



**Desarrollo de habilidades de regulación emocional por medio de la herramienta  
tour de las emociones en niños de primaria de una Institución Educativa Distrital de la  
ciudad de Barranquilla**

**Yulieth Pahola Vergara Santos**

Código: 20251817195

**Universidad Antonio Nariño**

Programa de Psicología

Facultad de Psicología

Santa Marta, Colombia

2022



**Desarrollo de habilidades de regulación emocional por medio de la herramienta  
tour de las emociones en niños de primaria de una Institución Educativa Distrital de la  
ciudad de Barranquilla**

**Yulieth Pahola Vergara Santos**

Proyecto de grado presentado como requisito parcial para optar al título de:

**Psicóloga**

Director (a):

Mg. Henry Bruges

**Línea de Investigación:**

Psicología clínica y de la salud

Grupo de Investigación:

Esperanza y Vida

**Universidad Antonio Nariño**

Programa de Psicología

Facultad de Psicología

Santa Marta, Colombia

2022

## NOTA DE ACEPTACIÓN

El trabajo de grado titulado:

*“Desarrollo de habilidades de regulación emocional por medio de la herramienta tour de las emociones en niños de primaria de una Institución Educativa Distrital de la ciudad de Barranquilla”*,

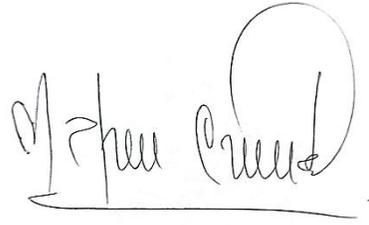
Cumple con los requisitos para optar

Al título de Psicólogo.



---

Firma del Tutor



---

Firma Jurado



---

Firma Jurado

Santa Marta, 03 de diciembre del 2022.

## Contenido

1.....	Planteamiento del problema	3
2.....	Objetivos	7
2.1.....	Objetivo General	7
2.2.....	Objetivos específicos	8
3.....	Justificación	9
2.....	Marco teórico	12
Emociones.....		15
<i>Tipos de emociones básicas</i> .....		16
a.....	<i>Alegría</i>	
17		
b.....	<i>Tristeza:</i>	
17		
c.....	<i>Enojo:</i>	
18		
d.....	<i>Sorpresa:</i>	
18		
e.....	<i>Miedo:</i>	
18		
f.....	<i>Asco:</i>	
18		

<b>Desarrollo Emocional</b> .....	19
<b>Educación Emocional</b> .....	20
<i>a)</i> ..... <i>Aprender a conocer</i>	
20	
<i>b)</i> ..... <i>Aprender a hacer</i>	
20	
<i>c)</i> ..... <i>Aprender a vivir juntos</i>	
21	
<i>d)</i> ..... <i>Aprender a ser</i>	
21	
<b>Regulación Emocional</b> .....	22
<b>Inteligencia Emocional</b> .....	22
<i>a)</i> ..... <i>Percepción emocional</i>	
23	
<i>b)</i> ..... <i>Facilitación emocional</i>	
23	
<i>c)</i> ..... <i>Comprensión emocional</i>	
23	
<i>d)</i> ..... <i>Manejo de emociones</i>	
24	
<i>e)</i> ..... <i>Autoconciencia emocional</i>	
24	

<i>f)</i> .....	<i>Autocontrol emocional</i>	
24		
<i>g)</i> .....	<i>Automotivación</i>	
25		
<i>h)</i> .....	<i>Empatía</i>	
25		
<i>i)</i> .....	<i>Habilidades sociales</i>	
25		
<b>4.</b> .....	<b>Marco Contextual</b>	
		<b>26</b>
<b>5.</b> .....	<b>Marco Metodológico</b>	
		<b>28</b>
<b>6.</b> .....	<b>Fuentes de Información</b>	
		<b>30</b>
<i>Primaria</i> .....		30
<i>Secundaria</i> .....		30
<i>Terciaria</i> .....		30
<b>7.</b> .....	<b>Instrumentos</b>	
		<b>31</b>
<b>8.</b> .....	<b>Resultados</b>	
		<b>35</b>
<b>Resultados obtenidos grupo experimental</b> .....		<b>37</b>

<b>Resultados obtenidos grupo control .....</b>	<b>59</b>
<b>9. .... Conclusiones</b>	<b>75</b>
<b>10. .... Recomendaciones</b>	<b>77</b>
<b>11. .... Anexos</b>	<b>79</b>
<b>12. .... Referencias</b>	<b>80</b>

*Dedicatoria*

*A la realidad de vivir con el corazón contento,  
En la verdad y en la paz del pensamiento  
celestial.*

*A todo aquello que da la luz y da la vida,  
Y te enseña a encontrar el mejor manantial.  
A padre y madre del cielo.*

*Yulieth Vergara.*



## **Agradecimientos**

*A mis padres, impulsores de mi pasión por la psicología;*

*A el amor, que me ha enseñado a dar lo mejor de mí.*

*A la familiar y amigos eternos, con sus palabras sinceras.*

*Y a todos los que han creído en mí.*



## Resumen

La educación emocional en los niños potencializa el reconocimiento de una emoción, a través de un gesto o una acción. Es decir, se logra una visualización de manifestaciones emocionales expresadas a través de palabras, sonrisas, tonos y acentuaciones, expresiones faciales y corporales, cabe aclarar, que esto no hace alusión a que los niños se volverán expertos en analizar a una persona, si no, que desarrollará en ellos, las habilidades esenciales básicas para un correcto manejo de las emociones a temprana edad, fomentando el uso de habilidades para el autocontrol y, por ende, mejorar la calidad de vida. Aguaded & Pantoja (2015), plantean que la complejidad del ser humano no se resuelve potenciando tan sólo sus capacidades académicas e intelectuales, sino desarrollando otras competencias que le posibiliten desarrollarse como persona. El objetivo de este proyecto es plantear la herramienta de trabajo Tour de las emociones, que está diseñada para favorecer el desarrollo de habilidades emocionales en niños, logrando visualizar la utilidad del instrumento como patrón para favorecer la regulación emocional. La investigación se basa en la metodología cuasiexperimental, ya que durante la implementación de la herramienta se trabajó con dos grupos (control y experimental) donde se obtuvieron resultados de avances en el coeficiente emocional de los estudiantes que tuvieron acceso a la herramienta mucho más rápido que el grupo que no tuvo acceso a esta; denotando la utilidad de este instrumento como método de desarrollo emocional.

**Palabras clave:** Emociones – Educación emocional – Regulación emocional-  
inteligencia emocional.

### **Abstract**

Emotional education in children enhances the recognition of an emotion, through a gesture or an action. That is to say, a visualization of emotional manifestations expressed through words, smiles, tones and accentuations, facial and body expressions is achieved, it should be clarified that this does not allude to the fact that children will become experts in analyzing a person, if not , which will develop in them the basic essential skills for a correct management of emotions at an early age, will encourage the use of self-control skills and, finally, will improve the quality of life. Aguaded & Pantoja (2015), state that the complexity of the human being is not resolved by enhancing only their academic and intellectual capacities, but by developing other skills that enable them to develop as a person. The objective of this project is to propose the Tour de las emociones work tool, which is designed to promote the development of emotional skills in children, managing to visualize the usefulness of the instrument as a pattern to promote emotional regulation. The research is based on the quasi-experimental methodology, since during the implementation of the tool we worked with two groups (control and experimental) where results of advances in the emotional quotient of the students who had access to the tool were obtained much faster than the group that did not have access to it; denoting the usefulness of this instrument as a method of emotional development.

**Keywords:** Emotions – Emotional education – Emotional regulation – Emotional Intelligence

## 1. Planteamiento del problema

En la actualidad toda escuela debe ser un pilar educativo que gestione el desarrollo de habilidades socioemocionales en los niños, y sobre todo, en niños de 6 a 12 años, ya que en este momento del desarrollo las capacidades cognitivas, afectivas y sociales se van haciendo más complejas, debido al desarrollo del córtex cerebral, el cual controla múltiples áreas importantes de la funcionalidad del cerebro, como la percepción e interpretación de la información sensitiva, así como, la activación motora, entre otras.

La regulación emocional es de gran importancia para alcanzar el bienestar general en cada ser humano, por lo tanto, comenzar a trabajar en esto desde los primeros años educativos es fundamental para garantizar su supervivencia al medio, sobre todo en la fase de primaria, porque es aquí, donde los niños van desarrollando mayor autonomía y, por ende, son capaces de asumir más responsabilidades.

De acuerdo con Díez (2021), tener la capacidad de reconocer y gestionar nuestras emociones, nos permite el dominio de nuestras motivaciones, nos da la capacidad de tomar decisiones acertadas, así como, comportamientos apropiados que garanticen nuestro bienestar. Además, desarrolla la empatía con el entorno y, por ende, nos provee de relaciones sociales saludables.

Lo anterior traduce la importancia de proveer herramientas psicológicas al desarrollo emocional de los niños, que aporten en la construcción de una vida sana y plena. Sin embargo, la poca importancia que se le ha dado a este tema a nivel escolar, ha pasado factura a nivel mundial. En un informe realizado por UNICEF (2019), mencionan que Adhanom quien es director general de la OMS, afirma que son pocos los niños que tienen la posibilidad de asistir a programas de educación emocional, y que los niños que presentan un diagnóstico de enfermedades mentales,

tampoco tienen acceso a servicios de ayuda psicológica, porque la salud mental de los niños y jóvenes se ha visto ignorada en los planes nacionales y globales.

Al respecto, UNICEF (2019), informa que durante un estudio realizado junto a la OMS (Organización Mundial de la Salud), se obtienen resultados indicando que más del 20% de los jóvenes a nivel mundial padecen algún tipo de trastorno mental y que el suicidio actualmente ocupa el puesto número dos de causa de muerte en los jóvenes entre los 15 a 19 años de edad, y que el 15% de niños y adolescentes con dificultades económicas han presentado ideación suicida.

Por consiguiente, Troncoso cita a Santomauro (2022), mencionando que el trastorno depresivo durante el año 2020 mantenía una cifra de 193 millones de personas que padecían este trastorno a nivel mundial, sin embargo, con el pasar del tiempo, esta cifra sigue aumentando considerablemente a 246 millones de personas en el mundo, lo que en datos estadísticos sería un aumento del 27,6% de la población que presenta depresión. En relación con lo previamente mencionado, la OMS (2021) indica que uno de cada siete jóvenes en edades entre los 10 a 19 años, presenta algún tipo de desequilibrio mental, y que dentro de los más influyentes se encuentra la depresión, la ansiedad y los trastornos asociados al comportamiento, lo que conlleva a ser esta las causas de la inestabilidad en el desarrollo de una vida plena.

Otro aspecto importante que expone la falta de regulación emocional en los niños y jóvenes, son los problemas escolares, Versea cita a la UNESCO (2021), mencionando que se ha registrado el Bullying como una de las formas más evidentes de violencia escolar, que termina afectando a 1 de cada 3 estudiantes. Por otro lado, este autor también menciona que, durante un informe de la UNESCO realizado en el año 2020, informa que el 30% de los alumnos a nivel mundial han pasado por situaciones de víctima de acoso escolar.

Las afirmaciones anteriores sugieren que, la regulación emocional debería ser un pilar importante en la construcción de una vida estable y en la preservación del bienestar personal, sin embargo, es evidente la falta de participación de los entes gubernamentales en la introducción de planes de apoyo a problemáticas socioemocionales que fomenten la capacidad de autorregulación ante las adversidades del entorno, lo que podría disminuir considerablemente las tasas antes mencionadas de problemas emocionales en los jóvenes.

Por otro lado, la Revista Semana (2017), menciona que durante una investigación realizada por la OMS en Latinoamérica, a cerca de la incidencia de trastornos depresivos en esta población, se muestran estadísticamente los países con mayor prevalencia de este trastorno, ubicando a Brasil en el primer puesto con la mayor incidencia de casos de depresión, con una tasa del 5,8% de prevalencia, seguido se encuentra Cuba con un promedio del 5,5%, Chile y Uruguay con el 5%, Perú con un promedio del 4,8%, Colombia, Costa Rica y República Dominicana con un promedio del 4,7%, seguidamente se encuentra Ecuador con el 4,6%, Bolivia, El Salvador y Panamá con el 4,4%, México, Nicaragua y Venezuela con 4,2%, Honduras con 4% y Guatemala con el 3,7%, lo que indica claramente que a nivel regional existe una prevalencia de padecer trastornos emocionales, la cual no esta siendo tratada debidamente desde el componente educativo para los jóvenes, y por consiguiente, nos indica que Colombia está ubicada en el octavo lugar de los países con mas incidencias depresivas de Latinoamérica.

Por lo anterior, se deduce que Colombia presenta falencias en cuanto al refuerzo de las facultades emocionales durante el desarrollo del ser humano, en este caso, la educación; ya que, si contarán con las herramientas necesarias para regular los factores negativos que puedan afectar directamente la estabilidad mental, se podría reducir el impacto que genera el no aprender a

gestionar nuestras emociones, como es el caso de la ideación suicida, proveniente del desarrollo de trastornos depresivos.

En Colombia, el Ministerio de Salud y Protección Social (2021), menciona que durante la Encuesta Nacional de Salud Mental realizada en el año 2015 y estudios sobre el consumo de drogas aplicado a la población en el 2019, permitió identificar que la depresión y la conducta suicida son la principal problemática en salud mental del territorio colombiano, por otro lado, sostienen que, en la infancia, el 12,4 % siente miedo o nerviosismo sin motivo y el 9,7 % presenta cefaleas recurrentes. En los adolescentes el tipo de trastorno mas frecuente es la ansiedad, la fobia social y la depresión, conllevando a que el 6,6% de esta población presente ideación suicida, resultando en 7,4% mujeres y 5,7% hombres.

Según datos recientes aportados por el Instituto Nacional de Medicina Legal y Ciencias Forenses de Colombia al portal Infobae (2022) al 31 de julio de 2022, en el país se han registrado más de mil suicidios en este año. Con una tasa promedio de 7 suicidios y 95 intentos de suicidio diarios.

Del mismo modo, Infobae (2022) menciona que, en un estudio realizado a nivel nacional por el Instituto Nacional de Salud, se registra una cifra de 1.564 casos de suicidio registrados hasta el 31 de julio 2022, sin embargo, hasta el 27 de agosto 2022 se han registrado 22.834 casos de intentos de suicidio. Del mismo modo, según el comportamiento registrado entre las ciudades con mayor incidencia de conductas suicidas se destacan Bogotá con 3.578 casos, Antioquía con 3.401 casos, Cundinamarca con 1.422 casos, Cali con 1.120 y Santander un promedio de 1.017 casos.

En concordancia con lo anterior, la falta de regulación emocional influye de manera negativa en el bienestar de las personas, altera la salud mental y conlleva a la toma de decisiones

erróneas, como la evitación a los conflictos, fomentando la ideación suicida como una forma de resolver los problemas que tanto afligen.

Dentro del análisis ejecutado sobre ideación suicida, Patiño (2019), menciona que la Política pública de Salud Mental del Atlántico, encontró que la tasa promedio de habitantes con depresión e ideación suicida es del 60,7% de casos por cada cien mil habitantes, y que los municipios aledaños como Juan de Acosta, Puerto Colombia, Ponedera y Usiacurí superan los 100 casos por cada cien mil habitantes. Por esta razón, Atlántico se encuentra en segundo lugar en la Costa Caribe, superando a Cesar, con una tasa del 55,6% por cada cien mil habitantes.

Por causa de esta y todas las escenas que restan al crecimiento óptimo del ser humano en nuestro país, es que se debería optar por fortalecer el frente educativo relacionado con la inteligencia emocional, que logre favorecer en los niños y jóvenes alternativas o herramientas de autorregulación emocional.

**De lo anterior se formula la siguiente pregunta problema:**

¿La herramienta el tour de las emociones logra fortalecer las habilidades de regulación emocional en niños de primaria de una institución educativa distrital de la ciudad de Barranquilla?

## **2. Objetivos**

### **2.1. Objetivo General**

Fortalecer habilidades de regulación emocional por medio de la herramienta Tour de las emociones, en niños de primaria una Institución Educativa Distrital en la ciudad de Barranquilla.

## **2.2. Objetivos específicos**

- Establecer una línea base del desarrollo de habilidades emocionales previo de los estudiantes
- Fortalecer la regulación emocional a partir de la implementación de la herramienta Tour de las Emociones en el grupo experimental.
- Evaluar la capacidad de regulación emocional posterior a la utilización de la herramienta.
- Comparar los resultados en relación al fortalecimiento de las habilidades de regulación emocional intergrupo (grupo control y experimental) en niños de primaria de una I.E.D de Barranquilla.

### 3. Justificación

Dentro del contexto de la educación la inteligencia emocional, las habilidades sociales y las capacidades cognitivas como el aprendizaje, la percepción, la atención, la comprensión, la memoria y el lenguaje, nos hacen responder de cierta manera ante las adversidades; es decir, se perciben de formas diferentes y, por ende, se obtienen resultados de comportamientos con base a la propia personalidad. Además, los métodos de estudio y el entorno social, el entorno ambiental, la metodología aplicada durante el espacio de trabajo con el psicólogo, las relaciones personales que se presenten con sus compañeros de clases y aquellos gustos propios del estudiante, también influye en la estructura de la psique de cada individuo. Por esta razón es indispensable comenzar a trabajar con los más pequeños, con el fin de favorecer en ellos las habilidades de regulación emocional, que minimice los conflictos, favorezca el autocontrol, desarrolle la inteligencia emocional, e incentive el uso de herramientas que mantengan la tranquilidad, con el fin de mejorar la calidad de vida de los estudiantes, comenzando en una fase temprana del desarrollo. La educación es un pilar para el desarrollo evolutivo de la sociedad y para el crecimiento personal de cada ser humano, y como centro de este proyecto, los niños se caracterizan por llevar el futuro en sus manos, por crear nuevas ideas y nuevos horizontes en el desarrollo de una sociedad que se mueve constantemente, y justamente por eso es que debe crecer la demanda del interés en la educación emocional, para formar personas más resolutivas, que rechacen el conflicto y promuevan la paz mental.

