



ESCUELA DE POSGRADO

TESIS

**PROGRAMA DE DESARROLLO INTELIGENCIA
EMOCIONAL PARA DISMINUIR LOS NIVELES DE
ANSIEDAD EN NIÑOS DE UNA INSTITUCIÓN
EDUCATIVA**

**PARA OPTAR EL GRADO ACADÉMICO
DE MAESTRA EN PSICOLOGÍA CLÍNICA**

Autora:

**Bach. Miranda Cortegana, Cindy Mirella
ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-8990-0416>**

Asesor:

**Dr. Callejas Torres, Juan Carlos
ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-8919-1322>**

Línea de Investigación:

**Calidad de vida, promoción de la salud del individuo y la
comunidad para el desarrollo de la sociedad**

Pimentel – Perú

2023



ESCUELA DE POSGRADO

MAESTRÍA EN PSICOLOGÍA CLÍNICA

**“PROGRAMA DE DESARROLLO DE INTELIGENCIA
EMOCIONAL PARA DISMINUIR LOS NIVELES DE ANSIEDAD EN
NIÑOS DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA”**

AUTORA

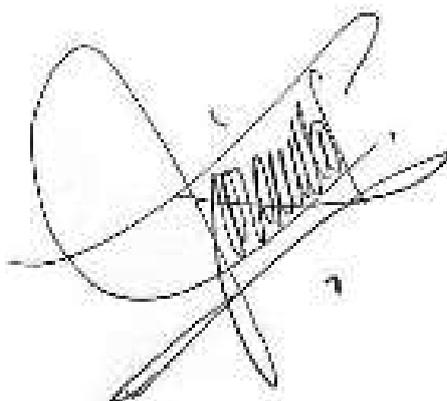
BACH. CINDY MIRELLA MIRANDA CORTEGANA

PIMENTEL – PERÚ

2023

**“PROGRAMA DE DESARROLLO DE INTELIGENCIA EMOCIONAL PARA
DISMINUIR LOS NIVELES DE ANSIEDAD EN NIÑOS DE UNA INSTITUCIÓN
EDUCATIVA”**

APROBACIÓN DE LA TESIS



Mg. JARAMILLO ARICA PEDRO SEGUNDO

Presidente del jurado de tesis



Mg. PEREZ MARTINTO PEDRO C.

Secretario del jurado de tesis



Dr. CALLEJAS TORRES JUAN C.

Vocal del jurado de tesis



Universidad
Señor de Sipán

DECLARACIÓN JURADA DE ORIGINALIDAD

Quien suscribe la **DECLARACIÓN JURADA**, soy **egresado (s)** del Programa de Estudios de **MAESTRÍA EN PSICOLOGÍA CLÍNICA** de la Universidad Señor de Sipán S.A.C, declaro bajo juramento que soy autor del trabajo titulado:

“PROGRAMA DE DESARROLLO DE INTELIGENCIA EMOCIONAL PARA DISMINUIR LOS NIVELES DE ANSIEDAD EN NIÑOS DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA”

El texto de mi trabajo de investigación responde y respeta lo indicado en el Código de Ética del Comité Institucional de Ética en Investigación de la Universidad Señor de Sipán (CIEI USS) conforme a los principios y lineamientos detallados en dicho documento, en relación a las citas y referencias bibliográficas, respetando al derecho de propiedad intelectual, por lo cual informo que la investigación cumple con ser inédito, original y autentico.

En virtud de lo antes mencionado, firman:

CINDY MIRELLA MIRANDA CORTEGANA	DNI: 75909012	
--	---------------	---

Pimentel, 30 de noviembre de 2023

ÍNDICE GENERAL

Índice de tablas	vii
Índice de figuras	ix
Dedicatoria	x
Agradecimiento	xi
RESUMEN	xii
ABSTRAC	xiii
I. INTRODUCCIÓN	14
1.1. Realidad problemática	14
1.2. Formulación del Problema.....	18
1.3. Justificación e importancia del estudio	18
1.4. Objetivos	20
1.4.1. Objetivos General.....	20
1.4.2. Objetivos Específicos.....	20
1.5. Hipótesis.....	20
II. MARCO TEÓRICO.....	21
2.1. Trabajos previos	21
2.2. Teorías relacionadas al tema	25
2.2.1. Caracterización teórica del proceso de inteligencia emocional y su dinámica: 25	
2.2.2. Factores que intervienen en la inteligencia emocional:	26
2.2.3. Ideales de la inteligencia emocional:	27
2.2.4. Modelos de inteligencia emocional:	28
2.2.4.1. Modelo de capacidades de Mayer y Salovey (1997, citado en Guil et al., 2018) 28	
2.2.4.2. Modelo de Izard (2002, citado en citado en Guil et al., 2018).	29
2.2.4.3. Modelo de inteligencia de Barón (1997):.....	30
2.2.4.4. Modelo de inteligencia emocional de Ruiz (2007):	31
2.2.5. Cualidades de una persona con adecuada inteligencia emocional:	32
2.2.6. Evolución de la inteligencia emocional durante la infancia:.....	32
2.2.7. Evolución histórica del desarrollo de inteligencia emocional y su dinámica: 33	
III. MÉTODO	40
3.1. Tipo y Diseño de Investigación:	40

3.1.1.	Tipo:	40
3.1.2.	Diseño	40
3.2.	Variables, Operacionalización (enfoque cuantitativo)	41
3.3.	Población, muestreo y muestra (enfoque cuantitativo)	41
3.4.	Técnicas e instrumentos de recolección de datos, validez y confiabilidad.....	42
3.5.	Procedimientos de análisis de datos	42
3.6.	Criterios éticos.....	43
3.7.	Criterios de Rigor científico.....	43
IV.	RESULTADOS:.....	44
4.1.	Resultados del pretest, sobre los niveles de ansiedad en niños de una institución educativa:	44
4.2.	Resultados sobre los niveles de ansiedad en niños de una institución educativa según la perspectiva del personal pedagógico (docente, psicóloga e interna de psicología).....	47
4.3.	Resumen de los hallazgos encontrados en el instrumento aplicado a docentes y personal de psicología, así como a los estudiantes sobre los niveles de ansiedad en niños de una institución educativa.	48
V.	DISCUSIÓN:.....	50
VI.	APORTE PRÁCTICO	52
6.1.	Fundamentación del aporte práctico:.....	53
6.2.	Construcción del aporte práctico:.....	54
VII.	VALORACIÓN Y CORROBORACIÓN DE LOS RESULTADOS.....	78
7.1.	Corroboración estadística de los resultados:	78
VIII.	CONCLUSIONES	83
IX.	RECOMENDACIONES	84
	REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS	85
	ANEXOS	93

