



**UNIVERSIDAD NACIONAL
"PEDRO RUIZ GALLO"**
**FACULTAD DE CIENCIAS HISTÓRICO
SOCIALES Y EDUCACIÓN**



**UNIDAD DE POSGRADO DE CIENCIAS
HISTÓRICO SOCIALES Y EDUCACIÓN**

**Propuesta Didáctica para el Desarrollo de las Competencias Emocionales
en los Estudiantes del IX ciclo de la Carrera Profesional de Enfermería de
la Universidad Científica sede Chorrillos 2018**

TESIS

**Tesis Presentada para obtener el Grado Académico de Maestra en
Ciencias de la Educación con mención en Docencia y Gestión
Universitaria.**

Presentada por:

Autora

Lilian Roxana Ramos Otiniano

Lambayeque, Perú

2019

Propuesta didáctica para el desarrollo de las competencias emocionales en los estudiantes del ix ciclo de la carrera profesional de enfermería de la universidad científica sede chorrillos 2018

PRESENTADO POR:

Lilian Roxana Ramos Otiniano
Autora

Mg. Sc. Carlos Ulices Vásquez Crisanto
Asesor

APROBADO POR:

Dr. Manuel Bances Acosta
PRESIDENTE

M. Sc. Ever Fernández Vásquez
SECRETARIO

M.Sc. Daniel Edgar Alvarado León
VOCAL

LAMBAYEQUE, 2019

DEDICATORIA

A DIOS, por haberme permitido estar aquí con Salud y seguir hasta este punto y ver culminar mis sueños y objetivos, Muchas Gracias!.

A mis Queridos Padres, Roberto Ramos y Lilian Otiniano, que siempre me enseñaron los valores, la perseverancia, e impulsaron desde niña a seguir nuestros sueños, y que me acompañan hasta hoy y pueden verme !.Muchas Gracias!

A mi Amado Esposo Rubén Silva, y mis adorables Hijos Flavio, Sebastian y Lilian, que en todo momento me motivo a seguir adelante y culminar, Gracias por se apoyo ya que nuestros hijos eran pequeños y necesitaban a Mamá !Muchas Gracias!

queridos hijos gracias por haber entendido este periodo de mi vida y enseñarles a seguir sus sueños.

A mi Recordado Tio Ángel, siempre estuviste solícito en los tiempos de estudio con mis hijos, cuidándolos y apoyándolos en sus necesidades, en este periodo de estudios, pero Dios te llevo antes de verme culminar mi sueño. !Muchas Gracias! (QEPD).

AGRADECIMIENTO

A mi Asesor Carlos Vásquez C., Que siempre estuvo allí solícito en mis inquietudes, y respondiendo mis preguntas y orientándome en este trabajo y guiándome.

RESUMEN

El presente trabajo de investigación tiene como objetivo diseñar una propuesta didáctica mediante la elaboración de Programa de educación emocional que contribuya con el desarrollo de las competencias emocionales en los estudiantes del IX ciclo de la carrera profesional de enfermería de la Universidad Científica Sede Chorrillos 2018. Nuestra hipótesis se planteó de la siguiente manera el Diseño de una propuesta didáctica mediante la elaboración de Programa de educación emocional basado en la Teoría del Cuidado Humano de Watson y la Inteligencia Social de Goleman contribuye con el desarrollo de las competencias emocionales en los estudiantes del IX ciclo de la carrera profesional de enfermería de la Universidad Científica Sede Chorrillos 2018 Se utilizó una muestra igual a 40 estudiantes, la que en primera instancia fue diagnosticada para comprobar el problema. Después de acreditado el problema se procedió al diseño de la propuesta didáctica para el desarrollo de las competencias emocionales.

PALABRAS CLAVE: Propuesta Didáctica, Programa, Teoría del cuidado humano, Inteligencia Social, competencias emocionales.

ABSTRACT

The objective of this research is to design a didactic proposal by developing an emotional education program that contributes to the development of emotional competencies in the ninth cycle of the professional nursing career at the Chorrillos Sede 2018 Scientific University. This hypothesis was proposed as follows: Design of a didactic proposal through the elaboration of an emotional education program based on Watson's Theory of Human Care and Goleman's Social Intelligence contributes to the development of emotional competences in the students of the ninth cycle of the professional nursing career of the Chorrillos University 2018 Scientific University. A sample equal to 40 students was used, which was first diagnosed to verify the problem. After the problem was proven, the didactic proposal for the development of emotional competences was designed.

KEY WORDS: Didactic Proposal, Program, Theory of human care, Social Intelligence, emotional competences.

INDICE

DEDICATORIA	3
AGRADECIMIENTO.....	4
RESUMEN	5
ABSTRACT	6
INTRODUCCIÓN	9
CAPÍTULO I.....	12
1.-Análisis del objeto de estudio.....	13
1.1.-Contexto del Objeto de Estudio	13
1.1.1.-Ubicación.	13
1.1.2.-Breve Historia	14
1.1.3.-Aspectos Socio Económicos	15
1.2.-El Surgimiento del Problema	19
1.2.1.-Análisis del Objeto de estudio.....	20
1.3. Manifestaciones y características del desarrollo de la competencia emocional en la carrera en los estudiantes del IX ciclo de la carrera profesional de enfermería de la Universidad Científica Sede Chorrillos 2018	29
1.4. Metodología.	31
1.4.1.-Diseño De Contrastación De Hipótesis	31
Tipo de investigación:	31
Diseño de investigación:.....	31
Población y Muestra	32
Técnicas e instrumentos de recolección de datos	32
Método de investigación.....	33
Método de análisis de datos.....	34
Medidas de tendencia central:	34

Media aritmética (\bar{X}):.....	34
CAPÍTULO II	35
BASES TEORICAS.....	35
2.-Bases teóricas	36
2.1.- Propuesta Didáctica.....	36
La propuesta se desarrollará mediante un programa educativo.....	36
2.1.1.-Programa Educativo	36
2.1.2.-Fundamentos Teóricos	36
2.1.2.1.-Teoría del Cuidado Humano de Jean Watson.	36
2.1.2.2.-Emoción	39
2.1.2.3.-Inteligencia Emocional base de las competencias emocionales.....	39
2.1.2.4.-Teoría de la inteligencia social de Daniel Goleman.....	40
2.1.2.5.- El modelo teórico propuesto por Bar-On	43
2.2.-Las Competencias Emocionales.....	46
CAPÍTULO III	47
Resultados y Propuesta	47
3.1.- Resultados	48
IV.- Conclusiones	65
V.- Recomendaciones.....	66
Referencias	67

INTRODUCCIÓN

La sociedad del siglo XXI ha generado nuevos retos a la educación superior universitario, entre los cuales se encuentra la necesidad de desarrollar competencias relacionados al manejo de las tecnologías de la información y a la inteligencia emocional.

Durante años la universidad ha sido esquivada a incorporar los aspectos afectivos, emocionales a su proceso formativo debido a la percepción dominante que está centrada su desarrollo en lo cognitivo, sin embargo los aportes de las neurociencias y la psicología vienen fomentando un replanteamiento en cuanto a esta concepción y percepción dominante en los círculos universitarios.

En ese contexto la presencia de competencias genéricas relacionadas al componente socio emocional ha significado que los procesos formativos sean replanteados y empiecen a incorporar contenidos relacionados con una educación emocional universitaria.

En esta misma línea, la incursión de las denominadas competencias blandas como complementarias a las competencias duras ha reafirmado el posicionamiento de lo emocional ya que varias de estas competencias blandas incorporan lo emocional en los procesos de educación superior universitaria.

Lo emocional adquiere mayor peso y mayor importancia en carreras profesionales caracterizadas por la interacción personal como : educación, sociología, psicología, medicina, enfermería, entre otras. Precisamente nuestra preocupación se centra en la carrera de enfermería que tiene como uno de sus propósitos el cuidado del ser humano, cuidado que no debe limitarse a lo físico, farmacológico sino que debe abarcar sobre todo lo emocional.

En tal sentido surgió nuestra preocupación de revisar si las futuras enfermeras desarrollaban competencias emocionales en su proceso formativo profesional, para lo cual delimitamos nuestro estudio en la Universidad Científica del Sur con sede en Chorrillos.

Al centrar en este espacio formativo nuestro interés definimos como **objeto de estudio** el Proceso Enseñanza Aprendizaje (PEA) del IX ciclo de la carrera profesional de enfermería de la Universidad Científica Sede Chorrillos 2018

Para el desarrollo de nuestra investigación se planteó el siguiente **problema** , En las estudiantes del IX ciclo de la carrera profesional de enfermería de la Universidad

Científica Sede Chorrillos 2018 *Se observa* un deficiente desarrollo de competencias emocionales, *que se evidencia* en un inadecuado proceso de comunicación interpersonal, falta de desarrollo de empatía, ausencia de habilidades asertivas y de escucha activa *esto debido* a la ausencia de una propuesta didáctica pertinente con el desarrollo de la competencia. *De seguir* en esta misma línea ocasionaría que el alumno no logre el desarrollo de una adecuada relación interpersonal. *Por tal razón* si se interviene didácticamente elaborando una propuesta alternativa se contribuye al desarrollo de la competencia emocional.

El **Objetivo** de la investigación fue diseñar una propuesta didáctica mediante la elaboración de Programa de educación emocional que contribuya con el desarrollo de las competencias emocionales en los estudiantes del IX ciclo de la carrera profesional de enfermería de la Universidad Científica Sede Chorrillos 2018 y tuvo como objetivos específicos: Identificar el nivel de desarrollo actual de las competencias emocionales en los estudiantes del IX ciclo de la carrera profesional de enfermería de la Universidad Científica Sede Chorrillos 2018, sistematizar en un marco teórico la teoría del cuidado, la inteligencia social que serán el soporte para la presente investigación, proponer un programa de educación emocional para desarrollar de las competencias emocionales en los estudiantes del IX ciclo de la carrera profesional de enfermería de la Universidad Científica Sede Chorrillos 2018. La Hipótesis defendida es el Diseño de una propuesta didáctica mediante la elaboración de Programa de educación emocional basado en la Teoría del Cuidado Humano de Watson y la Inteligencia Social de Goleman contribuye con el desarrollo de las competencias emocionales en los estudiantes del IX ciclo de la carrera profesional de enfermería de la Universidad Científica Sede Chorrillos 2018.

Para entendimiento de la investigación el presente trabajo se estructura en tres capítulos: el primero analiza el objeto de estudio, así mismo muestra cómo surge el problema, de la misma manera presenta sus características y como se manifiesta, para finalmente presentar la metodología usada en la ejecución del trabajo.

El segundo Capítulo, presenta las teorías que sustentan la Variable Independiente o propuesta, que dan soporte a la propuesta que con carácter de hipótesis se plantea, así como se explica la variable dependiente. En el tercer capítulo se analiza el resultado factible perceptible que se obtuvo a través de la aplicación de un test de Barom a los estudiantes; así

como se presenta la propuesta que pretende resolver el problema. Además, se presentan las conclusiones a que se arriba y las recomendaciones para la aplicabilidad de la propuesta.

LA AUTORA

CAPÍTULO I

1.-Análisis del objeto de estudio.

1.1.-Contexto del Objeto de Estudio

Esta investigación se desarrolló en la carrera profesional de Enfermería de la Universidad Científica Sede Chorrillos

En este punto se describe brevemente características del contexto del objeto de estudio para una mejor comprensión del proceso investigativo.

1.1.1.-Ubicación.

Chorrillos se encuentra ubicada en el Departamento de Lima, Provincia de Lima, en la Costa Peruana a orillas del Mar (Océano Pacífico), a una distancia aproximada de 20 km. del centro de la ciudad de Lima, Capital del Perú. Se encuentra a 43 m. sobre el nivel del mar. (Municipalidad Distrital de Chorrillos, 2019)

Por el norte, con el distrito de Barranco; por el nor este, con el distrito de Santiago de Surco; por el este, con el distrito de San Juan de Miraflores; por el sureste, con el distrito de Villa El Salvador; y por el oeste con el Océano Pacífico.

1.1.1.2.-Límites

Sus Límites son:

- Por el norte con el Distrito de Barranco.
- Por el noreste con el Distrito de Santiago de Surco.
- Por el este con el Distrito de San Juan de Miraflores
- Por el sur este con el distrito de Villa El Salvador.
- Por el Oeste con el océano pacífico

1.1.2.-Breve Historia

Este aspecto considera la información consignada en el Portal de la Municipalidad del Distrito de Chorrillos (Municipalidad Distrital de Chorrillos, 2019).

Inicialmente recibió la denominación oficial de "San Pedro de los Chorrillos" debido a las filtraciones de agua dulce que fluyen de los barrancos al lado de la Playa Agua Dulce y por ser un pueblo de pescadores cuyo Santo Patrón es SAN PEDRO.

Como pueblo fue fundado en el año de 1,688, aunque su origen como grupo humano se remonta a la época preincaica, aproximadamente 1,000 después de Cristo, conformando el curacazgo de Sulco o Armatambo. Ellos constituyeron un importante centro Urbano denominado Ichimatampu, nombre que poco a poco fue derivando al de Armatambo. Los hallazgos arqueológicos demuestran que estos habitantes desarrollaron aptitudes para la pesca y la obtención de recursos marinos.

Ya en la época hispana se fundó y comenzó a poblarse gracias a la donación de tierras que hiciera el Alférez Real Francisco Carrasco, a un grupo de pescadores que vinieron desde Huacho y la Villa de Surco y que fueron los primeros pobladores que construyeron sus habitaciones con características rústicas en este lugar. Durante la Colonia, Chorrillos constituyó una serie de haciendas y zonas de descanso para las familias españolas. También contribuyeron a la fama y prestigio de Chorrillos de esa época inmigrantes italianos, ingleses y franceses.

Como Distrito fue creado mediante Ley de la República dada por la Convención Nacional y promulgada en el Callao por el Presidente Provisorio Gran Mariscal Don Ramón Castilla, el 02 de Enero de 1857.

El 25 de septiembre de 1901 el Gobierno de Don Eduardo López de Romaña eleva al rango de Ciudad a la Villa de Chorrillos por haber cumplido los requisitos que se necesitan para lograr tal denominación. Posteriormente de acuerdo a ley 14096 dada por el Congreso de la República durante el Segundo Gobierno del Doctor Don Manuel Prado Ugarteche, se declaró a CHORRILLOS "CIUDAD HEROICA" por los actos de heroísmo mostrados por su pueblo el 13 de enero de 1881 durante la Guerra con Chile.

1.1.3.-Aspectos Socio Económicos

El distrito de Chorrillos es uno de los distritos de Lima con mayor número de Asentamientos Humanos, donde se concentra la mayor población de Chorrillos y donde se encuentra la población que linda con la pobreza Urbana.

Chorrillos ocupa área territorial de 38.94 Km² y su población es de 286,977 habitantes, distribuidos en 26 urbanizaciones, 3 parcelaciones, 7 habilitaciones urbanas, 2 lotizaciones, 5 cooperativas de vivienda, 20 asociaciones de vivienda, 2 fundos, 4 villas y 53 asentamientos humanos, 37 en la margen derecha y 16 en la izquierda. Su estratificación socio-económica, nos indica, que más del 51% de hogares son pobres, el 40% son de condición media y tan solo, un 9% son de un estrato social alto.

Al igual que otros distritos del Perú las principales amenazas están relacionadas con los temas de seguridad ciudadana, el centralismo del gobierno central y metropolitano, la informalidad de la propiedad, la desidia de la autoridad municipal, la misma que no es capaz de frenar las edificaciones sin licencia de construcción y la presencia de establecimientos comerciales, sin licencia de funcionamiento, esto imposibilita la captación de los recursos, para la seguridad pública y mejorar la capacidad adquisitiva.

Igualmente existe pandillaje infantil y juvenil y una creciente adicción a las drogas, no existe protección de la niñez y la juventud en escuelas y colegios, tampoco seguridad de los ciudadanos, el tránsito es caótico existe una pobre recaudación tributaria.

1.1.4.-La Educación

En la actualidad según la información del Ministerio de Educación (MINEDU, 2019), y que se visualiza en el cuadro 1, para el año 2018, el Distrito de Chorrillos cuenta con una población escolar de 86759 matriculada en los diferentes niveles educativos que incluye la educación básica y la educación superior no universitaria.

En lo que corresponde a la educación básica existe una población escolar de 77409, de los cuales 17455 corresponden al nivel inicial, 34111 al nivel de primaria y 25843 del nivel secundario.

Igualmente se tiene que en la educación básica 40480 está matriculado en el ámbito público y 36929 en la gestión privada.

Estos datos nos estarían indicando que en el Distrito de Chorrillos existe una población escolar numerosa que va a demandar una educación superior y dentro de esta una educación universitaria, lo cual se constituye en un mercado atractivo para la presencia de universidades privadas sobre todo, el cual se incrementa si sumamos la población de los distritos cercanos.

Esta cifra de matriculados en los últimos años se ha mantenido en constante crecimiento, esto podría ser un elemento que explique la presencia de universidades o sedes de la misma en este Distrito.

Tabla 1

Chorrillos: MATRÍCULA EN EL SISTEMA EDUCATIVO POR TIPO DE GESTIÓN Y ÁREA GEOGRÁFICA, SEGÚN ETAPA, MODALIDAD Y NIVEL EDUCATIVO, 2018

Etapa, modalidad y nivel educativo	Total	Gestión		Área		Sexo		Pública		Privada	
		Pública	Privada	Urbana	Rural	Masculino	Femenino	Urbana	Rural	Urbana	Rural
Total	86,759	48,431	38,328	86,759	0	43,913	42,846	48,431	0	38,328	0
Básica Regular	77,409	40,480	36,929	77,409	0	39,788	37,621	40,480	0	36,929	0
Inicial	17,455	8,752	8,703	17,455	0	8,966	8,489	8,752	0	8,703	0
Primaria	34,111	17,684	16,427	34,111	0	17,590	16,521	17,684	0	16,427	0
Secundaria	25,843	14,044	11,799	25,843	0	13,232	12,611	14,044	0	11,799	0
Básica Alternativa	3,593	2,970	623	3,593	0	1,835	1,758	2,970	0	623	0
Básica Especial	389	381	8	389	0	252	137	381	0	8	0
Técnico-Productiva	3,150	2,749	401	3,150	0	796	2,354	2,749	0	401	0
Superior No Universitaria	2,218	1,851	367	2,218	0	1,242	976	1,851	0	367	0
Pedagógica	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Tecnológica	2,218	1,851	367	2,218	0	1,242	976	1,851	0	367	0
Artística	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0

Fuente: MINISTERIO DE EDUCACIÓN - Censo Escolar

En el Distrito de Chorrillos funcionan diversas universidades entre las que tenemos: la Universidad Privada del Norte, la UPC tiene el Campus Villa, Universidad Privada San Juan Bautista y la Universidad Científica del Sur.

Universidad Científica del Sur

La Universidad Científica del Sur inició su funcionamiento el año de 1998, gracias a la autorización dada por el Consejo Nacional para la Autorización de Funcionamiento de Universidades (CONAFU) mediante Resolución N° 356-98-CONAFU.

La primera Comisión Organizadora fue el Dr. Fernando Cabieses Molina, quien fuera primer Rector de la universidad, siendo el Ing. Dextre como Presidente del Directorio de la asociación promotora.

