrollo y cambio cualitativo durante las condiciones de vida del sujeto y de forma más concreta expresa que "Conciencia y afecto representan partes de un mismo todo"(p.4).

Aprendizaje cooperativo.

Teniendo en cuenta que la construcción de la inteligencia nace de la interacción, cuando un grupo de estudiantes trabaja por un bien común, se organizan, comparten sus conocimientos, es allí donde nace el aprendizaje cooperativo, que busca trabajar en cooperación para lograr un bien común. El aprendizaje cooperativo es el empleo didáctico de grupos reducidos con el fin de que los alumnos trabajen juntos para optimizar su propio aprendizaje y el de los demás. (Johnson, Johnson & Holubec, 1999, p.65), en este tipo de aprendizaje es relevante el trabajo en equipo, en donde sus participantes son actores activos.

Dentro del aprendizaje cooperativo el rol del docente es fundamental, ya que es quien dirige, organiza, revisa y evalúa el proceso buscando que se dé el aprendizaje esperado en los estudiantes, es por ello que el docente posteriormente debe organizar sus actividades, así como también debe autoevaluar su acompañamiento, ya que esto le permitirá mejorar su práctica y que a la vez el aprendizaje cooperativo se dé de manera satisfactoria.

"Hay que concebir el aula como un espacio comunicativo en el que sus participantes, profesor y alumnos, alumnos y alumnos, pueden comunicarse, interaccionar y modificarse unos a otros para alcanzar sus objetivos" (García, Traver & Candela, 2012-2019, p.12), es importante resaltar

que las relaciones interpersonales nos permiten obtener aprendizajes que nos facilitan comprender algunos procesos, pues la interacción es la base de cualquier grupo social.

Figura 1. Interacción social, *García, Traver & Candela, 2012-2019, p.11*

Como se puede observar en la figura 1, la interacción social es un proceso que permite compartir conocimientos, experiencias y a la vez saberes, lo cual se integra dando como resultado un aprendizaje que no solo será cognitivo sino social.

El juego.

Todo aprendizaje se da como resultado de una interacción, ya sea con los saberes o con nuestros semejantes, esta interacción es necesaria, ya que permite el desarrollo de habilidades no siempre físicas sino también intelectuales, es por ello que el juego es considerado la actividad más enriquecedora para lograr verdaderos aprendizajes.

El juego es aquella actividad libre que permite interacción directa entre varias personas, lo que a su vez genera un espacio de placer que potencia el diálogo y las relaciones interpersonales activando el valor de la cooperación y del aprendizaje mutuo.

Huizinga (citado por Gutiérrez, 2004) afirma: “El juego es una acción libre ejecutada como sí y sentida como situada fuera de la vida corriente, pero que, a pesar de todo, puede absorber por

completo el jugador, sin que haya en ella ningún interés material" (p.157), es por ello que el juego es toda actividad que permite la interrelación con el otro generando satisfacción, lo cual a su vez propicia conocimiento. Es importante resaltar que el juego les ha permitido a los niños realizar un ejercicio preparándose para la vida adulta. Según afirma Gutiérrez (2004), el juego es un ejercicio previo de funciones necesarias para la vida adulta, porque contribuye en el desarrollo de funciones y capacidades. Si bien el juego es tomado como una acción libre y espontánea, también ejercita y prepara al sujeto para que vaya tomando algunos roles que serán de vital importancia en el transcurso de su vida.

Como puede observarse en la figura 2, el juego desde el punto de vista de varios autores, es una de las actividades que reúne grandes características, una de esta y tal vez la más importante es que le permite al niño y al joven desarrollar su creatividad, fortaleciendo sus pre conocimientos y a su vez indagando por obtener muchos más.

CARACTERÍSTICAS DEL JUEGO				
HUIZINGA (1984)	GERARD SCHMIDT	CHATEAU (1973)	PIAGET (1961)	SEYBOLD. (1976)
1.El juego es más viejo que la cultura. 2.El juego es lo no serio. 3.Es sinónimo de libertad. 4.Es super-fluo. 5.Se escapa de la vida corriente. 6.El juego busca crear un orden. 7.Es incerti-dumbre. 8.El juego genera regla-mento. 9.El juego se rodea de mis-terio.	1.El juego es libertad. 2.Irreal. 3.Ambivalenci a. 4.Totalidad. 5.Limitado. Comunicativo	1.El juego constituye un mundo apar-te. 2.El juego es evasión. 3.El juego prepara para la vida seria.. 4.Con el juego se olvi-da el mundo real. 5.Busca el triunfo. 6.Se busca y se prueba la personalidad.	1.El juego busca el pla-cer. 2.El juego es desinteresado. 3.El juego busca el des-canso. 4. Surge de manera espontánea	1.El juego es ante todo acción libre. 2.El juego no es la vida ordinaria. 3.En el juego siempre hay algo en sus-penso. 4. El juego crea orden. 5.El juego se desarrolla dentro de ciertos límites de tiempo y espacio. 6.El juego estimula la sociabilidad.

Figura 2. Características del juego. *copiado de Gutiérrez (2004). La bondad del juego, pero…p.169*

3. Diseño Investigación

3.1 Enfoque y Tipo de Investigación

La investigación cualitativa tiene en cuenta características propias del grupo a intervenir en donde la observación juega un papel importante, ya que permite tener en cuenta la realidad subjetiva de los seres humanos, es por ello que este tipo de investigación es considerado como no tradicional, puesto que permite al investigador percibir y experimentar acciones que lo llevan a interactuar en un contexto social específico, involucrándose de manera directa, siendo este su instrumento de medida.

El proyecto de investigación formativa se basa en la investigación cualitativa, donde (Cerda, 2014) nos indica los aspectos más significativos de este tipo de investigación, los cuales son: "utilización de la inferencia inductiva y el análisis diacrónico en los datos, utilización de la observación y la entrevista abierta, no estandarizada (...) y centra el análisis en la descripción de los fenómenos y cosas observables." (p. 117 - 118)

La investigación cualitativa dota a los investigadores de herramientas que les permiten aproximaciones importantes a las comunidades estudiadas. Al respecto Hernández, Alvarado & Luna (citado por Portilla, Rojas & Hernández, 2014) considerando una recopilación teórica refieren que la investigación cualitativa es inductiva puesto a que tiene como finalidad no una comprobación o verificación, sino un descubrimiento, lo que la diferencia de la investigación cuantitativa, por su lado la investigación cualitativa posee lineamientos de investigación y no reglas como es usada en la investigación cuantitativa (Portilla, Rojas & Hernández, 2014).

En este contexto, el enfoque en mención busca, construir y aplicar estrategias para fortalecer la inteligencia emocional en los estudiantes del grado 8°C de la institución educativa privada Gimnasio psicopedagógico María Isabel, durante las intervenciones se requiere de las vivencias de los estudiantes las cuales son particulares del ambiente que los rodea, así como lo refiere Galeano (2004), el enfoque cualitativo de investigación social aborda la subjetividad e intersubjetividad como objetos relevantes para el conocimiento científico pretende estudiar desde el interior de los sujetos, así también como lo refiere Flores, Gómez & Jiménez (1999), temas como la vida cotidiana y las prácticas educativas pertenecen a los tópicos de la investigación cualitativa. Este trabajo de intervención, busca interactuar con la realidad emocional y social en que viven los estudiantes, a su vez usa temas del diario vivir y el ejercicio en el aula.

Investigación acción.

En cuanto al diseño metodológico la investigación acción según Herreras (2004) está orientada al cambio educativo, construida desde y para la práctica, su intención es optimizar la práctica a través del cambio a la par se hace un proceso de comprensión, requiere de la participación de los sujetos en sus actividades propias, necesita de una interacción grupal que implica colaboración de forma coordinada durante la investigación, realizando un análisis crítico a las situaciones, organizando como un espiral de ciclos de planificación, acción, observación y reflexión, de acuerdo a lo anterior, es importante resaltar que los objetivos apuntan a que los estudiantes identifiquen, reconozcan y gestionen las emociones en un contexto determinado, para que de esta forma aprendan a autorregularse, logrando llevar a cabo un mejor uso de su inteligencia emocional.