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1: Fases de la evolución hitórica de la inteligencia emocional	36
Tabla 2: Tamaño de la muestra.....	41
Tabla 3: Rango de edad de los estudiantes	44
Tabla 4: Resultados generales de los niveles de ansiedad en los estudiantes – pre test	44
Tabla 5: Resultados generales de los niveles de ansiedad de los estudiantes de la dimensión motora – pre test	45
Tabla 6: Resultados generales de los niveles de ansiedad de los estudiantes de la dimensión cognitiva – pre test	45
Tabla 7: Resultados generales de los niveles de ansiedad de los estudiantes de la dimensión emocional – pre test.....	46
Tabla 8: Resultados generales de los niveles de ansiedad de los estudiantes de la dimensión fisiológica – pre test.....	46
Tabla 9: Distribución según el nivel de percepción de los niveles de ansiedad. Encuesta realizada a la docente y al personal de psicología de la I.E.....	47
Tabla 10: Distribución según el nivel de ansiedad por dimensión, encuesta aplicada a la docente y al área de psicología de la I.E.....	47
Tabla 11: Nivel de ansiedad por dimensiones. Aplicado a estudiantes y a la docente encargada y al personal del área de psicología de la I.E.	48
Tabla 12: Cuadro resumen del sistema de procedimiento.....	60
Tabla 13: Descripción detallada de la sesión 1.....	62
Tabla 14: Descripción detallada de la sesión 2.....	62
Tabla 15: Descripción detallada de la sesión 3.....	63
Tabla 16: Descripción detallada de la sesión 4.....	64
Tabla 17: Descripción detallada de la sesión 5.....	65
Tabla 18: Descripción detallada de la sesión 6.....	66
Tabla 19: Descripción detallada de la sesión 7.....	67
Tabla 20: Descripción detallada de la sesión 8.....	68
Tabla 21: Descripción detallada de la sesión 9.....	69
Tabla 22: Descripción detallada de la sesión 10.....	70
Tabla 23: Descripción detallada de la sesión 11.....	71
Tabla 24: Actividades realizadas del programa de desarrollo de inteligencia emocional...	73
Tabla 25: Valoración del programa de inteligencia emocional.....	74

Tabla 26: Presupuesto del programa de inteligencia emocional	75
Tabla 27: Comparación de los resultados obtenidos en las etapas de la aplicación del cuestionario, desarrollado por los estudiantes sobre los niveles de ansiedad.....	78
Tabla 28: Comparación de los resultados obtenidos en las etapas de la aplicación del cuestionario, desarrollado por personal del centro educativa (docente y personal del área de psicología) sobre los niveles de ansiedad	79
Tabla 29: Comparación de los resultados obtenidos en las etapas de la aplicación del cuestionario, desarrollado los estudiantes y el personal del centro educativa (docente y personal del área de psicología) sobre los niveles de ansiedad por dimensiones.....	79
Tabla 30: Prueba de normalidad de Shapiro – Wilk.....	81
Tabla 31: Prueba de muestras emparejadas	81

ÍNDICE DE FIGURAS

Figura 1.....	77
---------------	----

DEDICATORIA

Con una profunda gratitud y alegría, deseo dedicar este gran logro a aquellas personas que fueron y siguen siendo mis guías, fuente de inspiración y soporte a lo largo de todo este proceso. A mis seres queridos, amigos y educadores, cuya sabiduría y afecto han iluminado mi camino.

La autora

AGRADECIMIENTO

Deseo expresar mi agradecimiento a todas las personas que han sido elementos importantes en mi camino hacia la realización de mi tesis.

A mi asesor cuya experta orientación y constante respaldo han sido relevantes en cada fase del proceso. A mis docentes por compartir sus conocimientos y proporcionarme valiosa información. A mis amigos y familia por su inalcanzable ánimo, paciencia y apoyo emocional en toda esta etapa.

RESUMEN

El objetivo general de la investigación fue la aplicación de un programa de desarrollo de inteligencia emocional en niños para disminuir los niveles de ansiedad, este se llevó a cabo en un colegio en la ciudad de Cajamarca. Esta investigación es de enfoque mixto debido a que en un inicio se cuantificó los resultados para después cualificarlos y terminar realizando un análisis de estos; asimismo el diseño que presenta es de tipo pre experimental ya que la investigación contó con dos momentos; es decir; se realizó la aplicación de un pre y post test. La población se encuentra conformado por 30 niños y 3 personas del centro educativo (la docente encargada del salón y personal del área de psicología); las edades de los niños están dentro de los 9 y 10 años. Para la recolección de la información se aplicó la Lista de Chequeo, la cual fue validada por cuatro expertos, asimismo se obtuvo una confiabilidad de 0.882 lo cual indicó que era confiable para su aplicación. Para la corroboración de los resultados generados a partir del programa se aplicó la prueba de Shapiro Wilk, en donde se logró obtener que los puntajes del pre test y post test presentan una distribución normal debido a que tienen un nivel de significancia mayor a 0.05 y por tal motivo se utilizó la prueba T de muestras emparejadas; esta prueba indica que los puntajes de ambos test no son iguales; de la misma manera mediante el intervalo de confianza del 95% de las diferencias se logró concluir que el programa obtuvo los efectos esperados.

Palabras clave: Programa, inteligencia emocional, ansiedad, ansiedad infantil.

