



**Programa De Estimulación En Funciones Ejecutivas Y Habilidades Emocionales A
Estudiantes Grado 11, De La Institución Educativa Caracolí**

Lizbeth Giannella de Jesús Gálvez Andrade

Código 20251918179

Britney Julyet Quiroga sabogal

Código 20251918376

Universidad Antonio Nariño

Programa de Psicología

Facultad de Psicología

Ibagué Tolima, Colombia

2023

Programa De Estimulación En Funciones Ejecutivas Y Habilidades Emocionales A

Estudiantes Grado 11, De La Institución Educativa Caracolí

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

Psicóloga

Director (a):

Dr. José Amilkar Calderón Chagualá

Línea de Investigación:

Psicología Clínica y de la Salud

Grupo de Investigación:

Esperanza y Vida

Universidad Antonio Nariño

Programa Psicología

Facultad de Psicología

Ibagué Tolima, Colombia

2023

NOTA DE ACEPTACIÓN

El trabajo de grado titulado

_____, Cumple con

los requisitos para optar

Al título de _____.

Firma del Tutor

Firma Jurado

Firma Jurado

Ciudad, Día Mes Año.

(Dedicatoria)

Esta tesis la dedico con todo mi amor y cariño a mi madre hermosa, por su sacrificio y esfuerzo, por darme una carrera para mi futuro y creer en mí siempre. ella es mi fuente de motivación e inspiración para poder superarme cada día más, su bendición a diario a lo largo de mi vida me protege y me lleva por el camino del bien, por eso le dedico mi arduo trabajo, en ofrenda por su paciencia y amor infinito, mamita, te amo.

Giannella Galvez

Quiero dedicar este trabajo primeramente a Dios por darme la sabiduría y fortaleza para alcanzar mis objetivos y culminar mi carrera, a mis padres porque siempre estuvieron a mi lado brindándome su apoyo, consejos y valores que han hecho de mí una mejor persona, por confiar en mí y por ser ejemplo de perseverancia y constancia, a mi hermana por estar siempre a mi lado y apoyarme en todo momento. Los amos, sin ustedes nada de esto sería posible.

Britney Quiroga

Agradecimientos

Ha sido un proceso lleno de esfuerzo y sacrificio, cerrada esta etapa, nos queda agradecer principalmente a Dios por habernos dado la salud para lograr nuestros objetivos, por permitirnos llegar a esta instancia de este camino, en donde nos volvemos todas unas profesionales, y esperamos nunca soltarnos de su mano.

Agradecemos a nuestros padres por habernos apoyado en todo momento, por ser la motivación constante, para sacar nuestra carrera adelante. A nuestros profesores por habernos guiado y formado para ser mejores a nivel personal y profesional. A nuestro asesor José Amilkar Calderón por la paciencia y confianza depositada en el desarrollo de este proceso. A nuestro coordinador de facultad Helmer Chacón por el acompañamiento y apoyo constante en el transcurso de la carrera.

A nuestras amistades, con las que a lo largo de la carrera se formaron lazos de unión y fueron testigos y parte fundamental en nuestro proceso académico.

Tabla de Contenido

Resumen.....	9
Abstract	9
Introducción.....	10
Planteamiento Del Problema	11
Pregunta De Investigación	14
Objetivos.....	14
Objetivo General.....	14
Objetivos específicos	14
Justificación	14
Marco Teórico.....	16
Componentes De Las Funciones Ejecutivas	17
Formulación De Metas U Objetivos.....	17
Planificación	17
Anticipación O Reconocimiento.....	18
Toma De Decisiones.	18
Flexibilidad Cognitiva.....	18
Inhibición.....	18
Memoria De Trabajo.	18
La Interiorización Del Habla.	19
La Autorregulación.	19
Volición.....	19
Control Emocional.	19
Iniciación.	19
Organización De Materiales.	20
Seguimiento De Uno Mismo.	20
Acción Intencional	20
La Ejecución Efectiva.....	20
Habilidades Emocionales	22
Componentes De La Emoción.....	23
Componente Cognitivo.....	23
Componente Neurofisiológico	23
Componente Motivacional.....	23
Componente De La Expresión Motora.....	24
Componente De Sentimiento Subjetivo	24
Principios De La Inteligencia Emocional.....	24
Autoconocimiento	24
Autocontrol.....	24
Automotivación.....	24

Empatía.....	24
Habilidades Sociales.....	24
Asertividad.....	24
Proactividad.....	25
Antecedentes Teóricos.....	26
Marco Contextual.....	27
Misión Institucional.....	27
Visión Institucional.....	28
Metodología.....	28
Población y muestra.....	28
Criterios De Inclusión.....	28
Criterios De Exclusión.....	29
Instrumentos.....	29
Batería De Funciones Ejecutivas Y Lóbulos Frontales – BANFE-2.....	29
Área Orbitomedial.....	29
Área Frontomedial.....	29
Área Dorsolateral Funciones Ejecutivas.....	30
Test De Coeficiente O Inteligencia Emocional De Goleman... ..	30
Área De Conocimiento Personal O Autoconsciencia.....	30
Autoestima Y Automotivación.....	30
Empatía O Reconocimiento De Las Emociones De Los Demás.....	30
Las Relaciones Personales.....	30
Interpretación Cuantitativa de los Resultados.....	31
Puntuaciones.....	31
Significado Cualitativo De Las Puntuaciones.....	31
Procedimiento.....	29
Aspectos Éticos.....	33
Análisis De Resultados.....	33
Discusión.....	46
Conclusión.....	50
Recomendaciones.....	51
Referencias.....	52
Anexos.....	55
Apendice.....	58

Listado de tablas

Tabla 1 Datos sociodemográficos.....	34
Tabla 2 Resultados estadísticos descriptivos – Batería banfe 2 - Área Orbitomedial.....	35
Tabla 3 Resultados estadísticos descriptivos – Batería banfe 2 - Área Prefrontal anterior.....	36

Tabla 4 Resultados estadísticos descriptivos – Batería Banfe 2 - Área Dorsolateral	37
Tabla 5 Resultados estadísticos descriptivos – Batería Banfe 2 – Área de funciones ejecutivas	38
Tabla 6 Resultados estadísticos descriptivos – Test de inteligencia emocional – Autoconsciencia	39
Tabla 7 Resultados estadísticos descriptivos – Test de inteligencia emocional – Autocontrol...	40
Tabla 8 Resultados estadísticos descriptivos – Test de inteligencia emocional – Autoestima....	41
Tabla 9 Resultados estadísticos – Test de inteligencia emocional – Reconocimiento de emociones	42
Tabla 10 Resultados estadísticos descriptivos – Test de inteligencia emocional – Relaciones personales	43
Tabla 11 Resultados estadísticos – Significancia Pretest y Postest – Batería Banfe 2	44
Tabla 12 Resultados estadísticos – Significancia Pretest y Postest - Test de inteligencia emocional	45

Listado de figuras

Figura 1 Datos sociodemográficos.....	34
Figura 2 Resultados estadísticos descriptivos – Batería banfe 2 - Área Orbitomedial	35
Figura 3 Resultados estadísticos descriptivos – Batería banfe 2 - Área Prefrontal anterior	36
Figura 4 Resultados estadísticos descriptivos – Batería Banfe 2 – Área Dorsolateral	37
Figura 5 Resultados estadísticos descriptivos – Batería Banfe 2 – Área de funciones ejecutivas	38
Figura 6 Resultados estadísticos descriptivos – Test de inteligencia emocional – Autoconsciencia	39
Figura 7 Resultados estadísticos descriptivos – Test de inteligencia emocional – Autocontrol	40
Figura 8 Resultados estadísticos descriptivos – Test de inteligencia emocional – Autoestima .	41
Figura 9 Resultados estadísticos – Test de inteligencia emocional – Reconocimiento de emociones	42
Figura 10 Resultados estadísticos descriptivos – Test de inteligencia emocional – Relaciones personales	43

Resumen

El bajo desarrollo en funciones ejecutivas altera significativamente el sistema nervioso central, por lo que resulta de vital importancia su potencialización. Así mismo, se evidencia que las habilidades emocionales fortalecen las funciones ejecutivas y también ayudan al desarrollo la personalidad y mejoran la inteligencia emocional.

El objetivo fue determinar la efectividad del programa de estimulación de funciones ejecutivas y habilidades emocionales en estudiantes de grado once, mediante la aplicación de un instrumento Neuropsicológico (Batería BANFE y Test de Inteligencia emocional) pretest y postest. La investigación tiene un criterio epistemológico empírico analítico, con un alcance descriptivo, de carácter cuantitativo, y enfoque de recolección de datos cuasiexperimental.

La población estuvo constituida por 200 estudiantes de genero mixto. Se realizó un muestreo no probabilístico por conveniencia. La muestra estuvo constituida por 9 estudiantes del grado 11 con edades entre los 16 y 18 años. En el análisis de resultados evidenció una diferencia estadísticamente significativa entre el pretest y el postest, lo que significa que después de la aplicación del programa se logró la estimulación de las diferentes áreas cerebrales y la adquisición de habilidades emocionales.

Palabras clave: Estudiantes, funciones ejecutivas, habilidades emocionales, adaptación, rendimiento académico, estimulación.

Abstract

The low development in executive functions significantly alters the central nervous system, so it is of vital importance its potentiation. Likewise, it is evident that emotional skills strengthen executive functions and also help the development of personality and improve emotional intelligence.

The objective was to determine the effectiveness of the program of stimulation of executive functions and emotional skills in eleventh grade students, through the application of a Neuropsychological instrument (BANFE Battery and Emotional Intelligence Test) pretest and posttest. The research has an empirical-analytical epistemological criterion, with a descriptive scope, of quantitative character, and quasi-experimental data collection approach.

The population consisted of 200 students of mixed gender. A non-probabilistic convenience sampling was carried out. The sample consisted of 9 students in grade 11 between 16 and 18 years of age. The analysis of the results showed a statistically significant difference between the pretest and the posttest, which means that after the application of the program, the stimulation of the different brain areas and the acquisition of emotional skills were achieved.

Keywords: Students, executive functions, emotional skills, adaptation, academic performance, stimulation.

Introducción

A continuación, se describirá de manera breve la importancia de la estimulación en las funciones ejecutivas y habilidades emocionales en los estudiantes, y como estas funciones ayudan en el desarrollo tanto intelectual como interpersonal del alumno. Porque dependiendo de su potencialización, los estudiantes desarrollaran capacidades mentales más flexibles a la hora de realizar diferentes tipos de actividades relacionadas con el contexto escolar. No obstante, es imprescindible para su progreso de avance personal, obtener una mejor destreza en la resolución de problemas y toma de decisiones para la vida entre otras.

En el transcurso del desarrollo cognitivo de los niños, van adquiriendo habilidades en las que son capaces de controlar de manera autónoma sus acciones, pensamientos, regular su propia conducta y sus emociones. Esto se debe al desarrollo de las funciones ejecutivas y la adquisición de habilidades emocionales Morton, J. (2013).

Las funciones ejecutivas - FE y habilidades emocionales - HE, son capacidades cognitivas propias de la corteza prefrontal la cual permite a las personas establecer metas, diseñar planes a corto o largo plazo, tener capacidad de resolución de problemas, seguir secuencias, seleccionar conductas apropiadas e iniciar las actividades gracias a planeación y organización. (Gonzalez, P. 2020).

Mantener un buen nivel tanto de funciones ejecutivas como de habilidades emocionales beneficia el control de pensamientos, posibilita la generación de resolución de problemas mediante nuevas alternativas las cuales mejoran el desempeño cognitivo y académico.

Estas funciones se pueden mejorar mediante diferentes hallazgos investigativos acerca de la potencialización y estimulación por medio de programas derivados de la neurociencia, la cual aporta conocimientos fundamentales acerca de las bases neurales del aprendizaje (tales como atención, memoria, razonamiento o lenguaje) y de otras funciones cerebrales, como las emociones o la conducta, que son, día tras día, estimuladas, evaluadas y fortalecidas y, a su vez, necesarias en el aula (Campos, 2010).

Planteamiento Del Problema

Las funciones ejecutivas FE constituyen un conjunto de procesos cognitivos que permiten el control consciente del pensamiento, desarrollo efectivo de tareas de alta complejidad, logro de metas a corto y largo plazo, y facilitan la adaptación a nuevas situaciones y sus diferentes contextos.

Otro aspecto fundamental en el desarrollo de las personas son las habilidades emocionales HE, las cuales son un importante componente que fortalece la función ejecutiva y

también ayudan en las destrezas que educan el carácter, desarrollan la personalidad y mejoran la inteligencia emocional.

En la actualidad, las investigaciones que asocian el rendimiento académico, las HE el funcionamiento ejecutivo se centran en su mayoría en la infancia y la adolescencia las cuales no están contribuyendo un adecuado desenvolvimiento en las diferentes actividades escolares (Fonseca, Rodríguez y Parra, 2016). Los resultados de esta investigación evidencian que se vinculan ambos procesos en estudiantes bachilleres, los cuales, tienen poco desarrollo en su función ejecutiva y no se encuentran sistematizados, ya que no obtuvieron una buena estimulación en el transcurso de sus estudios en secundaria, lo que evidencia la importancia del estudio de los diferentes tipos de componentes relacionados al rendimiento de los estudiantes (Barceló, Lewis y Moreno, 2006).