La inteligencia emocional, como se explica claramente a través de Gardner, es la capacidad de reconocer las emociones, tanto las nuestras, como las de todas las personas, y de cómo podemos gestionar una respuesta eficaz ante cualquiera de ellas. En conclusión, el

desarrollo de esta inteligencia, nos proporciona las herramientas y habilidades intrínsecas para adaptarnos al cambio.

Goleman señala que deberíamos enseñar a todos los niños y niñas a practicar y desarrollar la inteligencia emocional. Apoyado en las últimas investigaciones neurocientíficas, el psicólogo destaca la importancia fundamental que juega hoy la capacidad de atención, ya sea como una forma de autocontrol, para mejorar la empatía con los demás o la comprensión del mundo que nos rodea, así como los beneficios de su entrenamiento: *"La práctica de la atención es como un músculo. Si no lo utilizamos se debilita; si lo ejercitamos, se fortalece"*, afirma. *"El control cognitivo y la concentración pueden ser más decisivos para la vida de un niño que su coeficiente intelectual"*. (Daniel Goleman en aprendemos juntos 2030, (2018).

Las habilidades sociales también hacen parte de la regulación emocional, en base a esto, Vigotsky (1896-1934) sostenía que los niños desarrollan su aprendizaje mediante la interacción social, es decir, van adquiriendo nuevas y mejores habilidades cognoscitivas como proceso lógico de su inmersión a un modo de vida. Por otro lado, Thorndike lo definió como la habilidad de comprensión, es decir, que la base principal era el sentido de la empatía, habilidad necesaria para vivir y sobrevivir en este mundo individualizado. Resaltando cada aspecto importante en el desarrollo del niño, se ha creado una herramienta para fomentar cada uno de estos aspectos relevantes en los estudiantes, la cual se denomina, *Cartilla: El tour de las emociones*; en donde se encontrarán las bases para identificar cada uno de nuestros estados emocionales básicos, de que se tratan y porque son importantes en nuestras vidas, así mismo, cuenta con actividades de habilidades sociales (grupales) y de estimulación cognitiva basadas en el reconocimiento emocional (pensamiento, reconocimiento, percepción, etc.). Se busca alcanzar un avance en la adquisición de conocimientos básicos ideales para la adaptación a la vida.

Para la implementación de esta guía, primero se realizará una prueba evaluativa a los estudiantes de primaria, con el fin de delimitar su estado actual con el posterior, y se realizará a través de una prueba psicométrica que evaluara los aspectos emocionales que cada estudiante ha desarrollado antes de implementar la herramienta de trabajo. El Inventario de Inteligencia Emocional de BarOn: versión para jóvenes. EQ-i:YV, el cual nos brindará información sobre los niveles de IE de cada estudiante. Además, se hará uso del método Delphi, para recopilar datos cualitativos de 3 psicólogos a cerca de las pruebas aplicadas y su síntesis de conclusión del resultado total, para el anexo de pruebas y validez del proyecto.

Por esta razón el propósito de esta investigación es el de promover el desarrollo de habilidades de regulación emocional, por medio de la aplicación de un modelo de actividades de estimulación temprana en niños de primaria, con el fin de evaluar el estado actual y posterior a la implementación del proyecto, con el fin de analizar las dificultades que presentan los estudiantes en esta área de trabajo, y como alcanzar una mejoría progresiva a través de la herramienta a implementar. Además de verificar si realmente este método puede servir de ayuda a la estimulación del aprendizaje emocional en los niños que estudian en las escuelas públicas de la ciudad de Barranquilla, esto con el fin de construir un método psicológico que promueva las capacidades socio-emocionales que logren mejorar la calidad de vida de los individuos en el intento de enseñar que es más importante una vida de autoconocimiento y empatía, que una con dinero y con ausencia de esencia. La comunidad samaria en general será beneficiada con los aportes de esta investigación, ya que servirá como apoyo a las estrategias de salud mental en las escuelas, fomentando el equilibrio entre la educación intelectual y la educación mental, creando así seremos humanos más completos, más sanos, y mejor preparados para el vínculo social. La educación hace parte de todos y es un derecho fundamental que sea brindada con calidad.

## 2. Marco teórico

BarOn (1997), define la IE (Inteligencia emocional) como la agrupación de las habilidades sociales y emocionales, así como el tipo de destrezas necesarias para la supervivencia emocional que nos permiten adaptarnos y sobre todo enfrentar con eficiencia las demandas del entorno. Una persona inteligente emocionalmente, es capaz de dirigir su vida con decisiones oportunas y eficaces, siendo productivo y resolutivo en cualquier ámbito de la vida, lo que en disminuidas palabras determina la calidad de vida para quien la desarrolla.

Bar-On (2006), describe que un ser socioemocionalmente inteligente es aquel que tiene la capacidad de entenderse y expresar aquello que siente, así como, relacionarse de manera positiva con los otros, lo que, en determinada forma, facilita llevar con éxito las demandas o exigencias del día a día. Por consiguiente, el autor menciona lo siguiente, *being emotionally and socially intelligent encompasses the ability to be aware of others' emotions, feelings and needs, and to establish and maintain cooperative, constructive and mutually satisfying relationships* (Bar-On, 2006, p.2). El autor resalta la importancia de ser una persona inteligente emocionalmente, ya que esto garantiza en gran manera nuestro correcto desarrollo con el entorno, aumentando a gran escala las oportunidades de supervivencia y autosuperación personal.

Bar-On tiene una perspectiva teórica importante sobre la inteligencia emocional, destacando la relevancia que tiene el desarrollo de las habilidades socioemocionales, como el eje del camino de la vida, sobre todo en los comienzos de esta, en las escuelas, guarderías o grupos escolares o artísticos, donde los niños comienzan la interacción con el mundo que les rodea y moldean sus pensamientos de acuerdo a sus propios aprendizajes.

Morales cita a Montessori mencionando que la reforma de la educación debía basarse en el desarrollo de la personalidad humana.

El hombre no se desarrolla cuando llegamos a la universidad, sino que inicia su desarrollo mental a partir del nacimiento, y lo efectúa con la mayor intensidad en los primeros tres años de vida. Por eso creo que es necesario prestar mucha más atención a este periodo decisivo que a cualquier otro. Así el niño se nos revelará como la más grande maravilla de la naturaleza. Entonces no nos enfrentaremos con el niño considerado como un ser sin fuerza, casi como un recipiente vacío que debemos llenar con nuestra sabiduría, sino que su dignidad se alzarán ante nuestros ojos a medida que lo consideremos el constructor de nuestra inteligencia, el ser, que trabaja infatigablemente con alegría y felicidad, siguiendo un programa preciso, para construir esta maravilla de la naturaleza que es el Hombre. (Montessori, 1909, como se citó en Morales Ruíz, J, 2015, p.6).

Partiendo de aquí es claro observar, que los niños tienen la capacidad de construir un conocimiento auténtico, sin la necesidad de ser dirigidos a seguir un patrón de enseñanza, si se opta por fomentar el desarrollo autónomo emocional, nos podríamos sorprender con lo que cada niño podría demostrar, pues durante la niñez, se pueden desarrollar más habilidades y destrezas por la capacidad del cerebro para recolectar información nueva que servirá de interpretación para el futuro. Lo que llevará a los estudiantes a idealizar un mundo mucho más humano, íntegro y validando cada una de las emociones propias y del exterior.

Para este autor el concepto de una educación ideal se basa en aquella que centre su atención a una concepción unitaria del sujeto, es decir, que se centre en lo que verdaderamente es importante, el estudiante. Este autor mencionaba que la educación no debe ir en busca de una estructura radical, inhumana, que se centre solo en los resultados intelectuales, si no que, por el contrario, vaya en busca del conocimiento de la vida humana.

En un escrito de Moreno (2012), menciona que Montessori veía a los niños como seres capaces de desarrollar información a través de su propia búsqueda, a través de lo que en su interior perciban como importante para su supervivencia y adaptabilidad al medio, como seres evolutivos. Es decir, cuando Montessori mencionaba Evolución, se basaba principalmente en los argumentos de Darwin, ya que él sostenía que el entorno/ambiente era la principal causa de evolución de los organismos, llevándolos a construir una estructura mental de personalidad que será transmitida de generación en generación, a esto principalmente le llamó evolución. Esa lucha de lograr la adaptación a todos los cambios que surgen con el día a día, o más bien, es perfeccionamiento y crecimiento, que la misma transformación. (p.6). Es importante comprender la idea de Montessori, y su fundamentación teórica, porque nos indica una parte de nuestra naturaleza, la realidad de la vida humana, somos principalmente lo que nos rodea, pero también estamos dotados de consciencia, y si logramos desarrollarla a un nivel adaptativo de regulación, podríamos cambiar la influencia del entorno, por lo que realmente sea apropiado de manera consciente para alcanzar nuestro bienestar.

La evolución que trasciende del niño desde su nacimiento es impresionante, lo que nos brinda las bases para llevar al estudiante menor hacia una formación menos rígida y más respetuosa por sus ideales, dándole la potestad de construir nuevos conocimientos a través de la creatividad y la exposición a estímulos externos que sirvan de activadores para el desarrollo emocional.

El desarrollo de las habilidades emocionales a temprana edad es un aspecto importante en la vida de cada individuo, de ello depende el desarrollo de habilidades y destrezas sociales necesarias para una vida eficiente. En 2021, la psicóloga Feldman, menciona que a medida que los niños se hacen mayores, su cerebro empieza a predecir, o buscarle sentido a todo con mayor

eficiencia, esto a base de sus propios conceptos, es decir, el autoconocimiento. Comienza a extraer datos, activando cada sentido, lo que termina en un resumen multisensorial, que en resumidas palabras lo describe como Inputs sensoriales detallados de nuestro cuerpo y el mundo. Lo anterior, se menciona, con el fin de resaltar la importancia del desarrollo de los niños, en los aspectos mente-entorno, ya que en esta etapa el cerebro está absorbiendo mayor cantidad de información para almacenarla, y sus habilidades cerebrales comienzan a desarrollarse conforme a la situación de vida. De este modo se plantean conceptos fundamentales para la conceptualización de este estudio, que serían las siguientes:

### **Emociones**

Bericat cita a Denzin (2009), el cual define las emociones como una “Experiencia corporal” que es real, verdadera, específica pero también transitoria, que en su sentido más amplio, activa la conciencia de quién la percibe dentro de sí, y que se queda almacenada como un recuerdo importante para el transcurso de la vida, pero, que no solo estimula a quien la siente, sino, a todos los que hagan parte de esa experiencia senso-perceptiva, ocasionando una idea de la realidad que viven en el momento, es decir, una realidad que se construye en base a la experiencia emocional.

Díez (2021), sostiene que las emociones son las que le dan color a la vida, en su sentido mas amplio, son las que nos dan una razón de ser. De hecho, no sentir, sería algo completamente aburrido, ya que la diversidad emocional es una fuente de energía, y es precisamente la capacidad de regular esa corriente lo que nos permitirá sacar lo mejor de sí. En otras palabras, Alcalá (2016), nos dice que, psicológicamente, las emociones alteran la atención, cambian las conductas y activan redes asociativas relevantes en la memoria; y fisiológicamente, son las que

organizan rápidamente las respuestas de cada sistema biológico con el fin de establecer un medio óptimo para el comportamiento más efectivo. De lo anterior se puede decir que las emociones sirven en su mayoría para establecer una posición con respecto a lo que nos rodea, lo que nos brinda el impulso de asociarnos a ciertas personas u objetos, o, por el contrario, de alejarnos de otros aspectos que hemos interiorizado como negativo.

Feldman (2021), nos dice que la visión clásica de la emoción se basa en el rostro, ya que es la clave para evaluar las emociones con objetividad y precisión.

Las emociones surgen desde el interior de nuestra mente, a través de todo lo que sentimos con respecto a los estímulos externos, son base para la estructura de nuestra personalidad, son innatas desde nuestros inicios de vida, y es parte importante de nuestra supervivencia almacenar sabiamente la información que va a nuestro cuerpo, con el fin de ser los reguladores de nuestra propia percepción y, por ende, el resultado emocional como respuesta al estímulo.

### ***Tipos de emociones básicas***

Paul Ekman, menciona que las emociones determinan nuestra calidad de vida, es decir, le dan armonía a nuestra existencia y se presentan en todos los ámbitos de nuestra vida; las emociones pueden llegar a salvarnos de aspectos negativos, pero también pueden llegar a dañarnos si no son reguladas correctamente. *Pueden llevarnos a actuar de una forma que nos parece realista y apropiada, pero también pueden conducirnos a actuaciones de las que luego nos arrepentiremos de todo corazón (Ekman, 2003, p.7).*

Leperski (2017), indica que, para este autor existen 6 emociones básicas, las cuales son mencionadas en su estudio realizado junto a su colega Wallace Friesen en el año 1978, titulado *El Facial Coding System*, el cual fue realizado en distintas partes del mundo, cuyo objetivo era

probar la existencia de seis emociones básicas, que son innatas de todos los seres humanos (alegría, tristeza, enojo, sorpresa, miedo y asco), sin excepción de sus limitaciones físicas o cognitivas. Sin embargo, la mayor influencia de la investigación tuvo lugar en Papua, Nueva Guinea en el año 1971, donde se centraron en estudiar las expresiones faciales de los Fore (Población indígena no alfabetizada), y fue justo aquí donde identificaron que el sistema de señales emocionales siempre está «encendido» y listo para propagar instantáneamente cualquier emoción que sintamos, es decir, sin importar el desarrollo cognoscitivo, cultura, o demás circunstancias, las emociones tomaran lugar siempre y cuando vivamos experiencias, a lo que en resumidas palabras nos indica, que vivir es sentir, las emociones se derivan de nuestras propias experiencias, y del aprendizaje interoceptivo, es decir, aunque seamos personas no alfabetizadas, pero perdemos a alguien que amamos, nuestro cuerpo reaccionará innatamente sobre el estímulo de separación, de esta manera descubrieron estos datos en la investigación.

a. ***Alegría:*** Se trata de un estado emocional que nos genera gran cantidad de placer, en donde la persona ve el estímulo como algo positivo, por lo que, durante este estado emocional, las personas experimentan bajos niveles de ansiedad, mucha energía y motivación. Bermejo (2018), menciona que la alegría es la emoción más agradable, que invita principalmente a interactuar con los otros y, por ende, socialmente es la mas aceptada.

b. ***Tristeza:*** Se caracteriza por el desvanecimiento del estado anímico, por lo que los niveles de energía se desgastan, las motivaciones se van y los sueños se bloquean, favoreciendo el pensamiento negativista del mundo y del futuro. Bermejo (2018), define la tristeza como una respuesta universal a la pérdida. Para Ekman (2003), la tristeza es la emoción que más tiende a durar en el tiempo, y se caracteriza por la expresión facial y la

voz, ambos factores se entrelazan para la famosa Llamada de auxilio, la cual es expresada a los demás.

c. **Enojo:** Esta emoción surge ante situaciones que generan estrés y frustración, es decir, es la forma de alerta del cuerpo para prepararse para la defensa contra el estímulo amenazante, o en algunos casos, la huida de esta. Bermejo (2018), define el enojo como una respuesta a la frustración o a un sentimiento de invasión del Self. Es probablemente la emoción más asociada al género masculino.

d. **Sorpresa:** Ekman (2003) describe esta emoción como una reacción física y cognitiva que se tiene ante un suceso que no se espera o que, en palabras más técnicas, no encaja con las estructuras mentales que ha desarrollado la persona.

La sorpresa es adaptativa a otras emociones que se desarrollan posterior al desarrollo de esta emoción, no suele durar mucho tiempo, pues es simplemente la respuesta a algo nuevo.

e. **Miedo:** Bermejo (2018), nos indica que el miedo es una reacción adaptativa para escapar del peligro, incluso es catalogada como la emoción más profunda, siendo el miedo mas frecuente el miedo al abandono o a la invasión. Paredes (s.f.), cita a Quintanar donde sostiene que, el miedo es la emoción que te alerta en pro de defensa ante un peligro normalmente externo, y que es reconocido como negativo por quién padece la emoción.

f. **Asco:** Es una emoción caracterizada por la sensación de rechazo o repulsión, real o imaginaria, de ingerir algo toxico para el organismo, es decir, que pueda contaminar significativamente el cuerpo, aunque no siempre el estímulo represente un

peligro para nosotros. Algunos de los efectos fisiológicos son las náuseas o dolores de estómago o la tensión muscular, así como el distanciamiento de la “sustancia negativa”.

La función principal de esta emoción es la de estimular el rechazo a todos aquellos estímulos que puedan causar malestar, aunque últimamente, se ha usado el asco o desagrado para vincularlo con factores sociales, es decir, el rechazo a situaciones o personas que no cumplan los estándares propios y, por ende, terminan alterando la armonía interna del cuerpo.

### **Desarrollo Emocional**

Feldman (2021), menciona que las sensaciones agradables y desagradables simples, emergen progresivamente en lo profundo de nuestro ser, a lo que se ha denominado interocepción. La interocepción es la imagen que hace el cerebro relacionadas con las sensaciones de nuestros órganos internos y de nuestros tejidos, de las hormonas de nuestra sangre y de nuestro sistema inmunitario. Es decir, la interocepción es uno de los ingredientes básicos de la emoción, pero que, a su vez, las sensaciones que provienen de la interocepción son más simples que las verdaderas experiencias emocionales como la alegría o la tristeza. (p. 83,84). Por lo tanto, el desarrollo emocional está relacionado con las experiencias, es decir, con todas las conversaciones neurales que te abastecen de fragmentos visuales (imágenes), olores, sensaciones y gustos que hemos experimentado, para descubrir lo que actualmente estamos sintiendo. Y es justamente aquí, donde estas conversaciones neuronales comienzan a predecir o suponer lo que está ocurriendo a nuestro alrededor, para brindarte la mejor información sobre cómo afrontarlo y poder mantenernos sanos, todo esto basado en tu propia codificación de las experiencias pasadas. Aquí comienza a nacer lo denominado desarrollo emocional, lo que somos capaces de ser, a

través de nuestro aprendizaje interoceptivo, y de cómo podemos expresarlo a través de nuestro cuerpo.