3.2 Línea de Investigación Institucional

Desde la línea de investigación institucional, se direccionará en la evaluación, aprendizaje y docencia, debido a que esta intervención tiene como base la enseñanza de la inteligencia emocional a través de la pedagogía en la lúdica, para dilucidar una posible solución a una dolencia social emergente, basándose en el eje de aprendizaje, como propuesta para las emociones fundamentales de un desarrollo socioemocional y cognitivo de calidad, mejorando así la formación de la población a intervenir, quienes poseen sus particularidades que sirven de insumo para la mejora permanente.

3.3 Población y Muestra

El objeto de estudio en esta intervención va dirigido al alumnado de la institución educativa privada Gimnasio psicopedagógico María Isabel de la ciudad de Bogotá, ubicado en la localidad Kennedy, barrio Nueva Marsella, específicamente al grado 8°C, en la asignatura de ética y valores llevada a cabo los días viernes en la última hora de clase, actualmente este curso cuenta con 18 estudiantes, en donde 7 son del género femenino y 11 son del género masculino, que oscilan en edades entre los 13 y 15 años.

3.4 Instrumentos de Investigación

La observación participante.

La observadora de este proyecto hace parte de la comunidad educativa, lo que permitió crear interacciones previas que generaron aceptación entre los participantes, logrando estrategias para trabajar activamente, por lo tanto se difiere entre lo que es observación y observación participante, la primera es una técnica de recolección de datos sobre comportamiento no verbal,

mientras que la segunda supera la observación, es decir, implica la intervención directa del observador, permitiendo intervenir en la vida del grupo (Campoy & Gomes, 2009), al respecto conviene decir que es importante llevar a cabo la observación participante como instrumento de investigación, ya que permite que el investigador se involucre de manera directa con el grupo a investigar (ver anexo A).

4. Estrategia de intervención

La estrategia que se va a utilizar para abordar el objetivo de estudio es la división por subtemas que se llevó a cabo paulatinamente en tres clases, en donde el primero manejó la relación de las emociones con la comunicación no verbal, luego el reconocimiento de las emociones, su funcionalidad y la aceptación intrapersonal unido con la comunicación verbal y no verbal, por último, se trabajó la gestión emocional en una circunstancia que podría suceder en la vida diaria.

Con la primera actividad se buscó enseñar a los jóvenes a conocer las emociones básicas y relacionarlas con la comunicación no verbal, para ello se abordó el tema en una clase, comenzado con una retroalimentación de los términos seguido de la explicación de las emociones y su posterior proyección en el cuerpo, soportándolo con imágenes que hicieron referencia a esta explicación. Se realizaron dos dinámicas, en la primera se utilizó la herramienta Kahoot, (ver anexo B) y para afianzarlo se deja de tarea un collage (ver anexo C).

En la segunda intervención se direcciona el aprendizaje a algo más complejo que requiere la comprensión de la emoción, el sentimiento que va detrás y la aceptación de estos, en cada ser humano, para la comprensión holística y su posterior comunicación, con el fin de comenzar a entender el término inteligencia emocional, y de esta manera empezar a abordar la problemática que se evidencia. Teniendo en cuenta el objetivo, en esta clase se emplea una lluvia de ideas para direccionar el tema y conocer sus experiencias para abordar la explicación y luego continuar con dos dinámicas que están relacionadas y que se aplicaron con la herramienta Vizia, en donde a través de dos videos con preguntas se evidencio la comprensión del tema y sus posibles dudas; en los videos se usó material audiovisual de la película intensamente, donde cada uno de los participantes pudo ver el video de la función de la emoción y podrá responder una pregunta corta

que dejará registro de la interpretación de cada estudiante (ver anexo D), como evaluación se usó un nuevo video el cual solicitó que se identifiquen las emociones vistas durante el cortometraje (ver anexo E)

Como última clase, se trabajó la inteligencia emocional y su importancia para tener una relación sana en el ámbito social, familiar y personal, para eso se hizo una actividad en la herramienta Inklewriter, que apoyó la explicación y la comprensión del tema; durante esta actividad se expuso un cuento corto donde se recreó un escenario en el que hay un conflicto de tipo familiar, durante la lectura del cuento hubo la posibilidad de tomar la decisión que se consideró más apropiada para poder seguir con la lectura de la historia, algunas de las respuestas revelan una gestión emocional inadecuada y otras adecuadas, que generaron una solución (ver anexo F), para el registro de la selección de las respuestas se usó formulario de google. (ver anexo G)

Título de la Propuesta	Inteligencia Emocional
Autores de la Propuesta	Bacca Araujo Jennifer Johanna, Bello Ariza Julie Tatiana, Quiroga Arias Diana Marcela
Fechas	Finales del mes de agosto y el mes de septiembre del 2020
Objetivos:	● Identificar las emociones y la relación con la comunicación no verbal, con el fin de que el adolescente promueva su desarrollo interpersonal en una comunicación más efectiva.

Grado	● Reconocer las funciones de las emociones que hacen parte de cada uno de nosotros, para que el desarrollo de la comunicación trascienda a la parte intrapersonal, generando así el reconocimiento completo de la inteligencia emocional. ● Gestionar las emociones adecuadas en una circunstancia o contexto determinado, ya que es aquí, en donde se gestan las decisiones que determinarán un buen manejo de emociones y una comunicación acertada Institución educativa privada Gimnasio psicopedagógico María Isabel, específicamente al grado 8°C
Contenidos Pedagógicos y Didácticos:	**Tema: Inteligencia emocional en adolescentes.** **Subtema 1**: La relación de las emociones con la comunicación no verbal, identificando las emociones básicas, su relación con las estructuras biológicas y desarrollo bioquímico durante la adolescencia, reconocimiento del lenguaje no verbal como una comunicación de las emociones. Conocimiento de vocabulario sobre las emociones y su diferencia frente al sentimiento. **Subtema 2:** El reconocimiento funcional de las emociones, conocimiento emocional de sí mismo y su identificación en la vida diaria. **Subtema 3:** El gestionamiento de la inteligencia emocional en una circunstancia en un contexto determinado. Reconocimiento de emociones ajenas, habilidades sociales y resolución de conflictos.

Escenario:	**Estructura de la secuencia didáctica:** **Subtema 1:** La relación de las emociones con la comunicación no verbal. ***Inicio***: Se realizaron preguntas sobre los conceptos a los estudiantes, para luego abordar el tema y su explicación. ***Desarrollo****:* Enlazar las imágenes con la emoción que le corresponde. Recursos TIC: Kahoot, seguimiento de la estrategia aplicada se llevó a cabo en el siguiente enlace: https://create.kahoot.it/v2/details/f62f2507-0bb8-4942-b8de-4470a75e7243. (ver anexo B) | ***Cierre:*** se les deja de tarea hacer un collage digital en la plataforma classroom, con diferentes imágenes que muestran las diferentes emociones explicadas (ver anexo C). **Subtema 2:** El reconocimiento de las emociones y la aceptación intrapersonal. ***Inicio***: Se realiza una lluvia de ideas sobre la función de las emociones y sentimientos, identificando las posibles diferencias entre ellas. ***Desarrollo****:* Reconocer las emociones y sus funciones, Recursos TIC: Vizia, https://vizia.co/videos/ae1edfa32d2e11d3214027/share (ver anexo D) ***Cierre:*** Proyección de video para identificar las emociones que se ven en él. Recursos TIC: Vizia, seguimiento de la estrategia aplicada se llevó a cabo en el siguiente enlace: https://vizia.co/videos/94c441ab855c291d6d8948/share (ver anexo E) **Subtema 3:** El autocontrol de la inteligencia emocional en una circunstancia que podría suceder en la vida diaria.