A nivel internacional, en Chile se observa que el rendimiento en tareas que ponen en marcha las FE de planificación, y habilidades emocionales se hallan principalmente ligadas al Coeficiente Intelectual de los adolescentes de la muestra. Seguidas por aquellos dominios involucrados en la metacognición y que se vinculan con aspectos cognitivos del lenguaje, la inhibición y toma de decisiones Arán-Filippetti et al., 2015; Injoque,Ricle et al., 2017; Sastre-Riba & Viana-Sáenz, (2016)

A nivel nacional Diego Alfredo Tamayo Lopera y colaboradores (2020) mencionan que el rendimiento de los estudiantes en las pruebas que miden las funciones ejecutivas tardías está asociado a condiciones como la escolaridad de los padres y el sexo, con una menor influencia de la lateralidad.

A nivel local en el año 2018 se realizó un estudio basado en un programa llamado PSICONIT de funciones ejecutivas y atención, donde su principal enfoque se encuentra

relacionado hacia el rendimiento académico en niños; el cual arrojó que luego de una aplicación del programa de 24 sesiones, los procesos cognitivos de orden superior presentaron un incremento positivo en el perfil del postest comparado con el perfil cognoscitivo del pretest en los niños de 10 años.

Las funciones ejecutivas y las habilidades emocionales incluyen elementos claves como la anticipación y desarrollo de la atención, el control de impulsos, autorregulación, la flexibilidad mental y utilización de la realimentación, la planificación y organización, la selección de forma efectiva de estrategias para resolver problemas y la monitorización, Andres, M. L., Castañeiras, C., Stelzer, F., Canet, L., & Introzzi, I. (2016).

En la institución educativa Caracolí se ve evidenciada la falta de desarrollo de funciones ejecutivas, ya que el nivel del rendimiento académico desde grados inferiores, como lo son de sexto a décimo grado, se ve reflejado en las pruebas de estado en el grado 11 en las cuales se denota una importante deficiencia, por otra parte en la institución educativa no se evidencia la aplicabilidad de estrategias que mejoren las funciones ejecutivas, lo que destaca notoriamente la falta de estas que contribuyan con la estimulación para un buen rendimiento académico en los estudiantes.

Por consiguiente, la falta de estimulación en las funciones ejecutivas y las habilidades emocionales, provocan una mayor sobrecarga cognitiva, la cual aumenta la probabilidad de que los estudiantes presenten un bajo rendimiento académico. Por lo tanto, es necesario un programa de estimulación que favorezca el mejoramiento de los diferentes procesos, aumentado su rendimiento académico y favoreciendo su calidad de vida.

Pregunta De Investigación

¿Cuál es la efectividad del programa de estimulación en funciones ejecutivas y habilidades emocionales en los estudiantes de la Institución Educativa Caracolí?

Objetivos**Objetivo General**

Determinar la efectividad de un programa de estimulación de funciones ejecutivas y habilidades emocionales en estudiantes de grado once en la institución educativa Caracolí.

Objetivos específicos

Determinar el nivel de funciones ejecutivas y habilidades emocionales en los estudiantes de la institución educativa caracolí.

Diseñar e implementar un programa de intervención para las funciones ejecutivas y habilidades emocionales.

Analizar si existen diferencias estadísticamente significativas entre los resultados de la evaluación del pretest – postest.

Justificación

El programa de estimulación en funciones ejecutivas y habilidades emocionales a estudiantes entre los 16 y 18 años de grado 11, de la institución educativa caracolí” se derivó de la necesidad de estimular los diferentes procesos cognitivos superiores, ubicados en el lóbulo

frontal, ya que es fundamental para que las personas, en este caso los jóvenes tengan un adecuado desarrollo de habilidades que favorecen los aprendizajes en la cotidianidad.

La relevancia del programa se centra en que gracias a la estimulación realizada se les proporciona a los estudiantes habilidades y capacidades necesarias en la resolución de problemas, la toma de decisiones, la planificación de metas entre otras, inteligencias emocionales, donde no solo se beneficia el estudiante a nivel personal, sino que también en los diferentes contextos en el que se encuentre, ya sea familiar, social y/o académico.

Desde el ámbito académico, los estudiantes que logran estimular las funciones ejecutivas, tienen como resultado una serie de beneficios en los cuales, el principal, es la estimulación de la velocidad de procesamiento de la información el cual estaría más apto a la hora de diseñar tareas y cumplimiento de los objetivos, disponiendo de habilidades fundamentales para el desempeño académico. (Gilbert, S.J., y Burgess, Izk2008).

De todo lo dicho anteriormente, se demuestra que la pertinencia del programa es significativa en la vida académica y personal del estudiante, dado que, al estimular las funciones ejecutivas, no solo hace que los procesos cognitivos superiores se incrementen, sino también, las habilidades emocionales, por lo tanto, éstas se verán altamente beneficiadas en relación a una mejor toma de decisiones para la vida, un control emocional superior en comparación a aquellas personas que no han tenido la posibilidad de realizar un programa de estimulación, y un mayor manejo de su autorregulación en momentos en los que deban usar la resolución de problemas, ya que poseerán diferentes perspectivas en las cuales, tendrán la oportunidad de ver el mundo no de manera unilateral, sino disponer de un pensamiento holístico del cual pueda hacer uso en su vida profesional.

Finalmente es necesario destacar de igual manera que el trabajo se encuentra ubicado en la línea de investigación psicología clínica y de la salud, perteneciente al grupo esperanza y vida de la universidad Antonio Nariño sede ibagué.

Marco Teórico

Las funciones ejecutivas son un conjunto de habilidades implicadas en la generación, la supervisión, la regulación, la ejecución y el reajuste de conductas adecuadas para alcanzar objetivos complejos, especialmente aquellos que requieren un abordaje novedoso y creativo (Gilbert y Burgess, 2008; Lezak, 2004).

En la vida diaria la mayoría de las situaciones que se afrontan son diferentes entre sí y, además, tienden a evolucionar y complejizarse conforme nos desarrollamos como adultos con nuevos intereses y responsabilidades, los mecanismos ejecutivos se ponen en marcha en una amplísima variedad de situaciones y estadios vitales y su competencia es crucial para un funcionamiento óptimo y socialmente adaptado (Gilbert y Burgess, 2008; Lezak, 2004).

Unos de los tipos más primordiales a estudiar de las son su individualidad en el “input”, es decir, los componentes ejecutivos regulan toda la pesquisa que proviene de diversas zonas de entrada (conocimientos de diferentes características sensitivas), procesamiento (emociones, memoria, atención) y salida (transmisiones motoras). No obstante, las F. E son las encargadas de la regulación del comportamiento manifiesto, así como de la regulación de los recuerdos, ideas, afectos, que promueven una funcionalidad cerebral más adaptativa.

Por otra parte, se encuentra relacionado con la intención de lograr metas con objetivos establecidos, las FE se coordinan tanto para recobrar información que se encuentra acumulada en experiencias pasadas (componentes de accesibilidad y recobro de las informaciones ya

obtenidas), para prever las posibles consecuencias de diversas elecciones de respuesta en el futuro (p.e. planificación, y toma de decisiones).

Componentes De Las Funciones Ejecutivas

El área de las neurociencias las FE continúan en desarrollo evolutivo expandiéndose hacia otros componentes del perfeccionamiento humano, debido a la atrayente idea de la comprensión de las bases, áreas y componentes biológicas de los comportamientos humanos, como la investigación de sus afrontamientos en sus dificultades y su capacidad para obtener logros. Luria fue uno de los primeros en establecer un carácter activo a la conducta humana, reconociendo el rol de las experiencias futuras y no solo de las experiencias pasadas (Luria 1984). En un estudio realizado por Stuss (2011), las FE son capacidades cognitivas que posibilitan y facilitan la planeación, resolución de problemas y razonamiento, para así de esta manera obtener un buen manejo de la calidad de vida de una persona. Las regiones y áreas cerebrales que se conectan con estas capacidades están relacionadas por la corteza prefrontal la cual es responsable de la inteligencia del sujeto y su manera de afrontar la vida.

Formulación De Metas U Objetivos. Empezar un comportamiento con la intención de evitar una conducta automática, la cual está inducida por el contexto por lo tanto es necesario el conocimiento de las habilidades personales en cuanto a la capacidad de llevar a cabo una tarea, Verdejo, A., & Bechara, A. 2010).

Planificación. Son las habilidades de planificación se deben conseguir por un cambio a partir de las distintas situaciones que se encuentran presentes, prevenir consecuencias y discriminar entre diferentes soluciones que contribuyan para seleccionar el logro de un objetivo mediante el cumplimiento de las metas.

La Organización Es una habilidad ejecutiva que ayuda a desarrollar la capacidad de de realizar un planificación de actividades o de trabajo, y por lo tanto, implica ordenar la jerarquización de la información de manera adecuada y colocarla en función de un plan ya previsto (María, I., Arroyo, J., Korzeniowski, C. G., & Espósito, A. 2014).

Anticipación O Reconocimiento. Esta función permite anticipar las consecuencias de las respuestas más probables sin la necesidad de realizar alguna acción.

Toma De Decisiones. Es la habilidad de no permitir respuestas automáticas en un momento oportuno. Incluye actividades mentales, pensamientos, emociones, etc. todo con el fin de disminuir la impulsividad, la cual es considerado una debilidad para el ser humano.. (Verdejo, A., & Bechara, A. 2010).

Flexibilidad Cognitiva. Es definida como la capacidad para adaptar los desempeños a las condiciones ambientales frente a una tarea (Cañas, Quesada, Antoli, Fajardo, 2003).

Inhibición. Es la habilidad de no permitir respuestas automáticas en un momento oportuno. Incluye actividades mentales, pensamientos, emociones, etc. todo con el fin de disminuir la impulsividad, la cual es considerado una debilidad para el ser humano. (Verdejo, A., & Bechara, A. 2010).

Memoria De Trabajo. Es una habilidad para mantener la información en nuestra mente con la intención de cumplir un objetivo o tarea. La memoria de trabajo se hace responsable de almacenar la información con un tiempo limitado.

Por lo tanto, se indica que un buen entrenamiento de funciones ejecutivas durante la niñez y la adolescencia es beneficioso para los componentes cognitivos que inciden en la regulación de las emociones, pensamientos y sobre todo en las acciones (García-Molina et al., 2009).

Además, las FE tienen en cuenta la introspección, que ayuda a adaptar las emociones, motivación y comportamiento a las situaciones que puedan ocurrir dentro de un contexto, así como también la habilidad de combinar distintas áreas y componentes como la creatividad para lograr crear nuevas acciones y comportamientos beneficiosos en la calidad de vida de la persona. ***La Interiorización Del Habla.*** Tenía capacidad de seguir y comprender tanto instrucciones como reglas para garantizar el autocontrol de un comportamiento de una manera eficaz y no impulsiva y sobre todo de humor, reflexivo.

La Autorregulación. Permite controlar las emociones y motivación que nos interfieren y nos ayuda a adaptar el comportamiento a los cambios que puedan producirse en el entorno, así como a la capacidad de ser creativos y combinar nuevamente los distintos componentes para lograr nuevas acciones.

Volición. Es el deseo voluntad y necesidad, la cual está conformada por la toma de decisiones, motivación de iniciar cualquier actividad y el manejo de conciencia psicológica y física. Sin embargo, desafortunadamente no hay una estandarización de tests ni pruebas, ya que solo se sacan datos a través de comportamientos observaciones y la información proporcionada por personas allegadas.

Control Emocional. Es la habilidad para regular la respuesta emocional y usarla adecuadamente, de manera más racional, controlando los pensamientos y ajustar los sentimientos a la vez.

Iniciación. Es la habilidad para iniciar una actividad de producirla de una forma independiente, con estrategias, ideas y respuestas que sean eficaces para solucionar cualquier problema.

Organización De Materiales. Es la capacidad para poner orden en el trabajo, en el juego y tiempo libre y en los espacios dedicados al almacenamiento. (Fernandez, R., & Florez, J. 2016).

Seguimiento De Uno Mismo. Es la habilidad para realizar un monitoreo de acciones propias del comportamiento humano para evaluarlas y medirlas sobre un estándar ya establecido sobre las cosas que se necesitan, Feliciano; Holfeld, Brett; Halvorson, N.; Frye, N. y Frankl, S. (2015).

Acción Intencional. Son las habilidades concretas que requieren de cesar conductas comportamientos y modificarlos con el fin de la autorregulación de la conducta Puede ser explorado a través de varios test, como: de usos alternativos, de usos de objetos, tareas de fluidez verbal, de fluidez de diseños, (Fernandez, R., & Florez, J. 2016).

La Ejecución Efectiva. Es la manera en la que se ejecuta una acción de forma correcta como la intensidad tiempo, auto monitorización regulación.