### **Educación Emocional**

Díez (2021), menciona que al hablar del termino educación, hace referencia a la facultad de aceptación e interiorización de lo que aprendemos, es decir, un proceso programado, o como textualmente lo llama, “proceso consciente”.

La educación es una estructura de aspectos que conllevan al individuo hacia su propio bienestar, siempre y cuando cuente con los patrones de enseñanza asertivos para formar lo mas adecuado posible. Díez cita a Delors (1996), describiendo que en un informe escrito por este autor nos indican que la educación se forja en cuatro pilares esenciales, los cuales son, aprender a conocer, aprender a hacer, aprender a vivir juntos y aprender a ser, todo interconectado con la salud emocional.

#### ***a) Aprender a conocer***

Aprender a conocer el mundo nos indica la capacidad de encontrar las respuestas a nuestro entorno, es decir, definir el ¿Qué? ¿Cómo? ¿Quién? ¿Cuándo? ¿Por qué? ¿influencias? ¿consecuencias? ¿resultados? de los aspectos del día a día, de nuestra interacción con el mundo que nos rodea, el propósito de saber las razones para avanzar o detenerte.

#### ***b) Aprender a hacer***

Este pilar conlleva nuestra capacidad motivacional de implementar lo que sabes en el que hacer, es decir, la conversión de los propios aprendizajes a una práctica que resulte productiva o

competente para la supervivencia social. Es prácticamente el proceso de conversión en una persona más autónoma con base en su propio aprendizaje. Que, en este caso, corresponde al educador, enseñar las estructuras básicas de relación interpersonal e intrapersonal para lograr la dirección hacia objetivos que alcancen bienestar, sin embargo, es importante explicar que todo se materializa en función de lo que la creatividad del niño le motive a crear.

*c) Aprender a vivir juntos*

Este aspecto es gran importancia, sobre todo en la educación emocional, pues nuestra característica mas importante es que somos seres sociales y la interacción hace parte de nuestro crecimiento, de nuestro aprendizaje, de la adquisición de nuevos conocimientos, lo que indica que es un aporte mutuo entre seres humanos, incluso entre seres vivos. El hecho de que se fortalezca la armonía social, es esencial para el bienestar social, incluso personal, pues conlleva el uso de facultades socioemocionales que son importantes desarrollar para nuestra estabilidad.

*d) Aprender a ser*

Este ultimo pilar, es la esencia de lo que somos, de lo que buscamos ser, es el ser humano disfrutando de cada fase de la vida, tomando cada aspecto como relevante para la construcción de aprendizajes nuevos, y para el fortalecimiento de los ya obtenidos. Es la importancia que le damos a nuestra propia esencia, y la forma de incluir lo que somos y apreciamos a los constructos de la sociedad, sin que esto interfiera con nuestro propio bienestar.

Por consiguiente, Bizquerra (2011), menciona que la educación emocional es una respuesta educativa de nuestras propias necesidades, y que en cierta manera no han sido atendidas previamente a la orientación. (p. 5). Conforme a esto, la educación emocional es el

proceso de enseñanza emocional, que tiene una finalidad y respuesta educativa en base a las necesidades de la población atendida, en el cual su fin es desarrollar y fortalecer las capacidades a nivel de las estructuras emocionales con base en el aprendizaje teórico y práctico de aspectos relacionados con las emociones.

### **Regulación Emocional**

En 2007, Gómez & Calleja, describen la regulación emocional de dos tipos, individual o social. La de carácter individual busca regular y evaluar las propias emociones con el fin de transformar su intensidad y la duración con que estas influyen en nuestras conductas, como objetivo principal de alcanzar el bienestar emocional. Y la de carácter social, es la que abarca el tráfico emocional en contextos sociales, desde encontrar la manera de sostener, bloquear o expresar las emociones para comunicar tus sentimientos con los demás, logrando metas colectivas, así mismo, ayuda a regular el comportamiento socio-emocional, la manera en que interactúas con los demás para alcanzar una vida plena. (p.100).

### **Inteligencia Emocional**

La inteligencia emocional, según Meyer y Salovey (1997), es aquella capacidad de permitir el desarrollo de sentimientos que a su vez aprueba la interacción razonable con el pensamiento; Generando destreza en la comprensión de emociones, el reconocimiento y la regulación emocional, procurando el correcto crecimiento interno-emocional. (Porcayo, 2013, p.19). La inteligencia emocional nos permite encontrar un estado de regulación entre lo que podemos sentir, y lo que es saludable sentir.

Salovey & Mayer en 1997, estructuraron una forma de evaluar la inteligencia emocional basado en cuatro dimensiones importantes, que sería la percepción emocional, la facilitación emocional, la comprensión emocional y el manejo de las emociones.

**a) *Percepción emocional***

La PE es la capacidad para discernir entre las distintas emociones que son transmitidas, a través de palabras, expresiones faciales, acciones, etc. La manera en que identificamos los mensajes emocionales del entorno.

**b) *Facilitación emocional***

Es aspecto es importante, ya que conlleva aquellas herramientas personales para mantener el bienestar, es decir, es la capacidad de utilizar acertadamente aspectos emocionales para transmitir mensajes, resolver conflictos o autorregularnos. El control emocional nos permite actuar de forma mas asertiva, y, por ende, tendremos mayores respuestas positivas en la vida.

**c) *Comprensión emocional***

Es aquella autonomía que tenemos para comprender la relación entre las acciones o sucesos y una respectiva emoción, la capacidad de asociación e interpretación de los mensajes y el conocimiento. Este tipo de facultades permiten el fortalecimiento de las relaciones interpersonales, y, por ende, calidad de vida.

**d) Manejo de emociones**

Punto importante para el bienestar, la autorregulación, a mayor manejo emocional se promueve la inteligencia emocional, lo que otorga resultados positivos en la toma de decisiones que favorezcan el equilibrio mental. Este proceso implica sustraer la información necesaria sobre el proceso emocional que se vive, para actuar de manera que se otorgue una respuesta empática a las personas y que a su vez promueva un estado de bienestar propio, todo relacionado con las decisiones aplicadas y la resolución al conflicto.

Por otro lado, Goleman (1996), en su libro inteligencia emocional, nos indica que se trata de la capacidad identificar nuestras propias emociones y de las externas, con el fin desarrollar la autonomía de motivación por alcanzar la autorregulación emocional. Par este autor la IE se basa en cinco dimensiones básicas que son la autoconciencia emocional, el autocontrol emocional, la automotivación, la empatía y las habilidades sociales.

**e) Autoconciencia emocional**

Es aprender a reconocer lo que sentimos y como lo sentimos, es decir, aquel mundo interior que habla a cerca de nuestras emociones. Es tener la capacidad de identificar las causas de malestar o satisfacción emocional.

**f) Autocontrol emocional**

Es la capacidad de regularnos ante los distintos estímulos emocionales, con el fin de alcanzar nuestra propia estabilidad.

**g) Automotivación**

Muchas personas no cuentan con la chispa para seguir adelante, y esto consiste en que el equilibrio emocional es importante para alcanzar nuestra propia satisfacción, y si contamos con suficiente de este aspecto nunca faltará la motivación, pues no habrá nada que pueda obstaculizar el camino hacia la meta, sin importar lo incomodo que sea. La automotivación es tener la habilidad de equilibrar nuestras emociones para direccionarnos hacia nuestros objetivos.

**h) Empatía**

Es de gran importancia para fortalecer nuestras relaciones sociales, esta característica nos permite sentir por el otro, ponernos en su posición, y por ende, ofrecer asertivamente herramientas para subsanar algún malestar, así sea momentáneamente, lo que nos hace crecer en IE, y alcanzar mayor calidad de vida social.

**i) Habilidades sociales**

Es la habilidad de comprender la importancia de la interacción con los demás, buscando siempre la manera de actuar positivamente, para recibir satisfactoriamente.

En síntesis, la inteligencia emocional es contar con las herramientas y el conocimiento necesario para conocer el entorno y consecuentemente, adaptarnos satisfactoriamente a él.

#### **4. Marco Contextual**

Los antecedentes históricos de esta institución toman sus inicios el 5 de junio de 1952, fecha de la fundación según datos extraídos de una placa conmemorativa que fue obsequiada a la institución el día de su nombramiento. Cabe destacar que la infraestructura de la institución se encuentra sobre los terrenos del Castillo de Rondón, cuyo hecho comienza cuando aún no existían vías o zonas urbanizadas, lo que ocasionaba la dificultad de llegar a este lugar, y lo único que podía observarse cerca, era el batallón de la policía militar Antonio Nariño, y aquellos granjeros que precisamente por el tipo de tierra, tenían sus cultivos en esta zona, los que en ese entonces eran personas extranjeras, provenientes de China.

En cuanto a los estudiantes, eran provenientes de los barrios aledaños, como Siape, San Salvador y Tres Avemarías, los cuales se caracterizan por ser uno de los barrios mas viejos de la ciudad de Barranquilla.

Un factor muy importante de esta escuela a través de su historia, es en el año 1990, se abre la escuela llamada El Aula Remedial, cuyo fin era atender casos de niños con dificultades de aprendizaje, auspiciada por la oficina de educación especial y atendida por la Licenciada Lina Jnette.

Dentro de los logros mas destacables del desarrollo de la institución, se resalta el de querer brindar al estudiante posibilidades de crecimiento, como lo fue al establecer convenio con el Instituto Tecnológico de Educación Superior ITSA, con el propósito de brindar a los estudiantes una opción técnica para su desempeño y ocupación en el mercado laboral en caso de no poder continuar con sus estudios; posteriormente, en el año 2010, se suscribió otro convenio con el ITSA en la modalidad de auditoría del medio ambiente.

Su Misión es la de formar a NNA (niños, niñas y adolescentes) en una estructura educativa fundamentada en valores, en la generación de sentimiento de preservación del medio que les rodea y en el ejercicio de una sana democracia que vaya en concordancia con los avances tecnológicos y la evolución de la sociedad. (Ins. El Paraíso, 2022, p.3)

En cuanto a la Visión, su plan es proyectarse en el próximo quinquenio, como una institución educativa excelente en la formación de estudiantes, que estos se caractericen por un perfil académico excepcional y una estructura de valores intachable, asumiendo los retos de la ciencia, la democracia y la tecnología. (Ins. El Paraíso, 2022, p.3)

En cuanto al área de psicología y los procesos de enseñanza psicológicos, son presentes en la institución, ya que cuenta con una oficina de atención en esta área. Sin embargo, durante el proceso de caracterización e implementación del trabajo de estudio, se logró evidenciar que no existía un plan dirigido a fortalecer las habilidades socioemocionales de los estudiantes, ya que su mayor empeño se centra en fortalecer áreas intelectuales como la informática y ciencias,

desviando el camino de la formación íntegra de los estudiantes, en donde estos sean capaces de dominar sus emociones y por consiguiente, ser acertados a la hora de tomar alguna decisión en la vida.

De hecho, los estudiantes se caracterizan por ser muy respetuosos, sin embargo, a la hora de tener algún inconveniente no suelen resolverlo de la forma más asertiva, lo que evidentemente denota la baja influencia por parte de la institución a la enseñanza socioafectiva. Por tal razón, la implementación de este proyecto viene encaminado a fortalecer las habilidades socioemocionales que los estudiantes tienen y, por ende, brindar herramientas que logren ayudar a su calidad de vida.

## **5. Marco Metodológico**

La investigación es de enfoque Cuantitativo, cuya finalidad principal es explicar a cerca de las variables investigadas, con el fin de predecir fenómenos o relacionar causales entre distintos elementos de estudio. Este tipo de investigación se desarrolla a través de herramientas de análisis matemático y conceptos estadísticos, los cuales nos ayudan a demostrar la existencia de fenómenos mediante datos numéricos, por lo que usaremos la recolección de datos para verificar si realmente a través de la herramienta tour de las emociones se encuentra un camino para la evolución de los procesos emocionales en los niños, con base en la medición numérica y el análisis estadístico.

El enfoque de la investigación es Experimental, ya que se manipularán dos variables, una variable control y otra variable experimental con el fin de controlar el desarrollo y efecto que los estímulos (herramientas) tengan sobre estos. La investigación va encaminada al diseño cuasi-

experimental, ya que busca comparar el grupo control y el grupo de tratamiento durante el abordaje de la herramienta tour de las emociones, al mismo tiempo en que se desarrolla un impulso a la búsqueda de un cambio en las pautas emocionales de los estudiantes, logrando cambios no solo en una variable, si no en los datos recolectados previos al estudio y pos-estudio. En la investigación cuasi-experimental, Rossi y Freeman (1993) mencionan que *el grupo de tratamiento sirve como su propio control (se compara el "antes" con el "después") y se utilizan métodos de series de tiempo para medir el impacto neto del programa* (Ramírez, [Programa Centroamericano de Población] 1999). En conclusión, este diseño de investigación proporciona el modelo de experimento poblacional con la muestra de estudiantes.

Dentro de esta metodología se realizará una comparación de medias, recopilando los valores de una variable continua según los valores de una variable estable. La población son los estudiantes de primaria en edades entre los 8 y los 10 años de edad de la Institución educativa, por lo que la muestra está dividida en dos grupos de 12 estudiantes de primaria elegidos al azar (niños y niñas), con una duración de trabajo de un mes.

## 6. Fuentes de Información

### Primaria

Psicólogo/a de la Institución Educativa Distrital el Paraíso y estudiantes que pertenezcan a esta institución

### Secundaria

Tutor de investigación de la Universidad Antonio Nariño.

Base de datos en cuanto a estructura y metodología psicológica y atención en la resolución de conflictos.

### Terciaria

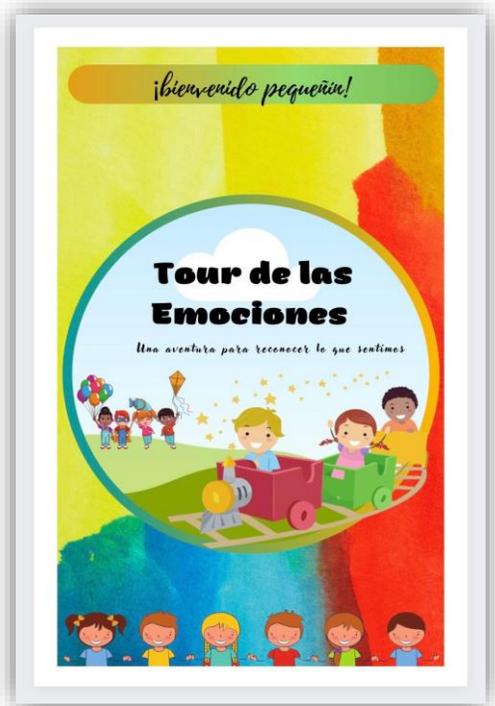
Informes sobre inestabilidad socio-emocional de estudiantes en Colombia

Proyectos de investigación y artículos sobre inteligencia emocional en niños.

Libros sobre inteligencia y regulación emocional.

## **7. Instrumentos**

*Cartilla, El Tour de las Emociones*



Esta cartilla es de autoría del investigador, la cual contiene conceptos básicos esenciales para el conocimiento de las emociones, los cuales influyen en la manera de comprender lo que sentimos y nos permite obtener una enseñanza para saber transmitirlo a los demás. así mismo, nos permite reconocer las emociones en las personas, con técnicas de reconocimiento emocional. Todos estos conceptos y aprendizajes emocionales contribuyen al manejo de las relaciones sociales, e incluso a

mejorar la regulación emocional, brindando una mejor calidad de vida.

Por otro lado, cuenta con actividades de habilidades sociales, y de estimulación emocional tanto grupales como individuales, promoviendo de este modo aspectos de desarrollo intrapersonal e interpersonal, desde actividades que favorezcan la interacción social asertiva hasta el dialogo interno amable.

La cartilla está dividida en emociones básicas, como lo es el miedo, la ira, la tristeza, la alegría, la rabia y el desagrado, todas comenzando desde la conceptualización de la emoción hasta la práctica del reconocimiento y regulación de cada una. Además, cuenta con una sección de anatomía básica, para que además del reconocimiento externo de las emociones, los niños puedan reconocer internamente como es sentirse de cierta forma, y de que maneras puede afectar nuestro cuerpo el sentirlas, para que logren discernir a su nivel de conciencia lo que realmente es bueno para su vida y su desarrollo psicológico.

Dentro del proceso de enseñanza, los niños deben aprender en tres fases, la primera, RECONOCER, es donde se prende el factor investigativo y explorativo, conceptualizan la emoción, indagan sobre esta y exploran como puede percibirse cada una, generando un aprendizaje teórico de la emoción. En segunda instancia, PRÁCTICA, en esta fase los niños a través de las actividades didácticas relacionan la emoción con características puntuales, como colores, canciones, cuentos, etc. y, por último, DESARROLLO DE HABILIDADES, es aquí donde se emplean los conocimientos previos para la obtención de resultados, en donde a través de casos, se enseñan las técnicas básicas de auto regulación, entrenando las habilidades socioemocionales tanto internas como externas.

El desarrollo de esta cartilla se complemento al practicarse durante un semestre de practicas educativas que tuvo el investigador con el fin de determinar el orden y la funcionalidad que buscaba con la creación de este proyecto, basándose en autores importantes como Daniel Goleman y Paul Ekman en teorías como la inteligencia emocional y emociones básicas, componentes esenciales para la vida y el desarrollo del coeficiente intelectual.