Ese mismo año la universidad convocó a su primer proceso de admisión y en setiembre de 1998 se inauguraron las actividades académicas con cincuenta alumnos agrupados en dos carreras: Medicina e Ingeniería de Sistemas.

En el 2002, se incorpora como vicepresidente académico de la universidad el destacado investigador José Amiel Pérez, posteriormente cuando se obtuvo la autorización definitiva del Consejo Nacional para la Autorización de Universidades (CONAFU) fue designado Vicerrector de Investigación.

En el año 2007, el Dr. Agustín Iza, asumió el rectorado tras haber tenido una importante participación como Decano de la facultad de Medicina.

En el año 2013, la universidad inauguró en el Campus Villa el Pabellón de Investigación "Fernando Cabieses Molina", en honor a quien fue una de las personalidades científicas más importantes del país, ese mismo año el Dr. José Amiel es investido como el nuevo Rector de la universidad.

Hoy en día la universidad ofrece dieciocho carreras a más de dos mil alumnos de pregrado. Además, la Escuela de Posgrado cuenta con 13 programas de Maestría, múltiples diplomados y cursos especialización en las diferentes Facultades. (Wikipedia. La enciclopedia libre, 2019).

Una de las carreras que forma parte de la facultad de ciencias de la salud y donde se centra nuestra investigación es la carrera profesional de enfermería.

Carrera Profesional de Enfermería

Esta carrera profesional tiene como:

Misión

Formar profesionales en enfermería y especialistas de salud competentes que demuestran a través de su ética profesional, pensamiento crítico, responsabilidad, autonomía, compromiso social, con innovación y creatividad, considerando la realidad epidemiológica, social y económica del país de la cual serán agente de cambio y mejora.

Visión

Ser la institución líder en el Perú y el mundo, en la formación de profesionales en enfermería altamente especializados y competitivos sustentado en una formación innovadora, emprendedora y con experticia en gestión de los servicios de salud. (Universidad Científica del Sur, 2019).

Esta carrera profesional prepara para que el egresado desarrolle su labor en las siguientes actividades:

- Actividad asistencial: En el sector público privado MINSA, ESSALUD, FFAA Y PNP.
 - Actividad educativa: En instituciones público, privadas (universidades, instituciones públicas privadas ligadas a la salud.
 - Actividad administrativa: En instituciones públicas, privadas de salud.
 - Actividad de investigación: En entidades públicas, privadas y comunidad.
- (Universidad Científica del Sur, 2019)

1.2.-El Surgimiento del Problema

En los ultimos años se vienen produciendo una serie de cambios en las universidades, ya sea desde lo administrativo o desde lo académico.

En nuestro país el año 2014 con la promulgación de una nueva ley universitaria se inicia una serie de cambios en la estructura de la universidad y de la misma manera se incorporan diversas acciones que buscarían asegurar la calidad universitaria, surge la SUNEDU como el organismo encargado de supervisar el funcionamiento de las universidades.

Sin embargo, desde la optica academica existe una preocupación por repensar la formación universitaria.

Uno de los aspectos considerados en este repensar la formación universitaria es el relacionado con el desarrollo de la inteligencia emocional en los estudiantes de la educación superior universitaria, como parte de las denominadas competencias blandas que se convierten en indispensables en su desarrollo personal y profesional.

Esta investigación se enmarca en esta linea, por lo tanto centra su interes en el proceso de enseñanza aprendizaje que se desarrolla en el IX ciclo de la carrera profesional de enfermería de la Universidad Científica Sede Chorrillos, el cual se convierte en nuestro objeto de estudio. A partir del cual delimitamos nuestro campo de acción las competencias emocionales que se desarrollan entre los alumnos como parte de este proceso formativo, considerada como una habilidad blanda.

Al revisar el perfil asi como el plan de estudios de la carrera profesional de enfermeria se evidencia un vacio en la formación de este tipo de competencias a pesar que uno de los espacios de actuación de las enfermeras está referido a la salud mental.

Cabe recordar que el cuidado humano es la principal misión de las enfermeras. Esto se entiende cuando en diversas situaciones las personas que atraviesan por problemas de salud, requieren de un profesional que escuche, aconseje, que les ayude a satisfacer sus necesidades y a gestionar angustias, miedos, sentimientos, etc.

Por tal razón la enfermera juega un rol de suma importancia y requiere de ella ser empática, lo cual demanda una profesional capacitada en el manejo de emociones, incluso no sólo como parte de las habilidades blandas sino como propias de su campo profesional.

1.2.1.-Análisis del Objeto de estudio.

El objeto de estudio es el proceso de enseñanza aprendizaje de las competencias emocionales que se desarrolla en el IX ciclo de la carrera profesional de enfermería de la Universidad Científica Sede Chorrillos.

Para tener un panorama que nos permita entender el mismo se hace una breve revisión del panorama internacional referido al proceso formativo de las competencias emocionales y el contexto en que se desarrollan.

Según la Organización para la Cooperación y el Desarrollo Económico (OCDE), este nuevo escenario en que nos desenvolvemos requiere de profesionales capaces de adaptarse al cambio, de generar soluciones creativas, de relacionarse eficientemente y de asumir nuevos desafíos. Por lo mismo, la formación en habilidades blandas es una materia de alto interés para el currículo de la educación superior. (Vera, 2016).

Esto implica que las propuestas formativas de la educación superior universitaria debe desarrollar no sólo las habilidades duras (conocimientos técnicos o disciplinares), sino que, complementariamente, infunda en los futuros profesionales un conjunto de habilidades blandas (herramientas para la empleabilidad), que los prepare para un desempeño exitoso en el mundo del trabajo. (Vera, 2016).

Los requerimientos tanto de la sociedad en general y del mercado laboral en particular demanda profesionales altamente efectivos, que relacionen sus competencias o habilidades específicas de la profesión con las competencias socioemocionales para la resolución de problemas.

La realidad nos indica que la universidad, en la mayoría de casos no ha considerado este encargo social y no incorporan estas competencias necesarias en sus propuestas curriculares.

Diversos estudios demuestran que existe un divorcio entre las propuestas curriculares y las necesidades del mercado laboral así como en las demandas formativas de la sociedad.

La evidencia internacional estima que las propuestas curriculares deben considerar no sólo competencias específicas, sino que también competencias genéricas o transversales, tales como, comunicación efectiva, liderazgo, trabajo en equipo, proactividad, autonomía, toma de decisiones, relaciones interpersonales y resolución de problemas que, entre otras, son los atributos que determinan positivamente el desempeño individual.

En algunos países latinoamericanos las instituciones relacionadas con la mejora continua de la calidad señalan la necesidad de incluir este tipo de competencias en los planes curriculares, por ejemplo en Chile la Comisión Nacional de Acreditación de Chile (CNA-Chile) señala la necesidad de que los planes de estudio "... incluyan el desarrollo de competencias transversales o genéricas, tales como, comunicación oral y escrita, pensamiento crítico, solución de problemas, desarrollo de relaciones interpersonales, autoaprendizaje e iniciativa personal, trabajo en equipo y uso de tecnologías de información." (Vera, 2016, pág. 55).

En este contexto es que nuestra investigación considera que es necesario realizar una breve descripción de como se viene abordando el tema del desarrollo de la competencia de habilidades socioemocionales en algunas realidades influyentes en nuestro sistema educativo. Lo cual implica una "mirada" también a las características del proceso formativo.

Uno de los aspectos a resaltar es que el proceso formativo en el contexto europeo se basa en competencias. Esto debido a que cuando se constituye el Espacio Europeo de Educación Superior se "requiere situar a las competencias de acción como protagonistas en la nueva configuración del currículo" (Rodríguez, 2007, pág. 140).

Las competencia es vista como una construcción, a partir de una combinación de conocimientos, saber hacer, cualidades o aptitudes, y recursos del ambiente que son movilizados para lograr un desempeño." (Le Boterf, 2001).

Un referente para las propuestas de la educación superior universitaria europea es el denominado Proyecto Tuning, este desarrolla una propuesta que asume un modelo por competencias el cual ve a los resultados del aprendizaje como desempeños observables los

cuales son manifestaciones “de lo que se espera que un alumno conozca, analice y sea capaz de demostrar, una vez concluido el proceso de enseñanza.” (Villarroel, V & Bruna D, 2014).

Asimismo, involucra el desafío de contar con una malla curricular generalista en la formación inicial, enfatizando el desarrollo de competencias específicas y genéricas. (Tuning, P., 2007).

La competencia es vista como un saber hacer complejo, que se manifiesta en la actuación efectiva sobre una situación problemática, para cuya solución se movilizan integradamente diferentes habilidades, conocimientos y actitudes (Villarroel, V & Bruna D, 2014)

La competencia integra múltiples funciones: a) cognitiva, que involucra adquirir y usar conocimiento para solucionar problemas de la vida real; b) técnica, que implica habilidades o puesta en práctica de procedimientos; c) integradora, al relacionar conocimiento básico y aplicado; d) relacional, a través de una comunicación efectiva y e) afectivomoral, como es el caso del respeto ante una persona o situación. (Gutiérrez, 2005).

Las competencias desde el Proyecto Tuning se clasifican en competencias genéricas y competencias específicas. Las primeras abarcan competencias instrumentales, interpersonales, sistémicas, y son comunes a cualquier titulación, mientras que las específicas relacionadas con cada área de estudio son cruciales para cualquier título y se refieren a la especificidad propia de un campo de estudio (Gonzales, J & Wagenaar, R, 2004).

Las competencias genéricas son transferibles, necesarias para el empleo y la vida como ciudadano responsable; siendo importantes para todos los alumnos independientemente de la disciplina que estén estudiando (Blanco, 2009). Es decir las competencias genéricas son necesarias en el ejercicio de cualquier profesión

Rychen y Salganik (2003) citado por (Villarroel, V & Bruna D, 2014) indican cuatro elementos analíticos que se requieren para definir competencias genéricas: a) son transversales en diferentes campos sociales, es decir, atraviesan varios sectores de la existencia humana, siendo no sólo relevantes en el ámbito académico y profesional, sino también a nivel personal y social; b) se refieren a un orden superior de complejidad mental, es decir, favorecen el desarrollo de niveles de pensamiento intelectual de orden superior

como son el pensamiento crítico y analítico, reflexión y autonomía mental; c) son multifuncionales, es decir, requieren en un campo extenso y diverso de demandas cotidianas, profesionales y de la vida social, necesitándose para lograr distintas metas y resolver múltiples problemas en variados contextos; d) son multidimensionales, pues consideran dimensiones perceptivas, normativas, cooperativas y conceptuales, entre otras.

Cada realidad discute y selecciona las competencias genéricas que requieren sus procesos formativos.

El proyecto Tuning considera para seleccionar las competencias generales la opinión de: a) la comunidad académica, b) los empleadores, c) los graduados y d) los colegios profesionales.

De acuerdo a este criterio se elaboraron 32 competencias para la Unión Europea y 27 competencias para Latinoamérica, las cuales se clasifican en las siguientes áreas:

—Competencias instrumentales: tienen una función instrumental, incluyen:

- Habilidades cognoscitivas, la capacidad de comprender y manipular ideas y pensamientos.
- Capacidades metodológicas para manipular el ambiente: ser capaz de organizar el tiempo y las estrategias para el aprendizaje, tomar decisiones o resolver problemas.
- Destrezas tecnológicas relacionadas con el uso de maquinaria, destrezas de computación y gerencia de la información.
- Destrezas lingüísticas tales como la comunicación oral y escrita o conocimiento de una segunda lengua.

—Competencias interpersonales: capacidades individuales relativas a la capacidad de expresar los propios sentimientos, habilidades críticas y de autocrítica.

Destrezas sociales relacionadas con las habilidades interpersonales, la capacidad de trabajar en equipo o la expresión de compromiso social o ético.

Estas competencias tienden a facilitar los procesos de interacción social y cooperación.

—Competencias sistémicas: son las destrezas y habilidades que conciernen a los sistemas como totalidad. Suponen una combinación de la comprensión, la sensibilidad y el conocimiento que permiten al individuo ver como las partes de un todo se relacionan y se agrupan. Estas capacidades incluyen la habilidad de planificar los cambios de manera que puedan hacerse mejoras en los sistemas como un todo y diseñar nuevos sistemas. Las competencias sistémicas o integradoras requieren como base la adquisición previa de competencias instrumentales e interpersonales. (Gonzales, J & Wagenaar, R, 2004, págs. 81-82)

Las competencias interpersonales, las socioemocionales en particular, ocupan un lugar importante en la formación universitaria europea.

Esta competencia general está incluyendo una de las consideradas competencias blandas.

Las competencias emocionales acrecientan su importancia en profesiones donde la interacción social no sólo está presente entre los trabajadores de una organización sino que como parte de su ejercicio profesional están en constante relación con los usuarios.

A nivel del espacio latinoamericano las universidades mayoritariamente también han asumido el modelo planteado por el Proyecto Tuning en Europa adaptada para América Latina, “el proyecto Tuning – América Latina se inicia a finales de 2004 y, entre las primeras tareas, se encuentra la definición de cuáles serían las competencias genéricas para América Latina.” (Beneitone, 2007)

El Proyecto Tuning en América Latina considera que las competencias genéricas de mayor relevancia son: conocimiento sobre el área de estudio y la profesión, habilidades interpersonales, capacidad de trabajar en equipo y compromiso ético. (Beneitone, 2007, pág. 135).

Existe una presencia dentro de las habilidades interpersonales las referidas al aspecto emocional y social como parte de las competencias genéricas planteadas desde el Proyecto Tuning, y también existe la demanda de los diversos sectores sociales por incluir las

competencias blandas en la formación universitaria, donde tiene presencia aquellas socioemocionales, siendo las interpersonales unas de mayor requerimiento.

En nuestro país la Nueva Ley Universitaria 30220 divide la formación en estudios generales, estudios específicos y de especialidad. Los primeros son obligatorios, tienen una duración no menor de 35 créditos. Están dirigidos a la formación integral de los estudiantes.

Los Estudios específicos y de especialidad de pregrado Son los estudios que proporcionan los conocimientos propios de la profesión y especialidad correspondiente. El periodo de estudios debe tener una duración no menor de ciento sesenta y cinco (165) créditos. (Congreso de la República, 2014).

Cada universidad tiene autonomía para determina el diseño curricular de cada especialidad, en los niveles de enseñanza respectivos, de acuerdo a las necesidades nacionales y regionales que contribuyan al desarrollo del país.

Si bien es cierto la realidad de cada universidad es variada podemos inferir algunos aspectos comunes como por ejemplo las referidas al enfoque formativo.

El enfoque formativo al igual que las universidades de américa latina y Europa es el de competencias. De igual forma la clasificación que se viene usando en las diversas universidades peruanas, principalmente es la planteada por el Informe Tuning la cual considera a las competencias genéricas y específicas.

Dentro de las competencias genéricas está la de habilidades socioemocionales. En este sentido es necesario reflexionar lo siguiente.

En los procesos formativos de la universidad peruana una de las constantes es el predominio de las relaciones interpersonales, las cuales se dan en diversas líneas, relación maestro- alumno, relación maestro- maestro- relación alumno-alumno, para una adecuada interacción social entre estos actores se requiere unas adecuadas competencias sociomecionales.

1.2.1.1.- La formación en enfermería

El término enfermería tiene varias acepciones pero existe una constante, el cuidado.

Según el Consejo Internacional de Enfermería (CIE) la enfermería “abarca los cuidados, autónomos y en colaboración, que se prestan a las personas de todas las edades, familias, grupos y comunidades, enfermos o sanos, en todos los contextos, e incluye la promoción de la salud, la prevención de la enfermedad, y los cuidados de los enfermos, discapacitados, y personas moribundas. (Sánchez, 2013)

La enfermería se caracteriza por ser la disciplina que tiene como propósito cuidar al ser humano. La palabra cuidar (del latín cogitare) es un término con fuerte carga semántica que se puede utilizar para identificar diferentes acciones, pero que etimológicamente se sitúa próxima a acciones como el mantenimiento, la conservación, la asistencia, la vida y el pensamiento. (Sánchez, 2013)

Los cuidados se caracterizan por contribuir al mantenimiento de la salud, al tratamiento de las enfermedades y/o al cuidado de las personas en la etapa final de la vida (Agencia Nacional de Evaluación de la Calidad y Acreditación, 2004). Estos se sostienen en evidencias y conocimientos científicos, y ejecutados a través de una preparación específica previa.

La formación en enfermería ha evolucionado por tres paradigmas:

- De la categorización (1850-1950)
- De la integración (1950-1975)
- De la transformación (1975 – hasta la actualidad)

De la categorización.-

Este paradigma se desarrolla entre finales del siglo XIX y principios del XX. Explica a los fenómenos como resultado de una causa previa y por tanto propone una explicación lineal de los mismos (causa-efecto).

Este paradigma ha tenido fuerte presencia en la profesión de la enfermería, por un lado a nivel de la salud pública que se interesa tanto en la persona como en enfermedad, y por otro lado en la práctica médica centrada en la enfermedad.

Teóricamente este modelo se sostiene teóricamente en los planteamientos de Florence Nightingale (Kérouac S & Pepin J & Ducharme F & Duquette A & Major F. , 1996).

Este paradigma presenta las siguientes características

- Conocimiento basado en leyes universales.
- Valor máximo de la objetividad.
- Explicación causal de la relación entre variables.
- Búsqueda de factores causales responsables de las enfermedades/problemas de salud.
- Conocimiento construido en base a investigación experimental y protagonismo de la instrumentación estadística.
- Sostiene que el rol de la enfermera es: Agente controlador del proceso, aplicador de prescripciones y administrador terapéutico técnico, manejo externo y objetivo respecto al estado de salud y necesidades del usuario.

A mediados del siglo XX como consecuencia de nuevas teorías: de la Motivación Humana (Maslow, 1943) y la Teoría General de Sistemas (Ludwig von Bertalanffy, 1968) que conceptualizan al ser humano como un ser global, la enfermería también manifestará su reconocimiento a la importancia que tiene el ser humano para la sociedad.

De la integración (1950-1975)

Sostiene que es necesario conocer el contexto del fenómeno para poder llegar a comprenderlo. Presenta las siguientes características:

- Realidades sociales estudiadas y entendidas en función de sus significados.
- Subjetividad del investigador
- La naturaleza del conocimiento no es objetiva sino subjetiva.

- Profesionales de enfermería como facilitadores-cooperadores con el sujeto.
- La acción enfermera se desarrolla en un clima de interacción y constante intersubjetividad.
- Conocimiento construido en base a la investigación etnográfica y el estudio de significados en contextos diversos (Sánchez, 2013)

De la transformación (1975 – hasta la actualidad)

Se sostiene en la complejidad de los fenómenos y en la interacción continua de éstos entre ellos. Las propuestas teóricas más recientes en enfermería se basan en los postulados de este paradigma y están todavía en pleno proceso de desarrollo. Autoras contemporáneas como Jean Watson y Madeleine Leininger, entre otras, se situarán con sus propuestas teóricas dentro de este paradigma formando parte de una tendencia actual en enfermería conocida como Caring y donde se enfatiza el interés del cuidado por la cultura, las emociones, los valores y las creencias de las personas.