Función ejecutiva, todos los tests de ejecución o manipulativos proveen información de la respuesta del sujeto, la naturaleza de los errores, distorsiones idiosincrásicas y esfuerzos compensatorios, que son datos de importante consideración (Fernandez, R., & Florez, J. 2016).

Como un área imprescindible en cualquier evaluación o exploración neuropsicológica está la atención, ya que es la función que está involucrada en cualquier afectación neurológica, y es necesario distinguir entre el déficit o falta de atención y la regulación de la atención relacionada con las funciones ejecutivas. (Fernandez, R., & Florez, J. 2016).

En síntesis, las funciones ejecutivas comprenden una serie de procesos cognitivos entre los que destacan la anticipación, la elección de objetivos, la planificación, la selección de la conducta, la autorregulación, el autocontrol y el uso de la retroalimentación o feedback

(Sholberget al., 1993) para lograr llevar a cabo una conducta eficiente. Son muy importantes en el ámbito emocional, conductual y funcional y operan en función del contexto (externo, interoceptivo y metacognitivo) y de la previsión de nuestros objetivos futuros (Verdejo-García y Bechara, 2010).

La evolución de las FE está relacionado con los componentes orgánicos y biológicos de la mielinización cerebral a su vez se encuentran relacionados con la educación experiencia, así también como los factores emocionales y motivacionales. Esto hace que los niños desarrollen, actitudes más independientes a la hora de actuar, pensar y ejecutar labores necesarias para su desarrollo personal y estudiantil. No obstante, algunos niños padecen de retraso en estas habilidades, consiguen corregirlas y potencializarlo y otros las continúan arrastrando consigo mismos hasta se adulta proporcionando, debilidades ejecutivas. (Fernandez, R., & Florez, J. 2016).

El rendimiento en diversas tareas consideradas ejecutivas, experimenta mejoras significativas en los primeros años de vida (Carlson, 2005) y presentan distintos “picos” madurativos a lo largo de su desarrollo.

“Luria enfatizó la importancia y diversidad de la función prefrontal, usando diferentes términos como planificación, intención, programación, regulación, y verificación. Luria y otros han hecho casi universalmente aceptable el hecho de que la función de control o función ejecutiva de la conducta humana se halla asociada al córtex prefrontal ” (Stuss y Benson, 1990, p. 39).

Habilidades Emocionales

Según Goleman (2012) la Inteligencia Emocional es una capacidad aprendida y susceptible de desarrollo mediante el entrenamiento en la percepción de uno mismo, autorregulación, automotivación, empatía y capacidad de relación. Para Bisquerra, Pérez-González y García (2015) la educación de la inteligencia emocional es una innovación educativa que se dirige al desarrollo de las capacidades emocionales para contribuir al bienestar personal y social. Desde la neurobiología (Sánchez y Román, 2004) se aportan datos sobre la influencia de componentes ejecutivos en el control emocional de la Inteligencia emocional. Esta idea está en consonancia con la teoría de la complejidad de Zelazo, Carter, Reznick y Frye (1997) que plantean la interacción de aspectos emocionales, cognitivos y ejecutivos en la inteligencia emocional.

Para Gardner (2006) la Inteligencia Emocional la conforman la inteligencia intrapersonal e interpersonal. La “inteligencia intrapersonal” constituye la competencia de alcanzar los sentimientos propios y las emociones íntimas, el reflexionar sobre los procesos de pensamiento (metacognición); conlleva además la capacidad de autorreflexión y la intuición; y, la “inteligencia interpersonal” hace referencia a la capacidad de notar y conocer a otras personas, sentir empatía hacia los demás y ofrecer una respuesta acorde a sus inquietudes, necesidades o deseos.

Actualmente, Mayer, Salovey, Caruso y Cherkasskiy (2011) definen Inteligencia Emocional como la habilidad para gestionar las emociones de cada uno y las de los demás, conocer la diferencia entre ellas y con toda la información aprovecharla para orientar el propio pensamiento y acciones.

Componentes De La Emoción

Cada emoción va asociada a la aparición de alguna modificación de carácter fisiológico, cognitivo y/o motor en el sujeto que la experimenta. Por lo tanto, tres sistemas orgánicos participan, de manera sinérgica e integrada, en la experiencia emocional. Los estímulos susceptibles de provocar estas reacciones poseen lo que se conoce como “competencia emocional” (Damasio 2005).

Cuando el cerebro detecta estímulos que competen en las emociones, envía órdenes específicas al sistema endocrino el cual es responsable liberación y regulación de las hormonas en el flujo sanguíneo, al sistema nervioso autónomo actúa sobre los sistemas fisiológicos de control del cuerpo, la homeostasis en general, pero también en el sistema cardiovascular y en los órganos viscerales y al sistema musculoesquelético el responsable de algunas respuestas típicamente emocionales.

A partir del desarrollo de los procesos y de las funciones, y de los sistemas implicados Scherer (2001) identifica cinco componentes.

Componente Cognitivo. Este componente está vinculado al procesamiento de la información y cuyo sustrato orgánico es el sistema nervioso central. Tiene como función fundamental la evaluación de los objetos, eventos o situaciones que se presentan al organismo.

Componente Neurofisiológico. El cual cumple la función de regulación de sistemas orgánicos, dependiendo del sistema nervioso central, del sistema neuroendocrino y del sistema nervioso autónomo.

Componente Motivacional. Este componente prepara y dirige la acción, y se encuentra vinculado al sistema nervioso central.

Componente De La Expresión Motora. Cumple la función comunicativa, informando la reacción y las intenciones conductuales. Aquí se encuentra implicado el sistema nervioso somático.

Componente De Sentimiento Subjetivo. Actúa para monitorizar el estado interno del organismo y la interacción que éste ha tenido con el ambiente. Sirve, desde el sistema nervioso central, y generan sentimientos. (Vergara-Mesa, Marta I. 2011)

Principios De La Inteligencia Emocional.

Se puede decir que la inteligencia emocional, fundamentalmente (Gómez et al., 2000) se basa en los siguientes principios o competencias:

Autoconocimiento. Es la capacidad para conocerse a sí mismo, nos permite reconocer los puntos fuertes y débiles que se poseen.

Autocontrol. Es la capacidad para controlar los impulsos, mantener la calma y poseer la habilidad de regulación emocional.

Automotivación. Es la habilidad para realizar cosas por sí mismo, sin la necesidad de ser impulsado por otros.

Empatía. Es la competencia la cual implica ponerse en el lugar de los demás, intentado comprender la situación del otro.

Habilidades Sociales. Es la capacidad para relacionarse con otras personas, manteniendo habilidades comunicativas para obtener un acercamiento eficaz.

Asertividad. Es saber respetar la opinión de los demás pero también defender la propia sin intención de generar conflicto, aceptando las críticas que ayudan a mejorar.

Proactividad. Es la habilidad para tomar la iniciativa ante oportunidades o problemas, responsabilizándose de sus propios actos.

Creatividad. Es la competencia para observar el mundo desde otra perspectiva, diferente forma de afrontar y resolver problemas. (Vergara-Mesa, Marta I. 2011).

A continuación, se reiterarán algunas investigaciones a nivel nacional e internacional en las cuales evidencian la efectividad de la aplicación de diferentes programas de intervención en el contexto estudiantil.

A nivel Nacional Tamayo L. & colaboradores (2020). Realizaron una investigación titulada “Funciones ejecutivas tardías en estudiantes de undécimo grado de colegios oficiales de Cúcuta y Envigado, Colombia” su objetivo fue, medir las funciones ejecutivas tardías en estudiantes de undécimo grado, partiendo del supuesto de que las funciones ejecutivas es un predictor del desempeño académico de los adolescentes. Su resultado incide en que el rendimiento de los estudiantes en las pruebas que miden las funciones ejecutivas tardías está asociado a condiciones como la escolaridad de los padres y el sexo, con una menor influencia de la lateralidad. Dado que se tomó una muestra de dos ciudades diferentes de Colombia, la investigación aporta validez al estudio sobre las funciones ejecutivas, ya que se logra una estimulación por medio de la intervención realizada, lo que permite plantear aún más propuestas de intervención en el ámbito educativo de acuerdo al contexto en el cual están inmersos los estudiantes, lo cual favorecerá el desarrollo adecuado de estas funciones y una mejor calidad de vida.

A nivel internacional en Argentina Korzeniuwski, C. (2018), se realiza una investigación acerca de “Las Funciones Ejecutivas En El Estudiante: Su Comprensión E Implementación

Desde El Salón De Clase” por lo que se logra extraer que, Incentivar y potencializar el desarrollo de las FE en los estudiantes en las instituciones educativas tiene alta validez a nivel de rendimiento tanto escolar como interpersonal, en la medida en que se despliega su uso en situaciones reales de aprendizaje, a la vez que sociales, en el marco de relaciones interpersonales afectivas con compañeros y docentes. Las intervenciones resultan exitosas cuando se tiene un especial cuidado en su implementación, cuando son sistemáticas, incluyen el juego, la creatividad, son motivantes para los alumnos, ofrecen soporte con mira a la autorregulación. Dado que los cambios en la arquitectura cerebral y desarrollo cognitivo requieren de un trabajo intenso, sistemático y frecuente, resulta necesario que los abordajes pedagógicos se realicen en forma transversal a las distintas áreas y disciplinas del currículo y durante todo un año y/o ciclo

En Chile, Besserra, L.& Colaboradores. (2018) realizan otra investigación titulada “Las Funciones Ejecutivas Del Lóbulo Frontal Y Su Asociación Con El Desempeño Académico De Estudiantes De Nivel Superior” en donde su objetivo fue definir y explicar las principales FE que influyen en el rendimiento académico en estudiantes universitarios. Para ello, se aplicó un método de revisión sistemática que permite recopilar las investigaciones que muestran dicha relación. Como resultados obtuvieron evidencia de que las habilidades de memoria de trabajo, planificación y monitorización se encuentran directamente implicadas en las habilidades académicas de los universitarios. lo que se traduce en que, a mayor déficit en FE, el rendimiento académico disminuye y viceversa Sin embargo con la estimulación de dichas áreas se incrementa de manera significativa.

En Australia Bolaños, E. A. (2020), realiza una investigación titulada “El papel del apoyo instrumental y emocional de los docentes en el optimismo académico, el compromiso y

las habilidades académicas de los estudiantes: un estudio de estudiantes de secundaria y primaria en diferentes contextos nacionales” como resultados se evidencian el papel de las habilidades emocionales y el apoyo central los maestros para influir a los estudiantes, y habla además de la importancia de fomentar el optimismo académico entre los estudiantes de primaria y secundaria para una mejor autorrealización personal en donde se vean implicadas, las diferentes capacidades de autocontrol emocional para un mejor desarrollo del contexto escolar.

Marco Contextual

La institución educativa caracolí sede principal, se encuentra identificada en su localización con el número 273678000198 San Luis, Tolima zona, se encuentra en una zona rural con dirección Vereda Caracolí. Su Jornada es de carácter: Continuo. Cuenta con estudiantes desde grados: Preescolares: Transición, Primarias: 1Er Grado – 5To Grado y Secundaria con 6To Grado – 11Vo Grado.

Misión Institucional

La Institución Educativa Caracolí brinda a los niños, jóvenes, y adultos, una educación idónea que les permita una formación integral mediante el desarrollo de metodologías flexibles en los niveles de Educación oficial. Buscando que los estudiantes interactúen bajo la práctica de valores para una sana convivencia, propendiendo por la formación de seres humanos productivos, defensores del medio ambiente, en paz, sin distingo de razas, religión, política, ni identidad de género, aplicando así políticas de inclusión

Visión Institucional

La Institución Educativa Caracolí desarrollará los procesos necesarios para ofrecer a partir del 2017 el nivel de educación media académica en la comunidad escolar local y aledaña, articulados con entidades de educación superior. Buscando así proyectar estudiantes competentes que respondan a las exigencias de la sociedad y sean ciudadanos comprometidos, con sentido de pertenencia, democráticos, participativos, actuantes, visionarios y tolerantes.

Metodología

El tipo de estudio que se llevó a cabo en esta investigación pertenece a un criterio epistemológico empírico analítico; cuenta con un alcance descriptivo, de carácter cuantitativo, con enfoque de recolección de datos cuasi-experimental pretest-postest, por medio de la batería neuropsicológica de funciones ejecutivas (BANFE) y cuestionario de habilidades emocionales. Teniendo en cuenta que su variable independiente, fue el programa de intervención y la variable dependiente estuvo estipulada en el nivel de funciones ejecutivas y habilidades emocionales.

Población y muestra

La población estuvo constituida por los estudiantes de grado once de los 16 a los 18 años de edad, de la institución educativa caracolí. Se realizó un muestreo no probabilístico por conveniencia al tener criterios específicos de participación.

Criterios De Inclusión

El programa es apto tanto para hombres y mujeres que se encuentre entre los 16 y 18 años de edad, debe estar cursando último grado de secundaria y pertenecer al colegio caracolí.