***Inventario de inteligencia emocional de BarOn: Versión para jóvenes. EQ-I:YV***

El BarOn EQ-i:YV, está diseñado para medir la inteligencia emocional en niños y jóvenes de 7 a 18 años, y sus bases teóricas se basan en el modelo de inteligencia socioemocional de Bar-On, la cual incluye cinco escalas que son, la intrapersonal, la interpersonal, la adaptabilidad, el manejo del estrés y el estado del ánimo; estas divisiones nos permiten identificar el desarrollo socioemocional, que a su vez nos sirven para indagar en el coeficiente emocional o inteligencia emocional que el evaluado tenga en ese momento de la vida.

Este cuestionario maneja una guía de puntuación transformada digitalmente, donde los resultados pueden interpretarse de la siguiente manera:

<b>RANGO</b>	<b>INTERPRETACIÓN</b>
>130	Extremadamente alto
120-129	Muy alto
110-119	Alto
90-109	Medio
80-89	Bajo
70-79	Muy bajo
69	Extremadamente bajo

*Nota: Adaptado de BarOn (2018, p.8).*

BarOn (1997), define la IE (Inteligencia emocional) como la agrupación de las habilidades sociales y emocionales, así como el tipo de destrezas necesarias para la supervivencia emocional que nos permiten adaptarnos y sobre todo enfrentar con eficiencia las demandas del entorno.

Este cuestionario nos brinda la información necesaria para indagar en la estructura emocional del evaluado, desde sus habilidades intrapersonales, como aquellas de interacción social, hasta las características de afrontamiento o autorregulación ante las adversidades, y que en resumidas palabras nos da un promedio del desarrollo de la inteligencia emocional del individuo.

## 8. Resultados

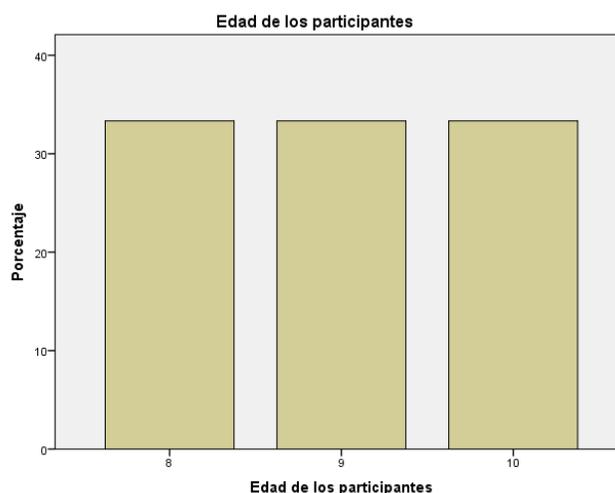
La muestra de estudio estuvo conformada por 24 alumnos elegidos al azar en edades entre los 8 a 10 años de edad, es decir, pertenecientes a la etapa escolar de primaria, este grupo fue dividido posteriormente en 2 grupos de 12 estudiantes cada uno, conformando el grupo control y el grupo experimental para la aplicación de los instrumentos.

### *Edad de los participantes*

#### **Estadísticos**

Edad de los  
participantes

Vá	1
lido	2
Pe	0
rdidos	
Media	9, 00



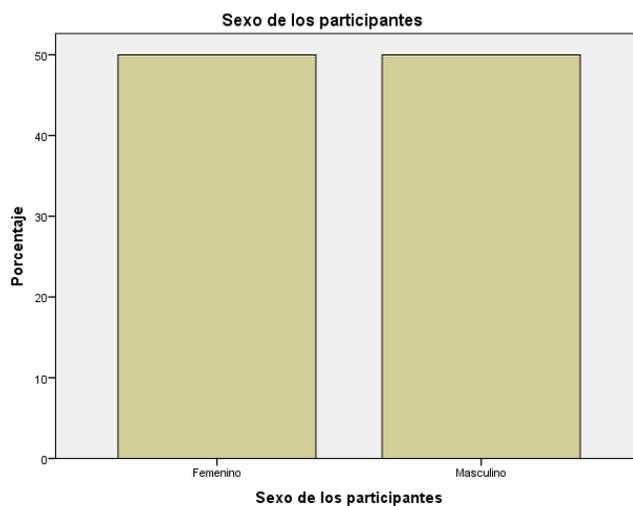
La edad de los participantes se escogió de manera aleatoria, pero manejando la proporción en las cantidades por cada una, es decir, cuatro por cada grupo etario, por lo que mantiene un control con respecto al grupo evaluado.

### *Sexo de los participantes*

### **Estadísticos**

Sexo de los  
participantes

Vá	1
lido	2
Pe	0
rdidos	0
Media	1, 50



La prueba evalúa las siguientes escalas, Inconsistencia, Impresión positiva, Estado de ánimo, Inteligencia emocional total, Intrapersonal, Interpersonal, Adaptabilidad y Manejo del estrés.

A continuación, se desglosan los resultados obtenidos de la prueba BarOn para jóvenes.

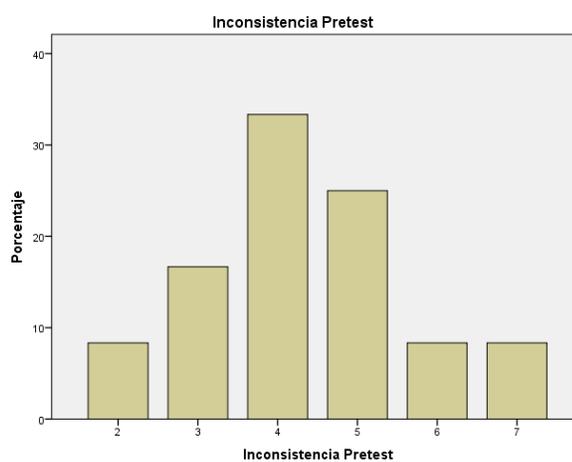
### **Resultados obtenidos grupo experimental**

#### *Inconsistencia Pretest*

#### **Estadísticos**

### Inconsistencia Pretest

Vá	1
lido	2
Pe	0
rdidos	0
Media	4,33



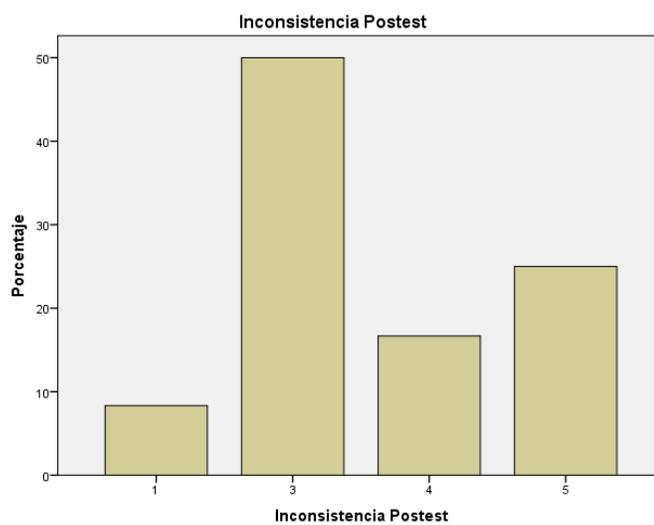
El índice de inconsistencia en el Pretest se mantuvo dentro de la normalidad según los índices evaluativos de la prueba BarOn, ningún estudiante mostró alteraciones en las respuestas que pudieran indicarnos algún índice de respuesta forzada.

### *Inconsistencia Postest*

## Estadísticos

### Inconsistencia Postest

Válido	1
Perdidos	0
Media	3,50



Durante la aplicación del Postest, luego de haber aplicado la herramienta Tour de las emociones, no se manifestaron alteraciones en inconsistencias, todos los estudiantes mantuvieron puntuaciones normales, es decir, no hubo presencia de alteraciones en las respuestas.

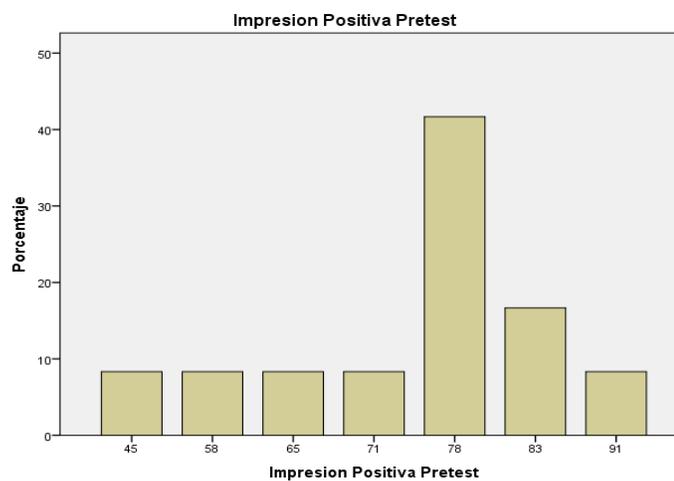
### *impresión Positiva Pretest*

#### **Estadísticos**

impresión Positiva

Pretest

Vá	1
lido	2
Pe	0
rdidos	7
Media	3,83



En la escala de Impresión positiva se obtuvo una media del 73,83% lo que nos indica que los estudiantes en la etapa Pretest se mantuvieron en un índice Muy bajo, es decir, entre puntuaciones del 70-79.

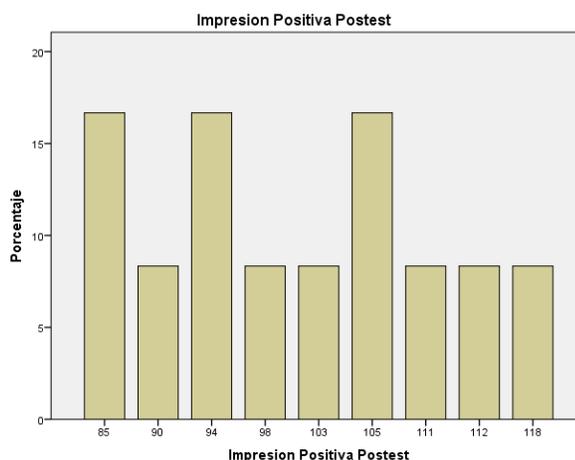
*impresión Positiva Postest*

**Estadísticos**

impresión Positiva

Postest

	Vá	1
lido		2
	Pe	0
rdidos		
Media		1
		00,00



Durante la aplicación del Postest, los estudiantes tuvieron una media de 100, lo que indica que los resultados individuales se posicionan entre el 90-109 de puntuación final, demostrando un aumento del promedio de Muy bajo a Medio.

La prueba BarOn indica que resultados por encima de 120, indican que el evaluado podría estar tratando de brindar una concepción de sí mismo de manera distorsionada, por lo que los resultados obtenidos se mantienen dentro de la normalidad.

### *Estado de Ánimo Pretest*

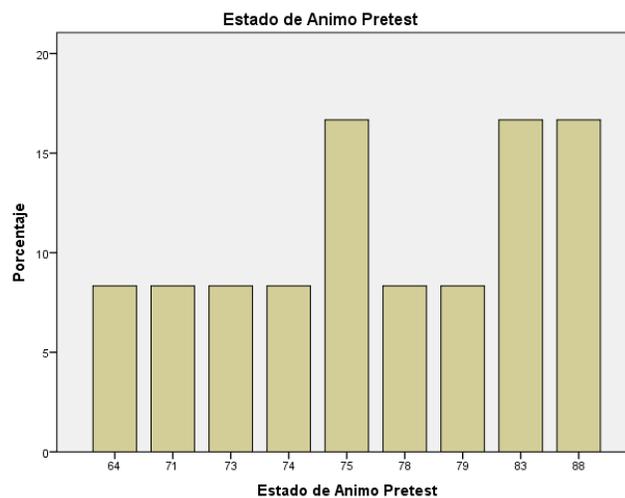
#### **Estadísticos**

Estado de Ánimo

Pretest

Vá	1
lido	2
Pe	0
rdidos	

Media	7
	7,58



La escala de Estado de ánimo durante el Pretest, nos indica con un promedio del 77,58 que los estudiantes mantuvieron un resultado de Muy bajo, esto podría indicar diversos factores provenientes del entorno, o en su defecto la falta de conocimiento previo de lo que sucede, con respecto al evaluador, la prueba, o la cantidad de preguntas.

Sin embargo, durante este proceso se mantuvo los lineamientos establecidos por la prueba para la aplicación de la prueba, por lo que los indicadores posteriores se deben tener muy en cuenta para la interpretación de los resultados.

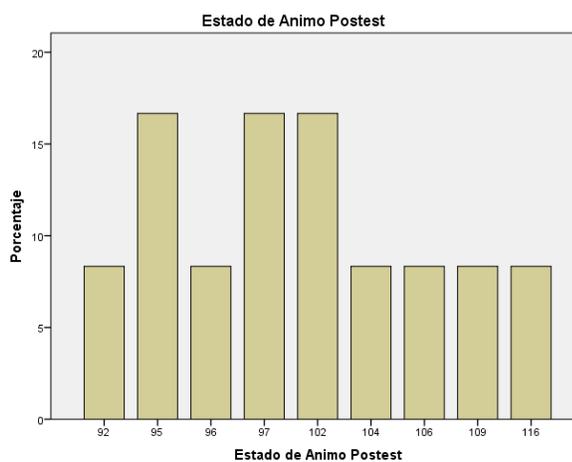
### *Estado de Ánimo Postest*

#### **Estadísticos**

## Estado de Ánimo

## Postest

Vá	1
lido	2
Pe	0
rdidos	0
Media	100,92



Los estudiantes durante el Postest aumentaron su promedio considerablemente con respecto al estado de ánimo a un 100,92%, ubicándose dentro de la escala de interpretación de BarOn en puntaje Medio. Esto podría ser un indicador de empatía fortalecida luego de la aplicación de la cartilla Tour de las emociones, y la interacción positiva con los demás.

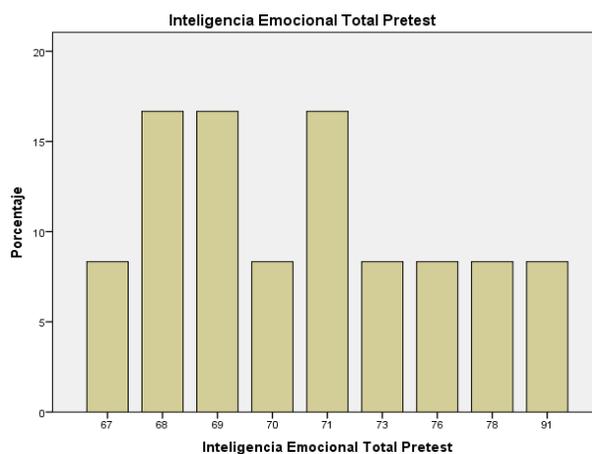
## *Inteligencia Emocional Total Pretest*

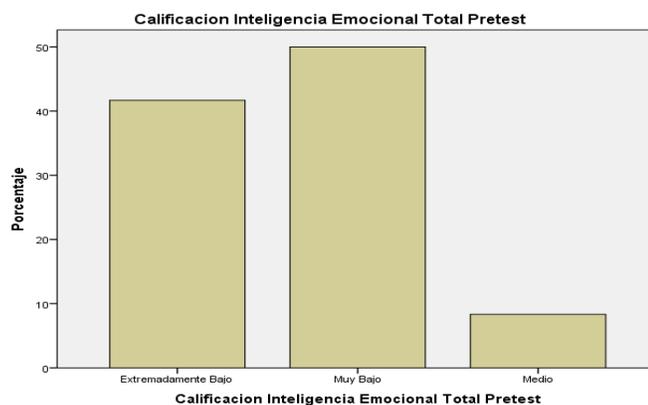
### **Estadísticos**

Inteligencia

Emocional Total Pretest

Vá	1
lido	2
Pe	0
rdidos	0
Media	7
	2,58





En cuanto a la escala de Inteligencia emocional total, la cual es muy importante tener en cuenta para validar la utilidad de la herramienta trabajada con los estudiantes, nos indica que durante el Pretest los alumnos se encontraron en una media de 72,58 indicando un puntaje Muy bajo según los resultados de la prueba BarOn. Esto podría indicar la falta de la estimulación emocional en los estudiantes, es decir, falta de habilidades socioemocionales que podrían favorecer positivamente su desarrollo y bienestar mental.

### ***Inteligencia Emocional Total Postest***

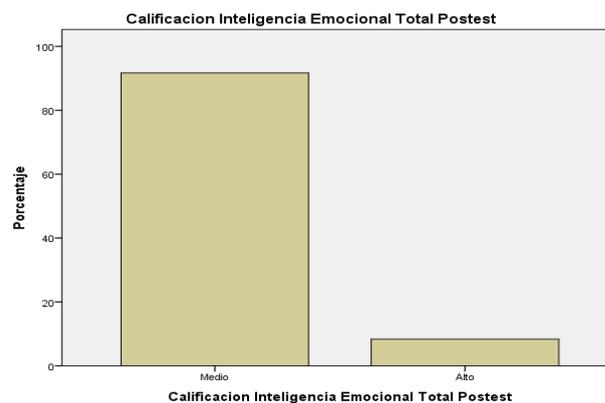
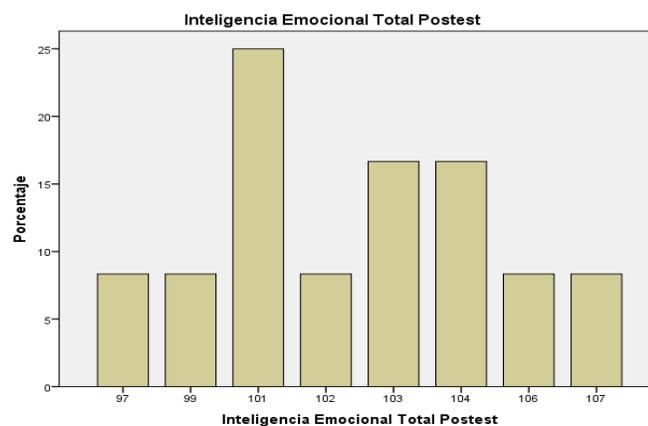
#### **Estadísticos**

Inteligencia

Emocional Total Postest

Vá	1
lido	2
Pe	0
rdidos	

Media	1
	02,33



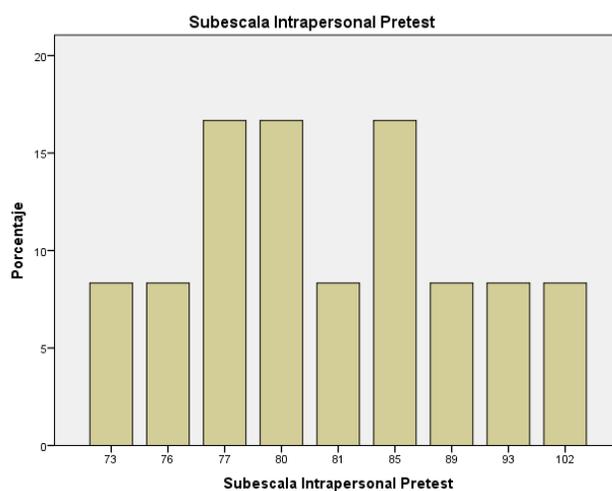
Los estudiantes evaluados durante el Postest se mantuvieron en una media del 102,33%, es decir, con puntuaciones entre 90-109, ubicándolos en la categoría Media. Los resultados son indicador de un aumento considerable en el desarrollo de la inteligencia emocional total.