- Carácter dialéctico-crítico del conocimiento.
- Acción práctica crítica y colaborativa.
- Agente de cambio socio-sanitario.
- Conocimiento construido en base a la investigación crítica y el estudio de contextos personales y sociales (Sánchez, 2013)

Estos paradigmas se mueven dentro de los modelos llamados positivistas, interpretativos y críticos, sin embargo estos no consideran con real importancia en el proceso formativo las competencias emocionales, tan necesarios en el cuidado de las personas, que como ya se vio se constituye en el propósito principal de la enfermera.

Las características del proceso formativo revisado brevemente están presentes en la formación en enfermería que se da en las universidades de nuestro país.

1.3. Manifestaciones y características del desarrollo de la competencia emocional en la carrera en los estudiantes del IX ciclo de la carrera profesional de enfermería de la Universidad Científica Sede Chorrillos 2018

El cuidado del ser humano no se limita al aspecto físico, corporal sino debe abarcar sobre todo el aspecto emocional del ser humano, que es clave en el proceso de salud tanto en la prevención, en la intervención y post tratamiento.

Como ya se ha visto es el cuidado, uno de los roles principales del profesional de enfermería. Este debe ser visto en forma integral.

El perfil del egresado nos permite tener una primera aproximación para conocer las características de la formación en la que se encuentran inmersos los estudiantes, en este caso de la carrera profesional de enfermería.

El perfil del profesional del egresado de la carrera profesional de enfermería de la Universidad Científica del Sur plantea lo siguientes propósitos.

- Vincular conocimientos teóricos, metodológicos y disciplinares relacionados con las áreas biomédica, humanística y social, al desempeñar el rol de proveedor de cuidados, educador, investigador y administrador, en beneficio de la calidad del cuidado a la salud de la población.
- Participar en el equipo multidisciplinario con intervenciones de enfermería sustentadas en el conocimiento de modelos, teorías, técnicas y procedimientos, para atender necesidades de la persona, a través de la sistematización del cuidado y mediante la aplicación del Proceso de Enfermería como herramienta metodológica.
- Intervenir de forma anticipativa y resolutive en el continuo salud enfermedad en los diferentes niveles de atención, con un mayor abordaje hacia el primer y segundo nivel.
- Atender las necesidades de salud actuales y futuras de la población con actitud solidaria, responsable y propositiva, entendiendo la riqueza del saber universitario como un compromiso social.

- Influir mediante el liderazgo, habilidad de negociación y capacidad gerencial, en las políticas del sector salud, en sus diferentes niveles, así como en las instituciones de educación superior y organismos representativos de la disciplina.
- Desarrollar el ejercicio independiente de enfermería como expresión de la autogestión disciplinar, creando nichos laborales alternativos y un espacio de prácticas profesionales innovadoras.
- Intervenir con sentido ético y crítico en su quehacer profesional.
- Desarrollar habilidades intelectuales, dominio de otro idioma y uso de la computadora como herramienta para el procesamiento de la información elaboración de escritos científicos y su difusión.
- Asesorar y administrar programas de investigación científica, docencia y difusión de enfermería y plantear alternativas de formación, actualización y capacitación de recursos humanos en mejora de la calidad del servicio.
- Crear, diseñar, adaptar y mejorar tecnologías del cuidado de enfermería con enfoque al primer y segundo nivel de atención que mejoren y eficientica la calidad del cuidado.
- Reconocer el trabajo en equipo, la comunicación y la cohesión del colectivo de enfermería como elementos para lograr el avance de la disciplina e identidad social. (Universidad Científica del Sur, 2019)

Al revisar el perfil del egresado de la carrera profesional de enfermería, se observa un vacío en el desarrollo de las habilidades blandas y específicamente las competencias emocionales que se constituiría en un sustento teórico de suma importancia para el desarrollo de la capacidad del cuidado integral, que es el rol primordial del profesional de enfermería.

Este vacío, obviamente, se refleja en el plan de estudios, donde existe una ausencia de contenidos curriculares que puede contribuir al desarrollo de la competencia emocional.

En el plan de estudios existe un curso que podría aproximarse con esta competencia, el curso de Psicología General que está en el segundo ciclo. Sin embargo este curso apunta a desarrollar elementos básicos de la psicología.

Se sabe que una competencia se puede desarrollar ya sea a partir de un curso específico o puede convertirse en una competencia o un contenido transversal que tiene presencia en varios cursos, tampoco existe una evidencia formal en los contenidos de los diversos cursos. La otra mirada se puede dar en el mismo espacio formativo para ver las características del manejo emocional que se tiene en el mismo proceso de enseñanza aprendizaje.

En los alumnos de los estudiantes del IX ciclo de la carrera profesional de enfermería de la Universidad Científica Sede Chorrillos 2018 *Se observa* un deficiente desarrollo de competencias emocionales, *que se evidencia* en un inadecuado proceso de comunicación interpersonal, falta de desarrollo de empatía, ausencia de habilidades asertivas y de escucha activa *esto debido* a la ausencia de una propuesta didáctica pertinente con el desarrollo de la competencia. *De seguir* en esta misma línea ocasionaría que el alumno no logre el desarrollo de una adecuada relación interpersonal. *Por tal razón* si se interviene didácticamente elaborando una propuesta alternativa se contribuye al desarrollo de la competencia emocional.

1.4. Metodología.

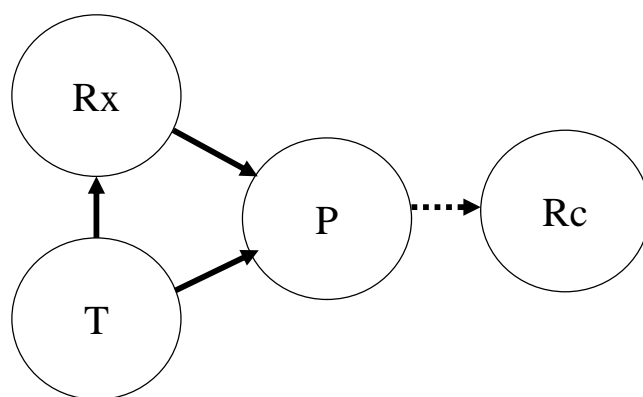
1.4.1.-Diseño De Contrastación De Hipótesis

Tipo de investigación:

El presente trabajo de investigación de un programa educativo basado en la inteligencia emocional para desarrollar las competencias emocionales en los estudiantes del IX ciclo de la carrera profesional de enfermería de la Universidad Científica Sede Chorrillos 2018 es Descriptivo-Propositivo.

Diseño de investigación:

Este trabajo corresponde a una investigación descriptivo – propositiva. Es descriptiva porque se dará a conocer un fenómeno de estudio, en este caso describir la problemática que presentan los alumnos en cuanto al desarrollo de las competencias emocionales; así mismo es propositiva porque al haber conocido la realidad anterior se hará una propuesta de educación emocional basada en la Teoría de la inteligencia emocional y social.



Leyenda

Rx: Diagnóstico de la realidad

T: Estudios teóricos

P: Propuesta pedagógica

Rc: Realidad cambiada

Población y Muestra

La población está constituida por 254 estudiantes de la de la carrera profesional de enfermería de la Universidad Científica Sede Chorrillos 2018 y la Muestra por 40 estudiantes

Técnicas e instrumentos de recolección de datos

Para el diagnostico de las competencias emocionales en la muestra seleccionada se aplicó el test de Baron cuyo nombre original es EQi-YV BarOn Emotional Quotient Inventory, cuyo autor es Reuven BarOn, la procedencia: Toronto, Canadá.

El BarOn ICE: NA es un inventario que integra conocimientos teóricos, fundamentos empíricos y una fina sofisticación de las técnicas psicométricas. evalúan las características centrales de la inteligencia emocional

La versión utilizada es la adaptación peruana hecha por Nelly Ugarriza Chávez y Liz Pajares Del Aguila en su versión abreviada de 60 items, con un limite de tiempo entre 10 a 15 minutos.

Está compuesto por cinco elementos: el componente intrapersonal, el componente interpersonal, el componente de manejo del estrés, el componente de estado anímico y el componente de adaptabilidad. (Bar-On, 1997).

Método de investigación

Para la investigación a desarrollar se utilizaron los siguientes métodos:

Métodos Cuantitativos

Puesto que para probar la hipótesis es necesario trabajar con datos cuantitativos, es por eso el uso de la estadística descriptiva e inferencial.

Métodos teóricos:

- **Hipotético – deductivo:** Utilizado en su carácter integracional y dialectico de la inducción – deducción para proponer la hipótesis como consecuencia de las inferencias del conjunto de datos empíricos que constituyeron la investigación y a la vez para arribar a las conclusiones a partir de la posterior contrastación hecha de las mismas.
- **Análisis y síntesis:** analizar los datos obtenidos en la recolección así como las múltiples relaciones de los diferentes aportes teóricos que nos conllevaron a una síntesis de los mismos y de construcción de nuestro marco teórico y conceptual.
- **Análisis histórico:** Permite estudiar la evolución histórica tendencial del problema en los distintos contextos lo que nos condujo a su planteamiento y enunciado.
- **La abstracción.-** es un procedimiento importantísimo para la comprensión del objeto. Mediante ellas se destaca la propiedad o relación de las cosas y fenómenos, descubriendo el nexo esencial oculto e inaccesible al conocimiento empírico.
- **Inductivo.-** es un procedimiento mediante el cual, de hechos singulares, se pasa a proposiciones generales.
- **Deductivo.-** es un procedimiento que se apoya en las aseveraciones y generalizaciones, a partir de las cuales se realizan demostraciones o inferencias particulares.

Método de análisis de datos

El análisis de información se realizará utilizando el análisis cuantitativo mediante el trabajo estadístico a través del programa EXCEL.

Así mismo se tendrá en cuenta cuadros estadísticos para exponer los datos que se obtuvieron al aplicar los instrumentos de recolección.

Medidas de tendencia central:

Son valores numéricos, estadígrafos que representan la tendencia de todo el conjunto de datos estadísticos. Esta medida se utilizó para obtener un número representativo del puntaje promedio para los instrumentos aplicados.

Media aritmética (\bar{X}):

Se emplea para obtener el promedio que resulta de la aplicación del pre test. Su fórmula es:

$$\bar{X} = \frac{\sum f_i \cdot x_i}{n}$$

Donde:

\bar{X} = Media aritmética

$\sum f_i x_i$ = Sumatoria de los productos de las frecuencias por el valor de sus variables respectivas.

n = Muestra total

CAPÍTULO II

BASES TEORICAS

2.-Bases teóricas

Las bases teóricas respetan el orden de las variables de la investigación, en la primera parte se desarrolla el soporte teórico de la propuesta, en la segunda se aborda los aspectos teóricos conceptuales de las competencias emocionales.

2.1.- Propuesta Didáctica.

La propuesta se desarrollará mediante un programa educativo.

2.1.1.-Programa Educativo

Programa es definido como “Sistema y distribución de las materias de un curso o asignatura, que forman y publican los profesores encargados de explicarlas” (Real Academia Española - RAE, 2012). En el campo educativo un programa incluye el detalle de los contenidos temáticos, se explican cuáles son los objetivos de aprendizaje, se menciona la metodología de enseñanza y los modos de evaluación y se aclara la bibliografía que se utilizará durante el curso.

De acuerdo (Área de Programas Educativos, 2012), define a Programa Educativo como: “Conjunto de actividades planificadas sistemáticamente, que inciden diversos ámbitos de la educación dirigidas a la consecución de objetivos diseñados institucionalmente y orientados a la introducción de novedades y mejoras en el sistema educativo”.

2.1.2.-Fundamentos Teóricos

2.1.2.1.-Teoría del Cuidado Humano de Jean Watson.

Margaret Jean Harman Watson nació en el sur de Virginia en 1940 y creció durante la década de 1940 y 1950 en la pequeña ciudad de Welch, Virginia Occidental, en los montes Apalaches, es una destacada teórica contemporánea de enfermería. Inició su carrera de enfermería en la Escuela de Enfermería Lewis Gale y finalizó su estudios de pregrado en 1961

Esta teoría plantea vincular de manera directa la práctica de cuidados con la dimensión emocional tanto de la persona cuidada como del profesional agente de cuidados.

Se sostiene en la perspectiva fenomenológica y existencialista, según la cual este cuidado se caracteriza por ser un fenómeno impregnado de subjetividad que conduce a preocuparse por las experiencias de los seres humanos en un momento específico de su existencia (Marriner A & Raile M. , 2003)

Esta teoría pone como base lo afectivo, los sentimientos y las emociones buscando una relación entre las creencias tradicionales y las ciencias humanas, sostiene que el cuidado humano, uno de los roles de la enfermera, es una idea moral que trasciende el acto y va más allá de la acción de una enfermera produciendo actos colectivos de la profesión de enfermería que tienen consecuencias importantes para la civilización humana. (Sánchez, 2013)

Esta propuesta teórica surge como una alternativa en los planteamientos sobre la enfermería desarrollados por el positivismo que colocaban a la disciplina de la enfermería más cerca de la tecnología, a la evidencia científica que al cuidado humano. Para lo cual plantea el cuidado de las emociones propias y ajenas.

En su propuesta teórica Watson defiende la necesidad de una práctica amorosa de bondad y ecuanimidad en el contexto de un cuidado consciente. Postula como imprescindible la reflexión sobre el propio yo, la introspección personal y/o la autoconciencia como factor del proceso de cuidados (proceso caritas o proceso de cuidar) (Watson, 2007)

Esta teoría al asumir que el ser humano es en primer lugar un ser sintiente, y por lo tanto, sitúa como elemento clave de su propuesta la dimensión emocional de las personas, los sentimientos propios y ajenos.

“Estar presente y constituirse en apoyador de la expresión de los sentimientos positivos y negativos en una conexión con la espiritualidad más profunda del ser que se cuida” (Watson, 2007).

Desde estos postulados Watson sostiene que una persona que no reconoce sus propios sentimientos, difícilmente logrará entender los de otras personas. Al mismo tiempo, la aceptación de la expresión de los sentimientos propios y ajenos (tanto positivos como negativos), permite una empatía que trasciende el propio yo y que favorece el proceso de cuidado humano (Watson, 2007).

Desde este enfoque teórico el cuidado se sostiene en una relación interpersonal fundada en la confianza, en un contexto de la promoción y aceptación de los sentimientos, es fundamental. (Watson, 2007).

Esta relación interpersonal en la enfermería se manifiesta en la relación usuario-enfermera, la que desde esta teoría se caracteriza por consistir en una unión espiritual que trasciende (es decir va más allá) de las nociones de persona, tiempo, espacio, e historia de cada persona. Esta relación (transpersonal) que va más allá de lo personal, de la persona y del ego. Se refiere a las experiencias, procesos y sucesos que superan nuestra propia identidad y nos hacen experimentar una realidad superior y más profunda (Watson, 2007).

Otro de los planteamientos de esta teoría es considerar las características individuales del ser humano que lo hace único y diferente del otro. Busca complementar el enfoque tradicional en enfermería, sosteniendo la importancia de la comprensión de las personas y de la interpretación que éstas realizan sobre sus propias experiencias de salud y de enfermedad. (Watson, 2007)

El modelo de cuidados que desarrolla esta teoría aporta fundamento ontológico y epistemológico para el desarrollo de una práctica cuidadora humana, moral y emocionalmente competente, donde la implicación emocional es alta y por consiguiente, se realiza un intenso trabajo emocional. (Sánchez, 2013)

Para que este modelo funcione y la enfermera asuma la concepción de cuidado que promueve, se requiere poseer (además de los conocimientos y habilidades técnico-sanitarias) habilidades emocionales que les permitan llevar a cabo el complejo y difícil reto que significa cuidar a las personas en el marco de una práctica de cuidados humanizados, donde la atención a las emociones es imprescindible. (Sánchez, 2013)

Watson considera que el trabajo emocional correctamente realizado a partir de una capacitación formal puede desembocar en resultados positivos tanto para los usuarios como para las enfermeras (Watson, 2007).

Rescatando los planteamientos de esta teoría es que se desarrolla nuestra propuesta didáctica que considera el desarrollo de las competencias emocionales en la formación de las enfermeras en la Universidad Científica del Sur.

2.1.2.2.-Emoción

La emoción es definida como una reacción conductual y subjetiva proveniente del mundo externo o interno (memoria) del individuo. Estas reacciones son respuestas del organismo a situaciones de peligro, miedo o de placer; son inconscientes automáticas ya que tiene por finalidad desarrollarse en el menor tiempo posible.

Daniel Goleman sostiene “la palabra emoción proviene del verbo latino movere (que significa «moverse») más el prefijo «e-», significando algo así como «movimiento hacia» y sugiriendo, de ese modo, que en toda emoción hay implícita una tendencia a la acción” (Goleman, 1995, pág. 10).

El ser humano gracias a la corteza cerebral es capaz de hacer consciente esas emociones, “sabe” cuando aflora, es capaz de identificarla. Esa sensación consciente de una determinada reacción emocional son los sentimientos. (Mora, 2011). Reafirmando esto el mismo Mora sostiene: “Los sentimientos son...la experiencia consciente de una determinada emoción y hasta donde alcanzamos a saber solo el ser humano experimenta sentimientos. Los sentimientos son el proceso que nos lleva a conocer las emociones” (Mora, F, 2013, pág. 68) .

Las emociones sirven también para almacenar y evocar información de una manera más efectiva. También es la base para cualquier proceso cognitivo y para desarrollar unas adecuadas relaciones sociales.

2.1.2.3.-Inteligencia Emocional base de las competencias emocionales

En los últimos años el concepto de inteligencia emocional se ha popularizado en los diversos espacios académicos, y eso gracias al libro escrito por Daniel Goleman.

Salovey y Mayer, en el año 1990,usan por primera vez el concepto de Inteligencia emocional definiéndola como “la forma de Inteligencia Social que implica la capacidad de supervisarse a uno mismo y a otros, sus sentimientos y emociones, para diferenciar entre ellos y utilizar esta información para conducir a la vez, el pensamiento y la acción” (Londoño, 2008, pág. 22)

Estos autores abordan el tema de la conceptualiza la Inteligencia emocional a través de cuatro habilidades básicas, que son: “la habilidad para percibir, valorar y expresar emociones con exactitud, la habilidad para acceder y/o generar sentimientos que faciliten el pensamiento; la habilidad para comprender emociones y el conocimiento emocional y la habilidad para regular las emociones promoviendo un crecimiento emocional e intelectual.” (Fernández, P & Extremera, N, 2005, pág. 68).

Sin embargo la definición que se ha popularizado es la de Daniel Goleman, (1995) quien sostiene que es la capacidad del individuo para identificar los propios sentimientos como los del resto de personas, al objeto de motivarse y gestionar adecuadamente sus emociones y sus relaciones con otros.

2.1.2.4.-Teoría de la inteligencia social de Daniel Goleman

Esta teoría es planteada por Daniel Goleman en su libro denominado inteligencia social y que aparece posteriormente a la publicación de inteligencia emocional.

La categoría de inteligencia social ya había sido desarrollada anteriormente por el psicólogo Edward Thorndike y es vista como la capacidad de comprender y manejar a los hombres y las mujeres, habilidades que todos necesitamos para aprender a vivir en el mundo.

En un sentido más amplio es vista como “una aptitud que no sólo implica conocer el funcionamiento de las relaciones, sino comportarse también inteligentemente en ellas.” (Goleman, 2006, págs. 16-17)

La inteligencia social se sostiene en el desarrollo de las habilidades sociales, las habilidades interpersonales y como parte de ellas se posiciona la empatía y el interés por los demás.