Criterios De Exclusión

Niños con algún tipo de discapacidad a nivel congénito o del Neurodesarrollo

Instrumentos

Batería Neuropsicológica Para Evaluar Las Funciones Ejecutivas Y Lóbulos Frontales – BANFE-2

La batería BANFE-2 es un instrumento que agrupa diferentes pruebas neuropsicológicas con alto nivel de confiabilidad y validez para la evaluación de procesos cognitivos pertenecientes principalmente en la corteza prefrontal. Está compuesta por 14 subpruebas, agrupadas según las bases neuroanatómicas-funcionales en las que se encuentran la corteza prefrontal anterior, corteza orbitomedial, y dorsolateral, las cuales evalúan funciones control inhibitorio, capacidad para determinar relaciones riesgo-beneficio, toma de decisiones, capacidad para respetar límites y seguir reglas. La batería provee un índice global del desempeño y un índice para cada una de las tres áreas prefrontales evaluadas (orbito medial, dorsolateral y prefrontal anterior). El instrumento tiene una concordancia entre aplicadores de 80, y una validez convergente y clínica.

Áreas cerebrales y Subprueba

Área Orbitomedial

- Laberintos
- Prueba de Juego.
- WCST. Errores de mantenimiento (codificado)

Área Frontomedial

- Clasificación semántica
- Refranes. Aciertos
- Metamemoria
- Stroop Forma “A”
- Stroop Forma “B”

Área Dorsolateral Funciones Ejecutivas

- Clasificación de Cartas
- Clasificación Semántica.
- Fluidez Verbal de Verbos
- Torre de Hanói

Test De Coeficiente O Inteligencia Emocional De Goleman

El test de coeficiente emocional es una herramienta que mide diversas áreas de la conducta emocional. Al aplicarlo se conoce los puntos fuertes y débiles de una persona. Las categorías en las que se puede estructurar este tipo de pruebas son las siguientes:

Área De Conocimiento Personal O Autoconsciencia. En esta área se mide la capacidad que se tiene para reconocer las propias emociones.

Autocontrol Emocional. Es la capacidad para controlar las emociones. Ya no solo es reconocer la emoción que se tiene, sino que es la capacidad de controlarla. Por ejemplo, si se siente ira, pero ¿Qué se puede hacer?

Autoestima Y Automotivación. Esta categoría consiste en conocer la estima o el afecto que se siente por sí mismo. Es decir, ser capaz de motivarse para alcanzar metas de vida y objetivos

Empatía O Reconocimiento De Las Emociones De Los Demás. Aquí se evalúa si la persona es capaz de reconocer los sentimientos y emociones de los demás

Las Relaciones Personales. Este componente evalúa la capacidad para mantener relaciones equilibradas, sanas, en contextos personales y sociales.

La prueba consta de 45 reactivos en donde se definirá cada uno de su componente emocional. Sus métodos de calificación son:

Interpretación Cuantitativa de los Resultados

- A las respuestas NUNCA le corresponden 0 puntos
- A las respuestas ALGUNAS VECES le corresponden 1 punto
- A las respuestas SIEMPRE le corresponden 2 puntos

Puntuaciones

- Entre 0 y 20 puntos: muy bajo
- Entre 21 y 35 puntos: Bajo
- Entre 36 y 45 puntos: Medio-bajo
- Entre 46 y 79 puntos: Medio-alto
- Entre 80 y 90 puntos: Muy alto

Significado Cualitativo De Las Puntuaciones

A cada estudiante dependiendo de la puntuación obtenida se le dirá lo siguiente:

Muy Bajo. Con esta puntuación este entiende que aún la persona no conoce de manera suficiente sus emociones, no valora de manera adecuada sus capacidades. Además, no pone en práctica muchas de las habilidades que son necesarias para sentirse mejor con sí mismo y para poder relacionarse con los demás de manera satisfactoria.

Bajo. Con esta puntuación las habilidades emocionales aún son escasas, la persona necesita conocerse un poco mejor y valorar más lo que es capaz de hacer. Saber qué emociones experimenta, cómo las controlas, cómo las expresas y saber identificarlas en las demás personas.

Medio-Bajo. Esta puntuación da a entender que la persona ya reconoce muchos de sus pensamientos, sus acciones, sus emociones y sentimientos, posiblemente tiene la capacidad de manejar sus emociones y poder comunicarse con los demás de manera eficaz.

Medio-Alto. Esta puntuación indica que la persona sabe quién es, que emoción tiene y

sabe manejar sus sentimientos, al igual que reconoce los sentimientos y las emociones de los demás. Posee buenas relaciones con otras personas, emplea habilidades para expresar como se siente, al igual que reconoce como se sienten los demás.

Muy Alto. Con esta puntuación se concluye que la persona posee grandes habilidades de inteligencia emocional. Significa que el evaluado es consciente de quien es, que objetivos tiene, sabe reconocer su valor como persona, maneja de manera adecuada sus estados emocionales. Además, es capaz de comunicarse de manera eficiente con quienes lo rodean, y posee buenas estrategias para la solución de conflictos interpersonales.

Procedimiento

Fase 1. Acercamiento a la población: Presentación a la institución y firma de consentimiento informado. Durante la presentación se les indicó a los estudiantes el número de sesiones, y de pruebas.

Fase 2. Evaluación - Pretest: Aplicación de los instrumentos con el fin de conocer el nivel actual de los estudiantes en cuanto a funciones ejecutivas y habilidades emocionales, análisis de resultados y diseño de programa de intervención.

Fase 3. Intervención: El programa de intervención constó de 20 sesiones en las que se encontraron actividades de potencialización en las diferentes regiones cerebrales (Orbitomedial, prefrontal anterior, dorsolateral).

Fase 4. Evaluación - Post test: Aplicación de los instrumentos para determinar el nivel de funciones ejecutivas y habilidades emocionales después de desarrollar el programa de intervención.

Fase 5. Análisis de resultados: Identificar si existen diferencias estadísticamente significativas entre los resultados de la evaluación del pretest – postest.

Fase 6. Socialización de resultados: Se realiza el cierre y socialización de resultados en la institución educativa, y se hace sustentación oral y entrega de informe final en la universidad Antonio Nariño.

Aspectos Éticos

Esta investigación contempló los artículos correspondientes a las leyes:

Ley 1090 De 2006 “Por la cual se reglamenta el ejercicio de la profesión de Psicología, se dicta el Código Deontológico y Bioético y otras disposiciones.”

Las normas científicas, técnicas y administrativas para la investigación en salud, resolución 8430 de 1993 del Ministerio de Salud.

El reglamento de conducta Ética para el desarrollo y la práctica responsable de las investigaciones de la Universidad Antonio Nariño, la resolución No. 13 del 2005.

Análisis De Resultados

Se realizó un análisis estadístico por medio del Software Estadístico R, para hacer pruebas de normalidad a los datos recolectados de los percentiles normalizados de cada región cerebral.

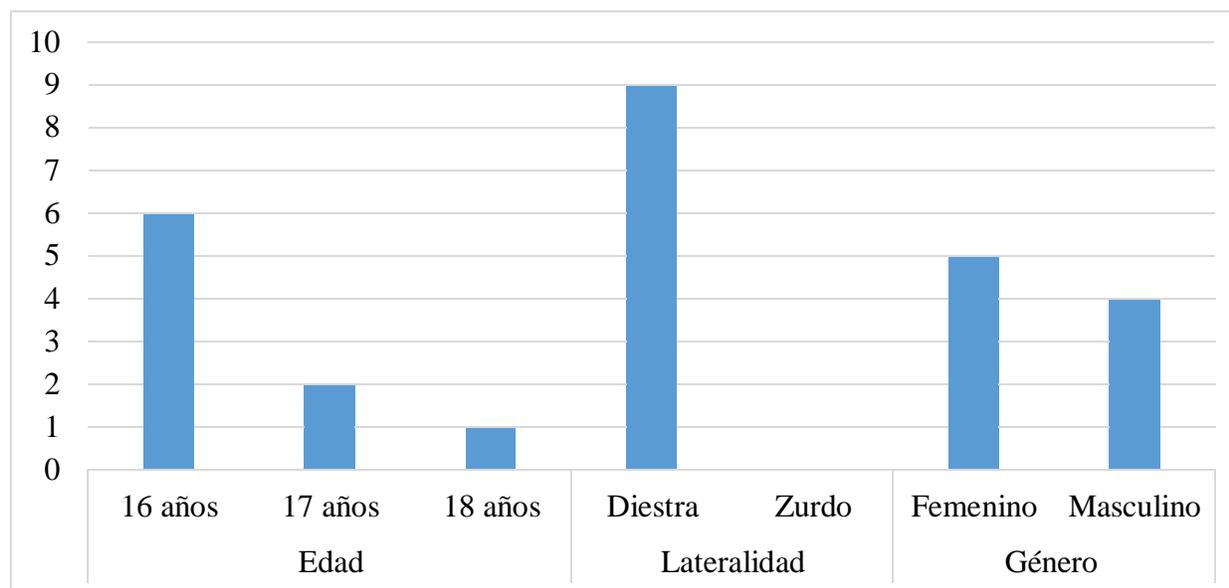
Al encontrar la normalidad anteriormente dicha en los datos, se decidió proceder con una Prueba T de medias emparejadas; luego se calculó la probabilidad de que $T=t$ en una t con 8 grados de libertad (se toman 8 grados porque la muestra es de 9) así mismo, se calculó el valor crítico para el estadístico T a dos colas, el cual es igual a 2,30600413, posteriormente se comparó

el valor de la probabilidad con el nivel de significancia que en este caso fue $\alpha=0,05$. Cuando las probabilidades son menores, se rechaza la hipótesis nula y se afirma que hubo aumento significativo, de lo contrario, aunque se evidencia aumento se afirma que no fue estadísticamente significativo.

Tabla 1
Datos sociodemográficos

<i>Datos sociodemográficos</i>					
Edad		Lateralidad		Género	
16 años	6	Diestra	9	Femenino	5
17 años	2	Zurdo	0	Masculino	4
18 años	1				
TOTAL	9		9		9

Figura 1
Datos sociodemográficos



La Tabla 1 y la figura 1 evidencia que se trabajó con una población total de 9 estudiantes, en la que las características más predominantes fueron la edad de los 16 años, los cuales poseen una lateralidad diestra y en su mayoría son de género femenino.

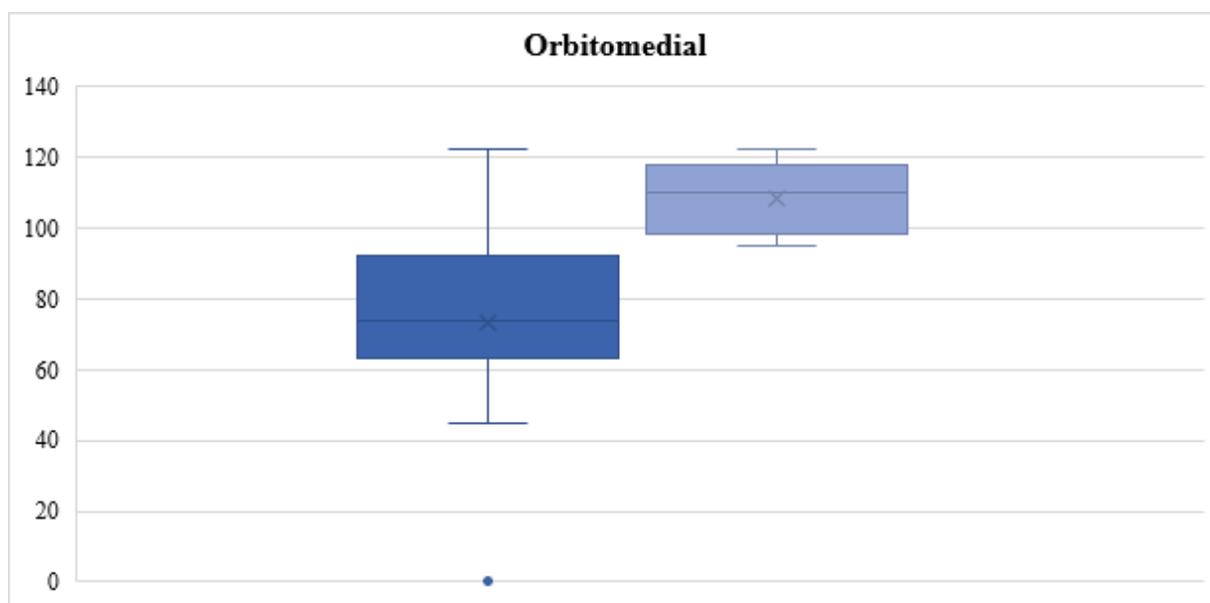
Tabla 2

Resultados estadísticos descriptivos – Batería banfe 2 - Área Orbitomedial

<i>Reporte de resultados – Área Orbitomedial</i>		
	Pretest	Posttest
Media	81	108
Mediana	75	110
Límite inferior	45	95
Límite superior	122	122

Figura 2

Resultados estadísticos descriptivos – Batería banfe 2 - Área Orbitomedial



En la aplicación de la batería Banfe 2, en el área Orbitomedial, el cual incluye inhibición, planeación, resolución de problema, y flexibilidad mental, se puede apreciar que el resultado del posttest es superior en comparación del resultado del pretest, es decir que se evidencia una mejoría después de realizar la aplicación del programa de estimulación.