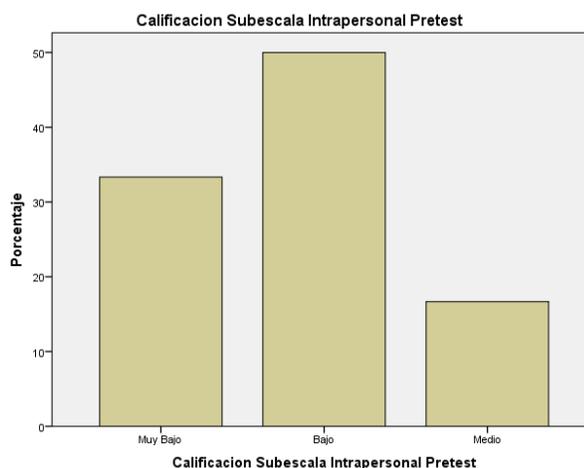
### ***Subescala Intrapersonal Pretest***

### **Estadísticos**

Subescala  
Intrapersonal Pretest

Vá	1
lido	2
Pe	0
rdidos	0
Media	8
	3,17





En los resultados obtenidos de la Subescala Intrapersonal, durante el Pretest, se obtiene una media del 83,17 indicando resultados entre el 80-89, es decir, un puntaje Bajo. Este tipo de resultados indican que previo a la aplicación de la herramienta, los estudiantes tenían una dificultad alta en la expresión y comunicación de sentimientos y emociones, así como de reconocer sus propias dificultades y habilidades.

### *Subescala Intrapersonal Postest*

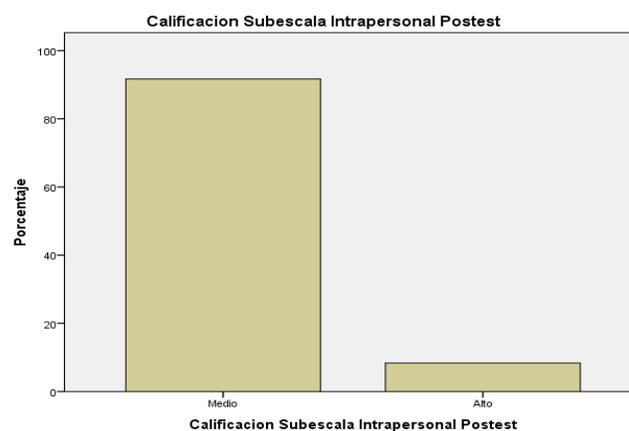
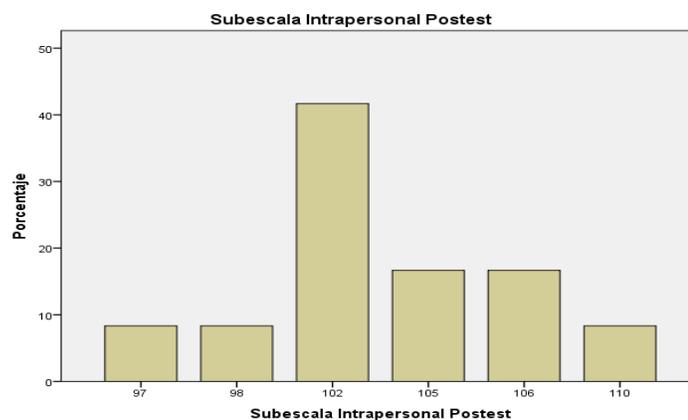
#### **Estadísticos**

Subescala

Intrapersonal Postest

Vá	1
lido	2
Pe	0
rdidos	0

Media	103,08
-------	--------



Durante la aplicación del Postest, en la subescala Intrapersonal, los estudiantes se encontraron en una media de 103,08%, lo que demuestra un aumento en la media de 20,7% luego de aplicada la herramienta de trabajo. Los estudiantes se ubican en un puntaje Medio. Esto indica que los estudiantes se interesaron por la temática, fortaleciendo las habilidades intrapersonales, es decir, comenzaron a valorar sus emociones e interesarse por entenderlas.

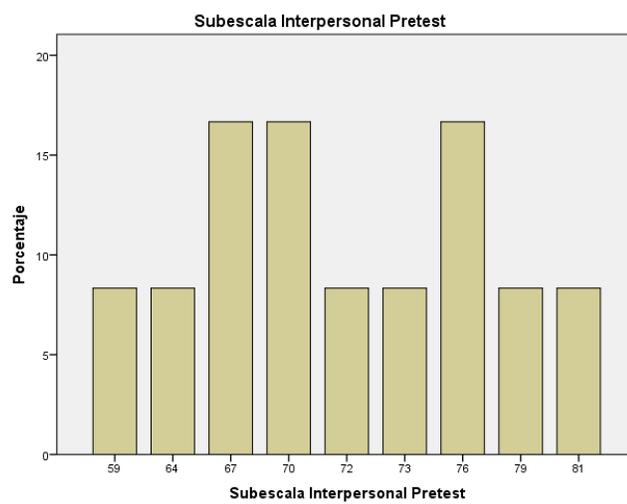
### ***Subescala Interpersonal Pretest***

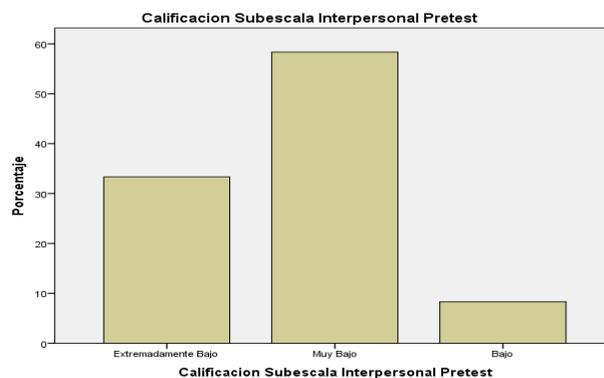
## Estadísticos

### Subescala

#### Interpersonal Pretest

Vá	1
lido	2
Pe	0
rdidos	7
Media	1,17





En la subescala Interpersonal, durante el Pretest, los estudiantes se mantuvieron en una media del 71,17, es decir, en puntuaciones entre los 70-79, ubicándose en el rango de Muy bajo.

Los estudiantes tenían dificultades para relacionarse de manera asertiva con los demás, por lo que los conflictos escolares no se resolvían oportunamente, ni acertadamente, ya que no contemplaban las emociones de los demás para la toma de decisiones.

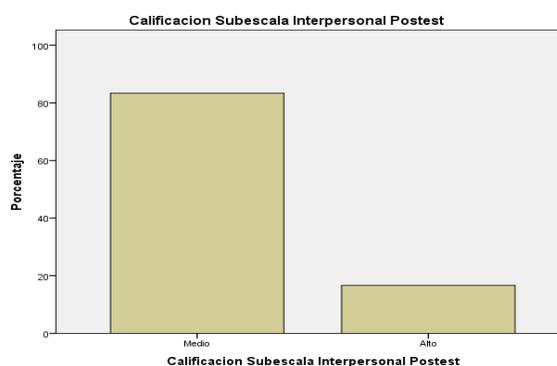
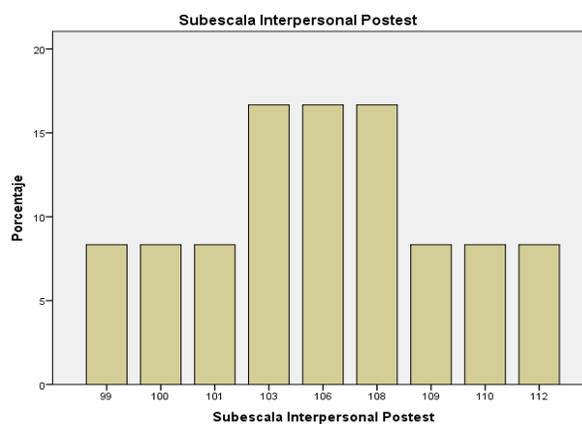
### ***Subescala Interpersonal Postest***

#### **Estadísticos**

Subescala

Interpersonal Postest

Vá	1
lido	2
Pe	0
rdidos	0
Media	1
	05,42



Durante el Postest, la subescala Interpersonal mostró un aumento del 34,25% ubicando a los estudiantes en una media de 105,42. Los estudiantes se encuentran en un rango Medio, con puntuaciones entre los 90-109. Los estudiantes lograron el reconocimiento de las emociones en los otros y se empatizaron por los sentimientos de los demás, promoviendo relaciones interpersonales saludables luego del trabajo con la herramienta.

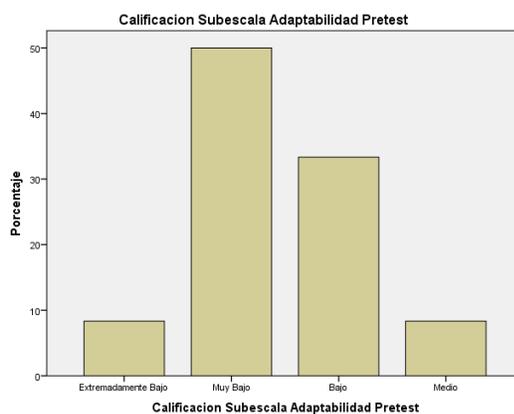
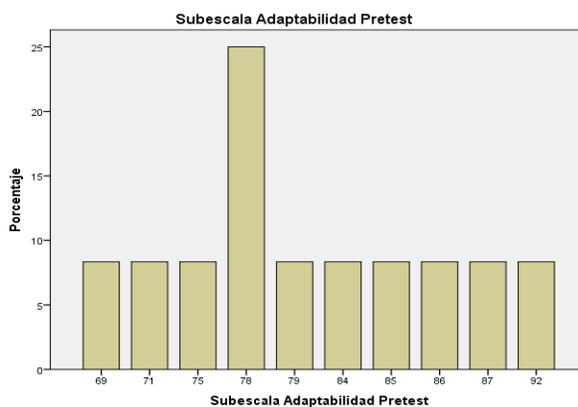
### *Subescala Adaptabilidad Pretest*

### **Estadísticos**

Subescala

Adaptabilidad Pretest

Válido	1
Perdidos	0
Media	80,17



En la subescala de adaptabilidad, durante el Pretest, los estudiantes obtuvieron una media del 80,17 por lo que se encuentran en un promedio Bajo, con puntuaciones entre 80-89. Esto es un indicador de la falta de gestión a los cambios, es decir, los estudiantes no logran la adaptación

correspondiente a las etapas, a los cambios de entorno o cambios de sociedades, lo que influye de manera negativa en la resolución de los conflictos.

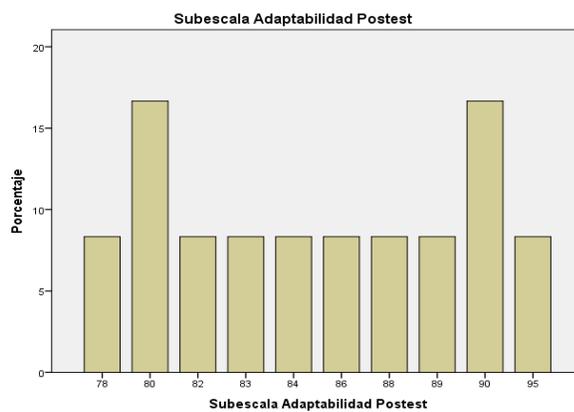
### *Subescala Adaptabilidad Postest*

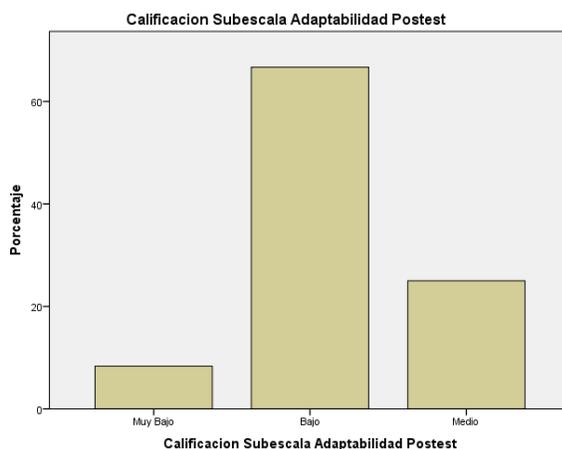
#### **Estadísticos**

Subescala

Adaptabilidad Postest

Vá	1
lido	2
Pe	0
rdidos	0
Media	8
	5,42





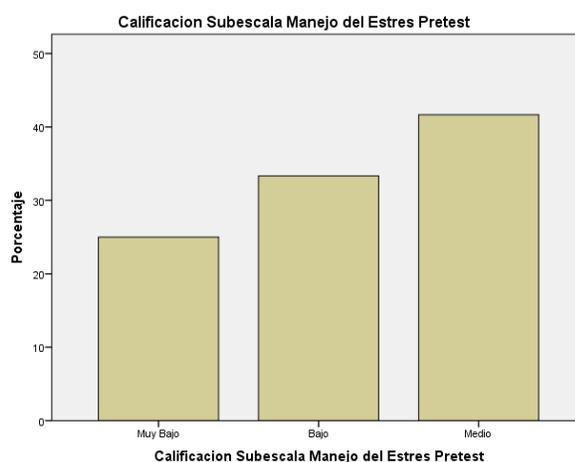
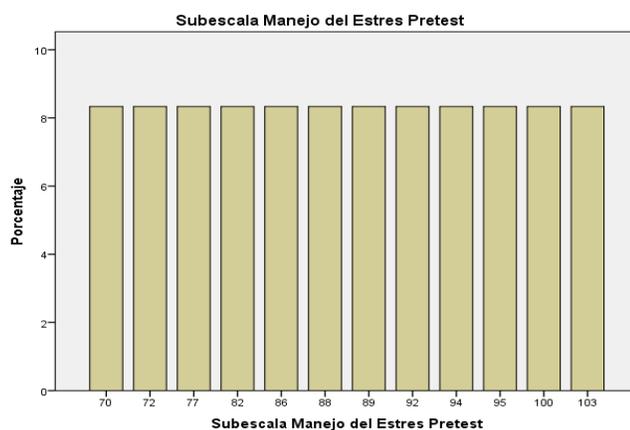
Durante el Postest, los estudiantes obtuvieron una media de 85,42, manteniendo el promedio Bajo. Por lo que evidentemente este aspecto no obtuvo un cambio significativo en cuanto al desarrollo de habilidades adaptativas en los estudiantes.

### *Subescala Manejo del estrés Pretest*

#### **Estadísticos**

Subescala Manejo del  
estrés Pretest

Vá	1
lido	2
Pe	0
rdidos	0
Media	8
	7,33



Durante el Pretest, la subescala Manejo del estrés se posiciono en una media del 87,33 indicando que los estudiantes obtuvieron puntuaciones entre 80-89, donde el promedio general sería Bajo.

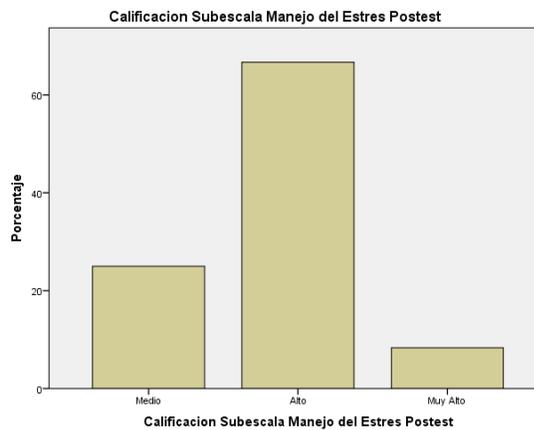
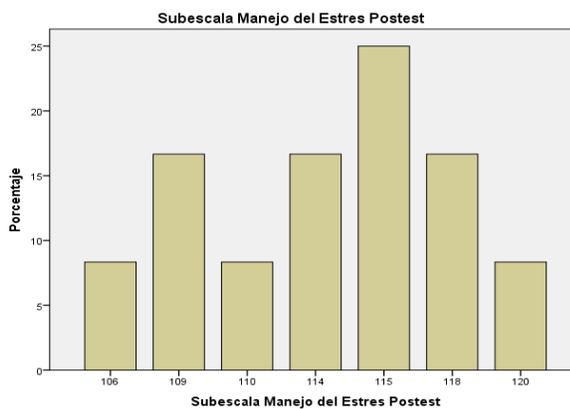
Los estudiantes presentaban incapacidad para regularse, es decir, para encontrar las herramientas que brinden sensación de calma o bienestar.