ABSTRACT

The overall objective of the research was to implement an emotional intelligence development program in children in order to reduce anxiety levels. This was carried out at a school in the city of Cajamarca. This research follows a mixed-methods approach because initially, the results were quantified, then qualified, and finally analyzed. Additionally, the design used was pre-experimental as the study had two time points; in other words, a pre-test and a post-test were conducted. The population consisted of 30 children and 3 individuals from the educational center (the classroom teacher and personnel from the psychology department). The children's ages ranged between 9 and 10 years old. Data collection involved the use of a Checklist, which was validated by four experts. A reliability coefficient of 0.882 was obtained, indicating its suitability for application.

To validate the results generated from the program, the Shapiro-Wilk test was applied. The results indicated that the pre-test and post-test scores exhibited a normal distribution since the significance level was greater than 0.05. Therefore, a paired samples T-test was employed. This test suggested that the scores from both tests were not equal. Similarly, by using a 95% confidence interval for the differences, it was concluded that the program yielded the expected effects

Keywords: Program, emotional intelligence, anxiety, childhood anxiety.

I. INTRODUCCIÓN

1.1. Realidad problemática

La salud mental es un estado de bienestar emocional en donde las personas pueden enfrentar situaciones estresantes en su vida diaria, siendo capaces de poder observar cuáles son sus capacidades y a la vez desarrollar estas, asimismo que pueda expresar adecuadamente sus emociones para relacionarse con otros individuos (Organización Mundial de la Salud, 2022).

A nivel global, la salud psicológica de los niños y adolescentes es muy importante, pero a pesar de la relevancia que esta tiene no se han llegado a tomar consideraciones necesarias para así realizar una adecuada intervención frente a este problema.

Unicef (2021) indica que la depresión y la ansiedad puede llegar a ser el 50% de algunos de los trastornos mentales que pueden estar padeciendo infantes y jóvenes de entre los diez y diecinueve años.

La ansiedad es una emoción básica, ya que es una respuesta adaptativa que todas las personas experimentan ante situaciones en donde se encuentran amenazados o incómodos, para Cecon (2020), esta puede ser definida como un estado de inseguridad, que se da como una reacción frente a una situación amenazante, produciendo alteraciones a nivel físico y psicológico generando en la persona que lo padece sensaciones de sobresalto y desasosiego, mientras que Chacón et al. (2021) indica que los trastornos de ansiedad son problemas mentales que mayormente provocan discapacidad y sufrimiento, lo cual aumenta a una carga significativa en las áreas sociales y económicas de las personas.

Por otra parte, el trastorno de ansiedad es considerado una enfermedad ya que tiene como síntoma principal la ansiedad desproporcionada, intensa y persistente la cual llega a tener consecuencias en distintas áreas de vida de una persona afectando así su ritmo de vida normal, es así que para Díaz (2019) este trastorno es una respuesta emocional desproporcionada y exagerada que se encuentra ligada a una situación la cual es vista como amenazante.

Sánchez y Cohen (2020) refieren que los trastornos de ansiedad mayormente se presentan durante la infancia y la adolescencia y esta puede convertirse en algo persistente progresivo y muchas veces crónico, por ello es importante realizar un diagnóstico adecuado para así poder reducir el nivel de impacto que esto vaya a tener en su vida futura.

Es así que Amaro (S.f) indican que el trastorno con mayor aparición durante la niñez son los trastornos de ansiedad por separación, fobias específicas, ansiedad generalizada, además mencionan que los síntomas más frecuentes de ansiedad en niños es miedo a la oscuridad, preocupación excesiva por la competencia, mayor necesidad de reafirmación, miedo a que alguna de sus figuras de apego sufra cualquier daño, presencia de síntomas somático.

Whalen et al. (2017) las manifestaciones de ansiedad que presentan los niños en edad pre escolar es muy diferente a los que se encuentran en etapas posteriores y a la de los adultos, ya que durante esta etapa la ansiedad se puede evidenciar a través de la manera en que el niño evita ciertas situaciones, asimismo existe mayor aferramiento hacia la figura de apego, además de las rabietas y el enfado (citado en León, 2019).

Es por ello que, en una institución educativa de Cajamarca, en donde asisten niños de entre 9 a 10 años de edad que se encuentran cursando el 4to grado de primaria, y son de diferentes realidades; se encontró que existen:

- Dificultades de aprendizaje
- Adaptación que se presentan en el colegio
- Los conflictos de comportamiento
- Miedo
- Problemas para dormir
- La falta de confianza en sí mismos
- Nerviosismo
- Dolores de cabeza
- Falta de apetito por nerviosismo
- Sensaciones desagradables en el estómago
- Dolores de cabeza constantemente
- Sentimientos de tristeza
- Sudoración de las manos y pies

- Presencia de enojo por cualquier motivo
- Sensación de desmayo
- Preocupación ante cualquier situación que se les presente
- Sensación de orinar de manera frecuente
- Temblor de las manos y pies cuando están nerviosos
- Presencias de nauseas continuamente
-

Muchas de estas situaciones son difíciles de controlar para los padres debido a que no saben cuál es la manera adecuada de responder y por ende no llegan a enseñar a sus hijos como ellos tienen que reaccionar.

El análisis de la problemática ha llevado a que se genere el siguiente **problema científico**: Insuficiencias en el desarrollo de la inteligencia emocional, inciden en los niveles de la ansiedad en niños de un centro educativo.

Si bien es cierto, la ansiedad es una emoción que brinda un estado de alerta a la persona, la dificultad se encuentra cuando estas comienzan a tener niveles elevados de ansiedad lo cual nos indica que hay ciertos factores que no están ayudando a regular las emociones.

Al aplicar técnicas e instrumentos de investigación como son los cuestionarios, análisis documental, encuestas se llegó a realizar el siguiente diagnóstico causal delimitando lo siguiente:

- Limitaciones en el desarrollo de la inteligencia emocional para el afrontamiento de problemas en los niños.
- Desarrollo de actividades psicoterapéuticas insuficientes durante el desarrollo de la inteligencia emocional en el afrontamiento de problemas en los niños.
- Insuficientes estrategias terapéuticas de afrontamiento frente a los conflictos en el desarrollo de la inteligencia emocional.
- Insuficientes estrategias parentales y educativas para impulsar el desarrollo de la inteligencia emocional en los niños.
- Limitaciones en el desarrollo de la autoestima y conciencia de sí mismo en el desarrollo de la inteligencia emocional en los niños.