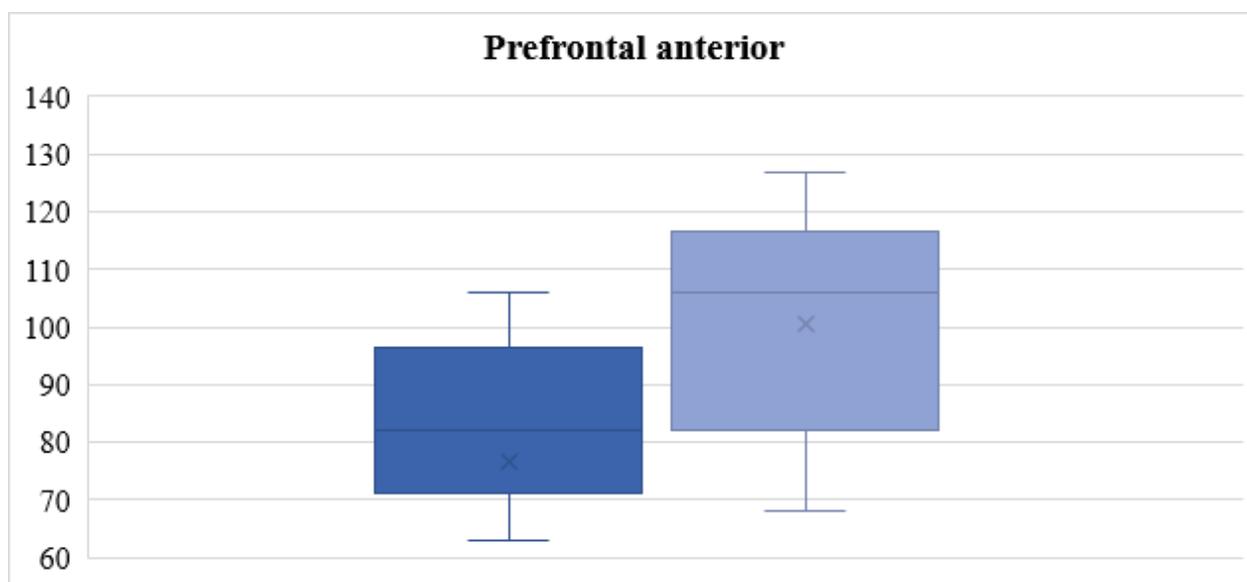
Tabla 3

Resultados estadísticos descriptivos – Batería banfe 2 - Área Prefrontal anterior

<i>Reporte de resultados - Área prefrontal anterior</i>		
	Pretest	Posttest
Media	85	101
Mediana	85	106
Límite inferior	63	68
Límite superior	106	127

Figura 3

Resultados estadísticos descriptivos – Batería banfe 2 - Área Prefrontal anterior



En la aplicación de la batería Banfe 2, en el área prefrontal anterior, se puede apreciar que el resultado del postest es superior en comparación del resultado del pretest, es decir que se evidencia una estimulación en los procesos como flexibilidad mental, organización, y metamemoria después de realizar la aplicación del programa.

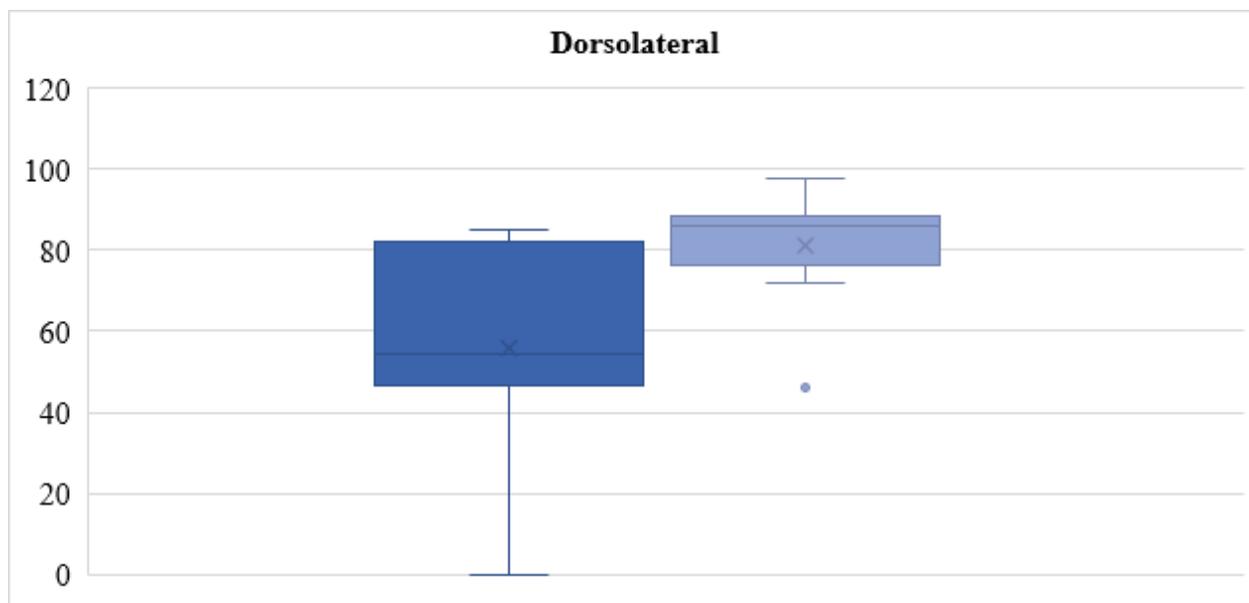
Tabla 4

Resultados estadísticos descriptivos – Batería Banfe 2 - Área Dorsolateral

<i>Reporte de resultados - Área dorsolateral</i>		
	Pretest	Postest
Media	62	81
Mediana	55	86
Límite inferior	0	72
Límite superior	85	98

Figura 4

Resultados estadísticos descriptivos – Batería Banfe 2 – Área Dorsolateral



En la aplicación de la batería Banfe 2, en el área Dorsolateral, se observa que el resultado del postest es superior en comparación del resultado del pretest, es decir que después de aplicado el programa se obtuvo como resultado una estimulación en los procesos como memoria de trabajo y ordenamiento de secuencia.

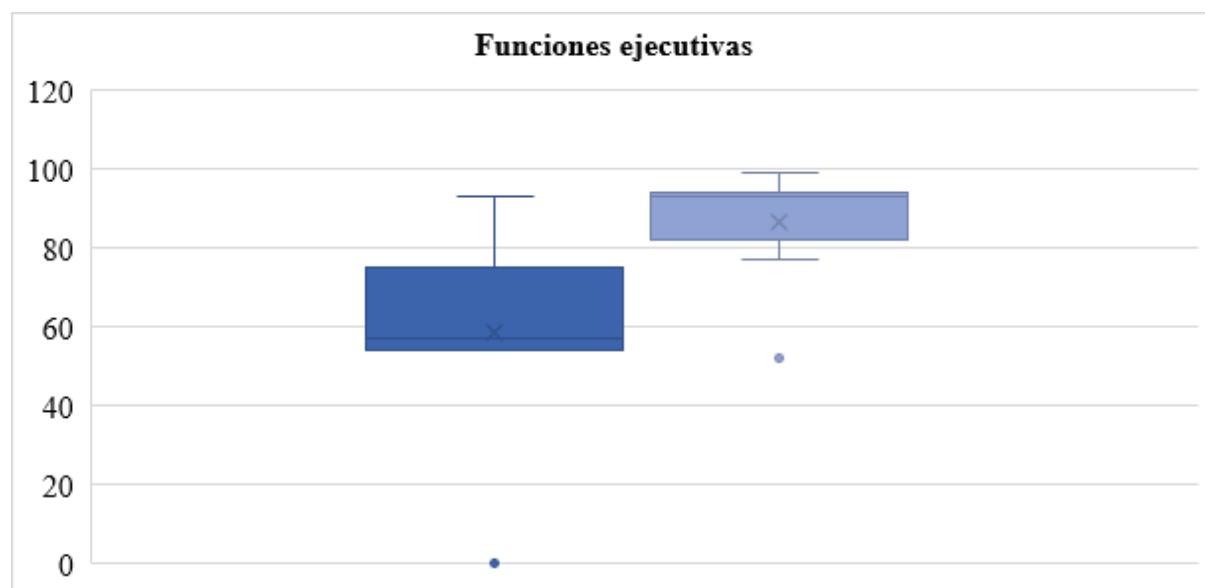
Tabla 5

Resultados estadísticos descriptivos – Batería Banfe 2 – Área de funciones ejecutivas

<i>Reporte de resultados - Área de funciones ejecutivas</i>		
	Pretest	Postest
Media	65	87
Mediana	58	93
Límite inferior	54	77
Límite superior	93	99

Figura 5

Resultados estadísticos descriptivos – Batería Banfe 2 – Área de funciones ejecutivas



En la aplicación de la batería Banfe 2, en el área de funciones ejecutivas, en el que se incluyen procesos como planeación, flexibilidad mental, y fluidez verbal, se puede apreciar que el resultado del posttest es superior en comparación del resultado del pretest, es decir al aplicar el programa se logró obtener una estimulación en dichos procesos.

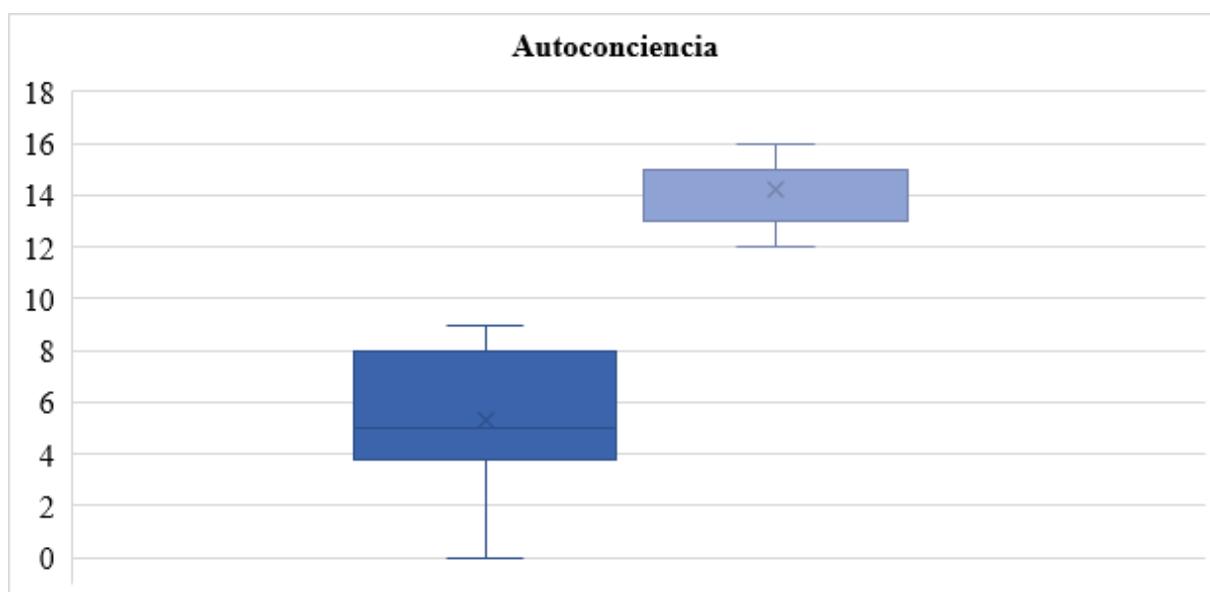
Tabla 6

Resultados estadísticos descriptivos – Test de inteligencia emocional – Autoconciencia

<i>Reporte de resultados - Autoconciencia</i>		
	Pretest	Postest
Media	6	14
Mediana	5	15
Límite inferior	0	12
Límite superior	9	16

Figura 6

Resultados estadísticos descriptivos – Test de inteligencia emocional – Autoconciencia



En la aplicación del test de inteligencia emocional, en el componente de autoconciencia, se pudo observar que el resultado del posttest es superior en comparación del resultado del pretest, es decir al aplicar el programa se logró que los estudiantes adquirieran la habilidad de ser conscientes de reconocer sus propias emociones, habilidad que se encontraba con un déficit antes de la realización del programa.