### *Subescala Manejo del estrés Postest*

### **Estadísticos**

### Subescala Manejo del estrés Postest

Vá	1
lido	2
Pe	0
rdidos	0
Media	13,58

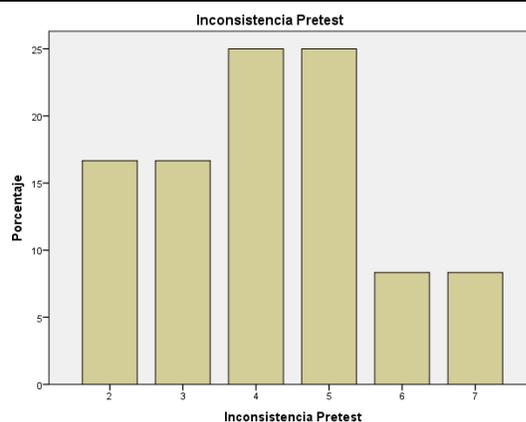


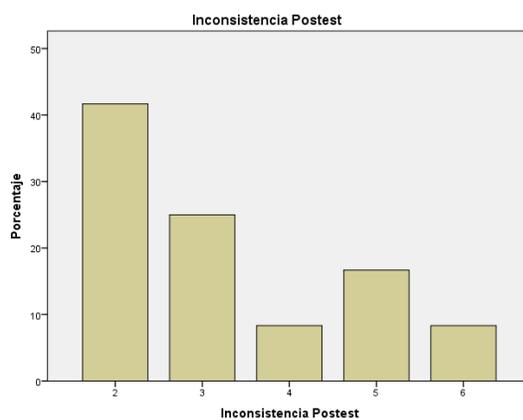
Durante el postest, los estudiantes obtuvieron una media de 113,58 por lo que se demuestra un aumento en el control de los impulsos y la respuesta a situaciones de estrés. Las respuestas obtuvieron puntuaciones entre 110-119 por lo que su promedio es Alto. Una muestra de fortalecimiento de habilidades de regulación emocional.

### Resultados obtenidos grupo control

#### *Inconsistencia*

	Inconsistencia Pretest	Inconsistencia Posttest
Válido	12	12
Perdidos	0	0
Media	4,17	3,25

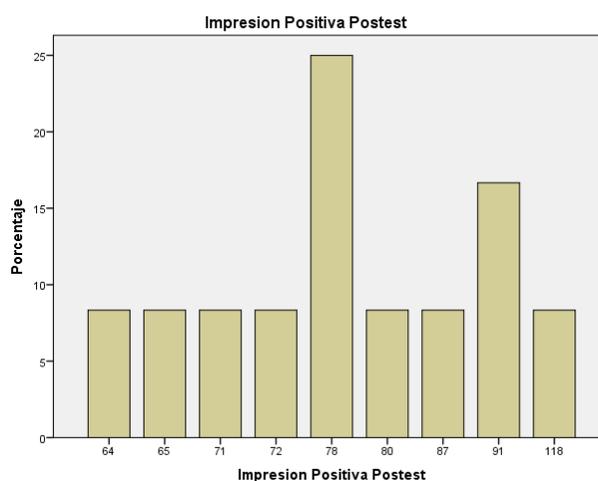
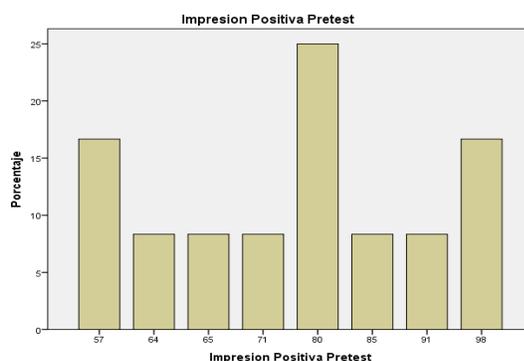




No hubo inconsistencias en las respuestas de los estudiantes por lo que la media del Pretest y el Postest siempre se mantuvo por debajo de 10, que es la media límite para delimitar que una prueba es válida. Por lo tanto, no se arrojaron resultados anormales.

### *Impresión Positiva*

	Impresión Positiva Pretest	Impresión Positiva Postest
Válidos	12	12
Perdidos	0	0
Media	77,17	81,08

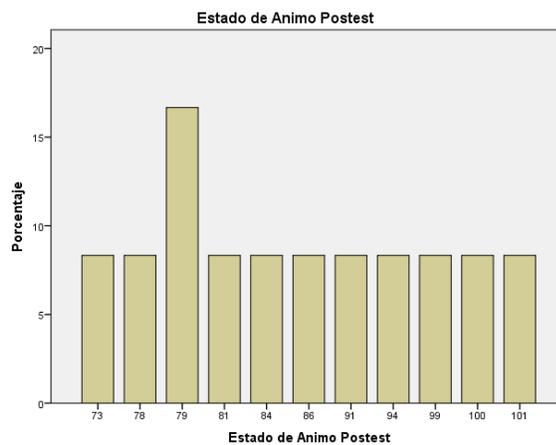
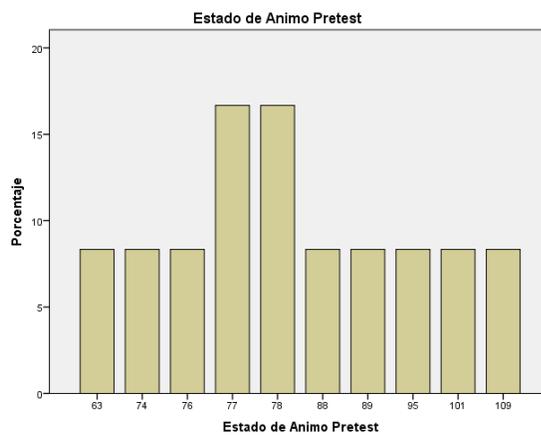


En la escala de Impresión Positiva, durante el pretest se obtuvo una media del 77,17 y en el postest una media de 81,08, indicando que los estudiantes se mantuvieron dentro del rango de normalidad, es decir, no sobrepasaron la puntuación límite de 130, ya que puntuaciones muy elevadas podrian ser un indicador de respuestas alteradas o respuestas con carencia de honestidad, con el fin de mostrar características personales falsas. Los resultados de esta escala mantuvieron un resultado normal aunque existió un aumento del 3,91%.

### *Estado de Ánimo*

### **Estadísticos**

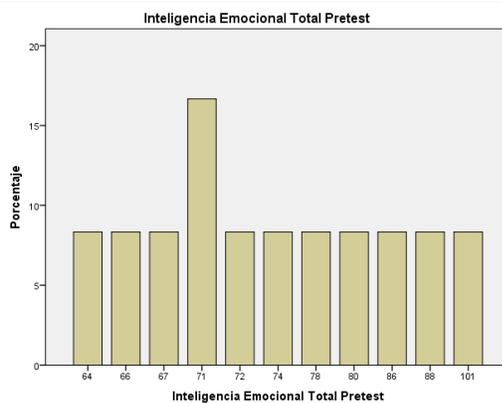
	Estado de Ánimo Pretest	Estado de Ánimo Postest
V álido	12	12
P erdidos	0	0
Media	83,75	87,08

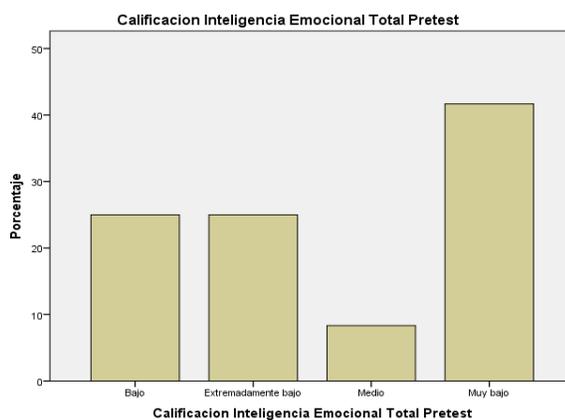


Durante el pretest en esta escala de Estado de ánimo, los evaluados obtuvieron una media de 83,75 y en el postest una media de 87,08 lo que indica un aumento del 3,33% en los resultados finales, es decir, cifras que realmente no denotan un cambio considerable.

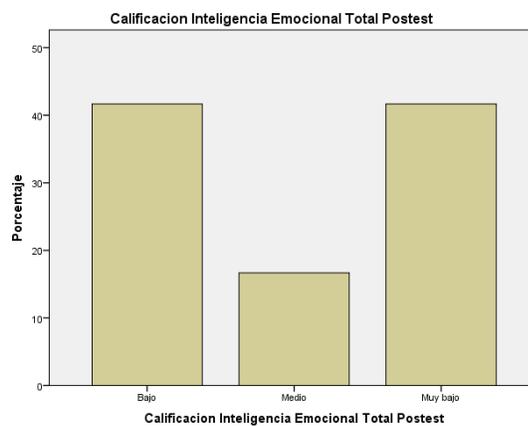
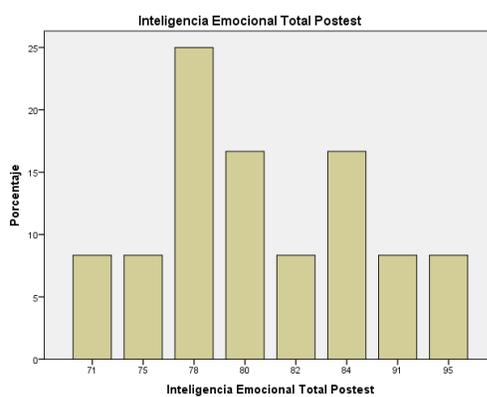
### *Inteligencia Emocional Total*

	Inteligencia Emocional Total Pretest	Inteligencia Emocional Total Postest
Válidos	12	12
Perdidos	0	0
Media	76,50	81,33





*Nota. Este grafico muestra los resultados obtenidos en la escala de inteligencia emocional total durante la encuesta pretest, en cuanto al promedio de puntuaciones de interpretación basadas en el inventario de inteligencia emocional BarOn.*

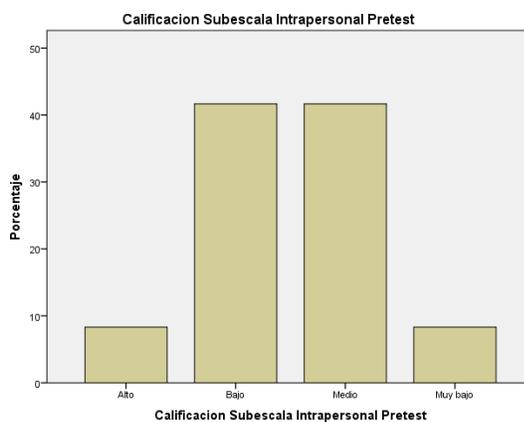
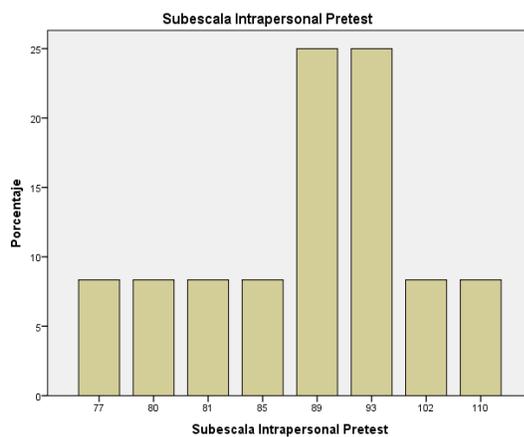


*Nota. Este gráfico muestra los resultados obtenidos en la escala de inteligencia emocional total, durante la encuesta postest, en cuanto al promedio de puntuaciones de interpretación basadas en el inventario de inteligencia emocional BarOn.*

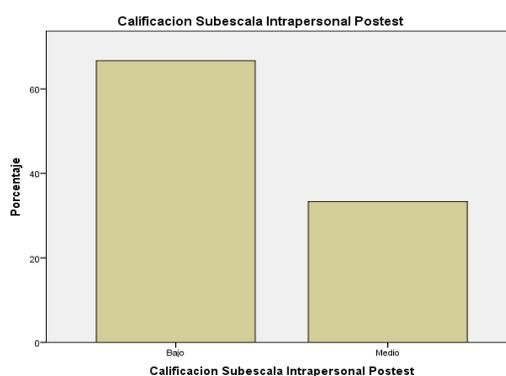
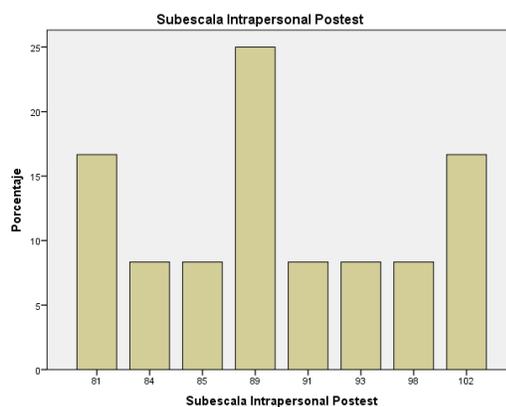
La inteligencia emocional total es una escala importante para indagar en el coeficiente emocional de los evaluados. Durante el pretest la media estuvo en 76,50 aumentando a 81,33 durante la realización del postest. Esto podría ser un indicador de adaptación y formación individual de los estudiantes, lo que aprenden, les enseñan y como lo ponen en práctica, por lo que indirectamente puede estar ayudando en su coeficiente emocional. Sin embargo, cabe destacar que no es una cifra considerable que se deba resaltar, solo es un 4,83 de progreso en los estudiantes.

### *Intrapersonal*

	Subescala Intrapersonal Pretest	Subescala Intrapersonal Postest
Válido	12	12
Perdidos	0	0
Media	90,08	90,33



*Nota. Este grafico muestra los resultados obtenidos en la escala intrapersonal durante la encuesta pretest, en cuanto al promedio de puntuaciones de interpretación basadas en el inventario de inteligencia emocional BarOn.*

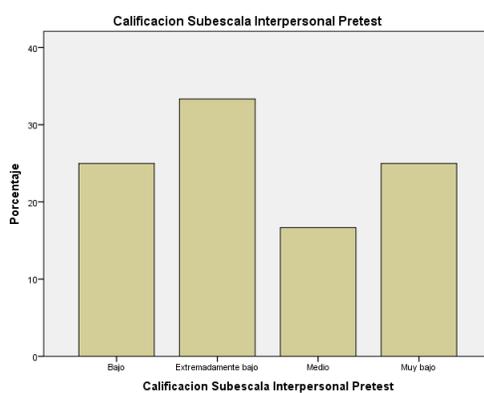
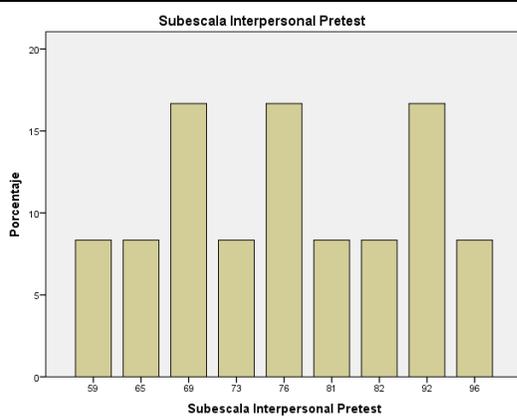


*Nota. Este gráfico muestra los resultados obtenidos en la escala intrapersonal durante la encuesta postest, en cuanto al promedio de puntuaciones de interpretación basadas en el inventario de inteligencia emocional BarOn.*

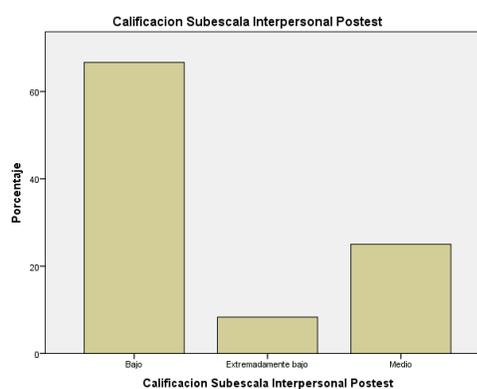
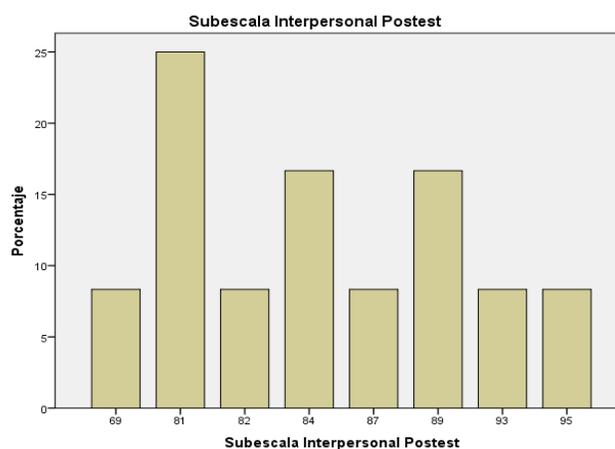
En la subescala Intrapersonal durante el pretest se obtuvo una media de 90,08 con un cambio en el postest a 90,33 que posiciona a los estudiantes en un rango Medio. El aumento fue de tan solo el 0,25%. Aunque los estudiantes se encuentran en un promedio apto de facultades intrapersonales, su desarrollo o evolución natural es lenta, o no esta siendo estimulada correctamente por su entorno.