Uno de los planteamientos de la teoría de la inteligencia social está referida a la existencia del contagio emocional el cual consiste en la existencia de un contagio de emociones de una persona a otra, hecho que se produce a partir de las neuronas espejo las cuales tienen la función de “... reproducir las acciones que observamos en los demás y en imitar o tener el impulso de imitar sus acciones.” . (Goleman, 2006, pág. 45)

El contagio emocional se sostiene en las neuronas espejo, permitiendo que los sentimientos que presenciamos fluyan a través de nosotros y ayudándonos así a entender lo

que está sucediendo y a conectar con los demás. Sentimos al otro en el más amplio sentido de la palabra experimentando en nosotros los efectos de sus sentimientos, de sus movimientos, de sus sensaciones y de sus emociones (Goleman, 2006, pág. 46)

Las neuronas espejo además de imitar las acciones de los demás también registran sus intenciones, interpretan sus emociones o comprenden las implicaciones sociales de sus acciones.

Otro de los planteamientos de la Teoría está referida a la importancia de la empatía, la cual se genera a partir de un contagio emocional positivo.

La empatía se aborda desde tres sentidos distintos: conocer los sentimientos de otra persona, sentir lo que está sintiendo y responder compasivamente ante los problemas que la aquejen, tres variedades diferentes de la empatía que parecen formar parte de la misma secuencia 1-2-3, es decir, le reconozco, siento lo mismo que usted y actúo para ayudarle. (Goleman, 2006, pág. 63).

La empatía implica una actuación conjunta con el otro y no una actuación pasiva y contemplativas.

Esta teoría plantea que la inteligencia social comprende dos categorías: "... la conciencia social (es decir, lo que sentimos sobre los demás) y la aptitud social (es decir, lo que hacemos con esa conciencia). (Goleman, 2006, pág. 90). La conciencia social permite conocer el estado interior de la otra persona, mientras que la aptitud social es la posibilidad de interacciones adecuadas.

Las categorías que forman parte de la Inteligencia Social son ampliadas considerando lo desarrollado en el libro de Inteligencia Social (Goleman, 2006)

La conciencia social comprende la conciencia interpersonal que implica la capacidad de experimentar el estado interior de otra persona hasta llegar a comprender sus sentimientos y pensamientos e incluso situaciones socialmente más complejas

La conciencia social comprende:

- Empatía primordial: Sentir lo que sienten los demás; interpretar adecuadamente las señales emocionales no verbales. Permite vislumbrar las emociones ajenas, se

expresa, por tanto, de manera muy veloz y automática ya se ve activada por las neuronas espejo

- **Sintonía:** Escuchar de manera totalmente receptiva; conectar con los demás. Es un tipo de atención que va más allá de la empatía espontánea y tiene que ver con una presencia total y sostenida que favorece el rapport
- **Exactitud empática:** Comprender los pensamientos, sentimientos e intenciones de los demás. Se construye a partir de la empatía primordial, pero le añade la comprensión explícita de lo que otra persona piensa o siente, para lo cual es necesaria una activación cognitiva.
- **Cognición social:** Entender el funcionamiento del mundo social (Goleman, 2006, pág. 45). Ayuda a gestionar adecuadamente las corrientes sutiles y cambiantes del mundo social. Este nivel sofisticado de la conciencia social determina el modo en que damos sentido y atribuimos significado a los acontecimientos sociales. Es este conocimiento del contexto social el que nos permite entender por qué un comentario que una persona considera una broma ocurrente puede parecer insultante a otra y también puede impedirnos advertir por qué alguien es demasiado consciente o se siente embarazado ante un comentario improvisado que para un tercero no tiene la menor importancia. La comprensión que tenemos del mundo social depende de nuestra forma de pensar, de nuestras creencias y de lo que hayamos aprendido sobre las normas y reglas sociales implícitas que gobiernan las relaciones interpersonales.

Este conocimiento resulta esencial para establecer una buena relación con personas de otras culturas, cuyas normas pueden ser muy diferentes de las que hayamos aprendido en nuestro entorno.

La aptitud social, se basa en la conciencia social que posibilita interacciones sencillas y eficaces. El espectro de aptitudes sociales incluye:

- **Sincronía:** Relacionarse fácilmente a un nivel no verbal. La sincronía, primera de las aptitudes sociales y fundamento de todas las demás, nos permite emprender una grácil danza no verbal con las personas con las que nos relacionamos. La falta de sincronía obstaculiza nuestra competencia social dificultando, en consecuencia, nuestras interacciones.

Para entrar en sincronía es necesario ser capaz de leer instantáneamente los indicios no verbales de la sincronía (que incluyen un amplio rango de interacciones armoniosamente orquestadas, desde sonreír o asentir en el momento adecuado hasta orientar adecuadamente nuestro cuerpo hacia los demás) y actuar en consecuencia, sin pensar siquiera en ello.

- **Presentación de uno mismo:** Saber presentarnos a los demás. El carisma es un aspecto de la presentación de uno mismo se asienta en la capacidad de despertar en los demás las emociones que ellos mismos experimentan y de arrastrarles hacia esa franja del espectro emocional.

Podemos advertir claramente este contagio emocional observando el modo en que una figura carismática se acerca a una muchedumbre. La capacidad de controlar y encubrir la expresión de las emociones es, según algunos modelos, clave para la presentación de uno mismo

- **Influencia:** Dar forma adecuada a las interacciones sociales. Para que la influencia resulte constructiva debemos aprender a expresarnos de un modo que logre fácilmente el resultado social deseado. Las personas diestras en este sentido causan una impresión más favorable y son consideradas más fiables y amables.
- **Interés por los demás:** Interesarse por las necesidades de los demás y actuar en consecuencia. Cuanto mayor es nuestra empatía e interés por alguien que se encuentra en apuros, mayor será el impulso a ayudarlo, un vínculo que siempre se halla presente en las personas más motivadas para aliviar el sufrimiento ajeno.

El interés por los demás refleja la capacidad de compasión de una determinada persona. (Goleman, 2006, pág. 91)

2.1.2.5.- El modelo teórico propuesto por Bar-On

Bar-On (1997) propone un modelo de inteligencia emocional a partir de las aportaciones de Mayer y Salovey (1990) y define a la inteligencia emocional- social como el conjunto de conocimientos y habilidades emocionales y sociales que influyen en la capacidad de las personas para hacer frente a las demandas del entorno. Estas habilidades

se configuran a partir de la capacidad de la persona de ser consciente, comprender, controlar y expresar sus emociones de manera efectiva. (Sánchez, 2013)

Este modelo se caracteriza por centrar su interés en las competencias emocionales de las personas y considerar que en relación a éstas tanto la inteligencia emocional como la inteligencia social tienen un papel clave.

Considera a la inteligencia emocional y la inteligencia social como un conjunto de factores emocionales, personales y sociales que se interrelacionan entre sí y que influyen en la capacidad de la persona para adaptarse de manera activa a las presiones y demandas del entorno. (Sánchez, 2013).

Esta propuesta teórica sostiene que la inteligencia emocional y social, se constituyen en una unidad ““inteligencia emocional-social” y no pueden abordarse en forma separada.

A partir de esta unidad propone que lo emocional-social está compuesto por cinco elementos: el componente intrapersonal, el componente interpersonal, el componente de manejo del estrés, el componente de estado anímico y el componente de adaptabilidad. (Bar-On, 1997). Cada uno de los componentes se constituye por una serie de habilidades que de manera sumatoria e interrelacionada configurará la capacidad final de hacer frente a los estímulos externos a los que las personas se enfrenten diariamente. (Sánchez, 2013).

Cada componente comprende lo siguiente:

Componente intrapersonal:

- Comprensión emocional de sí mismo: habilidad para comprender sentimientos y emociones, diferenciarlos y, conocer el porqué de los mismos.
- Asertividad: habilidad para expresar sentimientos, creencias, sin dañar los sentimientos de los demás y, defender nuestros derechos de una manera no destructiva.
- Autoconcepto: capacidad para comprender, aceptar y respetarse a sí mismo, aceptando los aspectos positivos y negativos, así como las limitaciones.
- Autorrealización: habilidad para realizar lo que realmente podemos, deseamos y se disfruta.

- Independencia: capacidad para autodirigirse, sentirse seguro de sí mismo en nuestros pensamientos, acciones y, ser independientes emocionalmente para tomar decisiones.

Componente interpersonal:

- Empatía: habilidad para sentir, comprender y apreciar los sentimientos de los demás.
- Relaciones interpersonales: capacidad para establecer y mantener relaciones satisfactorias, caracterizadas por una cercanía emocional.
- Responsabilidad social: habilidad para mostrarse como una persona cooperante, que contribuye, que es un miembro constructivo, del grupo social.

Componentes de adaptabilidad:

- Solución de problemas: capacidad para identificar y definir los problemas y, generar e implementar soluciones efectivas.
- Prueba de la realidad: habilidad para evaluar la correspondencia entre los que experimentamos y lo que en realidad existe.
- Flexibilidad: habilidad para realizar u ajuste adecuado de nuestras emociones, pensamientos y conductas a situaciones y condiciones cambiantes.

Componentes del manejo del estrés:

- Tolerancia al estrés: capacidad para soportar eventos adversos, situaciones estresantes y fuertes emociones.
- Control de los impulsos: habilidad para resistir y controlar emociones.

Componente del estado de ánimo en general:

- Felicidad: capacidad para sentir satisfacción con nuestra vida.

- Optimismo: habilidad para ver el aspecto más positivo de la vida. (Bar-On, 1997)

2.2.-Las Competencias Emocionales

Goleman, (1998, Pág 33) define a la competencia emocional como una capacidad adquirida basada en la inteligencia emocional que da lugar a un desempeño laboral sobresaliente. ... Y en el núcleo de esta competencia se encuentran dos habilidades, la empatía (que supone la capacidad de interpretar los sentimientos ajenos) y las habilidades sociales (que nos permiten manejar diestramente esos sentimientos).

De igual manera la competencia emocional es dividida en: Competencia personal y la Competencia Social.

A.-La Competencia personal determina el modo en que nos relacionamos con nosotros mismos, esta incluye: a) **Conciencia de uno mismo** (Es la conciencia de nuestros propios estados internos, recursos e intuiciones y comprende: Conciencia emocional, Valoración adecuada de uno mismo y Confianza en uno mismo; b.-**La Autorregulación** Es el control de nuestros estados, impulsos y recursos internos, comprende: Autocontrol: Confiabilidad, Integridad, Adaptabilidad, Innovación; c)- **Motivación** Esta referida a las tendencias emocionales que guían o facilitan el logro de nuestros objetivos abarca: Motivación de logro, Compromiso, Optimismo.

B.-Competencia social, son aquellas competencias que determinan el modo en que nos relacionamos con los demás, esta incluye: a) empatía, conciencia de los sentimientos, necesidades y preocupaciones ajenas, b) habilidades sociales que es la capacidad para inducir respuestas deseables en los demás abarca: Influencia, Comunicación, Liderazgo, Catalización del cambio, Resolución de conflictos, Colaboración y cooperación, Habilidades de equipo

CAPÍTULO III

RESULTADOS Y PROPUESTA

3.1.- Resultados

En una primera parte se presentan los resultados de cada competencia emocional y en la segunda parte se desarrolla la propuesta.

Tabla 2

Estadísticos

		ADAPTABILIDAD	MANEJO DE ESTRES	ESTADO DE ANIMO	INTERPERSONAL
N	Válido	40	40	40	40
	Perdidos	0	0	0	0

Estadísticos

INTRAPERSONAL

N	Válido	40
	Perdidos	0

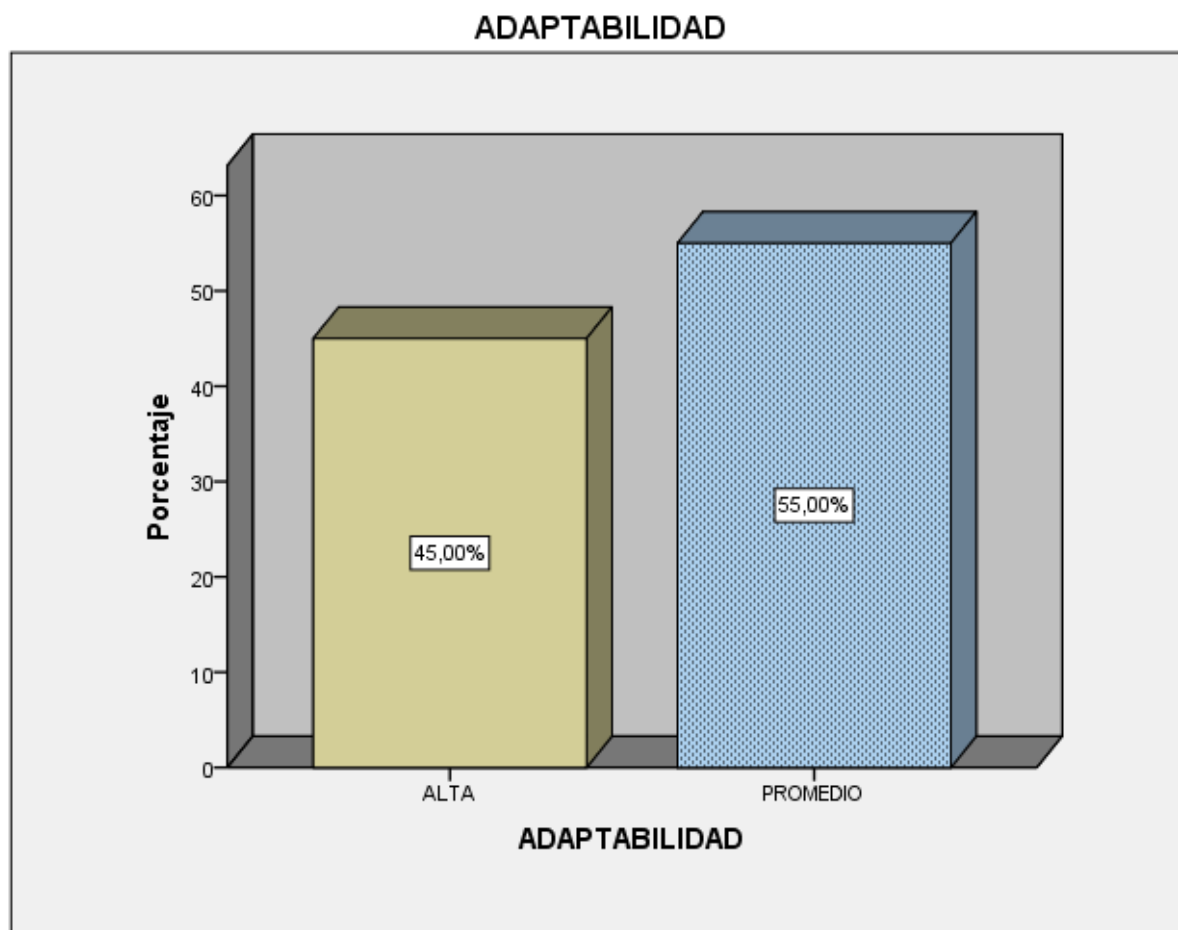
Tabla 3

ADAPTABILIDAD

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	ALTA	18	45,0	45,0	45,0
	PROMEDIO	22	55,0	55,0	100,0
	Total	40	100,0	100,0	

Fuente: Test aplicado a los estudiantes del IX Ciclo de Enfermería de UCSUR - Chorrillos
Lima 2018

Gráfico 1



Esta competencia emocional abarca componentes como solución de problemas, prueba de realidad, flexibilidad.

Los resultados muestran que el 45% de los estudiantes tienen un nivel de desarrollo de la adaptabilidad Alta, mientras el 55 % de los estudiantes se ubican en el nivel promedio.

Esto implica que este 55% de los estudiantes tienen una capacidad promedio para identificar y definir los problemas y, generar e implementar soluciones efectivas.

Igualmente este porcentaje ha desarrollado la habilidad para evaluar la correspondencia entre los que experimentamos y lo que en realidad existe.

También se tiene que la mayoría de los estudiantes 55% se ubican en el nivel promedio de desarrollo de la habilidad para realizar u ajuste adecuado de nuestras emociones, pensamientos y conductas a situaciones y condiciones cambiantes.

Los estudiantes que han obtenido un nivel alto son personas que pueden encontrar buenas formas para manejar las dificultades diarias. Se desenvuelven bien en los departamentos de investigación y desarrollo, así como en el área de soporte técnico.

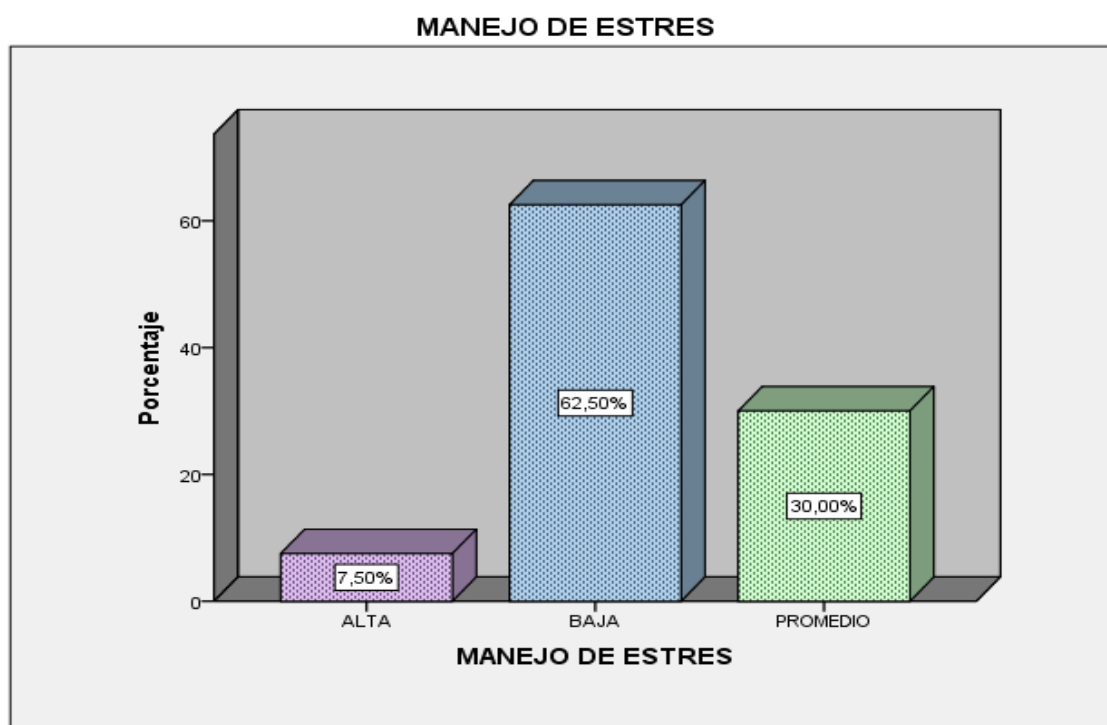
Tabla 4

MANEJO DE ESTRÉS

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	ALTA	3	7,5	7,5	7,5
	BAJA	25	62,5	62,5	70,0
	PROMEDIO	12	30,0	30,0	100,0
	Total	40	100,0	100,0	

Fuente: Test aplicado a los estudiantes del IX Ciclo de Enfermería de UCSUR - Chorrillos Lima 2018.