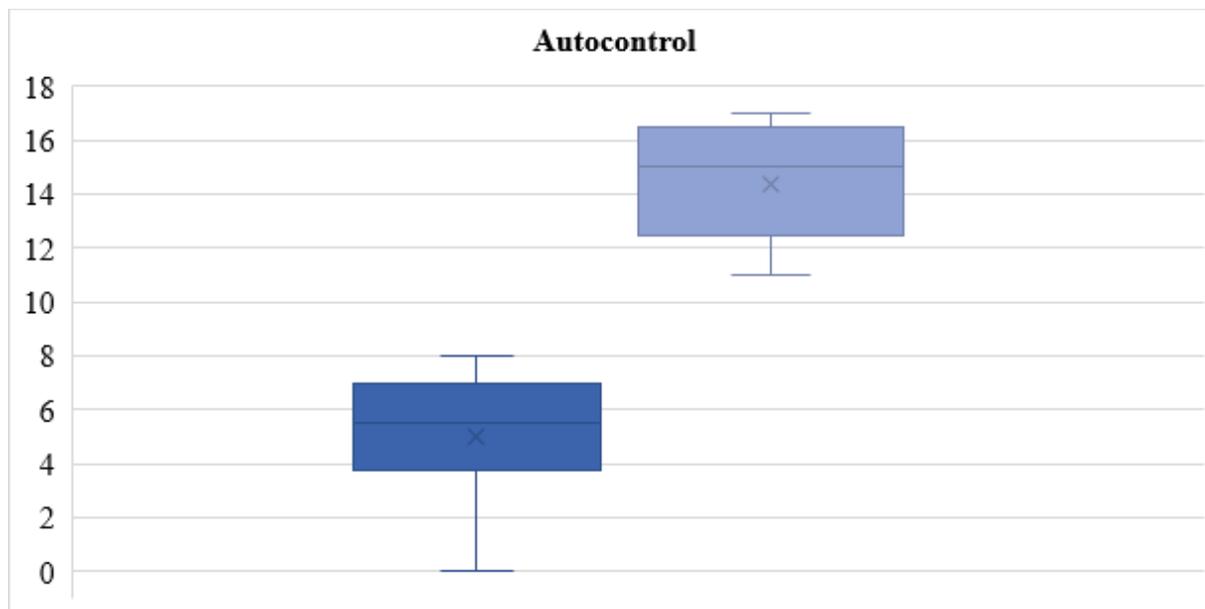
Tabla 7

Resultados estadísticos descriptivos – Test de inteligencia emocional – Autocontrol

<i>Reporte de resultados - Autocontrol</i>		
	Pretest	Posttest
Media	6	14
Mediana	6	15
Límite inferior	0	11
Límite superior	8	17

Figura 7

Resultados estadísticos descriptivos – Test de inteligencia emocional – Autocontrol



El autocontrol es la capacidad para controlar las emociones, el cual, en la aplicación del test de inteligencia emocional, se observó que después de la aplicación del programa se adquirieron habilidades para fortalecer esta competencia, indicando una puntuación superior en el posttest en comparación a la del pretest.

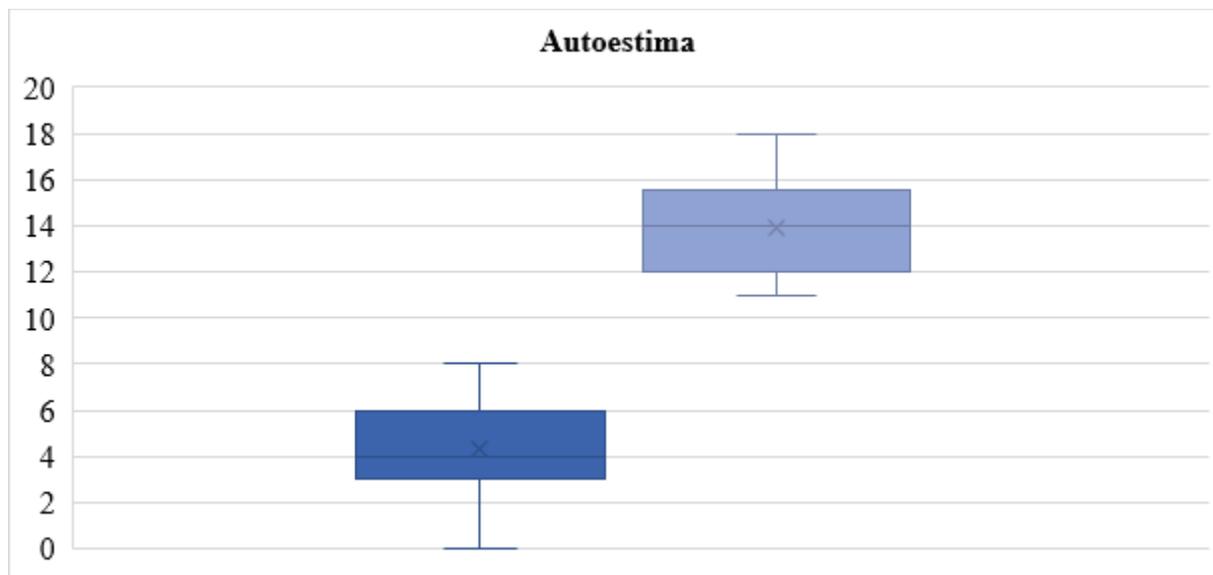
Tabla 8

Resultados estadísticos descriptivos – Test de inteligencia emocional – Autoestima

<i>Reporte de resultados - Autoestima</i>		
	Pretest	Posttest
Media	5	14
Mediana	4	14
Límite inferior	0	11
Límite superior	8	18

Figura 8

Resultados estadísticos descriptivos – Test de inteligencia emocional – Autoestima



En la aplicación del test de inteligencia emocional, en la competencia de autoestima, se pudo observar que el resultado del posttest es superior en comparación del resultado del pretest, lo que evidencia que gracias al programa los estudiantes lograron adquirir la habilidad de conocer la estima, es decir, querer a sí mismo y ser capaz de motivarse para alcanzar los objetivos y metas de la vida.

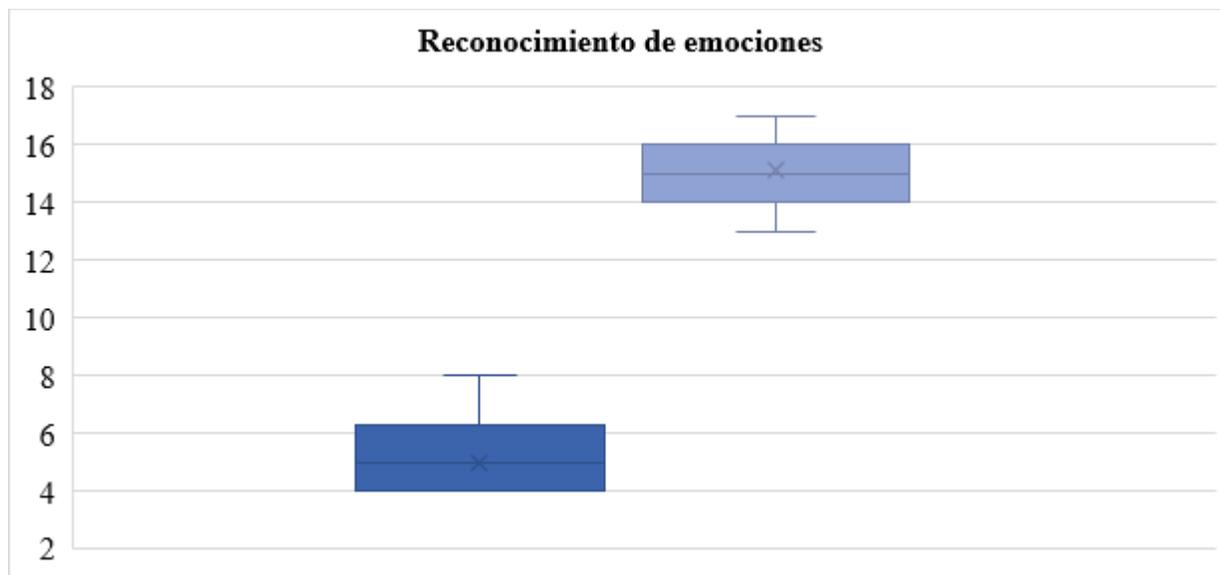
Tabla 9

Resultados estadísticos – Test de inteligencia emocional – Reconocimiento de emociones

<i>Reporte de resultados - Reconocimiento de emociones</i>		
	Pretest	Posttest
Media	6	15
Mediana	5	15
Límite inferior	4	13
Límite superior	8	17

Figura 9

Resultados estadísticos – Test de inteligencia emocional – Reconocimiento de emociones



El reconocimiento de emociones es la capacidad que poseen las personas para reconocer los sentimientos y emociones de otras personas. En la aplicación del test de inteligencia emocional se observó que en los resultados del postest se obtuvo una puntuación superior a la del pretest, lo que indica que los estudiantes mediante la aplicación del programa adquirieron la habilidad de empatía y reconocimiento de las emociones de los demás.

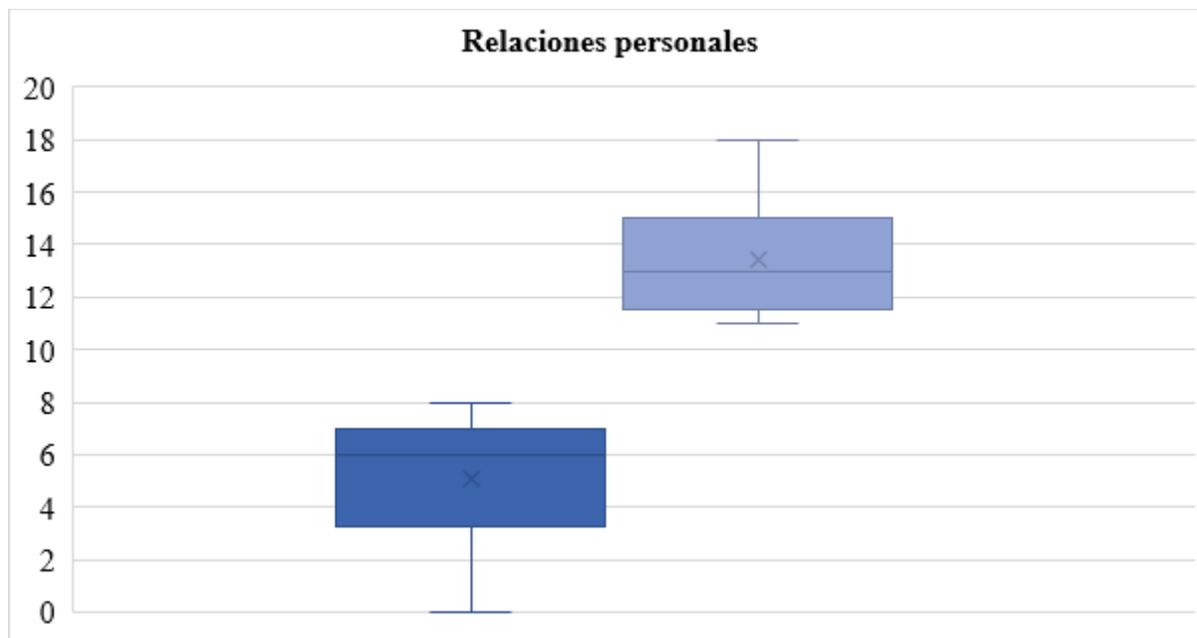
Tabla 10

Resultados estadísticos descriptivos – Test de inteligencia emocional – Relaciones personales

<i>Reporte de resultados - Relaciones personales</i>		
	Pretest	Postest
Media	6	13
Mediana	6	13
Límite inferior	0	11
Límite superior	8	18

Figura 10

Resultados estadísticos descriptivos – Test de inteligencia emocional – Relaciones personales



En la aplicación del test de inteligencia emocional, en la puntuación de la competencia de relaciones personales, se puede apreciar que los resultados del postest son superiores a los del pretest, lo que indica que los estudiantes adquirieron la capacidad para mantener relaciones equilibradas y sanas, en contextos personales y sociales, lo cual se encontraba en deficiencia antes de la aplicación del programa.

Análisis De Significancia

Tabla 11

Resultados estadísticos – Significancia Pretest y Postest – Batería Banfe 2

<i>Resultados de análisis de significancia - Test de inteligencia emocional</i>					
	Pretest		Postest		Probabilidad T=t
	Media	Desviación	Media	Desviación	
Orbitomedial	81,22	23,05	108,33	10,19	0,003097
Prefrontal anterior	85,22	14,07	100,56	19,67	0,084583
Dorsolateral	61,89	16,25	81,33	14,93	0,092583
Funciones ejecutivas	65,33	14,04	86,56	14,35	0,045625

Total	293,67	67,41	376,78	59,14
--------------	--------	-------	--------	-------

Teniendo en cuenta los resultados de la aplicación del pretest y el postest de la batería de funciones ejecutivas Banfe 2 Test, se realizó un análisis estadístico de comparación de medias usando la prueba T, en la cual se evidenció que las áreas orbitomedial y de funciones ejecutivas puntuaron por debajo de 0.05, lo que significa que hubo una diferencia estadísticamente significativa y se logró que los estudiantes estimularan y aumentaran su rendimiento en cuanto a Inhibición, planeación, resolución de problemas, flexibilidad mental, y fluidez verbal.

Sin embargo, se evidenció que las áreas prefrontal anterior y dorsolateral, aunque tuvieron un aumento en los resultados en comparación del pretest y el postest, después de realizar el análisis de medial, se obtuvo una puntuación superior a 0.05, lo que significa que este aumento no fue estadísticamente significativo, no obstante, algunos de los estudiantes si adquirieron estimulación en funciones como memoria de trabajo, organización, ordenamiento de secuencias y metamemoria.