### ***Interpersonal***

	Subesca la Interpersonal Pretest	Subesca la Interpersonal Postest
Vá lido	12	12
Pe rdidos	0	0
Media	77,50	84,58



*Nota. Este gráfico muestra los resultados obtenidos en la escala interpersonal durante la encuesta pretest, en cuanto al promedio de puntuaciones de interpretación basadas en el inventario de inteligencia emocional BarOn.*

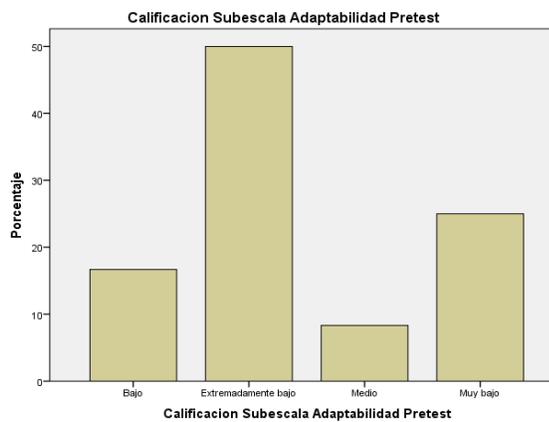
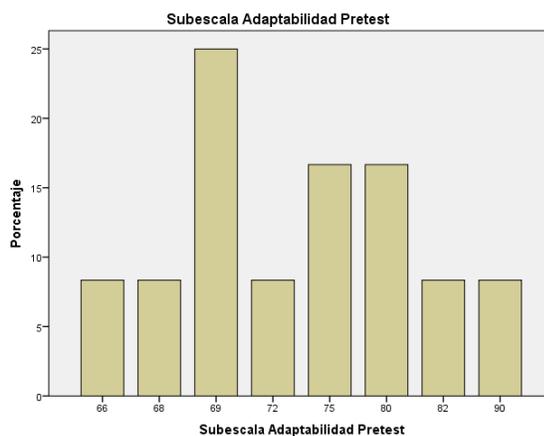


*Nota. Este grafico muestra los resultados obtenidos en la escala interpersonal durante la encuesta postest, en cuanto al promedio de puntuaciones de interpretación basadas en el inventario de inteligencia emocional BarOn.*

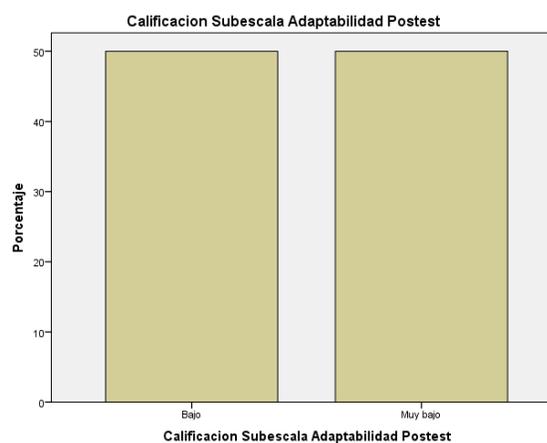
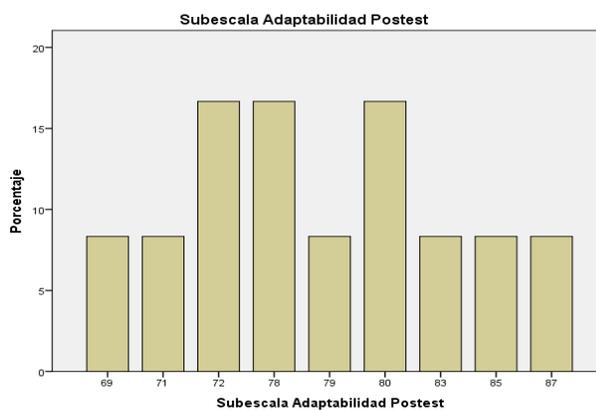
En la subescala Interpersonal se evidencio un aumento del 7,08% entre medias obtenidas durante el pretest (77,50) y el postest (84,58) cambiando de rango Muy bajo a Bajo. Aunque hubo un aumento, este no es suficiente para ubicarse en un rango optimo.

### ***Adaptabilidad***

	Subescala Adaptabilidad Pretest	Subescala Adaptabilidad Postest
Válidos	12	12
Perdidos	0	0
Media	74,58	77,83



*Nota. Este grafico muestra los resultados obtenidos en la subescala Adaptabilidad durante la encuesta pretest, en cuanto al promedio de puntuaciones de interpretación basadas en el inventario de inteligencia emocional BarOn.*

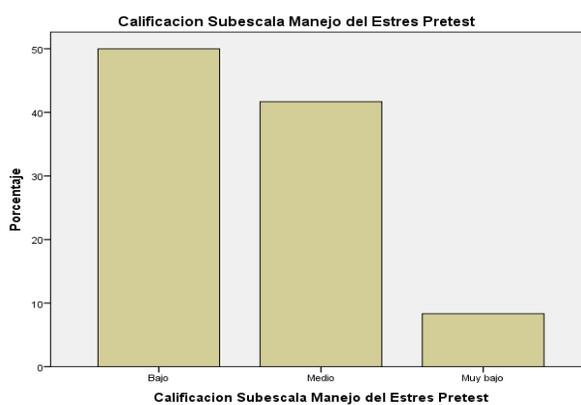
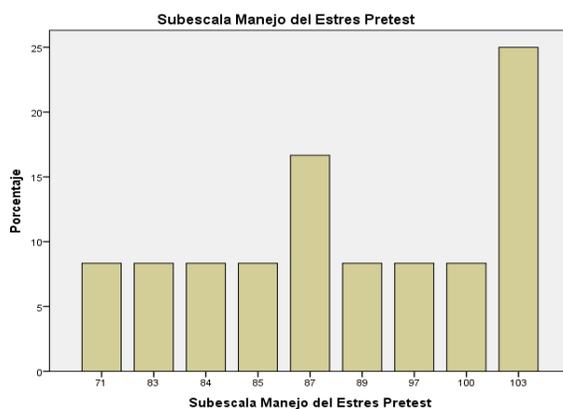


*Nota. Este grafico muestra los resultados obtenidos en la subescala Adaptabilidad durante la encuesta postest, en cuanto al promedio de puntuaciones de interpretación basadas en el inventario de inteligencia emocional BarOn.*

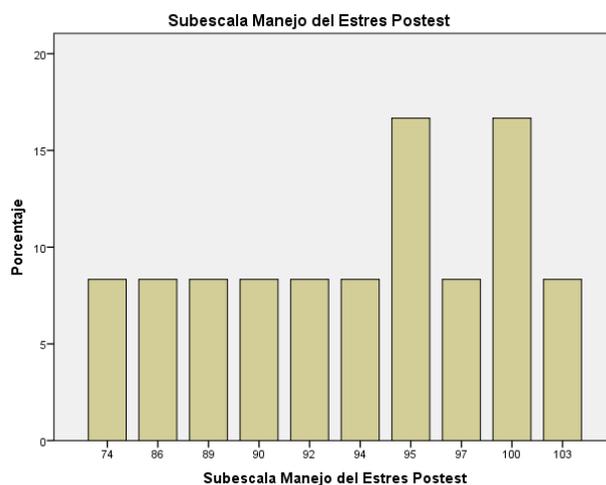
En la subescala de Adaptabilidad, los estudiantes se encontraban en los siguientes rangos, durante el pretest con una media del 74,58 su rango fue Muy bajo, luego de aplicado el postest con una media de 77,83 su rango fue el mismo, Muy bajo. Esto indica que el numero aumentado no es significativo para alcanzar mejorías en esta subescala.

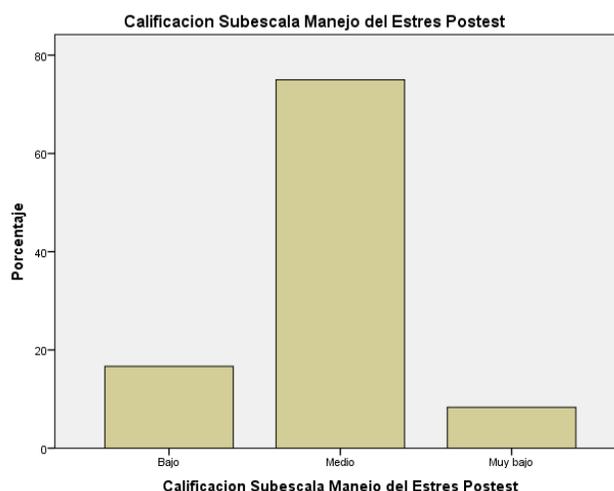
*Manejo del estrés*

		Subescala	Subescala
		Manejo del Estrés	Manejo del Estrés
		Pretest	Postest
Í do  Per tidos Media	Váli	12	12
		0	0
		91,00	92,92



*Nota. Este grafico muestra los resultados obtenidos en la subescala Manejo del estrés durante la encuesta pretest, en cuanto al promedio de puntuaciones de interpretación basadas en el inventario de inteligencia emocional BarOn.*

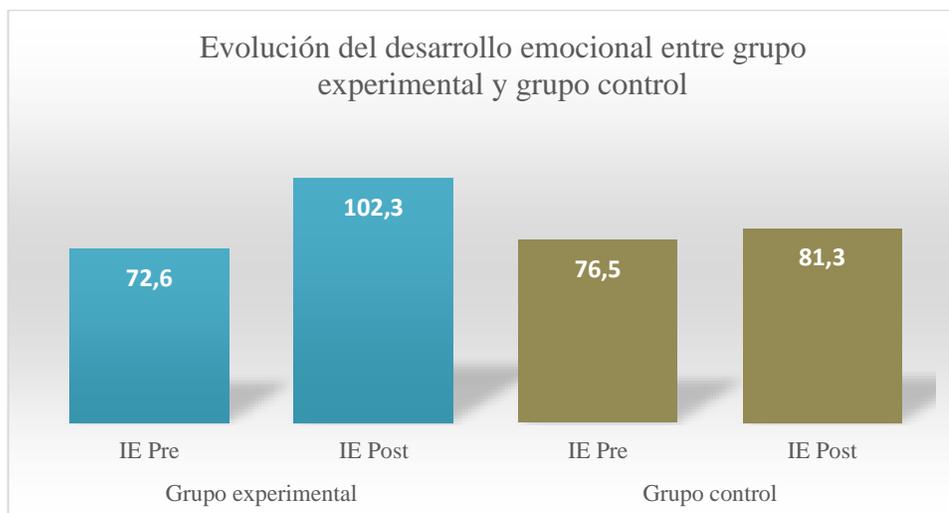




*Nota. Este grafico muestra los resultados obtenidos en la subescala Manejo del estrés durante la encuesta postest, en cuanto al promedio de puntuaciones de interpretación basadas en el inventario de inteligencia emocional BarOn.*

En la última subescala de la prueba Manejo del estrés, durante el pretest los estudiantes se ubicaron en una media de 91,00, es decir, en un nivel Medio, y durante el postest obtuvieron una media de 92,92 por lo que mantuvieron el mismo nivel de manejo del estrés. Las cifras, aunque cambian, el aumento no es considerable para ejercer un patrón diferente en los resultados, ya que solo fue un aumento del 1,92%.

Para finalizar, se puede observar a continuación el paralelo equivalente a los resultados obtenidos antes y después de la aplicación de la herramientas tour de las emociones en grupo experimental y grupo control.



La grafica muestra el resultado obtenido entre los dos grupos, donde es evidente resaltar que la diferencia de resultados es de 21% lo que indiscutiblemente es un avance significativo alcanzado durante la aplicación de la herramienta tour de las emociones.

Los estudiantes del grupo experimental, alcanzaron un desarrollo importante en las habilidades socioemocionales con respecto al grupo control, otorgándole a la herramienta el grado de utilidad en estudiantes de primaria.

## 9. Conclusiones

La investigación realizada determina que si bien algunos factores contribuyen a fomentar el desarrollo emocional en los alumnos de la institución como es el caso evidenciado en la escala Interpersonal, donde hubo un aumento en la media del 7,08% en el resultado del grupo control, sin embargo, el método de enseñanza actual no esta conformado por estrategias que fortalezca

considerablemente todos los aspectos que involucran el coeficiente emocional, ya que durante la aplicación del pretest los estudiantes se mantuvieron en promedios Muy bajos y bajos, donde muy pocos alcanzaron un promedio Medio, lo que claramente indica que existe una escases de planes de apoyo emocionales, o en su defecto, deficiencias en la estructura metodológica de los planes de enseñanza emocional. Los estudiantes del grupo control y del grupo experimental obtuvieron puntajes bajos en las escalas de evaluación durante la primera etapa.

Por otro lado, el grupo experimental obtuvo un aumento considerable en todas las áreas evaluadas, excepto en la escala de adaptabilidad, lo que puede ser un indicador de que la herramienta Tour de las emociones, no cuenta con estrategias que fomenten la habilidad de aceptación a las cosas nuevas, es decir, la adaptabilidad.

Durante la implementación de la herramienta Tour de las emociones, se evidenció que los estudiantes se motivaban mucho mas en el autoaprendizaje cuando se establece una conexión empática entre tutor y alumno, por lo que este factor es importante a tener en cuenta a la hora de aplicar la herramienta, pues es claro que, para enseñar a cerca de las emociones, se debe contar por lo menos con el conocimiento y las actitudes ideales que sirvan de espejo/reflejo para que los estudiantes lo aprendan.

El tour de las emociones mostró un porcentaje de aumento importante en los estudiantes del grupo experimental, sin excepción de las distintas edades, estableciendo que esta herramienta es apta para estudiantes de primaria, con prósperos resultados tras la utilización en este grupo etario.

La utilidad total podría catalogarse aproximadamente en una media de aumento del 30% por item evaluado, ya que es el promedio elevado demostrado por escala en los resultados del postest, donde en su mayor porcentaje se acercaban o superaban el 30% de avance.

En conclusión, la herramienta tour de las emociones, podría ser beneficiosa a la hora de fortalecer las habilidades de regulación emocional en los estudiantes de primaria, ya que demostró que en un trabajo diario y prolongado los resultados pueden llevar a los estudiantes a ser personas más inteligentes emocionalmente con al menos alguno de los siguientes resultados:

Los estudiantes del grupo control y del grupo experimental obtuvieron puntajes bajos en las escalas de evaluación durante la primera etapa

El grupo experimental obtuvo un aumento considerable en todas las áreas evaluadas (30% aproximadamente), excepto en la escala de adaptabilidad.

La IE total, se puede desarrollar de manera más rápida con la herramienta Tour de las emociones que sin la implementación de esta.

El tour de las emociones mostró un porcentaje de aumento importante en los estudiantes del grupo experimental, sin excepción de las distintas edades, estableciendo que esta herramienta es apta para estudiantes de primaria, con prósperos resultados tras la utilización en este grupo etario.

La utilidad total podría catalogarse aproximadamente en una media de aumento del 30% por ítem evaluado, ya que es el promedio elevado demostrado por escala en los resultados del posttest, donde en su mayor porcentaje se acercaban o superaban el 30% de avance.

## **10. Recomendaciones**

- ✓ Fortalecer la adaptabilidad en los estudiantes, ya que el instrumento no cumple con los criterios para desarrollar o fortalecer este aspecto, por lo que se

deben generar estrategias que favorezcan la capacidad de una persona para ajustarse o acomodarse a los cambios que día a día se presentan en todos los entornos de la vida, con el fin de fortalecer el instrumento tour de las emociones, en una versión mucho más completa.

- ✓ Implementar continuamente el instrumento en más instituciones con el fin de crear una muestra representativa que a futuro permita validar el instrumento como una herramienta de promoción de las habilidades socioemocionales en niños.

- ✓ Aplicar el instrumento en instituciones públicas como en privadas, con el fin de darle mayor eficiencia de acuerdo a los cambios que se presentan conforme al entorno económico de los estudiantes y la estructura educativa, con el fin de verificar la utilidad de la herramienta en diferentes ámbitos sociales.

- ✓ Verificar que el instrumento sea aplicado generando empatía con los estudiantes, pues ha demostrado que el vínculo entre educador y aprendices es importante para generar un mayor impacto de aprendizaje.

## 11. Anexos

✓ Pruebas aplicadas a los estudiantes previo y posterior a la implementación de la herramienta tour de las emociones.

- ✓ Resultados digitales prueba BarOn
- ✓ Consentimientos informados firmados
- ✓ Herramienta Tour de las emociones

## 12. Referencias

Bullying sin fronteras Agirre, I., Esnaola, I., Rodríguez, A. (04 febrero 2017). La medida de la inteligencia emocional en el ámbito psicoeducativo. Revista Interuniversitaria de Formación del Profesorado, 88 (31.1) (2017), 53-64.

file:///C:/Users/ASUS%20WHITE/Downloads/Dialnet-

LaMedidaDeLaInteligenciaEmocionalEnElAmbitoPsicoed-5980936.pdf

Aguaded, M., Pantoja, M. (2015). Innovar desde un proyecto educativo de inteligencia emocional en primaria e infantil. TENDENCIAS PEDAGÓGICAS N° 26.  
[https://repositorio.uam.es/bitstream/handle/10486/668043/TP\\_26\\_6.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.uam.es/bitstream/handle/10486/668043/TP_26_6.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

Alcalá Malavé, A. (2016). Genética de la emoción: El origen de la enfermedad. Editora Géminis S.A.S cap. 8, Entender la emoción.

Aprendemos juntos 2030. (2018, noviembre 5). Saber concentrarse es más decisivo para un niño que su coeficiente intelectual [Video]. YouTube:

<https://youtu.be/JLGBHSwe9CA>

Babativa, D. (2017). Psicología del desarrollo infantil. Bogotá, Colombia. Ed. Fondo editorial Areandino. Fundación Universitaria del Área Andina. Recuperado de:

<https://core.ac.uk/reader/326425280>

Banco Bilbao Vizcaya Argentaria S.A. y El País Ediciones S.L. (2018, noviembre 5). Saber concentrarse es más decisivo para un niño que su coeficiente intelectual [Video].

Aprendemos juntos 2030: <https://aprendemosjuntos.elpais.com/especial/saber-concentrarse-es-mas-decisivo-para-un-nino-que-su-coeficiente-intelectual-daniel-goleman/>

Bargh, J. (diciembre de 2021). ¿Por qué hacemos lo que hacemos? (9.<sup>a</sup> ed.). Penguin Random House.