Gráfico 2



Este componente comprende la tolerancia al estrés y el control de los impulsos, según lo que se observa en la Tabla 3 se tiene que el 7.5 % tienen un nivel alto en el manejo del estrés, quiere decir que son capaces de resistir la tensión sin “desmoronarse” o perder el control. Son por lo general calmados, rara vez impulsivos y trabajan muy bien bajo presión.

La gran mayoría de los estudiantes 62.5 % tienen un nivel bajo en la competencia de manejo de estrés, quiere decir que existe limitaciones en capacidad para soportar eventos adversos, situaciones estresantes y fuertes emociones, así como es difícil tener un control de los impulsos: habilidad para resistir y controlar emociones.

El 30 % de los estudiantes tienen un nivel promedio en esta competencia del manejo del estrés.

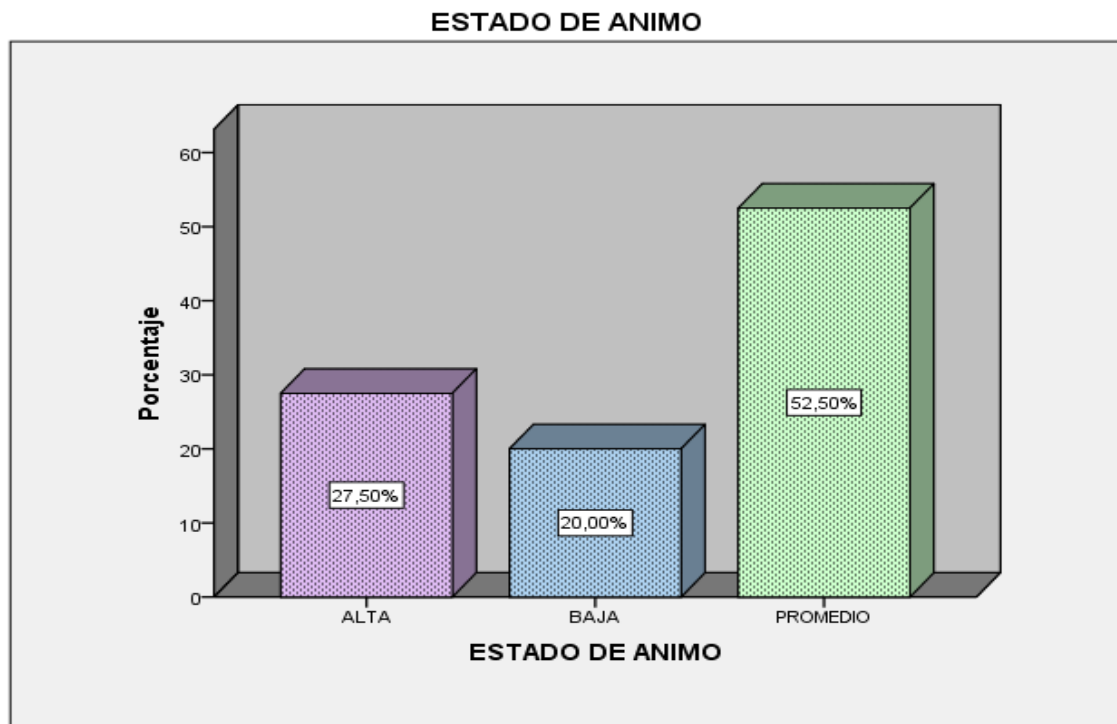
Tabla 5

ESTADO DE ANIMO

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	ALTA	11	27,5	27,5	27,5
	BAJA	8	20,0	20,0	47,5
	PROMEDIO	21	52,5	52,5	100,0
	Total	40	100,0	100,0	

Fuente: Test aplicado a los estudiantes del IX Ciclo de Enfermería de UCSUR - Chorrillos
Lima 2018

Gráfico 4



Esta competencia comprende los componentes denominados felicidad y optimismo capacidad para sentir satisfacción con nuestra vida.

Los resultados nos muestran que la mayor cantidad de estudiantes han desarrollado esta competencia en un nivel promedio, mientras que el 27,5 % se ubican en un desarrollo alto y el 20.00 % se encuadra en un nivel de desarrollo bajo.

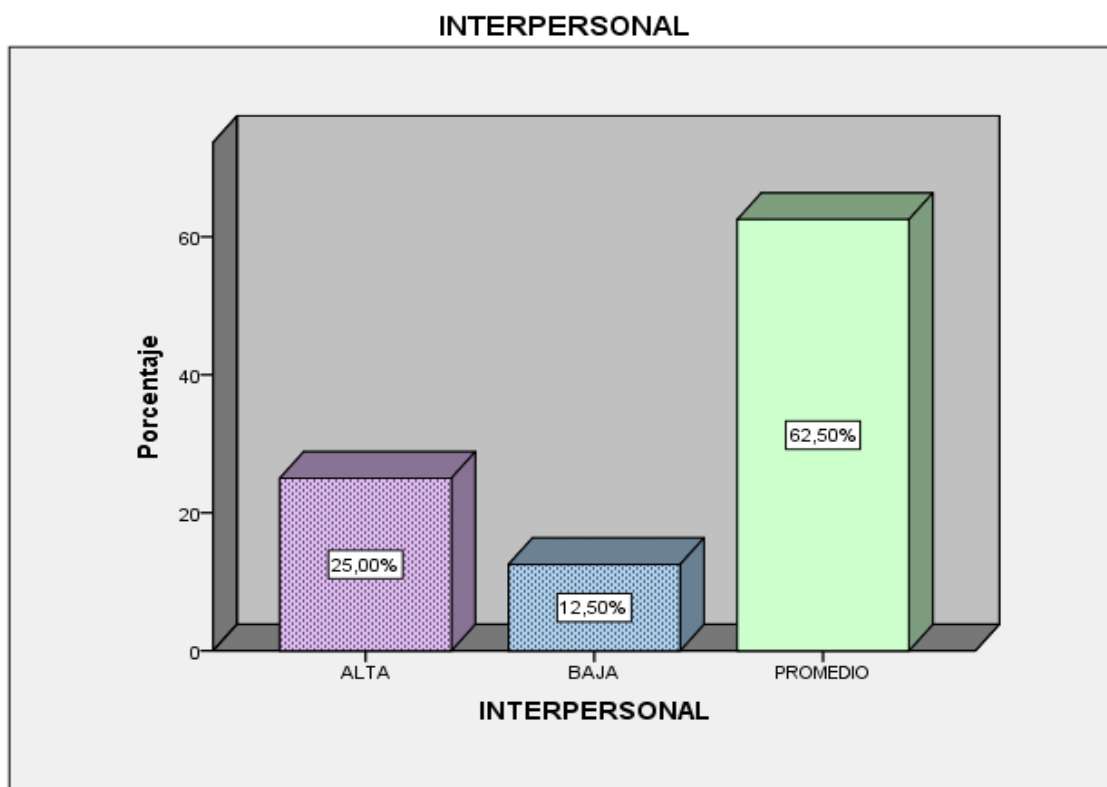
Tabla 6

INTERPERSONAL

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	ALTA	10	25,0	25,0	25,0
	BAJA	5	12,5	12,5	37,5
	PROMEDIO	25	62,5	62,5	100,0
	Total	40	100,0	100,0	

Fuente: Test aplicado a los estudiantes del IX Ciclo de Enfermería de UCSUR - Chorrillos
Lima 2018

Gráfico 5



Este componente abarca la empatía, las relaciones interpersonales y la responsabilidad social.

Los resultados que nos muestra la Tabla indica que el 62.5% de los estudiantes se poseen un desarrollo promedio de la competencia interpersonal, mientras el 12,5 está en un nivel bajo y un 25% en un nivel alto.

De esto se infiere que los estudiantes tienen un desarrollo normal promedio en la habilidad para sentir, comprender y apreciar los sentimientos de los demás.

De la misma manera poseen una capacidad promedio en establecer y mantener relaciones satisfactorias, caracterizadas por una cercanía emocional.

De la misma manera tienen una habilidad promedio para mostrarse como una persona cooperante, que contribuye, que es un miembro constructivo, del grupo social.

Los que se encuentran en un nivel alto se caracterizan por su capacidad de intimar con otros además de dar y recibir afecto.

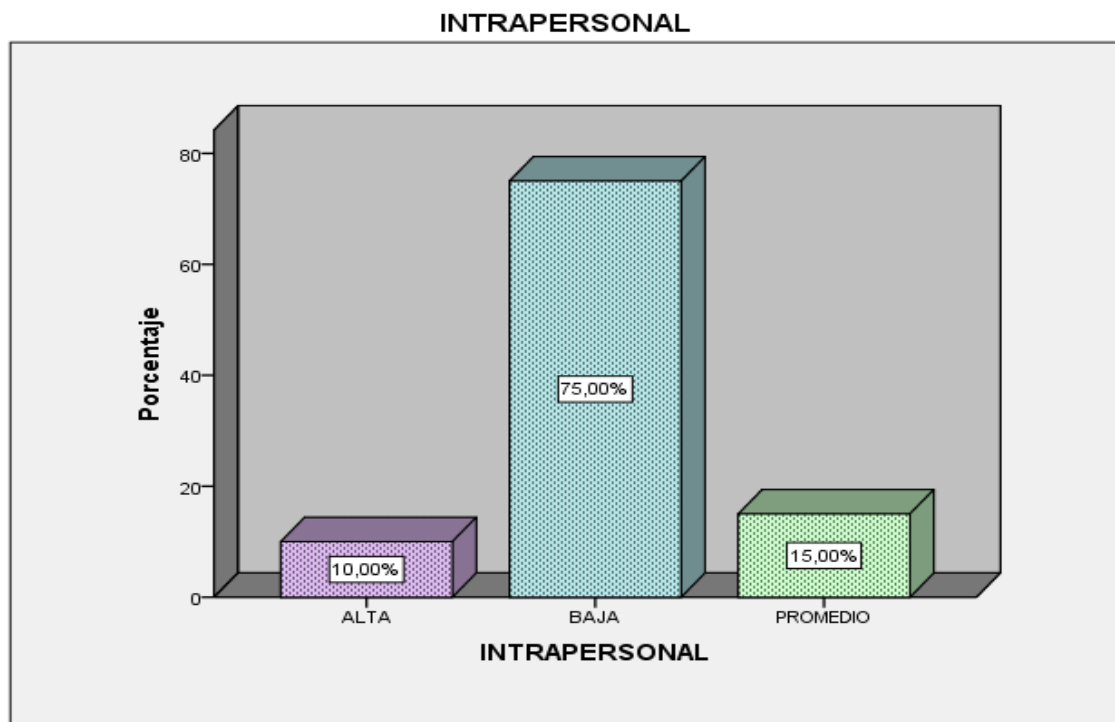
Igualmente se manifiesta por ser cooperadores, colaboradores y miembros constructivos de sus grupos sociales. Con frecuencia, son descritos como responsables y confiables. En este rubro también están comprendidos por personas concientes de los sentimientos de otros y que los valoran. Son sensibles a lo que otras personas sienten, pueden entender porque sienten lo que sienten.

Tabla 7

INTRAPERSONAL

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	ALTA	4	10,0	10,0	10,0
	BAJA	30	75,0	75,0	85,0
	PROMEDIO	6	15,0	15,0	100,0
	Total	40	100,0	100,0	

Fuente: Test aplicado a los estudiantes del IX Ciclo de Enfermería de UCSUR - Chorrillos
Lima 2018



La competencia intrapersonal comprende la comprensión emocional, la asertividad, el autoconcepto, la autorrelización y la independencia.

Los resultados nos muestran que el 10% d estudiantes ha logrado un desarrollo de la competencia intrapersonal en un nivel alto, un 75% en un nivel bajo y un 16% en el promedio.

Quiere decir que la mayoría de estudiantes presenta deficiencias en comprender sus propias emociones, para comprender sentimientos, diferenciarlos y conocer la razón de los mismos.

También se encuentra que la mayoría no son asertivos, es decir que no han desarrollado la habilidad para expresar sentimientos, creencias, sin dañar los sentimientos de los demás y, defender nuestros derechos de una manera no destructiva.

Así mismo existe debilidades en la capacidad para comprender, aceptar y respetarse a sí mismo, aceptando los aspectos positivos y negativos, así como las limitaciones.

También estos resultados nos muestran que la mayoría de los estudiantes presentan dificultades en la habilidad para realizar lo que realmente podemos, deseamos y se disfruta.

Junto a ello se identifica deficiencias en la capacidad para autodirigirse, sentirse seguro de sí mismo en nuestros pensamientos, acciones y, ser independientes emocionalmente para tomar decisiones.

Introducción

La presente propuesta didáctica **POPUESTA DIDÁCTICA PARA EL DESARROLLO DE COMPETENCIAS EMOCIONALES: “VIVIR”** basado en la Teoría de los Procesos Conscientes, Teoría Crítica de la Enseñanza, la Enseñanza Problémica, el Aprendizaje Cooperativo y en un enfoque constructivista, para mejorar del desarrollo de las competencias Emocionales, ofrece dos tipos de objetivos de que podrían dividirse de la siguiente forma: el primero de ellos referido a los Objetivos Generales y el segundo a Objetivos Específicos.

Como Objetivo General es ofrecer “herramientas cognitivas “ para el mejoramiento de la Inteligencia Emocional , principalmente definida por los factores que la componen; mientras que los Objetivos Específicos, aún sin salir, como es lógico de los objetivos relacionados con los contenidos emocionales generales, tendrían una proyección más práctica y dirigida a la constatación del efecto que nuestras acciones pueden tener en la práctica ordinaria de nuestras interacciones, y en especial en situaciones en las que nos encontramos con estudiantes relacionados laboralmente con nosotros, centrando principalmente nuestra exposición en lo que puede significar la Inteligencia Emocional aplicada en el comportamiento y en especial con el desarrollo de la autoeficacia Académica.

Pero tampoco se trata de ver dichos objetivos como una posibilidad de enseñanza o práctica que nos lleve a evitar problemas, en su sentido más negativista. Todos interactuamos en relaciones que podrían mejorar, aun cuando de por sí no sean problemáticas. Y en este sentido, el objetivo más positivo de nuestra perspectiva es la de una práctica que nos lleve a la optimización y mejora de nuestras relaciones entre nuestros estudiantes, o de equipo, favoreciendo la mejora de nuestras relaciones con mediante la reflexión sobre los roles desempeñados en las prácticas grupales, y el mejoramiento de la percepción que tiene el estudiante respecto al poder lograr sus metas académicas.

2.2.-Propuesta DIDÁCTICA PARA EL DESARROLLO DE COMPETENCIAS EMOCIONALES: “VIVIR”

2.2.1.- Fundamentación

La presente propuesta didáctica, PROPUESTA DIDÁCTICA PARA EL DESARROLLO DE COMPETENCIAS EMOCIONALES: “VIVIR”, se trata de una forma de implementar y desarrollar un tratamiento de la Inteligencia Emocional en donde se trabajara la facilitación de las interacciones sociales positivas y posibilidad de enfrentamiento efectivo con los problemas.

El origen de nuestras emociones está principalmente en nuestras interacciones sociales. Se trata por lo tanto de que aprendamos a mejorarlas sobre la base sólida de nuestro Autoconocimiento, capacidad de Autocontrol y de motivación hacia el otro. Pero todo ello significa una mayor capacidad de relación social satisfactoria, dando mayor importancia a la dimensión social, sin la cual no existe posibilidad de desarrollo personal.

Se refiere acerca de la Inteligencia emocional, referida a autores como Bar-On (1997), Cooper y Sawaf (1997), Goleman (1998), Gottman (1997) y Shapiro (1997) que publicaron aproximaciones al concepto de lo más diversas, propusieron sus propios componentes de la IE y elaboraron herramientas que debe poseer una persona emocionalmente inteligente.

Sin embargo, en esta propuesta didáctica se toma como un conjunto de habilidades personales, emocionales y sociales, y destrezas que influyen en nuestra habilidad para adaptarnos y para enfrentar a las demandas y presiones del medio, siendo un factor importante en la determinación de la habilidad para tener éxito en la vida, influyendo directamente en el bienestar general y en la salud emocional.

Esta resulta indispensable para la prevención de forma global en todos los ámbitos, con el fin de evitar hechos indeseados, y es el caso de la exposición marcada a problemas y a su poco exitoso afrontamiento - por ejemplo al estrés y que es un padecimiento que a grandes rasgos -, este plan busca optimizar las respuestas que debe tener un estudiante respecto a la percepción de sí mismo, frente a las demandas de una vida académica, en el cual él deba sentirse capaz de poder responder exitosamente a la misma. Así como aproveche el desempeño en el transcurso del proceso, no suponiendo nunca un riesgo ni condición de peligro ni para él ni para otros, sean o no de la institución, al reducir la probabilidad del hecho indeseado (error, fallo, condición insegura, etc.).

El desarrollo de un programa o modelo de Inteligencia Emocional, pretende reducir estos episodios a través de una gestión preventiva que permitirá reconocer los alcances de la

intervención en la optimización de los procesos como el aprovechamiento o autoeficacia académica.

2.2.2.- Finalidad

Objetivos:

1. Objetivos generales:

- Mejorar las Competencias Emocionales en sus expresiones de manejo de su vida interna y de su expresión social

2. Objetivos específicos:

- Incremento del Autoconocimiento Personal y de una visión más objetiva de mis posibilidades reales.
- Favorecer del Propio Autocontrol Emocional, como base segura sobre la que establecer las propias relaciones efectivas.
- La mejora de la Automotivación

2.2.3.-Metodología:

En las sesiones educativas se basan principalmente en los siguientes momentos, que facilitan un aprendizaje vivencial y aplicativo, en los líderes escolares.

- ✓ Momento de animación
- ✓ Momento de la motivación y recojo de los saberes previos
- ✓ Momento de presentación de los contenidos temáticos
- ✓ Momento de la aplicación práctica la teoría
- ✓ Momento de la evaluación de los temas aprendidos

Dichos momentos están basados en el enfoque de aprendizaje del constructivismo, en la cual considera a la sesión educativa como un proceso orientado a facilitar aprendizajes y competencias que permitan mejorar el desempeño y resolver situaciones críticas.

El aprendizaje de los adultos

- La capacitación de adultos funciona, no como una enseñanza académica, magisterial, intelectualista, sino como un aprendizaje vivencial, activo, participante y práctico. En rigor, nadie enseña a nadie. El punto focal es el aprendizaje de los miembros de un grupo.
- No se viene a aprender una cantidad “X” de conocimientos, sino también, y sobre todo, actitudes, habilidades y conductas. El aprendizaje se traduce en desarrollo de habilidades y destrezas y en cambios de actitudes y conductas.
- Hay que crear una comunidad de aprendizaje entre los participantes; propiciar la dinámica de dar y recibir; vivir los procesos de experimentar, compartir, interpretar, generalizar y aplicar. En el grupo cada uno será factor de cambio para los compañeros. Por ello el grupo es reducido.
- El conductor del aprendizaje no es un profesor, sino un facilitador, un animador, un coordinador. No es una figura de autoridad; no es “el que sabe”, sino el que asiste y ayuda en una búsqueda común.
- El aprendizaje vivencial es significativo; la dirección no está dada con base en los programas de alguien, sino en los intereses de los estudiantes en el “aquí y ahora”.
- Hay que tener presente una precaución: el aprendizaje que implica cambios en la organización de la propia vida tiende a ser percibido como amenaza. Es necesario estar preparados cuando surjan aquí y allá resistencias al cambio: algunas de ellas abiertas, otras sutiles y enmascaradas.
- Independientemente de la intención que tenga la Institución al enviar a su personal a tal o cual seminario, esta capacitación queda diseñada para favorecer antes a los individuos que a las instituciones.