Tabla 12

Resultados estadísticos – Significancia Pretest y Postest - Test de inteligencia emocional

<i>Resultados de análisis de significancia - Test de inteligencia emocional</i>						
	Pretest		Postest		Probabilidad T=t	
	Media	Desviación	Media	Desviación		
Autoconsciencia	5,89	2,03	14,22	1,30	0,000008	
Autocontrol	5,56	1,67	14,33	2,18	0,000006	
Autoestima	4,78	1,64	13,89	2,32	0,000006	
Reconocimiento de emociones	5,56	1,33	15,11	1,27	0,000001	
Relaciones personales	5,67	2,12	13,44	2,30	0,000030	

Total	27,44	4,13	71,00	3,87
--------------	-------	------	-------	------

Teniendo en cuenta los resultados de la aplicación del pretest y el postest del Test de inteligencia emocional, se realizó un análisis estadístico de comparación de medias usando la prueba T, en la cual se evidenció que todos los componentes (Autoconsciencia, autocontrol, autoestima, reconocimiento de emociones, relaciones personales) puntuaron por debajo de 0.05, lo que significa que hubo una diferencia estadísticamente significativa y se logró que los estudiantes potencializaran estos componentes y adquirieran habilidades emocionales las cuales se encontraban con deficiencia.

Discusión

Teniendo en cuenta que las funciones ejecutivas, permiten el control consciente del pensamiento, desarrollo efectivo de tareas de alta complejidad, logro de metas a corto y largo plazo, y facilitan la adaptación a nuevas situaciones y sus diferentes contextos, por lo que se es imprescindible realizar programas de estimulación para potencializar dichas funciones en los estudiantes, y lograr un adecuado desarrollo a nivel intelectual. Por lo tanto, se realiza el presente programa de estimulación en donde sus resultados fueron obtenidos, por cada área de las funciones ejecutivas.

En el pretest y postest de la batería de funciones ejecutivas BANFE 2 se evidenció que las áreas orbitomedial y de funciones ejecutivas lograron obtener una diferencia estadísticamente significativa ya que los estudiantes aumentaron su rendimiento en cuanto a la toma de decisiones, la inhibición y planeación de objetivos tomando en cuenta el entorno y anticipando posibles resultados, flexibilidad mental, la cual les permite adaptarse a los cambios, ajustarse a

algo no planeado, de esta manera los estudiantes lograran desarrollar aún más adaptación en el entorno.

Sin embargo, se evidenció que las áreas prefrontales anterior y dorsolateral, aunque tuvieron un aumento, no fue estadísticamente significativo, ya que en su mayoría los estudiantes en el pretest obtuvieron como resultado, una alteración severa en estas dos regiones cerebrales, lo que quiere decir que, no hubo una potencialización suficiente en memoria y organización, por lo tanto se requiere de una mayor estimulación para que desarrollen su capacidad de, identificar ideas o conceptos generales durante el proceso de aprendizaje, resolución de problemas, la cual involucra la capacidad para identificar una meta, secuenciar y organizar los pasos necesarios para alcanzarla.

Por otra parte, Las habilidades emocionales al igual que las funciones ejecutivas son realmente imprescindibles para el ser humano ya que, nos permite tomar conciencia de nuestras emociones, comprender los sentimientos de los demás, tolerar las presiones y frustraciones que soportamos en el trabajo, acentuar nuestra capacidad de trabajar en equipo y adoptar una actitud empática y social, que nos brindará mayores posibilidades de desarrollo personal.

Por lo tanto, Teniendo en cuenta los resultados de la aplicación del pretest y el posttest del Test de inteligencia Emocional de Goleman, en la cual se evidenció que todos los componentes (Autoconsciencia, autocontrol, autoestima, reconocimiento de emociones, relaciones personales) obtuvieron un puntaje estadísticamente significativo.

En vista de ello, se efectúa la revisión de 35 artículos de investigación, los cuales permitieron identificar la existencia programas relacionados en contextos educativos, con el objetivo de mejorar el desempeño de las funciones ejecutivas. La metodología utilizada en estos programas fue de modelo experimental y cuasi experimental, con diseños aleatorios, modelos

mixtos y estudios de caso, en todos se realizó medición pretest y posttest con instrumentos neuropsicológicos estandarizados, los cuales se tiene en cuenta que se realizaron con un procedimiento en común al presente programa de estimulación de los cuales se puede evidenciar que:

Las funciones ejecutivas a lo largo del tiempo han tenido una amplia gama de estudios, de los cuales se en su mayoría se han ido implementando en las diferentes áreas a nivel de la neuropsicología clínica, sin embargo, se han estado extendiendo a múltiples contextos diferentes del campo clínico.

Por ejemplo: En Colombia, como resultado de un programa de estimulación se describe que las personas en situaciones de vulnerabilidad tienen una productividad ejecutiva baja, una capacidad de resolución de problemas sin desarrollar y un rendimiento académico por debajo de los niveles esperados. Luego de la aplicación del programa se evidencia la importancia de la estimulación de las FE, ya que se nota el aumento de las habilidades potencializadas (Forbes, 2021).

El rendimiento académico y el control emocional son dos componentes de gran importancia, tanto en niños y adolescentes en su etapa primaria-bachiller y estudiantes en su etapa universitaria, de las cuales, se genera un factor común y es la preocupación del bajo desarrollo de sus FE y habilidades emocionales. Lo manifiesta Ríos Cruz, Sonia Gisela (2020) en su aplicación de otro programa de investigación, el cual fue favorable ya que se logró el aumento en FE e incluso modificaron algunos comportamientos impulsivos en su refuerzo de HE, lo cual se ve reflejado en las medias obtenidas, siendo una diferencia significativa según los estadísticos aplicados.

Adicionalmente se encontró que en la aplicación de una estrategia de estimulación en el proceso madurativo de la planificación y demás componentes de las FE fue beneficioso al comparar, en el análisis de desempeño entre el pretest y el posttest; se encontraron diferencias significativas en los indicadores de las pruebas pirámide de México y laberintos, lo cual permite deducir que el programa fue beneficioso en estos niños, sobre todo al realizar la comparación con su propio proceso (Matute et al., 2008; Bull et al., 2004).

En síntesis, dentro de la revisión, se puede evidenciar la eficacia que produce la aplicación de programas de estimulación, ya que, en las distintas investigaciones y artículos científicos, se han aportado resultados positivos en el aumento de las FE y HE en los niños, niñas y adolescentes, los cuales se encuentran en proceso de maduración cognitiva y gracias a su plasticidad cerebral, las actividades de estimulación resultan ser beneficiosas no solo para el contexto escolar sino, para una mejor calidad de vida.

Finalmente, se puede concluir que el programa cumple con su objetivo general y específicos, demostrando un mejor rendimiento de las funciones ejecutivas en los estudiantes de la institución educativa Caracolí. Generando así mismo una concientización de que cada uno de los estudiantes son capaces de desarrollar habilidades necesarias para el establecimiento de metas, para su buen desarrollo en su proyecto de vida; una adecuada toma de decisiones, ante cualquier evento de alta complejidad o calamidad presente; una adecuada organización para anticipar consecuencias y generar alternativas de solución ante las adversidades.

Así mismo desarrollar la capacidad de poseer, autoconocimiento para reconocer los puntos fuertes y débiles que todos los seres humanos poseen y además aumentar el autocontrol para controlar los impulsos y saber controlar las emociones de manera adecuada y

automotivación, a fin de tomar decisiones por sí mismo sin la necesidad de ser impulsado por otros.

Conclusión

Las funciones ejecutivas y las habilidades emocionales son habilidades que favorecen el aprendizaje constante en el transcurso de la vida, no solo a nivel académico si no también en cualquier contexto en el que se desarrolle la persona, ya sea personal, social o familiar, por lo que es importante su estimulación.

Teniendo en cuenta los datos expuestos de la investigación se pudo concluir que el programa de estimulación de funciones ejecutivas y habilidades emocionales resultó efectivo, ya que se obtuvieron puntuaciones estadísticamente significativas entre los resultados de pretest y el postest, lo que indica que los estudiantes lograron obtener una potencialización en las áreas correspondientes a las funciones ejecutivas (Dorsolateral, Orbitomedial, Prefrontal anterior, Funciones ejecutivas) y adquisición y estrategias y mantenimiento de habilidades emocionales (Autoestima, Autoconciencia, Autocontrol, Relaciones personales y Reconocimiento de emociones).

Sin embargo, en las regiones prefrontal anterior y dorsolateral, aunque se evidenció un aumento, no fue estadísticamente significativo, por lo que se requiere modificación en las actividades correspondientes a flexibilidad mental, organización, meta memoria, memoria de trabajo y ordenamiento de secuencia, en caso de ser nuevamente aplicado el programa de estimulación en otra población.

Concluyendo, se evidencia la relevancia que aportan los diferentes estudios asociados a la estimulación de FE y HE, ya que aportan de manera significativa en el desarrollo y evolución del rendimiento en los estudiantes de las diferentes instituciones educativas, debido a la plasticidad

cerebral que los jóvenes presentan por su edad, la cual es un factor beneficioso para lograr una mayor potencialización en las áreas implicadas.

Recomendaciones

Complementar las actividades de relacionadas a la estimulación de áreas prefrontal anterior y dorsolateral al momento de realizar nuevamente la aplicación del programa, con el fin de obtener una diferencia estadísticamente significativa entre los resultados de esta.

Prever el factor deserción escolar, para lo cual se sugiere tener en cuenta un mayor número de participantes, así obtener mayor veracidad en los resultados a la hora de determinar la efectividad del programa de estimulación.

Para finalizar, se propone la implementación de diferentes tipos de estrategias de estimulación en otras instituciones educativas para la potencializar las funciones mentales superiores como lo son las FE y las HE, con el fin de que todos los estudiantes puedan acceder a programas que ayuden a mejorar su nivel cognitivo y así puedan desarrollar habilidades que contribuyan con su rendimiento académico y su superación personal.

Referencias

- Andres, M. L., Castañeiras, C., Stelzer, F., Canet, L., & Introzzi, I. (2016). Executive functions and Cognitive Reappraisal ability: the relationship in children. *Psicología Desde El Caribe*, 33(2), 55–82. <https://doi.org/10.14482/psdc.33.2.7278>
- Arán-Filipetti, V. y Mías, C. (2009) Neuropsicología del Trastorno por Déficit de Atención/Hiperactividad: subtipos predominio Déficit de Atención y predominio Hiperactivo-Impulsivo. *Revista Argentina de Neuropsicología*, 13, 14-28
- Barceló, Ernesto; Lewis, Soraya y Moreno, Maylín (2006): «Funciones ejecutivas en estudiantes universitarios que presentan bajo y alto rendimiento académico», *Psicología desde el Caribe*, 18, Colombia, pp. 109-038. [[Links](#)]
- Besserra-L., Diogo, L., Nancy, & Ramos, G., Carlos. (2018). Las Funciones Ejecutivas Del Lóbulo Frontal Y Su Asociación Con El Desempeño Académico De Estudiantes De Nivel Superior. *Revista Ecuatoriana de Neurología*, 27(3), 51-56. Recuperado en 17 de noviembre de 2023, de http://scielo.senescyt.gob.ec/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2631-25812018000300051&lng=es&tlng=es.
- Bolaños, E. A. (2020). Educación socioemocional. *Asociación Latinoamericana De Sociología Mexico*, 11, núm. 20, pp. 388–408, 2020.
<https://www.redalyc.org/journal/5886/588663787023/html/>
- Campos, A. (2010). Neuroeducación: uniendo las neurociencias y la educación en la búsqueda del desarrollo humano. *La Educación. Revista Digital*, 143, 1-14.
- Carlson S. (2005). Developmentally sensitive measures of executive function in preschool children. *Developmental neuropsychology*, 28(2), 595–616.
https://doi.org/10.1207/s15326942dn2802_3
- Cañas J, Quesada JF, Antolí A, Fajardo I. Cognitive flexibility and adaptability to environmental changes in dynamic complex problem-solving tasks. *Ergonomics*. 2003 Apr 15;46(5):482-501. doi: 10.1080/0014013031000061640. PMID: 12745698.
- Damasio, A. En busca de Spinoza. *Neurobiología de la emoción y los sentimientos*. Trad. Joandomènec Ros. Barcelona: Crítica, 2005.
- Ferraro, Feliciano; Holfeld, Brett; Halvorson, N.; Frye, N. y Frankl, S. (2015): «Texting/iPod Dependence, Executive Function and Sleep quality in college students», *Computers in Human Behaviour*, 49, Oxford, pp. 44-49. [[Links](#)]
- Fernandez, R., & Florez, J. (2016). Funciones ejecutivas: bases fundamentales. *DownCiclopedia*.