Por lo tanto, el **objeto de investigación** es: Proceso de desarrollo de la inteligencia emocional.

Para definir el objeto de investigación, se ha tomado como base a diversos autores, Goleman (1995) indica que la inteligencia emocional es habilidad de la persona para poder reconocer sus sentimientos y la de otras personas, además de impulsar a cada uno a sobrellevar de manera adecuada las emociones tanto dentro de uno mismo como con los demás. Asimismo, para Bijórquez (2020) es un conjunto de habilidades que expresan las diferencias de cada persona, debido a que cada uno tiene una forma diferente de comprender y percibir las emociones tanto de uno mismo como de las otras personas. Bueno (S.f) menciona que Goleman analizó a esta como una sola clase de inteligencia la cual es manifestada por medio de comportamientos los cuales se pueden regular a través de diversos procesos como los básicos, cognitivos y los superiores.

Por otro lado, Shapiro (1997) indica que la educación emocional se desarrolla mucho más durante la infancia, por eso es relevante saber que durante esta etapa los niños entienden las cosas por observación, es decir, que los modelos de conductas que estos tengan van a ser de las personas que lo rodean, principalmente de sus cuidadores; es así que los niños formaran su madurez emocional a partir de la enseñanza de los padres.

Asimismo, Aguaded et al. (2017) refieren que enseñar desde el aspecto emocional se refiere reconocer las emociones, ser empáticos con los demás, aceptar y expresar las emociones que sienten, crear límites, brindar modelos apropiados de socialización y expresión, aceptarse, respetar a los demás y proponer formas de resolución de conflictos (citado en García y Marín, 2021).

Por ello, se puede decir que la inteligencia emocional se encuentra muy ligada a la ansiedad ya que para que las personas puedan controlar las emociones que sienten es necesario que se aprenda a regular estas, es decir, que debe poder identificar el vínculo que existe entre la emoción, el comportamiento y la cognición. Así mismo Chust et al. (2019), mencionan que si se desea que las personas enfrenten de manera adecuada a la ansiedad es importante que desarrollen unas buenas habilidades emocionales, ya que éstas pueden servir como una protección ante las situaciones ansiosas. De la misma manera, Barraza et al. (2017) refieren que el tener buenas habilidades emocionales ayudan a enfrentar la carga emocional negativa

que puede haber en diversas situaciones cotidiana; por ello es importante fortalecer las habilidades emocionales en los niños, ya que así podrán enfrentar las diferentes situaciones que le generen ansiedad en su vida (citado en Montenegro, 2020).

Todo lo mencionado anteriormente genera el desarrollo de un problema ya existente, que se ve la presencia de ansiedad en niños y a la vez se ve la falta de acciones psicoterapéuticas basadas en la dinámica del desarrollo de la inteligencia emocional. Bojórquez y Moroyoqui (2020) indican que las emociones causan una respuesta física en las personas ya sean desagradables o agradables lo cual generan que se den ciertas reacciones ante situaciones, asimismo Guerrero et al. (2019) manifiestan que es importante promover la inteligencia emocional dentro de las instituciones pedagógicas ya que esto ayuda en el proceso de enseñanza – aprendizaje, además de la solución de problemas dentro del aula.

Por tal motivo se debe de resaltar que independientemente de los estudios realizados por los diversos autores anteriormente mencionados, es importante recalcar que aún son insuficientes los estudios relacionados al diagnóstico causal del presente estudios.

El campo de acción es la dinámica del proceso de desarrollo de inteligencia emocional.

1.2. Formulación del Problema

Insuficiencias en el desarrollo de la inteligencia emocional, inciden en los niveles de la ansiedad en niños de un centro educativo.

1.3. Justificación e importancia del estudio

Se elaboró el programa de desarrollo de inteligencia emocional para niños que presentan ansiedad, frente a la dificultad que los estudiantes presentan. La ansiedad es un problema que afecta a varias personas, Esteban (2021) refiere que la ansiedad es un momento en donde existe exaltación del ánimo, angustia, perturbación que un infante no puede llegar a sobrellevar por lo que termina afectándole en su comportamiento, son los niños que tienen bastante imaginación, los que se encuentran siempre en alerta, que llegan a exagerar las cosas y que están siempre a la defensiva los que mayormente sufren para poder controlar sus emociones por tal motivo son más proclives a sufrir ansiedad. De la misma manera se

evidencia que la ansiedad se encuentra muy ligada al comportamiento que el niño tienen en la escuela como al que tiene en casa; además se podrá ver cómo ha ido evolucionando en cuanto a la información que encontramos ya que en un inicio se confundía a la ansiedad en niños con alguna otra dolencia física, generando así que no se realice un adecuado diagnóstico y por ende una buena intervención por parte del personal de salud.

Dentro de los aportes que tienen el presente estudio se evidenciar los siguientes, el aporte práctico busca resolver una dificultad en específico, el cual se va haciendo más visible en la sociedad actual, el programa de desarrollo de inteligencia emocional proporcionará a los niños un grupo de técnicas y estrategias para prevenir y afrontar la ansiedad, está dirigido a los niños de entre 9 a 10 años que debido a las diversas situaciones que atraviesan no cuentan con las estrategias adecuada para poder sobrellevar diversas situaciones que se les presentan, generando así una inestabilidad en su bienestar emocional. Es así que a partir de la indagación en la búsqueda de programas se pudo evidenciar que existe deficiencias en cuanto al número de programas orientados a dicha problemática, por tal motivo es importante desarrollar un programa en el cual se hagan uso de estrategias y técnicas en cuanto al afrontamiento de la ansiedad desde la inteligencia emocional, teniendo en consideración a los diversos autores expuesto en el presente trabajo de investigación, quienes indican que el desarrollar una adecuada inteligencia emocional es importante para poder afrontar diversas situaciones.