	Inicio: Se realiza una narrativa de una situación que tuvo un desenlace poco favorable con el fin de elegir qué decisiones o actos produjeron lo ocurrido y que se cambiaría. ***Desarrollo****:* Por medio de una historieta dinámica, se solicito al estudiante decidir la acción a realizar. Recursos TIC: Inklewriter, https://www.inklewriter.com/stories/13266 (ver anexo F) Seguimiento de la estrategia aplicada se llevó a cabo en el siguiente enlace: https://docs.google.com/forms/d/1YJUX_DULGx84GZSnUvlaIXL0uOh4Kvl7ExBT6ZR4ZQY/edit (ver anexo G) ***Cierre:*** Se hace retroalimentación de lo visto.
Mediación- Recursos:	Virtuales: (juegos, vídeos) Laboratorios virtuales. Humanos: estudiantes y docente

5. Conclusiones y Recomendaciones

De acuerdo al objetivo general planteado en este proyecto de intervención disciplinar el cual es construir y aplicar estrategias para fortalecer la inteligencia emocional en los estudiantes del grado 8C de la institución educativa privada Gimnasio psicopedagógico María Isabel, podemos concluir que cada una de las actividades estructuradas, elaboradas y ejecutadas permitieron en los estudiantes interpretar que las emociones hacen parte de nuestra vida y por ello es importante aprender a autorregular nuestras emociones para poder relacionarnos de manera positiva con las demás personas.

Las actividades planteadas permitieron reconocer la relevancia de identificar las emociones, su comunicación no verbal, las funciones y su respectiva gestión, lo cual es un factor de gran interés dentro de la autorregulación de estas, ya que al poder identificar una emoción gestual, saber para qué sirve y como se expresa; logrando actuar desde el raciocinio para poder controlar las reacciones negativas que se puedan desencadenar, ya que al no autorregularse de forma oportuna podría ocasionar según refieren los estudiantes, pérdidas de lazos afectivos, necesarios para un adecuado desarrollo psicoafectivo de los adolescentes ya que ellos consideran que la amistad es el aspecto más importante dentro de las relaciones que se puedan lograr establecer durante la vida escolar.

Las estrategias empleadas durante las sesiones, fueron comparadas por los estudiantes e informaron que consideraban llamativas, entretenidas e innovadoras; respecto al contenido lo reconocieron como fuera de los esperado, esto teniendo en cuenta que temas como el conocimiento de sí mismo y algunos valores lo visualizaban como rígido, monótono y tradicional. Adicional a ello se identificó que, al tomar ejemplos de la vida diaria, los estudiantes

se sintieron reconocidos en sus emociones, además sabían que había ciertas manifestaciones que los hacían perder el control en algunas ocasiones, no obstante, se les dificulta darle nombre y saber por qué suceden.

Estas intervenciones permitieron que los estudiantes dentro de sus expresiones verbales durante las sesiones empezarán a incluir dentro de su vocabulario los términos vistos en clase, aterrizar los conceptos generando ejemplos de sus propias vivencias, se obtuvo un claro conocimiento en la diferencia entre la emoción y el sentimiento.

Adicionalmente por situaciones de emergencia social y sanitaria fue necesario usar como recurso la tecnología, esto permitió que ese elemento que se consideraba un factor negativo para la interpretación de las emociones y el fortalecimiento de la inteligencia emocional fuese un medio de interés, efectivo para trabajar el tema propuesto.

Estos espacios académicos virtuales que eran percibidos por los estudiantes como novedosos y que creaban condiciones motivantes para estar en la clase, fomento una mejor interacción entre el grupo de trabajo y el desarrollo de las estrategias aplicadas.

Teniendo en cuenta lo anterior expuesto, una de las recomendaciones para este proyecto de intervención es poderlo realizar en aulas físicas con el fin de ahondar en respuestas mucho más significativas, ya que si se une a una interacción física se podrá enriquecer la experiencia, por su lado realizar aplicación de estas actividades en otros grupos de estudio, ampliando el rango de edades y llevando su aplicabilidad a otros grupos sociales.

Referencias

Alvarado, D., & Torres, R. (2019). *Fortalecimiento de la educación emocional para el mejoramiento de la convivencia escolar en el grado segundo de la Institución Educativa Distrital Manuel Cepeda Vargas*. Fundación Universitario los libertadores, Colombia. Recuperado de https://n9.cl/qcj88

Araya, V., Alfaro, M., & Andonegui, M. (2007). Constructivismo: orígenes y perspectivas. *Laurus. 13*(24), *76-92.* Recuperado de https://n9.cl/li7x

Arab, E., Díaz, A. (2015). Impacto de las redes sociales e internet en la adolescencia: aspectos positivos y negativos. Revista médica clínica los condes. 26 (1), 07-13. Recuperado de https://n9.cl/tnwo

Azpiazua, L., Esnolab, I., & Sarasac, M. (2015). Capacidad predictiva del apoyo social en la inteligencia emocional de adolescentes. *European Journal of Education and Psychology*. (8) *1, 23-29*. Recuperado de https://n9.cl/uugmf

Campoy, T. & Gomes, E. (2009). Técnicas e instrumentos cualitativos de recogida de datos. En Pantoja, A. (Coord.). Manual básico para la realización de tesinas, tesis y trabajos de investigación (pp.275-302). Madrid: EOS Universitaria.

Cano, A. (2007). Cognición en el adolescente según Piaget y Vygotski. ¿Dos caras de la misma moneda? *Academia Paulista de Psicología*. *XXVII* (2) *148-166*. Recuperado de https://n9.cl/u17u

Carrera, B., Mazzarella, C. (2001). Vygotsky: enfoque sociocultural. *Educere.* 5 (13), *41-44.* Recuperado de https://n9.cl/6jgcz

Catalá, M. (2011). *Cultivando emociones, educación emocional de 3 a 8 años*. Recuperado de https://n9.cl/p5j9y

Cerda, H. (2014). *Los elementos de investigación. Cómo reconocerlos, diseñarlos y construirlos*. Magisterio editorial.

Coloma, C. Tafur, R. (1999). El constructivismo y sus implicancias en la educación. *Educación.* VIII (16) ,117- 244. Recuperado de https://n9.cl/n8l9

Dubrovsky, S. (2019). Educación emocional o ¿cómo adiestrar las emociones? *Neurociencias y Educación*. Recuperado de https://n9.cl/waf20

Egocheaga (2017). *Inteligencia emocional y la convivencia escolar en estudiantes del tercer grado de secundaria de la Institución Educativa Ciro Alegría*. Carabayllo. Universidad Cesar Vallejo, Lima, Perú. Recuperado de https://n9.cl/bzzu

Flores, J., Gómez, G., & Jiménez, E. (1999). Metodología de la investigación cualitativa. Málaga: aljibe.

Galeano, M. (2004). *Diseño de proyectos en la investigación cualitativa*. Universidad Eafit. Recuperado de https://n9.cl/ejovm

García, R., Traver, J., & Candela, I., (2012- 2019). *Aprendizaje cooperativo.* Madrid, España. Editorial CCS.

Garcés, S. & Orozco, S. (2018). *La escuela que deseo: un lugar para convivir, aprender y ser feliz*. Fundación Universitaria los libertadores. Recuperado de https://n9.cl/z3sme

Goleman D. (2012). *Inteligencia emocional*. Recuperado de https://n9.cl/zpck7

Guerri, M. (2016). *Inteligencia emocional: una guía útil para mejorar tu vida*. Chile: Mestas Ediciones. Recuperado de https://n9.cl/7o349

Gutiérrez, M. (2004). La bondad del juego, pero… *Escuela abierta.* 153-182. Recuperado de: https://n9.cl/jdlv

Herreras, E. (2004). La docencia a través de la investigación-acción. *Revista iberoamericana de educación*, *35*(1), 1-9.

Johnson, D., Johnson, R & Holubec. (1999), *El aprendizaje cooperativo en el aula*. Buenos Aires: Paidós Ibérica SA.