2.2.4.- Orientaciones generales para el uso del módulo

La Propuesta Didáctica, denominado: PROPUESTA DIDÁCTICA PARA EL DESARROLLO DE COMPETENCIAS EMOCIONALES: “VIVIR”, es de carácter de intervención de inteligencia emocional el cual se propone desarrollarlo en seis módulos:

MÓDULO I: AUTOESTIMA

Sesión 1: Mi autoestima

Sesión 2: Reconozco mis cualidades y Defectos

MÓDULO II: COMUNICACIÓN

Sesión 1: Aprendiendo a comunicarnos

Sesión 2: Aprendiendo a comunicarnos II

MÓDULO III: CONTROL DE EMOCIONES Y DE ESTRÉS

Sesión 4: Control de la IRA I

Sesión 5: Control de la IRA II

MÓDULO IV: TOMA DE DECISIONES Y PROYECTO DE VIDA

Sesión 6: Pienso antes de actuar

Sesión 7: Planifico mi futuro

MÓDULO V: VALORES

Sesión 8: Reflexiono sobre los valores

MÓDULO VI: SOY LIDER

Sesión 9: Liderazgo

En este sentido se brindará algunas orientaciones de carácter técnico que permita el adecuado uso del presente modulo educativo.

2.2.5. Condiciones y actitudes para facilitar la sesión educativa:

Debemos tomar en cuenta que el facilitador asume el rol de organizador de procesos y orientador de los aprendizajes por ello debe contar con ciertas condiciones y poner en práctica determinadas actitudes durante el desarrollo de la sesión educativa:

- Preparar con anticipación los materiales a utilizar en la sesión
- Debe contar con conocimientos sobre habilidades para la vida, convivencia saludable y prevención de la violencia como de otros temas a fines a las temáticas de las sesiones
- Mostrar una actitud de motivación ante el grupo de trabajo, lo cual permita contagiar el buen ánimo a los participantes por el desarrollo de la sesión
- Se debe mostrar amable, respetuoso y tolerante con las y los participantes.
- Debe mostrarse de manera creativa y flexible ante las situaciones que se puedan presentar durante la sesión buscando mantener la motivación y el orden necesario para la sesión de aprendizaje

2.2.6.- Modalidad de aplicación de los módulos y de la sesión educativa:

El presente modulo educativo ha sido diseñado para ser aplicado de forma grupal, llegando a desarrollar las sesiones educativas en las aulas con un número aproximado de 20 participantes por grupo, requiriendo las sesiones un tiempo aproximado de 120 a 130 minutos.

2.2.7.-Organización de la sesión:

Se recomienda que el desarrollo de las sesiones educativas se lleve a cabo en forma semanal, tomando en consideración la siguiente pautas de organización de la sesión:

Realizar las sesiones educativas en forma semanal.

- Establecer las coordinaciones con la debida anticipación con las autoridades de la institución educativa (Director, coordinador y tutores) a fin de contar con la participación

activa en la implementación y ejecución de las sesiones educativas (facilidades de permiso de participación del personal ,horarios, materiales, infraestructura y equipos)

- El tiempo de duración de la sesión educativa es de aproximadamente 120 minutos.
- La cantidad de integrantes por grupo a capacitar es de máximo de 20 participantes
- Los participantes no deben estar informados sobre el tema de la sesión, con la finalidad de que ellos con los ejercicios prácticos puedan lograr identificarlo
- Las técnicas participativas, los ejercicios prácticos y los contenidos de los mismos pueden adaptarse al contexto de los grupos a capacitar y de las situaciones observadas

2.2.8. Evaluación:

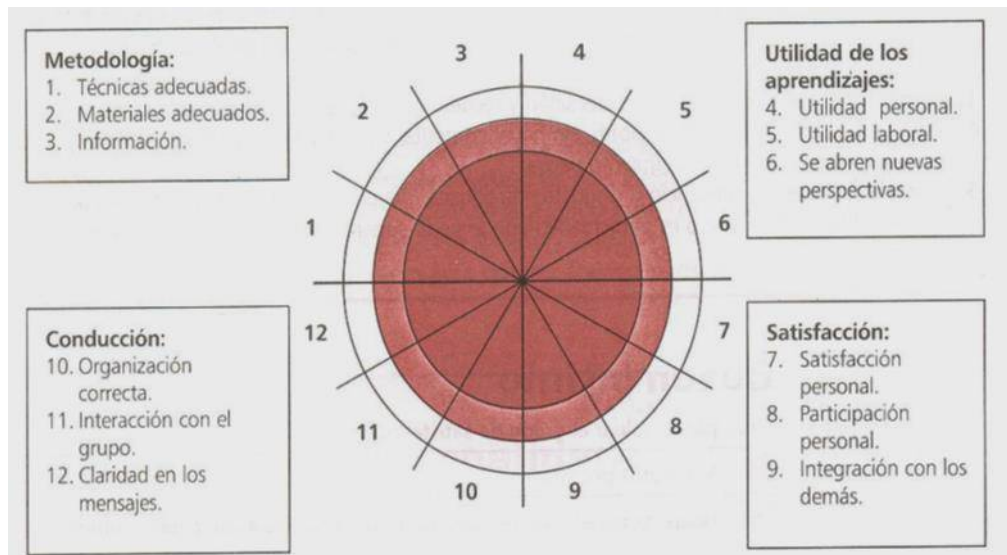
Mediante la autoevaluación los estudiantes pueden reflexionar y tomar conciencia acerca de sus propios aprendizajes y de los factores que en ellos intervienen. En la autoevaluación se contrasta el nivel de aprendizaje con los logros esperados en los diferentes criterios señalados en el currículo, detectando los avances y dificultades y tomando acciones para corregirlas. Esto genera que el estudiante aprenda a valorar su desempeño con responsabilidad.

Desarrollo:

Se trata de evaluar los aspectos del taller y expresar la satisfacción personal pegando stickers de colores del tablero

1.- Preparación:

Prepare un tablero con el dibujo de un sol de tres anillos y rayos que lo dividen en doce secciones. Escriba a los cuatro costados las categorías a evaluar y los puntos específicos de cada categoría.



Procedimiento:

1. Presentamos el tablero, leemos y explicamos el significado de categoría y subcategoría, así como de cada color:
 - ✓ Anillo central rojo: Logro total, muy satisfactorio.
 - ✓ Anillo Medio naranja: logro parcial, mediana satisfacción.
 - ✓ Anillo externo amarillo: poco o ningún logro, poca o ninguna satisfacción.
2. Entregue tres paquetes de etiquetas (rojas, amarillas, blancas) y explique el procedimiento :

Los participantes analizan cada categoría y rubro y seleccionan la etiqueta del color, según su grado de satisfacción.

Pegan la etiqueta en la sección que corresponde (color y ubicación) en el tablero.

Se sale del aula y se les da la libertad para que den su opinión.

Nº	MÓDULO	NOMBRE DE LAS SESIONES	SEMANAS															
			01	02	03	04	05	06	07	08	09	10	11	12	13	14	15	16
01	I. AUTOESTIMA	-Mi autoestima es importante	X	X														
02		-Reconozco mis cualidades y defectos		X	X													
03	II. COMUNICACIÓN	-Aprendiendo a comunicarnos I				X	X											
04		-Aprendiendo a comunicarnos II					X	X										
05	III. CONTROL DE EMOCIONES Y DEL ESTRÉS	-Control de la ira I							X	X								
06		- Control de la ira II								X	X							
07	IV. TOMA DE DECISIONES Y PROYECTO DE VIDA	-Pienso antes de actuar										X	X					
08		-Planifico mi futuro											X	X				
09	V. VALORES	-Reflexiones sobre los valores													X	X		
10	VI.SOY LIDER	-Liderazgo															X	X

IV.- CONCLUSIONES

1. Se diseñó una propuesta didáctica, bajo la modalidad de un programa, basada en la teoría del cuidado humano y la inteligencia social para contribuir a mejorar las competencias emocionales en los estudiantes del IX ciclo de la carrera profesional de enfermería de la Universidad Científica Sede Chorrillos 2018
2. Se ha determinado que el desarrollo de las competencias emocionales se encuentra en un nivel promedio en los estudiantes del IX ciclo de la carrera profesional de enfermería de la Universidad Científica Sede Chorrillos 2018
3. Se elaboró el marco teórico de la investigación, basado en las teorías que dan sustento a la investigación.
4. Se fundamentó la propuesta didáctica teoría del cuidado humano y la inteligencia social
5. Se consiguió diseñar una propuesta didáctica bajo la modalidad de un programa basada en la teoría del cuidado humano y la inteligencia social para contribuir a mejorar las competencias emocionales en los estudiantes del IX ciclo de la carrera profesional de enfermería de la Universidad Científica Sede Chorrillos 2018

V.- RECOMENDACIONES

- 1.- La carrera profesional de enfermería de la Universidad Científica Sede Chorrillos, debe promover el desarrollo de las competencias emocionales entre sus estudiantes
- 2.- La carrera profesional de enfermería de la Universidad Científica Sede Chorrillos debería incluir en su programación cocurricular el programa elaborado como propuesta didáctica.
- 3.-Se debe socializar la propuesta elaborada entre los docentes la carrera profesional de enfermería de la Universidad Científica Sede Chorrillos, para ver la posibilidad de discutirla y enriquecerla.

REFERENCIAS

- Agencia Nacional de Evaluación de la Calidad y Acreditación. (2004). *Libro Blanco, Título de Grado de Enfermería*. Madrid: ANECA.
- *Área de Programas Educativos*. (9 de Mayo de 2012). Obtenido de Consejería de Educación Dirección Provincial de Educación Palencia: <http://www.apepalen.cyl.com/principal.php?var2=5>
- Bar-On, R. (1997). *The Emotional Quotient inventory (EQ-I): Technical Manual*, . Toronto, Canadá: Multi-Health Systems.
- Belzunce, M & Danvila del Valle, I & Martinez-López, F. (2011). *Guía de competencias emocionales para directivos*. Madrid: ESIC.
- Beneitone, P. &. (Ed.). (2007). *Reflexiones y perspectivas de la Educación Superior en América Latina Informe Final – Proyecto Tuning –América Latina 2004-2007*. Bilbao: Universidad de Deusto.
- Blanco, A. (2009). *Desarrollo y evaluación de competencias en educación superior*. . Madrid: Narcea.
- Congreso de la República. (3 de julio de 2014). Ley N° 30220. *Ley N° 30220- Ley Universitaria*. Lima, Perú: Congreso de la República.
- Córdoba, M. (febrero-mayo de 2016). Reflexión sobre la formación investigativa de los estudiantes de pregrado. *Revista Virtual Universidad Católica del Norte* (47), 20-37. Obtenido de <http://revistavirtual.ucn.edu.co/index.php/RevistaUCN/article/view/740/1266>
- Dirección Regional de Educación de Cajamarca. (2016). *Plan Operativo Institucional – POI 2016*. Cajamarca: Dirección regional de Educación de Cajamarca.
- Fernández, P & Extremera, N. (2005). La inteligencia emocional y la educación de las emociones desde el modelo de Mayer y Salovey. *Revista Interuniversitaria de*

Formación de Profesorado, IX(3). Recuperado el 28 de noviembre de 2014, de www.redalyc.org/pdf/274/27411927005-pdf

- Goleman, D. (1995). *La Inteligencia Emocional*. Barcelona: Kairós.
- Goleman, D. (2006). *La Inteligencia Social*. México: Paidós.
- Gonzales, J & Wagenaar, R. (2004). *Tuning Educational Structures in Europe. Informe Final Proyecto Piloto - Fase 1* (Tercera reimpresión ed.). (J. & Gonzales, Ed.) Bilbao: Universidad de Deusto.
- González, H. (Julio – Diciembre de 2011). Formación investigativa para la educación superior desde una perspectiva pedagógica. *Revista Científica* (14), 72-79.
- Gutiérrez, O. (2005). Educación y entrenamiento basados en el concepto de competencia: Implicaciones para la acreditación de programas de Psicología. *Revista Mexicana de Psicología*(22), 253-270.
- Kérouac S & Pepin J & Ducharme F & Duquette A & Major F. . (1996). *El Pensamiento Enfermero*. Barcelona: Masson.
- Le Boterf, G. (2001). *Ingeniería de las competencias*. Barcelona: Ediciones Gestión 2000.
- LEY N° 30220. (9 de julio de 2014). *Ley Universitaria*. Lima, Perú: Diario Oficial El Peruano.
- Londoño, M. (2008). *Cómo sobrevivir al cambio: Inteligencia emocional y social en la empresa*. . Recuperado el 28 de noviembre de 2014, de http://books.google.com.pe/books?id=WUFg_cLyhHEC&printsec=frontcover&hl=es&source=gbs_ge_summary_r&cad=0#v=on
- Machado, E & Montes de Oca, N & Mena, A. (2008). El desarrollo de habilidades investigativas como objetivo educativo en las condiciones de la universalización de la educación superior. *Revista Pedagogía Universitaria* , XIII(1).
- Marrero O & Pérez, M. (febrero de 2014). Competencias investigativas en la educación superior. *RES NON VERBA*, 55-69.

- Marriner A & Raile M. . (2003). *Modelos y teorías de enfermería*. Madrid: Elsevier Mosby.
- Martínez, D & Márquez, D. (2014). Las habilidades investigativas como eje transversal de la formación para la investigación. *Tendencias Pedagógicas*(24), 347-360.
- MINEDU. (07 de marzo de 2019). *ESCALE*. Recuperado el 08 de Mayo de 2015, de http://escale.minedu.gob.pe/magnitudes-portlet/reporte/cuadro?anio=25&cuadro=443&forma=U&dpto=15&prov=1501&dist=150108&dre=&tipo_ambito=ambito-ubigeo
- Mora, F. (2013). *Neuroeducación*. Madrid: Alianza Editorial SA.
- Mora, F. (2011). ¿Qué son las emociones? En R. Bisquerra, *¿Cómo educar las emociones?. La inteligencia emocional en la niñez y la adolescencia* (págs. 14-23). Barcelona: Gráfica Campás.
- Municipalidad Distrital de Chorrillos. (2019). *Municipalidad Distrital de Chorrillos*. Obtenido de <http://www.munichorrillos.gob.pe/distrito/ubicacion-y-poblacion>
- Municipalidad Provincial de Cajamarca. (2013). *Plan De Desarrollo Concertado (PDC) Provincia de Cajamarca al 2021*. Cajamarca: Municipalidad Provincial de Cajamarca.
- Municipalidad Provincial de Cajamarca. (13 de julio de 2016). *Municipalidad Provincial de Cajamarca*. Obtenido de <http://www.municaj.gob.pe/geografia.php>
- Municipalidad Provincial de Cajamarca A. (28 de agosto de 2016). *Municipalidad Provincial de Cajamarca*. Obtenido de <http://www.municaj.gob.pe/conquista.php>
- *Real Academia Española - RAE*. (2012). Obtenido de <http://lema.rae.es/drae/?val=programa>
- Rodríguez, A. (2007). Las competencias en Espacio Europeo de Educación Superior. *Humanismo y Trabajo Social*, 06, 139-153.

- Sánchez, G. (2013). *Las emociones en la práctica enfermera*. Barcelona: Univeersidad Autónoma de Barcelona.
- Tuning, P. (2007). *Reflexiones y perspectivas de la educación superior en América Latina (Informe final Proyecto Tuning-América Latina 2004-2007)*. Bilbao: Universidad de Deusto.
- Universidad Científica del Sur. (2019). *Universidad Científica del Sur*. Obtenido de <https://www.cientifica.edu.pe/ciencias-la-salud/enfermeria/mision-y-vision>
- Universidad Nacional de Cajamarca. (20 de setiembre de 2017). *Facultad de Educación*. Obtenido de <http://www.unc.edu.pe/eap-educacion/educacion>
- Universidad Nacional de Cajamarca. (2017). *Modelo Educativo de la UNC.Modelo Contextual basado en el estudiante*. Cajamarca: UNC.
- Vásquez, E. (1996). *Elementos de Estadística*. Lambayeque: Fondo Editorial FACHSE - UNPRG.
- Vera, F. (agosto de 2016). Infusión de habilidades blandas en el currículo de la educación superior: clave para el desarrollo de capital humano avanzado” | Páginas 53 a 73. *Revista Akademèia*, 7 (1), 53-73.
- Villarroel, V & Bruna D. (2014). Reflexiones en torno a las competencias genéricas en educación superior: Un desafío pendiente. *Psicoperspectivas*(13), 23-34.
- Watson, J. (2007). *Nursing: human science and human care: a theory of nursing*. . Sudbury (Massachusetts): : Jones and Bartlett Publishers.
- Wikipedia. (20 de setiembre de 2017). *Wikipedia. La enciclopedia libre*. Obtenido de <https://es.wikipedia.org/wiki/Cajamarca>
- Wikipedia. La enciclopedia libre. (20 de febrero de 2019). *Universidad Científica del Sur*. Obtenido de https://es.wikipedia.org/wiki/Universidad_Cient%ADfica_del_Sur
- Zamora, N. (Julio-Diciembre de 2014). La formación investigativa de los estudiantes: un problema aún por resolver. *Escenarios*, 2(12), 76-85.

ANEXOS

Test de BARON ICE

Instrucciones:

En el casillero de Puntale Directo (P. Directo), anote el puntaje que Ud. Considere se acerca a su modo de pensar . Emplee los siguientes criterios :

Ponga 1 : Si la frase coincide con su forma de actuar en **muy raras veces**

Ponga 2 : Si la frase coincide con su forma de actuar en **Raras veces .**

Ponga 3 : Si la frase coincide con su forma de actuar a **Menudo**

Ponga 4 : Si la frase coincide con su forma de actuar **Muy a Menudo**

Nº		P. Directo
1	Me gusta divertirme.	
2	Soy muy bueno (a) para comprender cómo la gente se siente.	
3	Puedo mantener la calma cuando estoy molesto.	
4	Soy feliz.	
5	Me importa lo que les sucede a las personas.	
6	Me es difícil controlar mi cólera.	
7	Es fácil decirle a la gente cómo me siento.	
8	Me gustan todas las personas que conozco.	
9	Me siento seguro (a) de mi mismo (a).	
10	Sé cómo se sienten las personas.	
11	Sé cómo mantenerme tranquilo (a).	
12	Intento usar diferentes formas de responder las preguntas difíciles.	
13	Pienso que las cosas que hago salen bien.	
14	Soy capaz de respetar a los demás.	

15	Me molesto demasiado de cualquier cosa.	
16	Es fácil para mí comprender las cosas nuevas.	
17	Puedo hablar fácilmente sobre mis sentimientos.	
18	Pienso bien de todas las personas.	
19	Espero lo mejor.	
20	Tener amigos es importante.	
21	Peleo con la gente.	
22	Puedo comprender preguntas difíciles.	
23	Me agrada sonreír.	
24	Intento no herir los sentimientos de las personas.	
25	No me doy por vencido (a) ante un problema hasta que lo resuelvo.	
26	Tengo mal genio.	
27	Nada me molesta.	
28	Es difícil hablar sobre mis sentimientos más íntimos.	
29	Sé que las cosas saldrán bien.	
30	Puedo dar buenas respuestas a preguntas difíciles.	
31	Puedo fácilmente describir mis sentimientos.	
32	Sé cómo divertirme.	
33	Debo decir siempre la verdad.	
34	Puedo tener muchas maneras de responder una pregunta difícil, cuando yo quiero.	
35	Me molesto fácilmente.	
36	Me agrada hacer cosas para los demás.	
37	No me siento muy feliz.	
38	Puedo usar fácilmente diferentes modos de resolver los problemas.	