Asimismo, uno de los factores que apoyan la presente investigación es el efecto que esta tendrá en la población, además de la fundamentación teórica y metodológica que se detalla en el estudio, igualmente el programa causó avances positivos en la conducta y el pensamiento de los niños, considerando que la finalidad del este es brindar las estrategias para que ellos puedan sobrellevar y enfrentar situaciones, de la misma manera el presente estudio ayudará a que otros investigadores, profesionales, estudiantes o centros de estudios privados o públicos puedan aplicar el programa comprobando y confirmando la investigación.

Para finalizar el programa se desarrollará a partir de la teoría de inteligencia emocional, la cual cuenta con confiabilidad y validez, debido a que esta tiene una base a nivel teórico, así como también metodológico en el afrontamiento de problemas relacionados al manejo de la ansiedad.

1.4. Objetivos

1.4.1. Objetivos General

Aplicar un programa de inteligencia emocional para disminuir los niveles de ansiedad en los niños de un centro educativo.

1.4.2. Objetivos Específicos

- Describir la dinámica del proceso del desarrollo de la inteligencia emocional y su evolución histórica
- Determinar los niveles de ansiedad en los niños que pertenecen a una institución educativa de la ciudad de Cajamarca.
- Elaborar un programa de inteligencia emocional para la disminución de los niveles de ansiedad en niños.
- Corroborar los resultados de la investigación mediante un pre experimento, a través de un pretest y un post test

1.5. Hipótesis

Si se aplica un programa de desarrollo de inteligencia emocional, que tenga en cuenta la conducta aprendida y la sistematización, entonces se contribuye a la disminución de los niveles de ansiedad en niños.

II. MARCO TEÓRICO

2.1. Trabajos previos

La ansiedad es considerada una emoción normal, pero la persona que padece de un trastorno de ansiedad siente un miedo intenso, preocupación excesiva la cual puede estar presente casi todos los días; para Mayo Clinic (2021) estos sentimientos llegan a interferir de manera significativa en las actividades diarias.

La ansiedad llega a ser estudiada por primera vez por Morel en el año de 1866 ya que él lo reconoce como un cuadro de estados en donde se puede evidenciar crisis de pánico, trastornos de ansiedad generalizada, fobias y obsesiones (Pinilla,2022).

De la misma manera, Benítez (2022) indica que Westphal en el año 1872 estudia por primera vez a la agorafobia, la cual es considerada un tipo de ansiedad en donde el principal sentimiento que se presenta es el miedo irracional el cual llega a aparecer cuando una persona se encuentra dentro de un lugar abierto, este estudio ayudo a que comiencen nuevas investigaciones. El mismo autor menciona que fue Freud en 1985 quien comenzó a estudiar la histeria específicamente la neurastenia, en donde se pueden evidenciar síntomas como dolores de cabeza, insomnio, debilitamiento físico, anorexia los cuales son considerados dentro de la ansiedad desadaptativa.

Todo lo anteriormente citado está relacionado a la ansiedad en general, pero es importante mencionan que este trastorno no solo se presenta en la vida adulta sino también se presentan en la adolescencia y niñez ya que aproximadamente el 32% de los niños los presentan teniendo como consecuencia baja autoestima, problemas familiares, bajo rendimiento escolar, pocas relaciones interpersonales, pocas metas a futuro.

A partir de todo lo mencionado y con el propósito de poder investigar mucho más los antecedentes de la problemática en cuestión, se ha decidido indagar en estudios relacionados los cuales son investigaciones a nivel internacional, nacional, y local.

A nivel internacional

Fernández (2019) realizó un estudio el cual tuvo tres objetivos, el primero se centró en analizar la prueba SCAS que evalúa los niveles de ansiedad, el segundo validar una prueba y el tercero fue evaluar la eficacia de esta; la población estuvo conformado por 181 niños de 6 a 8 años. Los resultados obtenidos dieron a entender que los niños presentan sintomatología ansiosa, la cual es sobrellevada a través de ciertos métodos de regulación emocional cognitiva.

Busegenovna et al. (2019) realizaron un trabajo de investigación experimental de las manifestaciones de ansiedad en infantes de 5 a 6 años que asisten a jardines de infancia, en donde concluyeron que el 83,5% de los niños presentan una ansiedad elevada, mientras que el 16,5 se encuentran dentro del nivel moderado, manifestándose la ansiedad por medio de una autoestima que se encuentra inadecuadamente baja o inflada, sensibilidad marcada, relaciones interpersonales inadecuadas ya que presentan mala comunicación, mala autoimagen de ellos mismos.

Aguilar et al. (2019) investigaron la correlación entre el estilo de crianza parental y la depresión y ansiedad en infantes entre tres a trece años, en donde participaron 554 niños en compañía de sus progenitores, la investigación dio como resultado que los infantes con niveles elevados de depresión están relacionados a padres que brindan bajo apoyo e inadecuada repartición de normas por la madre, mientras que los infantes con niveles elevados de ansiedad están ligados a padres con un pequeño nivel de ayuda, autonomía y disciplina, además de escasa satisfacción en cuanto a la crianza por parte de la madre además de un inadecuado rol de ella.

Pérez y Cernuda (2020) realizaron una estudio que tuvo como propósito valorar el efecto de la danza como regulador de ansiedad y estrés en niños de ; la muestra fue de 146 niños, los cuales en un inicio los infantes presentaban un nivel de ansiedad y estrés alto (63.13%); después de realizar la práctica de la danza se vio una notable disminución en el grado de ansiedad en niños debido a que presentaron un nivel de ansiedad de 51.46% que indica un nivel medio; estos resultados confirman que la ansiedad y el estrés logran disminuir gracias a que los niños practican danzas de manera regular.

Mora y Mantilla (2021) evaluaron la ansiedad en infantes de 6 a 11 años en la pandemia de COVID – 19, la población estuvo conformada por 100 infantes, dentro de los resultados encontrados se evidenció que el 23% de los niños presentan ataques de pánico, el 34% ansiedad por separación, el 27% fobia social, el 33% miedo al daño físico, el 21% trastorno obsesivo compulsivo y el 28% tiene ansiedad generalizada, esta investigación concluyó con que los niños presentan de manera recurrentes sintomatología ansiosa lo cual ha llegado a afectar su vida cotidiana.