Knapp M. (1980). *La comunicación no verbal, el cuerpo y el entorno.* Recuperado de https://n9.cl/rgwb

Krusche H., (2011). *La rana sobre la mantequilla, fundamentos de la programación neurolingüística*. Málaga, España: sirio.

Maldonado H. (1998). *Manual de comunicación oral*. Recuperado de https://n9.cl/xqupt

Ortiz, D. (2015). El constructivismo como teoría y método de enseñanza. *Sophia* Doi:10.17163/soph. n19.2015.04

Pérez, J. (2017). El desarrollo afectivo según Jean Piaget. *Revista Vinculando*. Recuperado de https://n9.cl/dus3

Portilla, Rojas & Hernández (2014). Investigación cualitativa: Una reflexión desde la educación como hecho social. Docencia, investigación, innovación. Recuperado de: https://n9.cl/hebus

Rodenberg M. (2006). *Comunicación no violenta: un lenguaje de vida.* Recuperado de https://n9.cl/fqn87

Salguero, J. M., Fernández, P., Ruiz, D & Palomeras, R. (2011). Inteligencia emocional y ajuste psicosocial en la adolescencia: El papel de la percepción emocional. *European Journal of Education and Psychology*. (2), *143-152.* Recuperado de: https://n9.cl/zw23x

Zubiría, H. (2004). *El constructivismo en los procesos de enseñanza-aprendizaje en el siglo XXI.* Recuperado de https://n9.cl/lo4k7

Anexos

Anexo A

Fundación Universitaria Los Libertadores

Facultad de Ciencias Humanas y Sociales

Departamento de Educación

Especialización en Pedagogía de la Lúdica

Observación participante

1. Nombre y apellidos del observador: _____

2. Institución a observar: _____

3. Grupo a observar: _____

4. Actividades a realizar: _____
   _____
   _____
   _____
   _____
   _____

5. Objetivo de la actividad: _____

6. Descripción general de la actividad: _____
   _____
   _____
   _____
   _____

7. Aspectos importantes observados: _____
   _____
   _____
   _____
   _____

Anexo B

Actividad 1: La relación de las emociones con la comunicación no verbal.

Juego plataforma Kahoot https://create.kahoot.it/v2/details/f62f2507-0bb8-4942-b8de-4470a75e7243.

Figura 3. Identificación comunicación no verbal actividad Kahoot. *Gimnasio Psicopedagógico María Isabel, Curso 8°C (2020).*

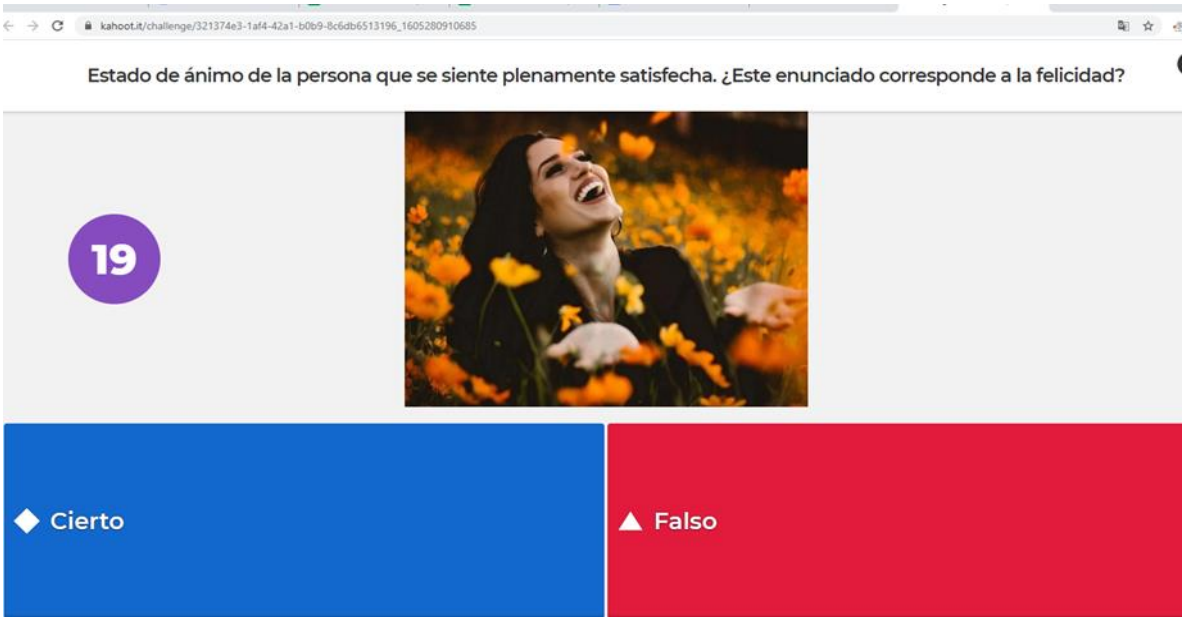

Figura 4. Identificación del concepto emoción. *Gimnasio Psicopedagógico María Isabel, Curso 8°C (2020).*

Figura 5. Identificación del concepto emoción y relación con la comunicación no verbal. *Gimnasio Psicopedagógico María Isabel, Curso 8°C (2020).*

Figura 6. Ranking actividad Kahoot. *Gimnasio Psicopedagógico María Isabel, Curso 8°C (2020).*

Anexo C

Evaluación de la actividad 1 en la plataforma classroom

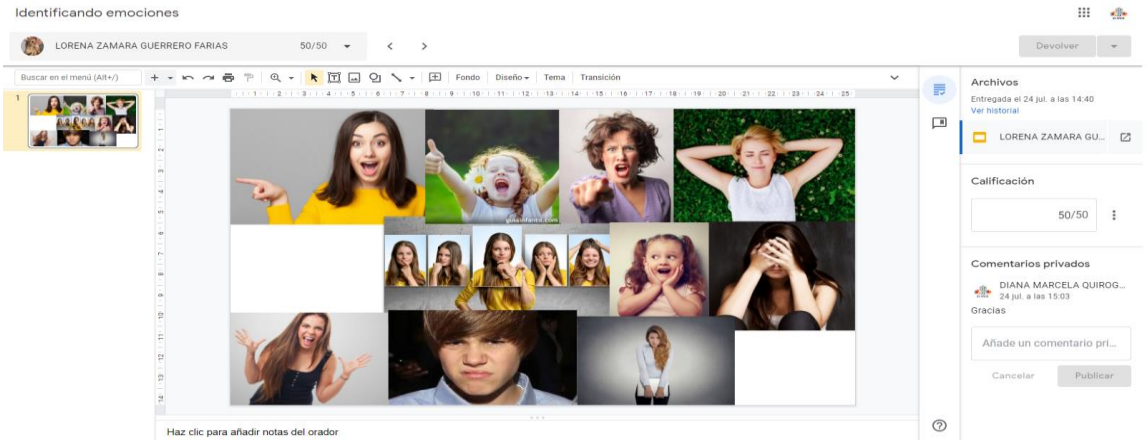

Figura 7. Collage seguimiento sesión 1. *Gimnasio Psicopedagógico María Isabel, Curso 8°C, Guerrero (2020).*

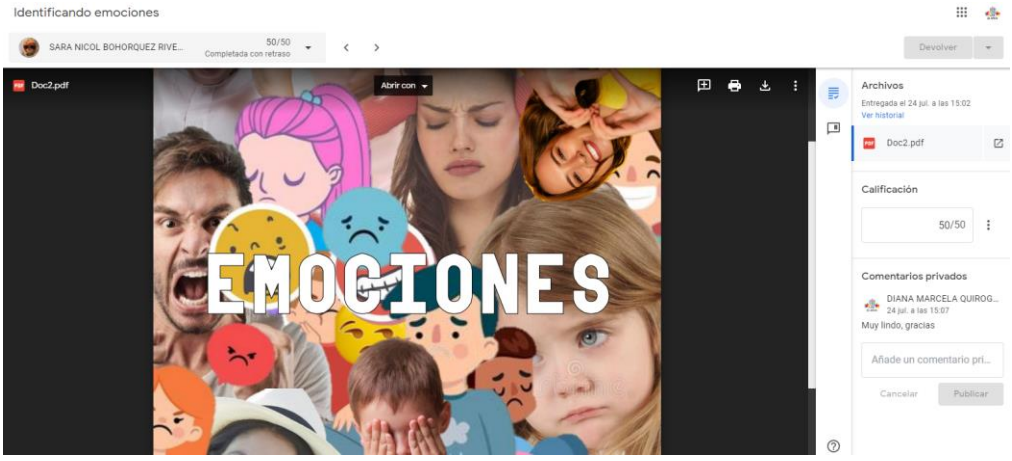

Figura 8. Collage seguimiento sesión 1. *Gimnasio Psicopedagógico María Isabel, Curso 8°C, Bohorquez (2020).*