39	Demoro en molestarme.	
40	Me siento bien conmigo mismo(a)	
41	Hago amigos fácilmente.	
42	Pienso que soy el(la) mejor en todo lo que hago.	
43	para mí es fácil decir a las personas como me siento	
44	Cuando respondo preguntas difíciles trato de pensar en muchas soluciones	
45	Me siento mal cuando las personas son heridas en sus sentimientos.	
46	Cuando estoy molesto (a) con alguien, me siento molesto (a) por mucho tiempo.	
47	Me siento feliz con la clase de persona que soy.	
48	Soy bueno (a) resolviendo problemas.	
49	Para mí es difícil esperar mi turno.	
50	Me divierte las cosas que hago.	
51	Me agradan mis amigos.	
52	No tengo días malos.	
53	Me es difícil decirle a los demás mis sentimientos.	
54	Me fastidio fácilmente.	
55	Puedo darme cuenta cuando mi amigo se siente triste.	
56	Me gusta mi cuerpo.	
57	Aún cuando las cosas sean difíciles, no me doy por vencido.	
58	Cuando me molesto actúo sin pensar.	
59	Sé cuándo la gente está molesta aun cuando no dicen nada.	
60	Me gusta la forma como me veo.	

Muchas Gracias

POPUESTA DIDÁCTICA PARA EL DESARROLLO DE COMPETENCIAS EMOCIONALES: “VIVIR”

Módulo I AUTOESTIMA

Sesión I Mi autoestima es importante

Objetivo: Capacitar y sensibilizar sobre la importancia de desarrollar una adecuada autoestima.

Actividad	Objetivo	Metodología	Descripción	Tiempo	Recursos	Observaciones
Inscripción de participantes	Contar con un directorio de las participantes. Que las participantes se reconozcan unos con otros.		Anotar datos relevantes a nombres, edad, grad. etc. En una hoja de listado ; colocación de solapines de nombres de pila	10'	Listado impresos y solapines hechos en cartulina	
Presentación del taller y de los objetivos	Que las participantes conozcan y se identifiquen con las metas del trabajo Crear un clima de confianza .	Expositiva y participativa	Presentación de los objetivos, del facilitador con una exposición breve.	10	Papelografos y plumones de color	
Dinámica de animación	Animar, integrar al grupo	Participativa	Dinámica de los saludos; nombre y	5	Equipo de Discman y CD de animación	

			plato favorito. “Ana cebiche” por ejemplo			
Normas de Convivencia	Incorporar normas que faciliten la interacción en el taller	Participativa	Mediante la técnica de Lluvias de ideas, se recepcionará los acuerdos que como grupo establezcan para el desarrollo del taller.	20	“ Papelografos y plumones de color, cintas masking tape	
Presentación del tema a tratar	Generar interés en los asistentes en el tema y motivar su participación del taller	Expositivo	Con ayuda de TV y DVD , se proyectara un video referido al tema. Se utilizara la técnica de “lluvia de ideas”, a fin de recoger las ideas en torno al video.	20´	Papelografos y plumones de color, cintas masking tape	
Dinámica: “El imán Humano”	Animación y motivación	Participativa dinámica ,	Se les pedirá que en parejas, uno haga las veces de imán con su mano derecha, y el otro compañero el de metal. La mano derecha es el imán y la nariz del compañero es el metal y deberá seguir la mano del compañero tratando de que realice movimientos de arriba	10´	Asistentes	

			abajo, de costado e incluso situaciones graciosas.			
Diseño de Mi Auto imagen	Identificar el grado de aceptación y/o creencias respecto a la imagen que se proyecta hacia los demás	Dinámico y participativo	En 2 papelotes por c/participante se dibuja el contorno de la figura física en parejas (A a B y viceversa) luego de ello se pide que cada uno destaque en su silueta lo siguiente: Lo que más le gusta de sí, Lo que admiran lo demás de uno, lo que más le desagrada, lo que le molesta a los demás, lo que más le identifica.	40	2 papelotes por c/u pegados en vertical. Plumones gruesos de color	
Dinámica de cierre	Despedir a los asistentes con una reflexión	Expositiva y participativa	El facilitador , expondrá palabras de reflexión de la reunión e invitara a que los asistentes se despidan dándose uno a uno un abrazo o la mano como despedida	10´	Participantes	

Modulo I AUTOESTIMA

Sesión II Reconozco mis cualidades y Defectos

Actividad	Objetivo	Metodología	Procedimiento	Tiempo	Materiales	Observaciones
Dinámica de animación	Animar, integrar al grupo	Participativa	El facilitador invita a bailar al compás de una música, abrazándose a un número progresivo de compañeros, hasta llegar a un abrazo final. Hay que tener en cuenta que no quede ningún participante sin ser abrazado.	5	Diskman	
Dinámica :Cartel en la espalda	Propiciar el crecimiento de la autoestima en la relación con los demás	Participativa	A c/u de los asistentes, se le colocara en la espalda una hoja de papel en blanco sujeto con cinta adhesiva y se les entregará un plumones. El facilitador indica que caminen por todo el salón pausadamente y que escriban, en el papel de cada participante, uno o varios rasgos que caracterizan su forma de ser. Luego de ello el animador pedirá a los participantes digan como se han sentido, y si se sienten a gusto con la imagen que tienen los otros de ellos.	20	Hojas Bond A-4 por cada participante. Cinta Masking tape.	
Dinámica : El cofre	Fortalecer las habilidades y cualidades personales	Participativa y vivencial	El animador entregara un cofre que se ira pasando a c/u de los participantes, dicho cofre tiene un espejo en el fondo en el cual se observara un momento el participante. El animador reforzara la	15	Caja forrada (de zapatos) en la cual hay un espejo en el fondo	

			importancia de c/u con sus habilidades, cualidades y defectos. Las personas más importantes.			
Dinámica : Rueda de la Autoestima	Fortalecer la Autoestima a través del reconocimiento de los demás La idea es que ellos experimenten el reconocimiento, y reciban caricias positivas.	Participativa y vivencial	El Facilitador pedirá a los participantes que formen dos círculos humanos, agarrados de la mano, uno de los círculos estará adentro – el mas pequeño; los participantes de este, miraran hacia adentro del circulo y cerraran los ojos. Mientras el círculo grande caminara en el sentido de las agujas del reloj. El Facilitador pedirá a los que están en el circulo grande que caminan y que el pronunciará una serie de cualidades, que ellos tendrán que identificar en sus compañeros tocándoles el hombro, en reconocimiento de esta cualidad en ellos – los del circulo pequeño. Luego de 5 minutos, se invertirá el papel, siendo que los que están dentro – circulo pequeño harán lo mismo y los de afuera cerraran los ojos. El facilitador preguntara como se sintieron	20		
Dinámica : Heridas de la Autoestima	Evaluar los niveles de maltrato y su impacto en la autoestima		En un estado de relajación y con los ojos cerrados, se les pide a c/u que retrocedan imaginariamente en el tiempo y que identifiquen los maltratos	30	Hojas A-4 diagramada Cinta Masking tape	

			o heridas que han recibido en su autoestima. Luego de ello se les entregara una hoja en blanco diagramada en cuadrados pequeños y se les solicitara que rasguen una cantidad de cuadrados por cada herida que recuerden. Luego se les hará una reflexión, y se pedirá que reconstruyan su autoestima y se dará una reflexión.			
Dinámica de las caricias	Que las participantes desarrollen la aceptación a recibir y dar afecto	Participativa y Vivencial	El facilitador invita al grupo – en círculo sentados- expresen y den afecto al oso imaginando se trate de un ser querido – hablando y tocando; al final de la rueda la participante expresa ese afecto a su compañera de la derecha hasta completar el círculo.. Se les pide expongan sus vivencias.	20´	1 peluche , de preferencia un osito	
Dinámica de cierre : El Nudo	Que las participantes se retiren de la sesión fortalecidas y experimenten “calor” de amistad	Participativa	Las participantes en círculo cogiendose de las manos y guiadas por el facilitador formen un nudo humano, enredándose hasta lo más que pueda, el facilitador les referirá que ese nudo significa la unidad y fortaleza. Pero que también el desarrollo significa saber desatar aquellos nudos que no nos permite desarrollar y así extender nuestras oportunidades de desarrollo e invitara a desenredarse sin soltarse.	10´	Solo música de fondo	

Modulo II COMUNICACIÓN

Sesión I Aprendiendo a comunicarnos I

Objetivo: Que los participantes conozcan las características de una comunicación funcional y asertiva, como forma de estilos saludable de vida

Actividad	Objetivo	Metodología	Procedimiento	Tiempo	Recursos	Observaciones
Recepción de Participantes	Acogida y Socialización		Palabras de Bienvenidas	5´	Participantes	
Tema : Saber Escuchar Dinámica	Resaltar la importancia de la escucha en la comunicación	Participativa	Dinámica mixta: se harán grupos de 2 y 3 participantes. La técnica consiste en que uno de los participantes de las parejas y, uno del trío sale afuera del aula y se queda n los restantes, al ingresar el que salio lo deberán de ignorar. Por 2 minutos, luego se preguntaran como se han sentido y se hará la reflexión.	20´	Participantes	
Tema : Saber Escuchar - Teoría	Resaltar la importancia de la escucha en la comunicación	Expositiva	Exponer el tema de :Comunicación Funcional y Disfuncional	10	Participantes	
Tema: Estilos de Comunicación Dinámica	Que diferencian los estilos : Agresivos, Pasivos y Asertivos	Expositiva	Representar los estilos a través de figuras: Ratón para el Pasivo, Dragón para el Agresivo y Ser Humano para el Asertivo; las que serán pegadas en la pizarra y el participante visualizara a través de estas como son los estilos de comunicación.	15	Tarjetas con dibujos de ratón, Dragón y Ser Humano.	

Tema: Estilos de comunicación- Socio drama	Que diferencian los estilos : Agresivos, Pasivos y Asertivos	Participativa y vivencial	Que representen los diferentes estilos de comunicación a través de las historias propuestas. Se formaras grupos de 4 miembros y se les entregara historias que representaran.	20	Hojas con historias propuestas	
Me comunico claramente y con precisión	Que los y las participantes utilicen mensajes con claridad y precisión que les permitan un mejor entendimiento con las personas.	Expositivo	Se les pedirá a los participantes que formen grupos de 4 , y a cada grupo se entregara situaciones que el grupo buscara transformarlos en mensaje precisos y claros ; por ejemplo : <ol style="list-style-type: none"> 1. pedir permiso al padre para salir un fin de semana. 2. Justificar un incumplimiento con una tarea., etc. Al final el facilitador invitara a los grupos a exponerlo y pedir la opinión de los demás , finalizando con una reflexión del facilitador	25	Hoja de situaciones.	
Tema : Comunicación Emocional	Que los participantes discernan y se permitan dar caricias positivas.		Se expondrá sobre lo que son caricias, Positivas y Negativas, Condicionales e Incondicionales. ECONOMIA DE LAS CARICIAS	10		
Dinámica de Cierre	Fortalecer lo aprendido en la sesión		Que cada participante tenga n globo de su color favorito y un pequeño papelito en el cual pondrá sus buenos deseos para alguien – sin que sepa a quien- y pondrá su nombre y lo inflara. luego de ello todos los participantes lo	15		

			arrojaran al aire y cojera un globo distinto al que tuvieron y cuando lo indique el facilitador les dirá que lo revienten y cada uno lea el mensaje y agradezca a el que lo escribió.			
--	--	--	---	--	--	--

Modulo II COMUNICACIÓN

Sesión II Aprendiendo a comunicarnos II

Actividad	Objetivos	Metodología	Procedimiento	Tiempo	Recursos	Observaciones
Bienvenida	Establecer un clima calido y cordial	Expositivo	Expresión de saludo entre el facilitador y los participantes	5´	Participantes	
Dinámica de barreas de comunicación	Sensibilizar a los participantes en el tema	Participativo	Se pide que formen parejas, y se les invita a que se imaginen que han nacido pegados de los costados, o tal vez de la cabeza, etc.; y se les dice que pasaría si ustedes cada uno por su cuenta uno quiere ir al estadio y el otro al cine. Se les invita a que realicen movimientos que indiquen desacuerdo entre ellos y “luchen” por ir a donde quieren sin despegarse uno de otro. Luego de ello que se imaginen que ambos están de acuerdo de ir a un solo lugar ¿como se conducirían? ; El facilitador observara, los movimientos sean ya no de oposición sino que indique un acuerdo. Al final pedirá que espontáneamente los niños refieran su experiencia. Luego	10´	Participantes	

			de ello el Facilitador referida la importancia que tiene en un grupo el resolver las dificultades conversándolas y respetándose unos con otros a pesar de las diferencias entre unos y otros.			
Dinámica: “Conduciendo al ciego” – Instrucciones Claras y Precisas	Que los participantes aprendan y descubren a través de tareas lúdicas la importancia de ser claros	Dinámica – participativa	Se pide a los asistentes que formen parejas, cada pareja deberá llevar un pañuelo que pondrá a su compañero y vendará sus ojos, La sala deberá estar distribuida de tal forma que las sillas estarán formando obstáculos. El compañero que esta sin los ojos vendados deberá dirigir a su compañero para que camine por la sala sin que tropiece o tropiece lo menos posible con los obstáculos por un lapso de 1 minuto. La idea de esta dinámica es que los niños vivencien la responsabilidad de dirigir y de cómo la adecuada dirección depende que den instrucciones	20´	Participantes, sillas	
Dinámica para el ordenamiento de los pensamientos			Se formaran grupos y se jugara a crear la mayor cantidad de			

			<p>palabras con las letras que el facilitador indicara:</p> <p>Ejemplo: El Facilitador dirá L y el grupo según levanten la mano primero a la voz de 3 dirá una palabra que el facilitador anotara la letra más no la palabra completa Li (dijo libro) , el siguiente grupo continuara ya no con la L sino con las letras L e i (dice librería por ejemplo) y el facilitador escribirá LIB , el ejercicio acaba cada vez que un grupo no puede continuar la secuencia.</p> <p>El facilitador continuara sugiriendo 5 letras, ganado aquel grupo que obtuvo mayor puntaje. Este ejercicio además de estimular el pensamiento de los niños, también estimula la memoria a largo plazo y permite explorar el bagaje de conceptos que manejan.</p> <p>Siendo que permite desarrollar la habilidad de ordenar su pensamiento respecto a la tarea, antes de dar una respuesta y así mejorar su comunicación.</p>	30´		
--	--	--	--	-----	--	--

Dinámica de comunicación: El manco y el ciego	Que los participantes usen mensajes claros y precisos	Participativo y vivencial	<p>Se formaran parejas, siendo que una de ellas hará de “manco” y el otro de “ciego”, se entregara a las parejas dos hojas y trozos de cinta masking tape, y tendrán que formar un recipiente o vasija.</p> <p>El que hace la vez de ciego hará la vasija guiado por el manco que por “no tener manos” pero si la visión deberá dirigir a el ciego para cumplir la tarea. Se pretende con este juego que la pareja se organice, creando estrategias de trabajo para resolver el problema. En general que los asistentes desarrollen a través de ejercicio su capacidad de conducción y organización, la cual va a ser resaltada al final del ejercicio.</p>	30´	Hojas bond A-4 – reciclaves; cinta masking tape , vendas	
PALABRAS CLAVES	Sintetizar o resumir los aspectos centrales de una idea o un tema.	Participativa	I. Con todos los participantes o por grupo (según el número), se le pide a cada uno que (en forma escrita o hablada) sintetice o resuma lo que piensa sobre el tema que se trata, pero deberá utilizar solamente una sola palabra.	30´	Participantes	

			II. Luego se realiza una breve reflexión en torno a lo que cada palabra significa para cada uno de los participantes.			
--	--	--	---	--	--	--

Modulo III CONTROL DE EMOCIONES Y DEL ESTRÉS

Sesión I Control de la Ira

Objetivo: Que los participantes identifiquen los pensamientos que provocan la IRA y sepan manejar emociones , incluyendo estrés.