Bello, E. (2021). La inteligencia emocional de Daniel Goleman: qué es y cómo desarrollarla. IEBS Business School. Recuperado de:  
<https://www.iebschool.com/blog/liderazgo-inteligencia-emocional-coach-management/#:~:text=Habilidades%20sociales-,%C2%BFQu%C3%A9%20es%20la%20inteligencia%20emocional%20seg%C3%BAn%20Daniel%20Goleman%3F,la%20persona%20ante%20los%20cambios.>

Bericat, E. (2012). Emociones. Editorial Arrangement of Sociopedia.isa.  
<https://idus.us.es/bitstream/handle/11441/47752/DOIEmociones.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Bisquerra, R. (febrero de 2011). Educación emocional. Universidad de Barcelona.  
<https://redined.educacion.gob.es/xmlui/bitstream/handle/11162/81300/00820113012348.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Britton, L. (2017). Jugar y aprender con el método Montessori. Paidó Educación.  
[https://static0planetadelibroscom.cdnstatics.com/libros\\_contenido\\_extra/37/36433\\_jugar\\_y\\_aprender\\_con\\_el\\_metodo\\_montessori.pdf](https://static0planetadelibroscom.cdnstatics.com/libros_contenido_extra/37/36433_jugar_y_aprender_con_el_metodo_montessori.pdf)

Cabrales, L., Contreras, M., Gonzales, L., Rodríguez, Y. (2017). Problemáticas de convivencia escolar en las instituciones educativas del caribe colombiano: Análisis desde la

pedagogía social para la cultura de paz. Universidad del Norte. Barranquilla, Colombia.

Recuperado de:

<http://manglar.uninorte.edu.co/bitstream/handle/10584/7693/130308.pdf?sequence>

Camacho, N., Ordoñez, J., Roncancio, M., Vaca, P. (18 mayo 2017). Convivencia escolar y cotidianidad: una mirada desde la inteligencia emocional. *Revista Educación y Desarrollo Social* / Vol. 11 No. 1 / ISSN 2011-5318 / e-ISSN: 2462-8654 / pp. 24-47 / 2017 24. <https://revistas.unimilitar.edu.co/index.php/reds/article/view/2649/2529>

Celdrán Baños, J., Ferrandíz García, C. (2012). Reconocimiento de emociones en niños de educación primaria: Eficacia de un programa educativo para reconocer las emociones. Universidad de Murcia, Murcia. Recuperado de:

[http://repositorio.ual.es/bitstream/handle/10835/1908/Art\\_28\\_718.pdf?sequen](http://repositorio.ual.es/bitstream/handle/10835/1908/Art_28_718.pdf?sequen)

Conde, S., García, F. (2019). Design and Validation of an Instrument to Analyze the Work by Corners in the Preschool Education Classrooms. Barcelona, España. *Revista estudios sobre educación*.

Consejo Directivo, El paraíso. (2022). Manual de Convivencia. INSTITUCION EDUCATIVA DISTRITAL “EL PARAISO”. <http://www.iedparaiso.edu.co/img/manual.pdf>

Damián, M., (2007). La importancia del juego en el desarrollo psicológico infantil. Coyoacán, México. *Revista psicología educativa*.

Díez Romero, D. (2021). *Educa ren Inteligencia Emocional*. Ed Libsa. Puerto de Navacerrada.

Ekman, P. (2005). Basic Emotions. In Handbook of Cognition and Emotion. WILEY ONLINE LIBRARY. <https://doi.org/10.1002/0470013494.ch3>

Ekman, P. (2013). El rostro de las emociones. Ed. RBA Libros, S.A., 2017. <https://st2.ning.com/topology/rest/1.0/file/get/3390535937?profile=original>

El Espectador. (16 febrero 2022). Indignación por golpiza que recibió niño venezolano en bus escolar en EE. UU. EL ESPECTADOR. <https://www.elespectador.com/mundo/america/indignacion-por-golpiza-que-recibio-nino-venezolano-en-bus-escolar-en-ee-uu-noticias-hoy/>

El informador. (2022, marzo 25). Registran otro suicidio en el CC Viva de Barranquilla, dos en menos de un mes. EL INFORMADOR, viviendo la noticia. <https://www.elinformador.com.co/index.php/region-caribe/180-atlantico/274456-registran-otro-suicidio-en-el-cc-viva-de-barranquilla-dos-en-menos-de-un-mes>

El Universo. (2022, febrero 17). La trágica historia de Drayke Hardman, el niño que se suicidó después de sufrir bullying en la escuela. El Universo, El Mayor Diario Nacional: <https://www.eluniverso.com/larevista/sociedad/la-tragica-historia-de-drayke-hardman-el-nino-que-se-suicido-despues-de-sufrir-bullying-en-la-escuela-nota/>

Espinoza Carvajal, J. (s.f.). “La inteligencia emocional como herramienta pedagógica para un mejor rendimiento escolar en niño(as) en edad preescolar del jardín de niños general. José de san martin”. Universidad Mayor de San Andrés, Colombia. Recuperado de: <https://repositorio.umsa.bo/bitstream/handle/123456789/7950/TESIS%20DE%20GRADO.pdf?sequence=1>

Feldman Barrett, L. (2021, julio 23). La vida secreta del cerebro (6.<sup>a</sup> ed.). Editorial Planeta Colombiana.

Goleman, D. [AprendemosJuntos] (2018). “Saber concentrarse es más decisivo para un niño que su coeficiente intelectual”. Daniel Goleman [5:50]. Youtube.  
<https://www.youtube.com/watch?v=JLGBHSwe9CA&t=15s>

Gómez, O., Calleja, N. (2007). Regulación emocional: definición, red nomológica y medición. Revista Mexicana de Investigación en Psicología Vol.8.  
<https://www.medigraphic.com/pdfs/revmexinvpsi/mip-2016/mip161g.pdf>

Gutierrez, M. (2014). Los enfoques filosóficos de generación del conocimiento y las apuestas metodológicas que exigen. Universidad Javeriana.  
<https://www.javeriana.edu.co/blogs/mlgutierrez/files/Enfoques-y-estrategias-de-investigacion4.pdf>

Infobae. (2022). Cuál es la situación de los suicidios en Colombia. Infobae.  
<https://www.infobae.com/america/colombia/2022/09/07/cual-es-la-situacion-de-los-suicidios-en-colombia/>

Jiménez Arévalo, L., De la hoz Gutiérrez, V. (2019). Inteligencia emocional en el contexto de la educación superior; revisión sistémica de la literatura. Santa Marta. Colombia. Universidad Cooperativa de Colombia. Recuperado de:  
[https://repository.ucc.edu.co/bitstream/20.500.12494/12142/6/2019\\_inteligencia\\_emocional\\_superior.pdf](https://repository.ucc.edu.co/bitstream/20.500.12494/12142/6/2019_inteligencia_emocional_superior.pdf)

Jurado de los Santos, P., Tejada, J. (2019). Disrupción y fracaso escolar. Un estudio en el contexto de la Educación Secundaria Obligatoria en Cataluña. Barcelona, España.

Revista estudios sobre educación.

Leperski, Karl-gustav (2017). El paradigma de las emociones básicas y su investigación. Hacia la construcción de una crítica. IX Congreso Internacional de Investigación y Práctica Profesional en Psicología XXIV Jornadas de Investigación XIII Encuentro de Investigadores en Psicología del MERCOSUR. Facultad de Psicología - Universidad de Buenos Aires, Buenos Aires. <https://www.academica.org/000-067/146.pdf>

Lubrini, G., Periañez, J., Rios-Lago, M. (2009). Estimulación cognitiva y rehabilitación neuropsicológica.

Luengo Navas, J. (2004). La educación como objeto de conocimiento, el concepto de la educación. Madrid, España.

Martinez-Salanoba, E. (s.f). María Montessori, la pedagogía de la responsabilidad y la autoformación. Educomunicación.

[https://educomunicacion.es/figuraspedagogia/0\\_montessori.htm](https://educomunicacion.es/figuraspedagogia/0_montessori.htm)

Masino, S., Niño-Zarazúa, M. (2015). What Works to improve the quality of student learning in developing countries?. Helsinki, Finland. International Journal of educational development.

Mera, A. (2014). El de Yadira, primer caso de matoneo a juicio en el país. Bogotá, Colombia. EL PAÍS. Recuperado de: <https://www.elpais.com.co/colombia/el-de-yadira-primer-caso-de-matoneo-a-juicio-en-el-pais.html>

Ministerio de Salud. (2018). Boletín de Salud mental en niños, niñas y adolescentes. Grupo Gestión Integrada para la Salud Mental. Boletín de salud mental n.4.  
<https://www.minsalud.gov.co/sites/rid/Lists/BibliotecaDigital/RIDE/VS/PP/ENT/boletin-4-salud-mental-nna-2017.pdf>

Ministerio de Salud y Protección social. (2021, octubre 12). Minsalud, comprometido con la salud mental de los colombianos. Boletín de Prensa No 1033 de 2021.  
<https://www.minsalud.gov.co/Paginas/Minsalud-comprometido-con-la-salud-mental-de-los-colombianos.aspx>

Moreno, O. (2012). Contexto y aporte de María Montessori a la pedagogía, a la ciencia y a la sociedad de su momento. Bogotá, Colombia. Universidad Santo Tomás.

Recuperado de:

<http://soda.ustadistancia.edu.co/enlinea/paginaimagenes/PRESENTACIONESyPONENCIAS/Memorias%20Ponencias/Bogota/Pedagogia%20con%20enfasis/Mesa%201%20septiembre%2020/Oliverio%20moreno.pdf>

OMS, Organización Mundial de la Salud. (2021, noviembre 17). Salud Mental del Adolescente. Datos y cifras, Estimaciones Mundiales de Salud de la OMS 2019 (2020).

<https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/adolescent-mental-health>

ONG Bullying Sin Fronteras. (2022). Estadísticas de Bullying en COLOMBIA 2020/2021. 8.981 casos en todo el país. Retrieved from [bullyingsinfronteras](https://bullyingsinfronteras.blogspot.com/2018/11/estadisticas-de-bullying-en-colombia.html):  
<https://bullyingsinfronteras.blogspot.com/2018/11/estadisticas-de-bullying-en-colombia.html>

Paredes, C. (s.f.). la eximente de miedo insuperable en el código penal peruano de 1991, su aplicación por los juzgados y salas penales de junín. Capítulo III, p.2. TESIS UNMSM. [https://sisbib.unmsm.edu.pe/bibVirtualData/Tesis/Human/Paredes\\_v\\_c/cap\\_3.pdf](https://sisbib.unmsm.edu.pe/bibVirtualData/Tesis/Human/Paredes_v_c/cap_3.pdf)

Patiño, E. (2019, mayo 03). Tasa de intentos de suicidio en Atlántico supera en ocho puntos la media nacional. El Heraldo S.A. <https://www.elheraldo.co/barranquilla/tasa-de-intentos-de-suicidio-en-atlantico-supera-en-ocho-puntos-la-media-nacional>

Pereira, Z. (junio de 2011). Los diseños de método mixto en la investigación en educación: Una experiencia concreta Vol. XV, N. 1. Revista electrónica educare. <https://www.redalyc.org/pdf/1941/194118804003.pdf>

Porcayo, B. (2013). Inteligencia emocional en niños (Doctoral dissertation, Tesis pregrado). Universidad Autónoma del Estado de México. Toluca, México).

Psicología y mente. (s.f.). LA TEORÍA SOCIOCULTURAL DE LEV VYGOTSKY. Recursos y Habilidades. [https://www.recursosyhabilidades.com/videos/la-teoria-sociocultural-de-lev-vygotsky.html#:~:text=Lev%20Vigotsky%20\(Rusia%2C%201896%2D,a%20un%20modo%20de%20vida.](https://www.recursosyhabilidades.com/videos/la-teoria-sociocultural-de-lev-vygotsky.html#:~:text=Lev%20Vigotsky%20(Rusia%2C%201896%2D,a%20un%20modo%20de%20vida.)

Redacción Actualidad. (2016). Se identifican cuatro grandes tipos de agresión en los planteles: físico, verbal, psicológico y social. El Telégrafo. <https://www.eltelegrafo.com.ec/noticias/buen/1/en-1970-el-investigador-dan-olwen-describio-por-primera-vez-el-bullying>

Redacción Educación. (2022). Colombia, segundo país con nivel de bullying escolar más alto en Latinoamérica. Bogotá, Colombia. Ed. El espectador.

<https://www.elespectador.com/educacion/colombia-segundo-pais-con-nivel-de-bullying-escolar-mas-alto-en-latinoamerica-noticias-colombia/>

Revista semana. (2019). Estos son los departamentos a los que mejor les va en educación. Bogotá, Colombia. Recuperado de:

<https://www.semana.com/educacion/articulo/los-mejores-en-educacion-en-colombia-segun-el-consejo-privado-de-competitividad/604723>

Riddell, A., Niño-Zarazúa, M. (2015). The effectiveness of foreign aid to education. What can be learned?. Helsinki, Finland. International Journal of educational development.

Sanfeliciano, A. (12 mayo 2022). Las 6 emociones básicas: características y funciones. LA MENTE ES MARAVILLOSA. <https://lamenteesmaravillosa.com/las-6-emociones-basicas-caracteristicas-y-funciones/>

Santerini, M. (s.f.). Maria Montessori. Milano, Italia. Grandes de la educación. <https://revistas.comillas.edu/index.php/padresymaestros/article/view/959/814>

Sarmiento, M. (2007). Enseñanza y aprendizaje. Terragona, España.

Semana. (24 febrero 2017). Colombia es el octavo país con más gente deprimida en América Latina. PUBLICACIONES SEMANA S.A. <https://www.semana.com/vida-moderna/articulo/el-pais-con-mas-depresion-en-america-latina/516537/>

Torrado, S. (2022). Un niño ambientalista es asesinado a tiros en un ataque a la guardia indígena en Colombia. Bogotá, Colombia. Ediciones EL PAÍS.

<https://elpais.com/internacional/2022-01-17/un-nino-ambientalista-es-asesinado-a-tiros-en-un-ataque-a-la-guardia-indigena-en-colombia.html?outputType=amp>

Troncoso, G. (2022). Depresión durante la pandemia del Covid-19. Universidad Católica de Cuenca. <https://dspace.ucacue.edu.ec/bitstream/ucacue/11849/2/9BT2022-MTI037-Troncoso%20Vallejo%2c%20Gabriel%20Mat%c3%adas.pdf>

Ugarriza, N. (2001). La evaluación de la inteligencia emocional a través del inventario de BarOn (I-CE) en una muestra de Lima Metropolitana. *Rev. Persona*, núm. 4, 2001, pp. 129-160. UNIVERSIDAD DE LIMA.  
<https://www.redalyc.org/pdf/1471/147118178005.pdf>

Ugarriza, N., Pajares, L. (2005). La evaluación de la inteligencia emocional a través del inventario de BarOn ICE: NA, en una muestra de niños y adolescentes. *Rev. Persona* 8, 2005, 11-58. <file:///C:/Users/ASUS%20WHITE/Downloads/Dialnet-LaEvaluacionDeLaInteligenciaEmocionalATravesDelInv-2872458.pdf>

UNIR. (2021). Qué es el desarrollo cognoscitivo y sus implicaciones en el ámbito de la Educación Especial. Universidad Internacional de La Rioja.  
<https://mexico.unir.net/educacion/noticias/desarrollo-cognoscitivo-cognitivo-piaget/#:~:text=La%20teor%C3%ADa%20del%20desarrollo%20cognitivo%20se%20la%20debemos%20a%20Jean,acci%C3%B3n%E2%80%9D%2C%20de%20la%20experiencia>

Velásquez Loaiza, M. (2018, marzo 20). ONU expresa preocupación por asesinatos de líderes sociales y por el reclutamiento de niños en Colombia. CNN Español:

<https://cnnespanol.cnn.com/2018/03/20/onu-expresa-preocupacion-por-asesinatos-de-lideres-sociales-y-por-el-reclutamiento-de-ninos-en-colombia/amp/>

Vergaray Solís, R. P., Farfán Pimentel, J. F., & Reynosa Navarro, E. (2021). Educación emocional en niños de primaria: una revisión sistemática. *Revista Científica, Cultura, Comunicación y Desarrollo*, 6(2), 19-24.

<https://rccd.ucf.edu.cu/index.php/aes/article/view/288/312>

Versea, F. (2021, febrero 09). Violencia física y virtual ('Bullying') en las escuelas: Un problema mundial que hay que abordar. Organización Humanium:

[https://www.humanium.org/es/violencia-fisica-y-virtual-bullying-en-las-escuelas-un-problema-mundial-que-hay-que-](https://www.humanium.org/es/violencia-fisica-y-virtual-bullying-en-las-escuelas-un-problema-mundial-que-hay-que-abordar/#:~:text=Se%20ha%20documentado%20ampliamente%20que,han%20sido%20v%C3%ADctimas%20de%20acoso.)

[abordar/#:~:text=Se%20ha%20documentado%20ampliamente%20que,han%20sido%20v%C3%ADctimas%20de%20acoso.](https://www.humanium.org/es/violencia-fisica-y-virtual-bullying-en-las-escuelas-un-problema-mundial-que-hay-que-abordar/#:~:text=Se%20ha%20documentado%20ampliamente%20que,han%20sido%20v%C3%ADctimas%20de%20acoso.)

Vivas, M. (septiembre de 2022). La educación emocional: Conceptos fundamentales. *Revista Universitaria de Investigación*, vol. 4, núm. 2.

<https://www.redalyc.org/pdf/410/41040202.pdf>

Worldwide Bullying Stats. (2021). Estadísticas Mundiales de Bullying 2020/2021. ONG INTERNACIONAL BULLYING SIN FRONTERAS.

[https://bulliyingsinfronteras.blogspot.com/2018/10/estadisticas-mundiales-de-bullying\\_29.html](https://bulliyingsinfronteras.blogspot.com/2018/10/estadisticas-mundiales-de-bullying_29.html)

Bar-On, R. (2006). The Bar-On model of emotional-social intelligence (ESI). *Revista Psicothema* 2006, Vol. 18, supl., pp. 13-25.

<file:///C:/Users/ASUS%20WHITE/Downloads/Feijoo,+2006018S00130025.pdf>