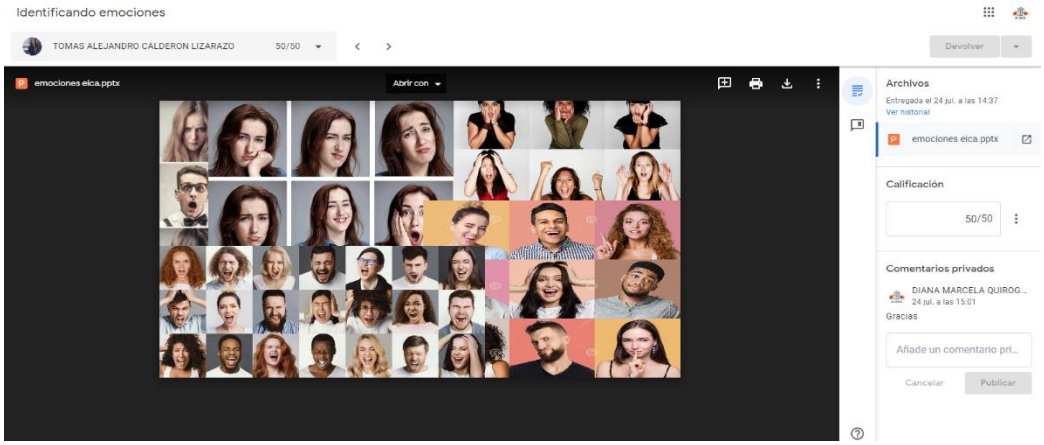

Figura 9. Collage seguimiento sesión 1. *Gimnasio Psicopedagógico María Isabel, Curso 8°C, Calderón (2020)*

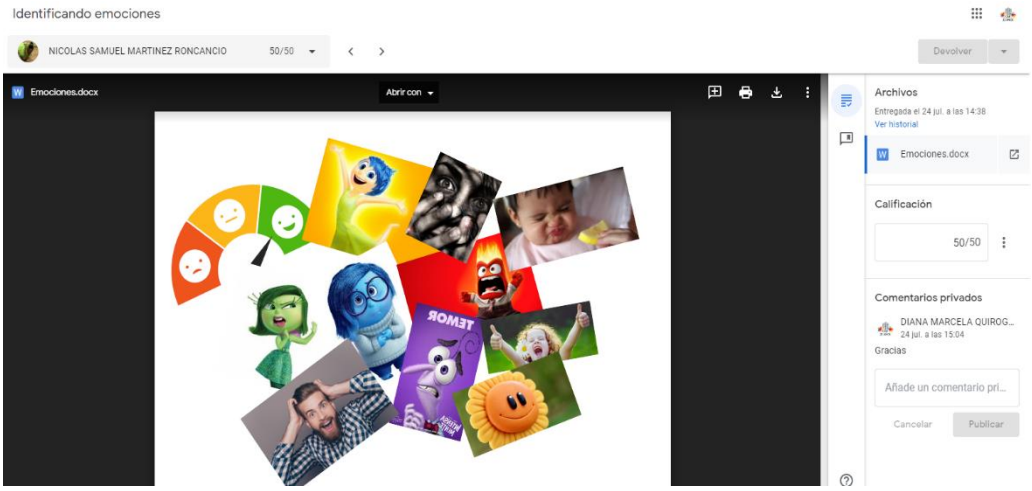

Figura 10. Collage seguimiento sesión 1. *Gimnasio Psicopedagógico María Isabel, Curso 8°C, Martínez (2020)*

Anexo D

Actividad 2: El reconocimiento de las emociones y la aceptación intrapersonal unido con la comunicación verbal y no verbal. https://vizia.co/videos/ae1edfa32d2e11d3214027/share

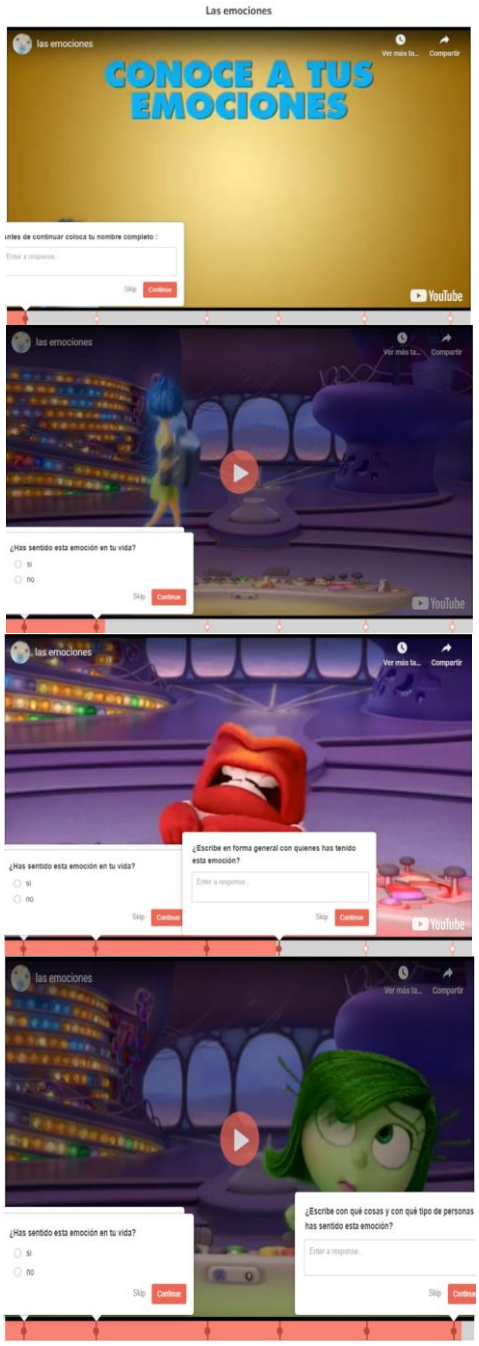

Figura 11. Función de las emociones. Disney Pixar intensamente (2015) *Gimnasio Psicopedagógico María Isabel, Curso 8°C, (2020)*