Butron et al. (2022) investigaron regulación emocional y niveles de ansiedad en infantes de nueve a once años, con una muestra de 228 participantes, en donde dieron como resultado que se hallaron correlaciones representativas entre los métodos que obstaculizan la regulación afectiva y las escalas de ansiedad, de la misma manera se encontraron que hay correlaciones negativas entre los métodos que ayudan a la regulación afectiva y las escalas de ansiedad y por último se concluyó que los niños que presentan altos niveles de ansiedad suelen utilizar un mayor número de estrategias.

Lagos et al. (2022) estudiaron la respuesta de ansiedad escolar en alumnos para determinar los cambios que puede haber a nivel temporal, la población fue de 155 niños, dentro de los resultados obtenidos fue la media no evidenció la existencia de diferencias estadísticas significativas y que se mantiene la ansiedad escolar en los alumnos durante el periodo de 3 años.

Mites (2022) investigó el grado y el tipo de ansiedad en niños de 8 – 12 años, el estudio se basó en la teoría tridimensional cognitiva – conductual, con un enfoque cuantitativo. La muestra estuvo conformada por 36 alumnos; dando como resultado que la mitad de los alumnos presentan un nivel elevado de ansiedad, además que el tipo de ansiedad que prevalece más es por separación.

A nivel nacional

Lapa (2019) investigó la relación que existe entre la ansiedad y las habilidades sociales en estudiantes, fue una investigación descriptiva de diseño correlacional. La muestra seleccionada es de 121; los resultados que se obtuvieron fueron que el 47.9% de los estudiantes no presentan ansiedad y el 52.1% presenta ansiedad, a la vez el 7.4% presentan

bajos niveles de habilidades sociales, el 10.7% medio y el 81.1% tienen un alto nivel, es decir, existe una relación inversa baja entre ansiedad y habilidades sociales.

Peceros (2019) investigó sobre la calidad de interacción familiar y la ansiedad estado – rasgo en infantes de una institución educativa, la población fue constituida por 210 niños de 9 a 11 años, se concluyó que hay una relación representativa entre la calidad e interacción familiar en especial con la madre y la ansiedad – estado de la misma manera hay una relación representativa entre la calidad de interacción familiar con el padre y la ansiedad de estado, dando a entender que de acuerdo a con quien se tenga una mayor interacción el niño mostrará alguna sintomatología ansiosa.

Rivera (2019) realizó un estudio el cual tenía como objetivo valorar la eficacia de la musicoterapia en la disminución de ansiedad en infantes de seis a ocho años, la población estuvo conformada por 46 niños, los resultados alcanzados evidenciaron que antes de aplicar el programa el 10% de los infantes presentan un nivel de ansiedad leve, el 50% un moderado y el 40% un alto y después de aplicado la ansiedad bajo a 55%, la moderado a 30% y el alta un 15%.

Temoche y Tensen (2021) estudiaron los niveles de ansiedad infantil en alumnos que vienen de familias funcionales y disfuncionales que se encuentran cursando el quinto y sexto grado de primaria, el estudio fue descriptivo – comparativo, los participantes fueron 133 alumnos de ambos sexos, los resultados obtenidos fueron que los alumnos que vienen de familias disfuncionales tienen altos niveles de porcentaje de ansiedad.

Chuchón (2021) realizó una investigación que tuvo como objetivo analizar la influencia de la ansiedad en los niños en los logros de aprendizaje, la investigación fue de tipo no experimental y correlacional, en donde la población estuvo conformada por 112 alumnos. Dentro de los resultados obtenido se encuentra que el 68% de los alumnos tienen niveles de ansiedad alta presentando así un bajo nivel de rendimiento académico.

A nivel local

León (2019) investigaron la correlación que hay entre ansiedad y rendimiento académico en niños de un centro educativo, en donde la población estuvo formada por 170 niños de cuarto

a sexto de primaria, los resultados del estudio dieron a conocer que hay una correlación positiva pero baja entre la ansiedad y el rendimiento escolar, dando entender así que los niños que presentan mayores niveles de ansiedad muestran menor rendimiento escolar. Además, se halló que solo el 39.29% de los alumnos tienen una ansiedad baja, pero el 35.29% presentan un nivel de ansiedad alto.

Leyva (2022) estudio la relación entre ansiedad y rendimiento escolar en los estudiantes de quinto y sexto de primaria, fue un estudio correlacional en donde participaron 42 alumnos, el instrumento utilizado fue la Lista de Chequeo de Ida Alarcón, los resultados obtenidos fueron que no existe una afectación directa entre la ansiedad y el rendimiento académico, asimismo mencionan que los hombres presentan mayor nivel de ansiedad que las mujeres, de la misma manera los niños que tienen entre 10 y 11 años manifiestan altos niveles de ansiedad.

Orrillo (2022) investigó la correlación que hay en autoconcepto y ansiedad en infantes de nueve a doce años de edad de una institución académica de la ciudad de Lambayeque, la población se formó por 92 estudiantes los cuales presentaban sintomatología ansiosa. Dentro de los resultados obtenidos se evidenció que 13% de los niños presentan un autoconcepto alto, el 45.7% medio, el 23.9% bajo y el 17.4% muy bajo; en cuanto a los niveles de ansiedad el 21.7% presentan un nivel alto, el 63% medio y el 15.2% es bajo, finalmente se puede concluir que los niños que tienen un alto nivel de autoconcepto tienen muchas más habilidades para poder afrontar situaciones las cuales le generen algún tipo de estrés en su vida.

2.2. Teorías relacionadas al tema

2.2.1. Caracterización teórica del proceso de inteligencia emocional y su dinámica:

El desarrollo emocional es muy significativo en la vida de todos los individuos ya que si existe una adecuada gestión de las emociones se puede llegar a prevenir futuros problemas a nivel psicológico, es relevante indicar que las emociones llegan a ser la primera forma en que se comunican las personas, antes de que comience el desarrollo del lenguaje. Strbakova (2019) menciona que estas han llegado a ser importantes en el ser humano, ya que es una forma más de comunicar.