Actividad	Objetivo	Metodología	Procedimiento	Tiempo	Materiales	Observaciones
Dinámica los Números	Animar, integrar al grupo	Participativo	El facilitador formara grupos de 10 participante y a c/u entregara un No (que van del 0 al 9). Siendo que hará preguntas cuyas respuestas sean numéricas (ejemplo año de la independencia, u otros) siendo que los participantes x equipo ordenaran de acuerdo a la respuesta (4 que forme 1821), ganara el grupo cuyas respuestas hayan formado correctamente.	10	Cartulina en A-4 con números	
Dinámica	Que los participantes se vean animados y motivados. Observar su tolerancia	Dinámico y participativo	Cada jugador se ata un globo al tobillo, el juego consiste en explotar el globo a los demás sin que te exploten el tuyo. El ultimo que quede con el globo sin pinchar será el ganador. OBSERVACIONES: Este juego se puede mejorar y hacer más divertido si el globo esta	10´	Un globo por participante.	

			lleno de talco y si en vez de llevarlo en el tobillo, lo llevas atado a la espalda o metido dentro de los calzoncillos, bragas o bañador.			
Control de la Ira : Teoría	Que los participantes aprendan a controlar la ira en su vida cotidiana a través de los pensamientos que los anteceden.	Expositivo	Concepto – mitos sobre la IRA – Principios para su control- Creencias irracionales sobre la IRA – Pensamientos que activan la IRA - Auto instrucciones	20		
Dinámica Identificando pensamientos que anteceden a la IRA	Identifiquen pensamientos que anteceden a una reacción de cólera o ira a fin de controlarla.	Participativo	El facilitador pedirá a que los participantes se agrupen en 5 y que elijan un coordinador y un secretario. A c/u se le asignará una situación para que respondan: ¿Cual sería el pensamiento y la reacción frente a un evento desagradable?	30	Lista de situaciones	
Técnicas de Relajación de Benson & Jacobson	Que los participantes aprendan a controlar la Ira a través de la relajación y auto instrucción	Participativo	El facilitador enseñara a los participantes técnicas de relajación de los autores mencionados para que faciliten a los mismos el control ante situaciones desagradables, de amenaza o dificultades.	20		

Pensamientos saludables	Que los participantes evidencien que cambiando sus pensamientos sobre una determinada situación, pueden cambiar sus emociones y/o reacciones.	Expositivo y participativo	El facilitador pedirá que se formen en grupos de a 5 y que elijan un coordinador y un secretario. Se les dirá una situación y pedirá que analicen y respondan de acuerdo a la situación, relacionado con el ejemplo desarrollado previamente. Luego los grupos presentaran sus respuestas ante sus compañeros (plenaria).	30	Papelografos y plumones de color	
Cierre de sesión	Que los participantes fortalezcan el compromiso de participar en las sesiones	Participativo	El facilitador invitara a los participantes a formar un circulo agarrados de la mano y emitirá palabras de motivación que los participantes repetirán en voz alta tres veces. Para finalmente aplaudir y retirarse despidiéndose todos.	5'	participantes	

Modulo III CONTROL DE EMOCIONES Y DEL ESTRÉS

Sesión II Control de Emociones y manejo de estrés

Actividades	Objetivo	Metodología	Procedimiento	Tiempo	Recursos	Observaciones
BUSCAR COINCIDENCIAS	Que los participantes encuentren coincidencias en sus congéneres que los haga involucrarse en el grupo de trabajo y comprometerse con los objetivos.	Participativa	Se trata de buscar personas que tengan cosas en común, pero que las descubran con un sencillo juego. Se escriben en una pizarra o se les da fotocopias una serie de características sobre personas que deben buscar, por ejemplo: “Busca tres personas que nacieron el mismo año que tu, busca una persona que le guste el fútbol, busca dos personas que su apellido empiece por m, etc...”. Se les deja un tiempo para que se pregunten entre ellos y lo apunten en la hoja. OBSERVACIONES: Se puede decir que gana quien complete antes la hoja para que así vayan más rápido y se motiven. Conviene luego hacer una pequeña comprobación.	10´	Un papel y un lapicero lápiz por participante.	
Dinámica: Cogiendo la colita	Que los participantes se sientan en confianza : Romperhielo		Se le coloca a los participantes un “retazo de tela” como especie de “cola” pegado con cinta masking tape. Y se les ata las manos hacia atrás con un pedazo de lana. Deberán de jalar tantas colitas pueda en esa posición. Gana el que más números de colas ha obtenido	10´	Retazos de tela Cinta masking tape Ovillo de lana	

Exposición de tema , sobre Emociones y control del estrés	Que los participantes se sensibilicen respecto a la importancia de controlar las emociones y de la importancia del manejo del estrés	Expositiva y participativa	El facilitador con ayuda de papelografos o pizarra acrílica dará una exposición del tema. Asimismo con la ayuda de un TV y DVD proyectara el video de estrés. La proyección en imágenes de la : Memoria del agua y como los efectos de los pensamientos llegan a modificarla.	50´	Papelografos, pizarra acrílica, plumones de pizarra y de color. TV y DVD , DVD sobre estrés	
Dinámica : Reconozco el Stress y el distres	Que los participantes reconozcan los signos de estrés y distres Que rescaten la conceptualización del estrés y distres	Expositiva y participativa	Que los participantes se les entregue cartulinas donde se describan situaciones de distres y stres y que los participantes lo coloquen con maskingtape en la pizarra diferenciando el stres de distres. Luego de ello el facilitador hace una plenaria , rescatando las conclusiones del grupo y haciendo la transferencia e lo que maneja del tema al grupo	30´	Cartulinas con situaciones estresantes y algunos que indiquen situaciones que indican distres	
NOMBRE DEL JUEGO: El avión sin piloto	Que a través de la actividad lúdica , ejerciten su tolerancia y capacidad de organización de la conducta	Participativa	Los jugadores se dividen en parejas. Uno de ellos será el avión y el otro, el piloto. Cada pareja se pondrá secretamente de acuerdo para establecer las palabras que sustituirá a la palabras "adelante", "atrás", "izquierda" y "derecha". (Ej:. Limón significará "adelante", patata significará "atrás". . .) Los aviones llevan una misión de reconocimiento consistente en alcanzar un lugar desconocido para ellos que en su	10´	Participantes	

			<p>momento vendrá marcado por un pañuelo u otra señal.</p> <p>Todos los "aviones" llevan los ojos vendados, y se colocan en la línea de salida. Los pilotos se colocan detrás de sus aviones. A una señal del director del juego, los aviones parten hacia el objetivo que en ese momento marcará el director, a la vista de los pilotos, los cuales dirigirán a sus aviones a distancia, con las palabras claves acordadas previamente por ellos.</p> <p>Vence el primer avión que llega a la meta.</p>			
Dinámica de Cierre	Fortalecer la amistad y compañerismo.	Participativo	El facilitador inflara un globo y dira unas palabras de despedida y al acabar la pasara lanzándolo a otro integrante para que haga lo mismo , el ultimo reventara el globo y sacara el mensaje de él y(previamente puesto por el facilitador) y gritara “Si podemos “	10´	Participantes y un globo de color con un mensaje motivador , diseñado previamente por facilitador	

Modulo IV TOMA DE DECISIONES Y PROYECTO DE VIDA

Sesión I Pienso antes de actuar”

Objetivo: Evaluar distintas alternativas, teniendo en cuenta necesidades, criterios y las consecuencias de las decisiones, no sólo en la vida propia sino también en la ajena.

Actividades	Objetivos	Metodología	Procedimiento	Tiempo	Recursos	Observaciones
Dinámica : Abrazos musicales	Animar a los participantes y establecer lazos de amistad	Dinámica y participativa	Los participantes se dispersan, suena la música y todos bailan o se mueven libremente por la sala. Cuando la música se detiene, cada persona abraza a otra. La música continua y los participantes bailan en parejas. Cuando la música se detiene se abrazan de tres y bailan por tríos, y así sucesivamente hasta llegar a un abrazo de todos.	10´	Equipo de sonido y cd música ligera , alegre	
Dinámica de creatividad y solución de problemas	Estimular la flexibilidad del pensamiento a través del uso de estrategias para solucionar problemas. Capacidad para enfrentar y solucionar problemas, analizándolos.	Dinámica y participativa	Los adolescentes se dividen en 2 grupos y trabajan en equipo para poder solucionar el problema que el conductor presenta. Cada CLIP blanco representa a un misionero, y los clips de color representan a los caníbales. El problema es: Se pide que se imaginen que en plena selva amazónica se encuentran 3 misioneros y 3 caníbales, cada grupo en la orilla opuesta de un caudaloso río. Ellos deben de cruzar a bordo de una pequeña balsa que sólo puede transportar a dos personas. Se	20´	3 Clips de un color , 3 del otro color	

			debe tener cuidado que nunca quede en ninguna orilla más caníbales que misioneros, porque estos se los comerían y perderían. Entregar los seis clips y cuando un equipo logre la tarea debe mostrar cuales son los pasos que siguió para lograrlo.			
Presentación del tema : Toma de decisiones	Generar interés de las asistentes en el tema y su participación	Expositiva y participativa	El facilitador expondrá y enfatizará lo que es La mejor decisión; y el significado de un proyecto de vida.	30´	Papelografos, cinta maskingtape y plumones de color	
Dinámica : Aprendo a como tomar una decisión	Que los participantes aprendan los pasos de una toma de decisión	Participativa y expositiva	El facilitador entregara a los grupos (conformado por 4 a 5 integrantes), situaciones o historias y solicitara definan el problema, propongan, evalúen pro y contras, elijan, ejecuten y evalúen resultados – inmediatos a largo plazo- así como consecuencias. Luego se realiza plenaria	45´	Hojas de Historia de riesgo a adicción Papelografos, masking tape, plumones gruesos	
Dinámica de Cierre LAS LANCHAS	Distendirse. Cohesionar al grupo. Tomar contacto físico	Dinámico y participativo	Se tiran en el piso, dispersas, hojas de papel periódico y al grupo se le dice que están en un barco que ha empezado a hundirse y que esas hojas de papel representan lanchas en el mar, que se van a salvar según la orden que se dé. La orden es la siguiente: "Las lanchas se salvan con 4..." Los participantes tienen que pararse en las hojas de papel de 4 en 4 participantes, las personas que no hayan	20´	hojas de papel periódico, cinta masking tape	

			<p>encontrado lugar en las "lanchas" irán saliendo del juego. El número de salvados variará según la orden que dé el que dirige el juego.</p> <p>EVALUACIÓN: Al final los participantes comentarán cómo se sintieron al no encontrar lugar en la "lancha" o cómo se sintieron al no poder ayudar a sus compañeros a "salvarse".</p>			
--	--	--	---	--	--	--

Modulo IV TOMA DE DECISIONES Y PROYECTO DE VIDA

Sesión II Pienso antes de actuar

Actividades	Objetivos	Metodología	Procedimiento	Tiempo	Recursos	Observaciones
Proyección de Video sobre toma de decisiones	Que los participantes entiendan el mensaje de tomar decisiones	Expositiva	El facilitador proyectará un video de 5 minutos que trata de Toma de decisiones. Asimismo realizara la bienvenida y reflexión del mismo.	20´	TV y DVD	
Exponer sobre la FODA como instrumento de evaluación	Que conozca lo que es una FODA	Expositivo y participativo	El facilitador explicara lo que es una FODA y como construirla , como la importancia de contar con este instrumento para evaluarse uno mismo para planificar sus acciones futura y resolver sobre ellas.	20´	Papelografos o pizarra acrílica, cinta masking tape; plumones.	
Construyo mi FODA personal	Que el participante se evalúe y evalúe sus posibilidades a través del análisis FODA	Expositivo y participativo	El facilitador entregara hojas impresas de FODA para que los participantes estructuren la misma con su análisis, luego invitara a que voluntariamente expongan las mismas, y reflexionara sobre ejercicio.	40´	Hojas con impresión de FODA	
Proyecto de Vida a través de dinámica del reloj	Que los participantes descubran unos a otros sus proyectos de vida , o estimulen su	Dinámica y participativa	Se les entregara hojas con dibujo de reloj de 15 x 18cm , el facilitador les pedirá que se formen en circulo y al sonido de la palmada se reúnen en pareja. Y marcando	30´	Hojas con dibujo de reloj	

	proyección unos con otros		<p>una hora ficticia que indicara el facilitador anotara el nombre de la pareja de ese momento y en un tiempo – 1 minuto por cada uno-conversaran sobre:</p> <p>Que cosa haré en 6 meses? ¿qué espero lograr en tres años ? ¿Cómo me veo en un futuro? Como espero alcanzarlo?</p> <p>Para cada pregunta se buscara compartir con parejas distintas. El facilitador les invitara al final y de forma espontánea lo compartan.</p> <p>Luego se les pedirá que compartan espontáneamente sus resultados. Y se hará reflexión de contar con una Misión y Visión de Vida</p>		Lapiceros 1 por participante	
Dinámica de cierre	Que al final de la sesión se fortalezca los lazos de amistad y camaderia.	Participativa	El facilitador , invitada a los participantes que expresen su opinión de la sesión del día	10´	Participantes	

Modulo V VALORES

Sesión I Reflexiono sobre los valores

Objetivos: Promover el conocimiento y práctica de valores en adolescentes que contribuyan a fortalecer sus habilidades sociales y prevenir conductas de riesgo.

Actividades	Objetivos	Metodología	Procedimiento	Tiempo	recursos	Observaciones
Dinámica de la canasta revuelta	Crear clima de calidez y motivación	Dinámica Participativa	Todos los participantes en circulo, con sus sillas. El facilitador explica a los participantes que están a la derecha se llaman piñas, y los que están a la izquierda naranjas. Todos deben saber y conocer de los que están a nuestra derecha y los que están a nuestra izquierda, en tal medida que cuando la persona que esta al medio nos señale y nos diga piña, nosotros respondamos el nombre de la persona que está a nuestra derecha y cuando nos digan Naranjas, respondamos de inmediato el nombre de la persona que esta a nuestra izquierda. Si la persona señalada tarda en responder el nombre de su compañero pasara al centro a dirigir la dinámica.	10´	Participantes	

			El que dirige la dinámica dirá CANASTA REVUELTA, para que todos cambien de lugar, el que esta en el centro deberá aprovechar para poder ocupar algún asiento y dejara a otro compañero al centro.			
Exposición sobre valores	Conozcan el significado de los valores que guían el propio comportamiento y el de los demás.	Expositivo	El facilitador expondrá el tema valores , enfatizara los valores de : Honestidad, lealtad, responsabilidad , amor trabajo y solidaridad.	30´	Participantes	
De donde proceden los valores?	Concienciar , sensibilizar y orientar sus motivaciones hacia la interiorización de valores	Participativa y vivencial	<p>Los participantes deben escribir en una hoja de papel: 5 valores con los que se hayan formado durante su vida; donde o quienes aprendieron estos valores. En otra hoja de papel, deben escribir: 5 valores que quisieron trasmitirles a sus hijos.</p> <p>Los participantes tienen 15´ para responder a las 3 preguntas y luego de ello deben comparar las dos listas, para lo cual deben reflexionar de manera individual las siguientes preguntas:</p> <p>¿Son los mismos valores que ha recibido los que quieren enseñar? ¿Por qué?</p>	50´	Hojas Bond A-4 , lapiceros	

			<p>Si no son los mismos,¿Cuáles son los motivos por los cuales ha escogido otros valores para sus hijos?</p> <p>Luego se forman grupos de 4 o 5 y comparten sus reflexiones.</p> <p>Se complementa la reflexión pidiendo a los participantes que digan la manera como sus padres les inculcaron tales valores y como podrían hacer ellos para transmitirlos a su hijos.</p>			
Dilema de valores	Reflexionar en torno a valores; contribuir a la formación de estos	Participativa	<p>Cada grupo recibe una hoja donde narra una historia que tiene dos posiciones opuestas encontradas y que se requiere una respuesta o decisión. Los miembros del grupo deben discutir que harían en esa situación considerando hasta que se les de a favor o en contra, de acuerdo a lo que sienten. No es necesario que haya consenso en el grupo en cuanto a la posición que tomen pero sí es importante que expongan sus razones. Se concluye con una puesta en común a través de un plenario</p>	30´	Hoja con lista de dilemas	
Dinámica de cierre	Estimular la reflexión	Expositivo	El facilitador en círculos tomados de la mano despide a los participantes y cierra la sesión			

			reflexionando sobre los valores con música de fondo.	5´	Equipo de sonido y música suave	
--	--	--	--	----	---------------------------------	--

Modulo VI SOY LÍDER

Sesión I Liderazgo

Actividades	Objetivos	Metodología	Procedimiento	Tiempo	Recursos	Observaciones
Dinám i d a 1	Animar al grupo en esta sesión	Participativa	<p>Todos los participantes se sientan en círculo, se dice que vamos a enumerarse en voz alta y que todos a los que les toque un múltiplo de tres(3- 6- 9- 12, etc.) o un número que termina en tres(13- 23- 33, etc.) debe decir ¡BUM! en lugar del número; el que sigue debe continuar la numeración. Ejemplo: se empieza, UNO, el siguiente DOS, al que le corresponde decir TRES dice BUM, el siguiente dice CUATRO, etc. Pierde el que no dice BUM o el que se equivoca con el número siguiente. Los que pierden van saliendo del juego y se vuelve a iniciar la numeración por el número UNO.</p> <p>La numeración debe irse diciendo rápidamente; si un compañero se tarda mucho también queda descalificado. (5 segundos máximos). Los dos últimos jugadores son los que ganan.</p> <p>El juego puede hacerse más complejo utilizando múltiplos de números mayores, o combinando múltiplos de tres con múltiplos de cinco por ejemplo.</p>	5'	Participantes	
			Disposición: Todos (sin equipos) se ponen en circulo, de pie o sentados.			

EL GRITO EN LA SELVA	Animación y participación	Dinámico participativo	Reglas: Todos los jugadores reciben del guía una papeleta en secreto y no deben abrirla hasta que se les indique. El guía cuenta una pequeña historia en que los animales de un zoológico se salen de sus respectivas jaulas, se confunden y después tratan de encontrar su respectiva familia, originando una bulla tremenda. Al final de la historia, el guía ordena que todos abran sus papeletas y empiecen a emitir el grito característico del animal que les ha tocado, para ubicar así a los demás miembros de su familia. No bien se ubican, se sientan juntos. Es importante recordar que los animales no hablan ni saben leer (para mayor seguridad, recoger los papeles). Valor: Emoción, alegría, expresión corporal.	10´	Participantes	
Exposición Sobre liderazgo, característica, tipos etc.	Que los participantes se familiarizen con el tema y fomentar esta actitud de líder	Expositiva Participativa	El facilitador, expondrá brevemente y con claridad el tema de liderazgo.	30´	Papelografos y plumones	
	Que se aprecie el	participativa	En todo grupo humano se dan diversos tipos de actitudes que conviene estudiar para prevenir los daños que un mal grupo puede hacer en el conjunto'. (5') Sociodrama:	10´		

SOCIODRAM A: CLASES DE GRUPOS	sentido de colaboración y trabajo en equipo		<p>Se divide el grupo en cuatro subgrupos y por suerte se les entrega una hoja con las características de cuatro grupos diferentes:</p> <p>a. Grupo Cerrado: Características de 'rosca'; no dejan participar a otros. Son individualistas, exclusivistas, egoístas. No admiten ninguna iniciativa que no venga de ellos. Son autosuficientes.</p> <p>b. Grupo Cianuro: Todo lo miran con actitud de crítica destructiva. Nada les parece bueno. Tiene envidia a lo de los demás. No colaboran en nada porque todo les parece sin importancia. Lo difícil lo toman a juego. Tratan de disminuir lo bueno que ven en los otros.</p> <p>c. Grupo Montón: Unidos sin ningún interés porque cada uno busca lo suyo. Se sienten marginados; no se ayudan entre sí. Nunca se ponen de acuerdo en nada. Aislados e indiferentes. No se entusiasman por nada y no dan soluciones a nada. Todo les parece complicado y difícil.</p> <p>d. Grupo Integrado: Colaboración y amistad sincera. Aceptan las iniciativas de otros. No les interesa la competencia, sino ayudar. Buscan el bien del grupo en general. Están abiertos a los demás que quieran participar.</p>			
--	--	--	---	--	--	--

“Diseño arquitectónico”	Que los participantes trabajen en grupo y espontáneamente se formen líderes en la tarea	Participativa	El facilitador con la actividad lúdica, que incentiva la participación del grupo y el ejercicio del liderazgo entre ellos. Determinándose líderes espontáneos y trabajo de grupo. Que en un grupo de 5 a 6 construyan una casa o algo parecido con sorbetes o cañitas usando además masking-tape delgado en un plazo de 20 minutos. gana el grupo que termine más rápido.	30´	Cinta masking tape, bolsas de sorbetes. Música de fondo	
SIGA	Detectar o analizar líderes en el grupo	Participativa	Reglas: 1. El coordinador dice: "Voy a poner un disco. Escúchenlo y sigan el ritmo. Si les recuerda algo o desean explicar lo que ustedes sienten, pasen al centro y háganlo. Pueden también hacerlo desde su lugar. 2. La gente en círculo. Se pone la música. Expresiones. (10') 3. Se para el disco. Regresan al círculo. Se pone otro (10'). Y, otro. (10') 4. Resonancia: ¿Cómo les fue? ¿Por qué salieron al centro o no? Análisis de liderazgos, bloqueos, etc. (20')	10´	Equipo de sonido , música ligera	
Collage de la amistad Final del taller	Cerrar la sesión y el taller con un trabajo grupal que simbolice	Participativa	Que el facilitador dividiendo en subgrupo de 4 o 4 , se entregue un papelografo , temperas, cortes de revistas ilustradas, cola sintética ,etc. Y que el grupo diseñe un collage que represente su vivencia del taller. Luego los expondrán y en plenaria dirán lo que significo el taller para ellos	30´	Papelografos, revistas ilustradas, cola sintética,	

	la amistad y compromiso				plumones, cinta masking tape. Música de fondo	
--	----------------------------	--	--	--	---	--