Timestamp	Nombre	¿Has sentido esta emociones en tu vida?	¿En que momento has sentido esta emoción?	Escribe ¿en forma general con quienes has tenido esta emoción?	Escribe ¿con qué cosas y con qué tipo de personas has sentido esta emoción?
21/08/2020 19:30	Sara nicol Bohorquez riveros	si	En las consecuencia de mis actos malos o como en sentir una tension	Con mis amigos y con mis familiares por desacuerdos o comentarios malinterpretados	Con los olores de las calles y la basura y a veces por las personas y sus actos
21/08/2020 19:24	Nicolas Samuel Martinez Roncancio	si	cuando me hice algo malo y no les digo nada a mis papas	Con las personas que an sido groseras	con migo,cuando veo carne cruda
21/08/2020 19:24	Laura Sofia Poveda Torres	si	Cuando tengo presentimientos negativos, o cuando se aparece en mi camino algo que no es de fiar, muy dudable.	Con personas muy cercanas cuando me fallan.	Con el QUESO, no me gusta para nada y enserio me desagrada muchisimo, y con algunas verduras
21/08/2020 19:24	Lorena Zamara Guerrero FarÃ-as	si	cuando no tengo el control de las cosas o veo insectos	cuando sucede algo injusto	cuando algo o alguien no me gusta
21/08/2020 19:24	victor alejandro rodriguez buitrago	si	cuando me hacen rabiar	con mis amigos y familiares	con el borojo
21/08/2020 19:23	camilo esteban fraile molina	si	no se descibrirlo	malos momentos	cosas feas
21/08/2020 19:23	Laura Valentina Herrera Rozo	si	cuando veo una araña o insecto	con personas que no quieren comprender lo que hago,con el hógado.	cosas babosas y personas que son antipaticas
21/08/2020 19:22	Juan Jose Aponte Rodriguez	si	En situaciones en las que nose que va a pasar o cuando me encuentro en una situacion desconocida	Con personas que se creen superiores a otros y con los que pasan por enciama de los demas	Con las personas que son homofobicas y las que discriminan
21/08/2020 19:22	Jose David Velasquez Lozano	si	cuando esta pasando algo malo con mis familiares como por ejemplo una enfermedad o que estÃ¡n a punto de perder su trabajo	Con personas que me ofenden y no cumplen lo que prometen	con las cucarachas, insectos y personas que son desaseadas o tienen practicas de mal gusto
21/08/2020 19:22		si	,La siento en una consecuencia de alguna acto que no debÃ-a hacer	Con las opiniones de mi amigos y los desacuerdos entre mis familiares	Con la comida o con algo asqueroso que veo en la calles como los olores
21/08/2020 19:22	mariana rodriguez orozco	si	,cuando veo algun insecto	con compañeros	cuando veo alguna comida
21/08/2020 19:22	Maria Paula Parra Rojas	si	Cuando veo pelÃ-culas de terror	Esta emociÃ³n la he sentido con mis amigos e familiares	Con olores desagradables y cuando la persona se le sale un gas
21/08/2020 19:22	tomas alejandro caldereron lizarazo	si	cuando estoy en peligro	cuando algo me sale mal o una injusticia	personas que tienen ideales que afecten otros y con las cucarachas
21/08/2020 19:21	diego andres merchan peres	si	con las araña y exámenes	con la gente que aun no entiende que las diferencias no agsisiten	me da desagrado esa gen te que vive en las apariencias
21/08/2020 19:21	Maria Fernanda Acosta Rozo	si	cuando no hice lo que me pidieron mis papas	con familiares,amigos y conocidos	con las araÃ±as, o con algÃºn animal muerto
21/08/2020 19:21	Daivid Alejandro Salamanca Rodriguez	si	en momentos de mucha adrenalina	compaÃ±eros de colegio y familiares	nauseas y contra nadie la e sentido
21/08/2020 19:21	Juan Pablo Ariza	si	Cuando algún insecto de gran tamaño se acerca se hacia mi.	Principalmente con mis familiares	En ninguna
21/08/2020 19:20	JUAN PABLO CHAVES PEÑA	si	Cuando veo una araña	Con mi televisor,amigos y familiares	Con las verduras. No he sentido esta emocion con personas
19/08/2020 10:02	Claudia Veira	si	Ante lo nuevo y/o desconocido, que creo me puede afectar o dañar	Con mis familiares	Objetos o situaciones que muestren algo sucio, impresionante, desagradable
19/08/2020 3:35		si	Cuando veo arañas	Con personas desagradables	Con personas que huelen mal o cuando lavo los platos

Figura 12. Respuesta sesión 2 función de las emociones. (2015) *Gimnasio Psicopedagógico María Isabel, Curso 8°C, (2020)*

Anexo E

evaluación de la actividad 2 https://vizia.co/videos/94c441ab855c291d6d8948/share

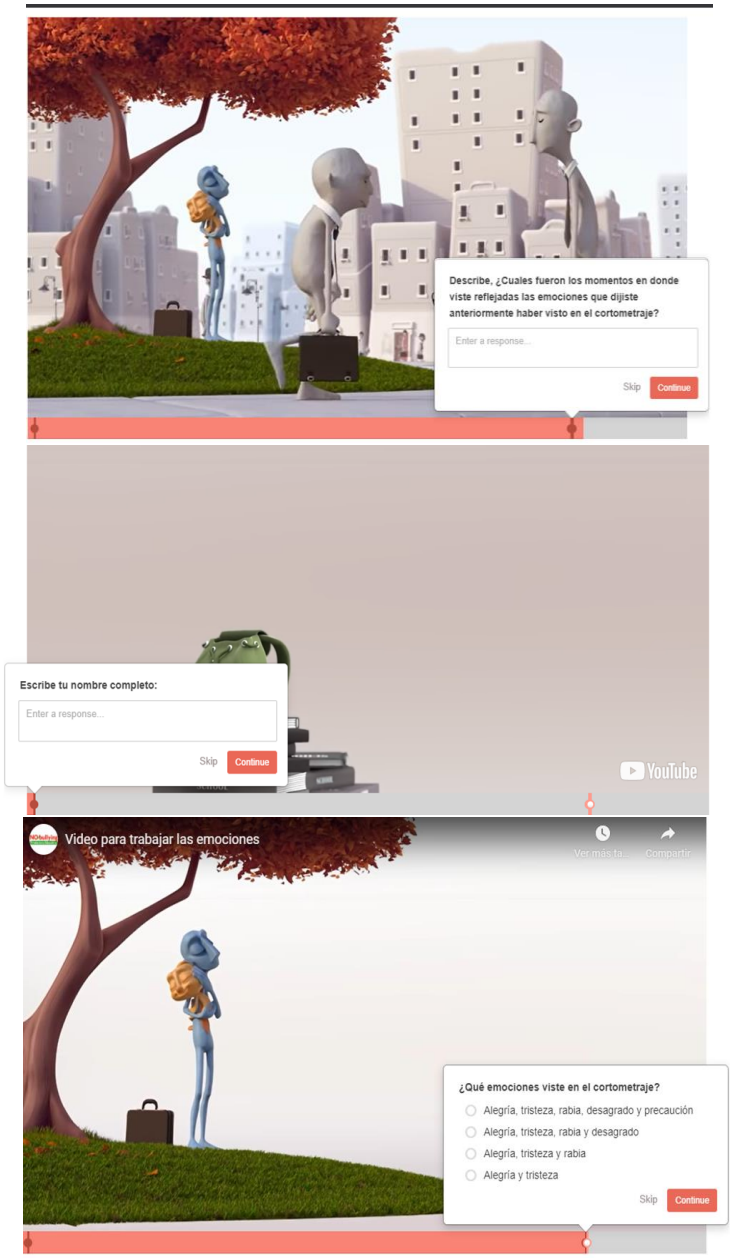

Figura 13. Seguimiento sesión 2 actividad función de las emociones. *Gimnasio Psicopedagógico María Isabel, Curso 8°C, (2020)*