La inteligencia emocional es un grupo de cualidades y capacidades que ayudan a tener una mejor regulación de las emociones para así lograr disponer de adecuadas relaciones, buen manejo de emociones y correcta expresión de estas mismas. Es así que Goleman (1995) refiere que el termino inteligencia emocional es la facultad que todos los individuos tienen para poder identificar sus propias emociones y la de los demás, originando así que se pueda realizar un adecuado manejo de ellas lo cual ayuda a que existan buenas relaciones interpersonales. De la misma manera Cooper (1995) indica que es la habilidad de entender, sentir y aplicar de forma adecuada la agudeza y el poder de las emociones como una causa de influencia, conexión, información y energía (citado en Jiménez, 2018) indicó que existen áreas de competencias basadas en la inteligencia emocional las cuales son:

- El entendimiento de las emociones de uno mismo, lo cual se entiende como la habilidad de reconocer estas cuando aparecen, es decir, que se puede realizar una introspección psicológica que ayuda a conocerse.
- Habilidad de gestionar las emociones propias y de expresarlas en el momento adecuado.
- Habilidad de motivarse para poder llegar a realizar las propias metas y objetivos.
- Reconocimiento de sentimientos y emociones de otras personas, lo cual está ligada a la escucha activa y la empatía.

2.2.2. Factores que intervienen en la inteligencia emocional:

Porcayo (2013) menciona que el desarrollo de inteligencia emocional viene influenciado por diversos factores:

- Factores biológicos: relacionado con el aspecto genético el cual se ve reflejado en la parte comportamental de cada persona. Los genes se llegan a combinar lo cual ayuda a que las personas puedan tener muchas formas de regular su comportamiento.
- Factores ambientales: ligado al aspecto ambiental en que la persona se desarrolla, debido a que este influye de manera directa en cómo va a responder ante situaciones cotidianas
- Contexto histórico: cada persona nace con entorno ya definido el cual determina las circunstancias en esta se va a desplegar en su vida, cada época tiene valores, libertades, conocimientos, influencias, economía, religión, políticas, conocimientos tanto tecnológicos como científicos que llegan a tener gran influencia en el desarrollo de los individuos.

- Contexto socioeconómico: relacionado con el nivel de vida que tiene un país, ya que se verá si este permite proporcionar redes de apoyo tanto a familias como ha escuelas, asimismo el nivel social al que pertenece una persona puede llegar a influir en su desarrollo, además que este se encuentra englobado por cuatro aspectos como son el lugar en donde vive, la educación que recibe, los ingresos económicos de la familia y cuantas personas la conforman

2.2.3. Ideales de la inteligencia emocional:

Gómez, et al. (2000) indican que para desarrollar una apropiada inteligencia emocional es fundamental contar con los siguientes principios:

- Autoconocimiento: es la habilidad para poder conocerse a uno mismos, identificando las fortalezas y habilidades.
- Autocontrol: habilidad para poder tener un buen control de impulsos y poder mantenerse tranquilo.
- Automotivación: capacidad de poder hacer cosas por uno mismos, sin esperar a que alguien más le impulse a hacerlo.
- Empatía: facultad de colocarse en la posición de alguien más, intentando comprender la situación por la que está pasando.
- Habilidades sociales: cualidades que permite socializar con otras personas, a partir de una adecuada comunicación lo cual generará una buena relación.
- Asertividad: aprender a proteger las ideas propias que tienen cada persona de los demás, saber sobrellevar los conflictos, poder aceptar críticas tanto positivas como negativas.
- Proactividad: capacidad de tomar iniciativa ante situaciones buenas o malas, pero tomando responsabilidad de nuestros propios actos.
- Creatividad: habilidad para poder comprender y expresar las situaciones desde diversas perspectivas, lo cual ayudará a encontrar la mejor solución ante situaciones adversas

2.2.4. Modelos de inteligencia emocional:

2.2.4.1. Modelo de capacidades de Mayer y Salovey (1997, citado en Guil et al., 2018)

Indican que inteligencia emocional es la facultad de manejar las emociones y los sentimientos para poder dirigir manejar las propias acciones y pensamientos. Esta se divide en diversas ramas:

- Rama 1: Percepción, valoración y expresión de las emociones:

Se refiere a la facultad de poder distinguir y percibir las emociones propias y de los demás. Incluye las siguientes habilidades:

- Reconocer los pensamientos, sentimientos y estado físico de uno mismo.
- Reconocer las emociones de los demás en diversos medios.
- Expresar adecuadamente las emociones y las necesidades relacionadas con estas.
- Diferencias entre expresiones que sean sinceras o fingidas.

- Rama 2: La emoción como promotora del pensamiento:

Las emociones conducen el interés a información importante y llegan a decir la forma en la que uno se enfrenta a las dificultades, así como a la manera en que se procesa la información; contiene las siguientes habilidades:

- Priorización y redireccionamiento del pensamiento el cual se basa en los sentimientos.
- Empleo de las emociones para fomentar una buena toma de decisión.
- Uso de las emociones para poder ver la perspectiva de estas.
- Empleo de las emociones para promover la creatividad y la solución de problemas.

- **Rama 3: Comprensión y examinación de las emociones a través del conocimiento emocional:**

Refiere a la capacidad de saber cómo cambiar y combinar las emociones, lo cual fortalece las relaciones interpersonales e intrapersonales, asimismo este ligado a la manera en cómo se identifica las emociones y la comprensión de estas. Incluye las siguientes capacidades:

- Nombrar las emociones y reconocer que lo que sienten con lo que se dice es lo mismo.
- Interpretar el significado de las emociones en relación a las relaciones.
- Comprender los sentimientos más complejos.
- Identificar los cambios que hay entre las emociones.