- Forbes (2021). La pobreza en Colombia llegó al 42.5% de la población: Dane.
<https://bit.ly/3xUItQC>.
- Gardner, H. (2006). *Multiple intelligences: New horizons*. Nueva York: Basic Books.
- García, M., & Giménez-Mas, S. I. (n.d.). La Inteligencia Emocional Y Sus Principales Modelos: Propuesta De Un Modelo Integrador Emotional Intelligence And Its Main Models: Proposal For An Integrated Model. <Http://Www.Cepcuevasolula.Es/Espiral>.
- García Fernández, M. (2017). La influencia de la inteligencia emocional en la evaluación del alumnado. *Publicaciones Didácticas*.
- Gilbert, S.J., y Burgess, P.W. (2008). Executive function. *Current Biology*, 18, R110-114
- Goleman. D. (2012). *La Inteligencia Emocional*. <http://LeLibros.org/>.
- Gómez, M^a J. (2000). Educació emocional i llenguatge en el marc de l'escola. Barcelona: Rosa Sensat
- Gonzalez, P. (2020). *El Aula Basada En La Promoción De Las Funciones Ejecutivas A Través Del Trabajo Colaborativo En Estudiantes De Noveno Grado De La Institución Educativa Santander En Bucaramanga*.
<https://repository.ucc.edu.co/server/api/core/bitstreams/8efbbf69-5540-4a52-b796-10c964e76a5b/content>
- Ison, M. y Korzeniowski (2016). El impacto de la atención y percepción visual en el desempeño lector en la mediana infancia. *PSYKHE*, 25(1), 1-13 doi:10.7764/psykhe.25.1.761
- Korzeniowski, C. (2018). *Las Funciones Ejecutivas En El Estudiante: Su Comprensión E Implementación Desde El Salón de Clases*.
- Luria (1974), *El cerebro en acción*, edición de 1984, Editorial Martínez Roca, Barcelona.
- María, I., Arroyo, J., Korzeniowski, C. G., & Espósito, A. (2014). "Planning and organization skills, and their relationship with the ability of solving mathematical problems in argentinean schoolchildren." *Asunción (Paraguay)*, 11(1), 52–64.
- Mayer, J. D., Caruso, D. & Salovey, P. (1999). "Emotional intelligence meets traditional standards for an intelligence". *Intelligence*, 27, 267-298.
- Matute, E., Chamorroa, Y., Inozemtsevaa, O., Barrios, O., Rosselli, M., & Ardila, A. (2008). Efecto de la edad en una tarea de planificación y organización ("pirámide de México") en escolares. *Revista de Neurología*, 47(2), 61-70. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=2676997>
- Morton, J. (2013). *Funciones Ejecutivas Actualización Enero 2013 Editor del Tema*.
<https://www.encyclopedia-infantes.com/pdf/complet/funciones-ejecutivas>.

- Rodríguez, Nestor Eduardo (2016): «Funciones ejecutivas en estudiantes con alto y bajo nivel de rendimiento académico», tesis de maestría en Neuropsicología y Educación, Universidad Internacional de La Rioja, Colombia. [[Links](#)]
- Ríos Cruz, Sonia Gisela (2020) Programa de estimulación de las funciones ejecutivas dirigido a niños en edad escolar (PEFE) / Sonia Gisela Ríos Cruz, Holman Diego Bolívar Barón, Karol Andrea García Linares, Teresa Olivares Pérez, Sergio Hernández Expósito, Moisés Betancourt Montesinos. – Bogotá: Universidad Católica de Colombia, 2020
- Salovey, P. & Caruso, D. (2000). “Models of emotional intelligence”. En R. J. Sternberg (Ed.), *Handbook of Intelligence* (2nd ed) (pp. 396-420). New York: Cambridge.
- Sastre-Riba, Sylvia. (2006). Condiciones tempranas del desarrollo y el aprendizaje: el papel de las funciones ejecutivas. *Revista de Neurología*. 42. S143. 10.33588/rn.42S02.2005782.
- Sholberg, M., & Mateer, C. (1989). Remediation of executive functions impairments. En M. Scholberg & C. Mateer (Eds.), *Introduction to cognitive rehabilitation*. New York: The Guilford Press.
- Stuss, D. & Benson, D. F. (1990). The frontal lobes and language. En E. Goldberg (Ed.), *Contemporary neuropsychology and the legacy of Luria* (pp. 29-50). Hillsdale, NJ : Erlbaum.
- Scherer, K.R. (2001). Appraisal considered as a process of multilevel sequential checking. En K.R. Scherer, A. Schorr y T. Johnstone (Eds.), *Appraisal processes in emotion: Theory, methods, research*. (pp. 92-120). New York: Oxford University Press.
- Tamayo L., D. A., Merchán M., V., Hernández C., J. A., Ramírez B., S.M., & Gallo R., N.E. (2018). Nivel de desarrollo de las funciones ejecutivas en estudiantes adolescentes de los colegios públicos de Envigado-Colombia. *Rev.CES Psico*, 11(2), 21-36.
- Tamayo L, D. A., Hernández C, J. A., Carrillo, S.-M., & Hernández L (2020). Funciones ejecutivas tardías en estudiantes de undécimo grado de colegios oficiales de Cúcuta y Envigado, Colombia. *AVFT – Archivos Venezolanos De Farmacología Y Terapéutica*, 39(1). Retrieved from http://saber.ucv.ve/ojs/index.php/rev_aavft/article/view/18705
- Vergara, M., & Marta I. (2011): «Funciones ejecutivas y desempeño académico en estudiantes de primer año de Psicología de la Corporación Universitaria Minuto de Dios, en Bello Antioquia», tesis de maestría en Neuropsicología, Universidad de San Buena Ventura, Medellín, Colombia. [[Links](#)]
- Verdejo, A., & Bechara, A. (2010). Neuropsicología de las funciones ejecutivas. *Psicothema*, 22, 227–235. www.psycothema.com
- Willoughby, M.L., Blair C., Wirth, R., Greenberg, M., & The Family Life Project Investigators. (2012). The Measurement of Executive Function at Age 5: Psychometric Properties and

Relationship to Academic Achievement. *Psychological Assessment*, 24(1), 226–239. doi: 10.1037/a0025361

Zelazo, PD, Carter, A., Reznick, JS y Frye, D. (1997). Desarrollo temprano de la función ejecutiva: un marco de resolución de problemas. *Revista de Psicología General*, 1 (2), 198–226. <https://doi.org/10.1037/1089-2680.1.2.198>

Anexos

Batería de funciones ejecutivas – Banfe 2



Test de inteligencia emocional – Goleman

TEST DE HABILIDADES DE INTELIGENCIA EMOCIONAL

Las preguntas que encontraras en este TEST se refieren a la manera de actuar que tienes habitualmente con las personas con las que te sueles relacionar. No existen respuestas buenas ni malas, sino respuestas sinceras que deben reflejar tu estilo, tu modo habitual de pensar, hacer y sentir.

La manera de responder es la siguiente. De acuerdo con que cada comportamiento (pregunta) te ocurra o lo hagas NUNCA, ALGUNAS VECES o SIEMPRE, colocas una equis en la casilla correspondiente.

PREGUNTAS	NUNCA	ALGUNAS VECES	SIEMPRE
1. Me conozco a mí mismo, sé lo que pienso, lo que siento y lo que hago.			
2. Soy capaz de automotivarme para aprender, estudiar, aprobar, conseguir algo.			
3. Cuando las cosas me van mal mi estado de ánimo aguanta bien hasta que las cosas vayan mejor.			
4. Llego a acuerdos razonables con otras personas cuando tenemos posturas enfrentadas.			
5. Sé qué cosas me ponen alegre y qué cosas me ponen triste.			
6. Sé lo que es más importante en cada momento.			
7. Cuando hago las cosas bien me felicito a mí mismo.			
8. Cuando los demás me provocan intencionadamente soy capaz de no responder.			
9. Mi foco en el lado positivo de las cosas, soy optimista.			
10. Controlo mis pensamientos, pienso lo que de verdad me interesa.			
11. Hablo conmigo mismo, en voz baja claro.			
12. Cuando me piden que diga o haga algo que me parece inaceptable me niego a hacerlo.			
13. Cuando alguien me critica injustamente me defiendo adecuadamente con el diálogo.			
14. Cuando me critican por algo que es justo lo acepto porque tienen razón.			
15. Soy capaz de quitarme de la mente las preocupaciones que me obsesiona.			
16. Me doy cuenta de lo que dicen, piensan y sienten las personas más cercanas a mí (amigos, compañeros, familiares...)			
17. Valoro las cosas buenas que hago.			
18. Soy capaz de divertirme y pasármelo bien allí donde esté.			
19. Hay cosas que no me gusta hacer, pero sé que hay que hacerlas y las hago.			

20. Soy capaz de sonreír.			
21. Tengo confianza en mí mismo, en lo que soy capaz de hacer, pensar y sentir.			
22. Soy una persona activa, me gusta hacer cosas.			
23. Comprendo los sentimientos de los demás.			
24. Mantengo conversaciones con la gente.			
25. Tengo buen sentido del humor.			
26. Aprendo de los errores que cometo.			
27. En momentos de tensión y ansiedad soy capaz de relajarme y tranquilizarme para no "perder los nervios"			
28. Soy una persona realista, con los "pies en el suelo"			
29. Cuando alguien se muestra muy nervioso la o exaltado/a le calmo y la tranquilizo.			
30. Tengo las ideas muy claras sobre lo que quiero.			
31. Controlo bien mis miedos y temores.			
32. Si he de estar solo estoy, y no me agobio por eso.			
33. Formo parte algún grupo o equipo de deporte o de ocio para compartir intereses o aficiones.			
34. Sé cuáles son mis defectos y cómo cambiarlos.			
35. Soy creativo, tengo ideas originales y las desarrollo.			
36. Sé qué pensamientos son capaces de hacerme sentir feliz, triste, enfadado/a, altruista, angustiado/a.			
37. Soy capaz de aguantar bien la frustración cuando no consigo lo que me propongo.			
38. Me comunico bien con la gente con la que me relaciono.			
39. Soy capaz de comprender el punto vista de los demás.			
40. Identifico las emociones que expresa la gente de mi alrededor.			

Apéndice

Consentimiento informado



Universidad Antonio Nariño
Facultad de Psicología
Consentimiento Informado Para Proyecto De Investigación

Yo _____, portador de la c.c. No. _____ actuando en representación de _____ portador del documento de identidad No. _____ menor de edad, en pleno uso de mis facultades mentales, legales, cognoscitivas y volitivas, de manera consciente y sin ninguna clase de presiones, autorizo a las psicólogas en formación Lizbeth Giannella de Jesús Galvez Andrade, código 20251918179 y Britney Julyet Quiroga Sabogal, código 20251918376, de noveno semestre de la Facultad de Psicología de la Universidad Antonio Nariño, para utilizar la información suministrada conforme a la ley y llevar a cabo el programa “estimulación de funciones ejecutivas y habilidades emocionales en estudiantes de grado 11 de la institución educativa Caracolí”.

Manifiesto además que he recibido toda la información necesaria, amplia y suficiente, y se me ha explicado en detalle, dándome la oportunidad de preguntar y resolviendo las dudas que surgieron.

1. Intervenir los procesos cognitivos que se encuentran implicados en las funciones ejecutivas y las habilidades emocionales mediante un programa. Desarrollando procesos de evaluación e intervención, establecidos por estudiantes de pregrado en psicología.
2. El programa implica el desarrollo de actividades de estimulación cognitiva, las cuales se realizarán con un tiempo determinando, haciendo uso de diferentes actividades.
3. Los beneficios del presente estudio de investigación son el colocar en evidencia un tema al que poca atención y cuidado se le brinda, logrando de esta manera el poder generar estrategias que le ayuden a usted a mejorar su calidad de vida.
4. Con este proceso me será posible desempeñarme con mayor habilidad actividades como memorizar, realizar procesos de atención, velocidad en procesamiento de información, desempeñar de manera efectiva el uso de las emociones.

www.uan.edu.co / Calle 58a # 37 - 94 Bogotá - Colombia



5. Esta investigación se asocia a un riesgo mínimo, en donde se emplea el registro de datos personales, sociales, demográficas y el diagnóstico por medio de la aplicación de las pruebas neuropsicológicas.
6. En caso de presentar dudas o preguntas respecto al programa, el procedimiento, riesgo, beneficio y otros asuntos, me serán aclarados en de manera oportuna.
7. La participación en este estudio es estrictamente voluntaria y de querer retirar mi participación, no me verá afectado en ninguna circunstancia. A su vez, la información es estrictamente confidencial y de esta no se hará uso para ningún otro propósito, fuera de la investigación.
8. Toda la información que se obtenga de este estudio de investigación se utilizará únicamente con un propósito académico. Los investigadores de este estudio son los únicos autorizados para acceder a los datos que usted suministre.
9. Todos los gastos o costos requeridos en el desarrollo de intervención serán cubiertos por los organizadores y la entidad prestadora del servicio.

Este consentimiento se forma en cumplimiento de lo establecido por la Resolución 8430 de 1993; la cual se establecen las normas científicas, técnicas y administrativas para la investigación en salud.

Firmado en San Luis, el día _____ del mes de _____ del año _____.

Firma: _____

c.c. No.



◆ *Estimulación de
funciones ejecutivas*

BRAINFAST

Lizabeth Giannella de Jesús Galvez Andrade

Britney Julyet Quiroga Sabogal



Manual