Respuestas de la actividad 2

Timestamp	Nombre	¿Qué emociones viste en el cortometraje?	Describe, ¿Cuales fueron los momentos en donde viste reflejadas las emociones que dijiste anteriormente haber visto en el cortometraje?
21/08/2020 19:51	Laura Sofia Poveda Torres	Alegría, tristeza, rabia, desagrado y temor	El niño irradiaba su alegria con sus gestos y expresiones, tambien expresaba alegria el violinista mientras toda la sociedad reflejaba la tristeza y de como el trabajo nos puede volver dependientes, pude tambien notar el desagrado del padre con tanto trabajo y el desagrado de la profesora al ver los dibujos del niÃ±o y la actitud diferente del niño, y al ver ese desagrado pude notar un poco la rabia de parte del niño, y por ultimo, podemos ver la precaución que tiene el padre respecto a la actitud diferente del niño.
21/08/2020 19:44	Lorena Zamara Guerrero FarÃ-as	Alegría, tristeza, rabia, desagrado y temor	La alegría del padre al estar con su hijo, el desagrado cuando en niño era regañado, la tristeza cuando el niño tuvo que ser como los demás, la preocupación del padre por ver a su hijo triste y la rabia cuando el profesor poní-a al niño a hacer planas normales con lápiz negro "
21/08/2020 19:42	Jose David Velasquez Lozano	Alegría, tristeza, rabia y desagrado	la alegrí-a al final y en la parte en la que el niño y el papa haci-an lo que les gustaba y no seguÃ-an la monotoní-a.la tristeza en el papa al ver que el niño estaba a su vez triste porque no le gustaba hacer lo que hacia.la rabia el niño al ver que el papa lo obligaba a ir al colegio. y desagrado por la escuela y la monotonia.
21/08/2020 19:42	Sara Nicol Bohorquez Riveros	Alegría, tristeza, rabia y desagrado	alegria: Cuando el niño dibujaba e iba caminando hacia la escuela, Tristeza: cuando a el niño no le permitían escuchar el canto del violín y no hacer su dibujos, a el padre cunado le ponían mucho trabajo, Rabia: cuando le hacían repetir todas las planas a el niño, Desagrado: cuando el niño no podía hacer lo que expresaba y miraba a el mundo muy desagradablemente"
21/08/2020 19:42	Daivid Alejandro Salamanca Rodriguez	Alegría y tristeza	en los momentos en que el papa se iba a trabajar se notaba triste por el color en el que se ponía y el hijo triste cuando no lo dejaron ser como era antes y feliz en el caso de cuando a el papa estaba con su hijo y el otro es cuando el niño vio a su padre hacer la mímica de tocar el violín
21/08/2020 19:42	Laura Valentina Herrera Rozo	Alegría, tristeza, rabia y desagrado	Alegria cuando el niño veia al señor del violí-n, tristeza cuando el señor se alejaba del niño, rabia cuando le quitaron los dibujos al niño, desagrado cuando le ponian mas trabajo al señor"
21/08/2020 19:42	Maria Paula Parra Rojas	Alegría y tristeza	la alegría cuando el niño hacia lo que le gustaba y terminaba la escuela y el señor salia de trabajar e encontrarse con su hijo o el niño y la tristeza cuando el señor tenia mucho trabajo y el niño cuando estaba estudiando o no hacia lo que le gustaba hacer .
21/08/2020 19:41	Nicolas Samuel Martinez Roncancio	Alegría, tristeza y rabia	Alegria cuando el niño dibujaba y veia el señor del violin trsitesa cuando al niño no lo dejaban ser feliz y rabia cuando el profesor le quitaba los dibujosnal niño
21/08/2020 19:41	mariana rodriguez orozco	Alegría, tristeza, rabia y desagrado	triste por que no podía escribir lo que sentia, alegrí-a era cuando el niño abrazaba siempre al papa y desagrado por todo el trabajo que le daban al papa.
21/08/2020 19:41	Juan Jose Aponte Rodriguez	Alegría, tristeza y rabia	Alegria y tristeza cuando el padre y el hijo interactuan, y rabia en una parte en donde el niÃ±o estaba enojado por que no lo dejaron dibujar lo que queria.
21/08/2020 19:41	Juan Pablo Ariza	Alegría y tristeza	Cuando el niño se alegraba por cualquier acción del entorno y tristeza cuando el padre hizo creer al niño que estaba decepcionado de él.
21/08/2020 19:40	JUAN PABLO CHAVES PEÑA	Alegría, tristeza, rabia y desagrado	alegria al inicio, tristeza en horarios de trabajo, furia y desagrado devuelta de la jornada de trabajo"
21/08/2020 19:40	diego andres merchan peres	Alegrí-a y tristeza	al prinsipi que todo era felisid para el niño cuando el niño estaba en el colegio abia pura tristesa.
21/08/2020 19:40	Maria Fernanda Acosta Rozo	Alegrí-a y tristeza	la primera vez que el hijo salio de la escuela y triste cuando les dejaban mucho trabajo
21/08/2020 19:39	toma alejandro calderon lizarazo		cuando vio que ya no estaba el violinista
21/08/2020 19:37	camilo esteban fraile molina	Alegrí-a, tristeza, rabia y desagrado	pasando el tiempo con el animalito
21/08/2020 19:33	victor alejandro rodriguez buitrago	Alegría, tristeza, rabia, desagrado y temor	cuando aparecian el padre e hija ademas cuando trabajaban
18/08/2020 21:50	Diana	Alegria, tristeza y rabia	alegria cundo el padre reconociá sus errores por obligar a su hijo a ir al colegio

Figura 14. Respuestas seguimiento sesión 2 actividad función de las emociones. *Gimnasio Psicopedagógico María Isabel, Curso 8°C, (2020)*

Anexo F

Actividad 3: El manejo de la inteligencia emocional en una circunstancia que podría suceder en la vida diaria. https://www.inklewriter.com/stories/13266

Figura 15. actividad sesión 3 gestión de las emociones. *Gimnasio Psicopedagógico María Isabel, Curso 8°C, (2020)*

Anexo G

Evaluación de actividad 3 por medio de un formulario de Google

Marca temporal	Nombre y apellidos	¿cual fue tu primera opción de respuesta?	¿cuales pudieron ser los errores que cometió Santiago?	consigna aquí el final que le das a la historia	cuales comportamientos adecuados viste en Robi
4/09/2020 14:14	Maria fernanda Acosta Rozo	Gritarle desde su habitación que baje un poco el volumen decirle que es un desconsiderado cansón	buscar soluciones y no culpables, Expresar sus emociones con tranquilidad	que el hermano de Santiago, le pida perdón y que ya le haya bajado el volumen.	que le bajara el volumen y que sea respetuoso con su hermano para que no pelearan
4/09/2020 14:15	Tomas Alejandro Calderon Lizarazo	Esperar a que cambie la canción acercarse a su hermano y pedirle que le baje un poco el volumen que necesita concentrarse para estudiar	Actuar sin pensar en que lo que hacia podía molestar a su hermano, buscar soluciones y no culpables	su hermano sugiere que le ayude a estudiar y reforzarle para en examen ,después el día del examen Santiago llego y le fue bien en el examen fin	ayudarle a su hermano y comprender la situación
4/09/2020 14:15	Nicolas Samuel Martinez Roncancio	Esperar a que cambie la canción acercarse a su hermano y pedirle que le baje un poco el volumen que necesita concentrarse para estudiar	Actuar sin pensar en que lo que hacia podía molestar a su hermano, Gritar en un momento en que no lo escuchaban	Su hermano robi le sugiere que se concentre mas al estudiar y que el enojo no lleva a buenas deciciones y que no se estrese al estudiar por que eso no va a llevar a nada bueno	Que escucho a su hermano le bajo el volumen de la musica cuando el se lo pidio y le dio un consejo para mejorar sus calificaciones
4/09/2020 14:16	Daivid Alejando Salamanca Rodriguez	Esperar a que cambie la canción acercarse a su hermano y pedirle que le baje un poco el volumen que necesita concentrarse para estudiar	Expresar sus emociones con tranquilidad	Su hermano Robi le sugiere cuando sucedan dichas cosas dime y te comprenderé y bajare el volumen de mi música y ademas si no entendiste algún tema o no se te facilita puedes contar con migo lo cual su hermano responde con una sonrisa y santiago se va a su cuarto a prepararse con ayuda de Robi y al siguiente día lega con una buena nota de su examen	el comportamiento mas adecuado seria que bajo el volumen de su música y que le ayudo a su hermano a estudiar para su examen
4/09/2020 14:16	Laura Valentina Herrera Rozo	Esperar a que cambie la canción acercarse a su hermano y pedirle que le baje un poco el volumen que necesita concentrarse para estudiar	Actuar sin pensar en que lo que hacia podía molestar a su hermano	Que hable con sus padres para que comprendan su situación y no lo castiguen drásticamente ya que el se esta esforzando. Sus padres lo comprenden y llegan a un acuerdo y lo ayudan a estudiar para sus exámenes, Santiago los aprueba y su familia se siente orgullosa de el por la manera en la cual solucionо sus problemas y se controlo.	fue comprensivo con su hermano y decidió escucharlo para ver si necesitaba ayuda y cuál era la causa de sus preocupaciones.
4/09/2020 14:16	Victor Alejandro Rodriguez Buitrago	De inmediato desconectar el equipo de sonido de su hermano y decirle lo molesto que esta por tanto ruido	Actuar sin pensar en que lo que hacia podía molestar a su hermano, Gritar en un momento en que no lo escuchaban	pues que espere a que se acabe la canción y le diga a su hermano que le baje un poco al volumen para que no hayan problemas ni con uno ni con otro	la preocupación por perder alguna materia y el parecer también el respeto que le tiene a sus padres es notable porque sabe que debe pasar las materias para no hacer gastar dinero y tiempo a
4/09/2020 14:16	Juan Pablo Ariza	Gritarle desde su habitación que baje un poco el volumen decirle que es un desconsiderado cansón	Actuar sin pensar en que lo que hacia podía molestar a su hermano, Gritar en un momento en que no lo escuchaban	Después de que haya tomado un respiro y esperar a que su hermano cambiara de canción, su hermano le bajo un poco al volumen y ya pudo estudiar con tranquilidad y sacar una buena nota End	Acepar que su hermano estaba muy enojado debido a su examen y
4/09/2020 14:16	Jose David Velasquez Lozano	Esperar a que cambie la canción acercarse a su hermano y pedirle que le baje un poco el volumen que necesita concentrarse para estudiar	Actuar sin pensar en que lo que hacia podía molestar a su hermano, Gritar en un momento en que no lo escuchaban	mi final es: el hermano le bajo a la música y le ayudo con lo que sabia acerca de los temas, después en el examen santiago saco una buena nota y sus padres lo felicitaron como nunca;santiago y su hermano se convirtieron en mas que hermanos amigos.	ayudarle a su hermano mas que estudiando ayudándolo a concentr
4/09/2020 14:17	Juan Pablo Chaves peña	De inmediato desconectar el equipo de sonido de su hermano y decirle lo molesto que esta por tanto ruido	Actuar sin pensar en que lo que hacia podía molestar a su hermano, Esperar el momento indicado para poder hablar con su hermano	Al final santiago golpea a su hermano enseñandole que no solo los padres toman el control en la casa cuando ellos no estan. Santiago pasa el año, sus padres lo felicitan y santiago juega xbox con sus amigos por las tardes	Ninguno, el no debio poner musica a alto volumen estndo enterado de que santi tenia examenes finales
4/09/2020 14:17	Mariana Rodriguez Orozco	De inmediato desconectar el equipo de sonido de su hermano y decirle lo molesto que esta por tanto ruido	Actuar sin pensar en que lo que hacia podía molestar a su hermano, Gritar en un momento en que no lo escuchaban	que el le desconecta el equipo de sonido empiezan a discutir y los padres los ven y dicen que paso y santiago le dice que no lo deja estudiar para el examen y los padres regañan al hermano	que no tuvo consideración en que el hermano esta estudiando
4/09/2020 14:18	diego merchan 8c	Esperar a que cambie la canción acercarse a su hermano y pedirle que le baje un poco el volumen que necesita concentrarse para estudiar	Actuar sin pensar en que lo que hacia podía molestar a su hermano, Gritar en un momento en que no lo escuchaban	robi al ver la preocupasion de su hermano decide ayudarlo a estudiar para que santiago pudiera pasar sus materia que iba perdiendo	acetar que entre su música y el estudio de santiago era mas importante el estudio de santiago
4/09/2020 14:19	angel tomas camargo obando	De inmediato desconectar el equipo de sonido de su hermano y decirle lo molesto que esta por tanto ruido	Actuar sin pensar en que lo que hacia podía molestar a su hermano, Esperar el momento indicado para poder hablar con su hermano	el hermanito abre la puerta abraza a el niño y le dice que no pasa nada que vas a mejorar	ninguno
4/09/2020 14:19	Sara nicol Bohorquez Riberos	Esperar a que cambie la canción acercarse a su hermano y pedirle que le baje un poco el volumen que necesita concentrarse para estudiar	Actuar sin pensar en que lo que hacia podía molestar a su hermano, Gritar en un momento en que no lo escuchaban	Robin baja la música y decide comentarle a sus padres lo que le pasa a su hermano, todos se sientan en la mesa y ayudan a estudiar a Santiago de una manera interactiva, su padres preparan preguntas mientras Robin le explica algunos temas importantes y que no comprende Después de esto Santiago aprueba todas las evaluaciones y agradece a sus padres y hermano, luego de un largo día todos juntos juegan XBOX	-Pensar en su hermano -Bajarle a la música por consideración -Apoyar y hablar educadamente con su hermano. -Comprender la situación de su hermano a pesar de que se molesto.
4/09/2020 14:19	Maria Paula Parra Rojas	Esperar a que cambie la canción acercarse a su hermano y pedirle que le baje un poco el volumen que necesita concentrarse para estudiar	Expresar sus emociones con tranquilidad	Su hermano Robi le sugieren que le comente a sus padres para que estén enterados de la situación y de sus emociones ya que son los mejores consejeros que podemos tener hermanito , y saber manejar el tiempo así como debe haber un tiempo estipulado para estudiar como para hacer lo que te gusta en tus tiempos libres como lo es en tu caso jugar XBOX	respeto y comprensión
4/09/2020 14:19	Lorena Zamara Guerrero Farías	Esperar a que cambie la canción acercarse a su hermano y pedirle que le baje un poco el volumen que necesita concentrarse para estudiar	Esperar el momento indicado para poder hablar con su hermano	Robi decide aconsejar a su hermano que se concentre un poco mas en sus estudios para así poder mejorar, y también hablarlo con sus padres para que le puedan ayudar a mejorar su nota	el tener la actitud de querer ayudar a su hermano menor y comprenderlo
4/09/2020 14:22	Laura Sofia Poveda Torres	Gritarle desde su habitación que baje un poco el volumen decirle que es un desconsiderado cansón	Actuar sin pensar en que lo que hacia podía molestar a su hermano, Gritar en un momento en que no lo escuchaban	Santiago se da cuenta que gritando no es forma de arreglar las cosas, así que decide hablar con su hermano de buena manera y pedirle el favor que le baje el volumen para poder concentrarse. Robi lo entiende y le pide disculpas al hermano por lo desconsiderado que fue.	Que al final Robi pide disculpas, escucha al hermano y es considerado con él
4/09/2020 14:25	camilo fraile	Esperar a que cambie la canción acercarse a su hermano y pedirle que le baje un poco el volumen que necesita concentrarse para estudiar	Actuar sin pensar en que lo que hacia podía molestar a su hermano, Gritar en un momento en que no lo escuchaban	que le pide perdon y terminan siendo buenos hermanos	esperar a que cambie la canción y decirle
4/09/2020 14:25	Juan Jose Aponte Rodriguez	De inmediato desconectar el equipo de sonido de su hermano y decirle lo molesto que esta por tanto ruido	buscar soluciones y no culpables, Esperar el momento indicado para poder hablar con su hermano	pues hablaria de una forma educada y le haria a entender que nesecito concentrarme, y seria mas responsable y me pondria a estudiar	ninguno puesto que incomodada a su hermano con musica a alto volumen
4/09/2020 19:03	Sara Bohorquez	Esperar a que cambie la canción acercarse a su hermano y pedirle que le baje un poco el volumen que necesita concentrarse para estudiar	Actuar sin pensar en que lo que hacia podía molestar a su hermano, Gritar en un momento en que no lo escuchaban	Robin aprueba sus evaluaciones ya que sus padres y hermano le ayudaron a estudiar interactiva mente con preguntas y juegos.	Escuchar y Comprender la situación -Ayudar a su hermano -Comentar la situación y tratar de buscarle una solución

Figura 16. Seguimiento actividad sesión 3 gestión de las emociones. *Gimnasio Psicopedagógico María Isabel, Curso 8°C, (2020)*