- **Rama 4: moderamiento de las emociones para facilitar el desarrollo afectivo e intelectual:**

Habilidad de continuar con estados de ánimo que se quiere o emplear estrategias de reparo emocional, además de regular las emociones propias y la de los demás. Dentro de las capacidades que se encuentra son:

- Estar accesible a emociones buenas y malas.
- Alejarse o acercarse a una emoción dependiendo de esta.
- Realizar un seguimiento a las emociones que se presentan en cuanto a uno mismo como a los demás.
- Organizar las emociones que presentan la persona misma y las demás, calmando las negativas e incrementando las positivas

2.2.4.2. Modelo de Izard (2002, citado en citado en Guil et al., 2018).

Se basa en siete principios los cuales se deben de incorporar ante alguna intervención orientada al crecimiento de competencias afectivas y sociales además de prevenir la aparición de problemas conductuales y patológicos.

- **Principio 1:** Las conductas constructivas, la sociabilidad y el bienestar emocional se fortalecen cuando se activan y utilizan las emociones buenas, ya que proporcionan adecuados recursos psicológicos.
- **Principio 2:** Los procesos de memoria y aprendizaje llegan a ser influenciados por emociones negativas, pero a la vez estas pueden fomentar el desarrollo de comportamientos prosociales y de la empatía.
- **Principio 3:** Es relevante recalcar que al utilizar las emociones se debe de expresar estas de manera adecuada, es decir, que se debe de aprender a realizar una buena modulación.
- **Principio 4:** Las emociones estimuladas o mantenidas por diferentes situaciones pueden necesitar diversas técnicas para poder regularlas.
- **Principio 5:** Situaciones motivaciones y desafiantes son creadas por un modelo de emociones de rasgo y estados, los cuales se centran en una metodología de modulación y utilización de las emociones.
- **Principio 6:** Inadecuada adaptación emocional durante la infancia generando malos sistemas emocionales, debido a que una buena comunicación durante la niñez previene desregulaciones emocionales.
- **Principio 7:** Las emociones requieren de conexiones entre los sistemas, para que exista un aumento en la comunicación emocional.

2.2.4.3. Modelo de inteligencia de Barón (1997):

La inteligencia emocional es un grupo de destrezas afectivas, interpersonales y personales lo cual influye en la forma en que se llega a enfrentar las dificultades, además del bienestar emocional de la persona, asimismo esta se desarrolla con el paso del tiempo y llega a cambiar en el trascurso de la vida de las personas ya que puede desarrollarse de manera adecuada o inadecuada (citado en Ugarriza y Pajares, 2005) Este modelo comprende 5 componentes principales:

- **Intrapersonal:** relacionado con la autocomprensión de uno mismos, así como con el asertividad y la capacidad de visualizarse de manera adecuada.
- **Interpersonal:** incluye la responsabilidad social, la empatía, además de contar con relaciones interpersonales adecuada, escucha activa y la facultad de identificar y entender las emociones de otras personas.

- **Adaptabilidad:** capacidad de resolución de problemas, flexibilidad, uso adecuado de las emociones.
- **Control de estrés:** corresponde a la tolerancia a la frustración, adecuado control de los impulsos.
- **Estado de ánimo:** se refiere al entusiasmo y la felicidad el cual está ligado a la apreciación adecuada de las cosas o eventos.

2.2.4.4. Modelo de inteligencia emocional de Ruiz (2007):

Para este autor, la inteligencia emocional es la facultad de valorar, percibir, expresar y comprender las emociones, además de es la capacidad de poder controlar las emociones para así poder fortalecer el desarrollo emocional e intelectual. Los elementos básicos que lo conforman son:

- Empatía
- Expresión
- Comprensión
- Autonomía
- Buena adaptación.
- Entendimiento
- Cordialidad, perseverancia, respeto y cortesía.

El modelo comprende los siguientes componentes:

- **Relaciones interpersonales: socialización:** Capacidad de constituir y conservar relaciones a nivel emocional que se caracterizan por entregar y acoger cariño, construir relaciones amicales y estar cómodo.
- **Relación intrapersonal: autoestima:** Capacidad relacionada con la valoración hacia uno mismos, en donde se llega a percibir y aceptarse con lo bueno y lo malo de cada persona.
- **Adaptabilidad: solución de problemas:** Competencia de poder reconocer y conceptualizar las dificultades además de causar y ejecutar soluciones alternativas al problema.

- **Estado de ánimo I: felicidad – optimismo:** Promover una adecuada actitud frente a las dificultades para así poder ver lo bueno de las cosas, teniendo satisfacción por las actividades que se realizan.
- **Estado de ánimo II: manejo de la emoción:** Facultad de enfrentarse de manera adecuada ante circunstancias emocionales las cuales generan dificultades para resolver adversidades.

2.2.5. Cualidades de una persona con adecuada inteligencia emocional:

Rexach y Sanjuán (2019) mencionan que las personas que son consideradas emocionalmente inteligentes son aquellas que presentan una adecuada actitud ante las dificultades, ya que pueden destacar lo bueno de situaciones complicadas, asimismo llegan a identificar, manifestar y sobrellevar sus sentimientos y emociones así como la de los demás, además mencionan el individuo con un grado alto de inteligencia emocional pueden llegar a desarrollar una adecuada empatía, ya que son capaces de percibir los sentimientos y emociones de los individuos que están a su alrededor, también lograr tomar decisiones de manera acertada porque se sienten con mayor motivación y con objetivos por cumplir, suelen poseer un alto nivel de autoestima debido a que se sienten protegidos por sus habilidades para poder afrontar y tolerar situaciones adversas.

Además, Goleman (1995) indica que un individuo que presenta un buen nivel de inteligencia emocional podrá controlar sus impulsos, automotivarse, controlar sus emociones, tener una buena tolerancia a la frustración, un buen desarrollo de habilidades sociales, fortaleciendo sus habilidades de asertividad y empatía lo cual ayudará a que se relacione con otras personas.

2.2.6. Evolución de la inteligencia emocional durante la infancia:

Todos los individuos llegan a interactuar con otras por medio de la socialización, es a partir de esta que llegan a aprender la manera de actuar, pensar y sentir lo cual les ayudará a desarrollarse en la sociedad. Las emociones tienen un gran nivel de importancia en el desarrollo de la persona ya que es la forma en cómo se comunica desde el momento de su nacimiento, además que gracias a esta el niño pasa de ser considerado y ser biológico a ser social (Guil et al., 2018).

- **De 0 a 1 año:** También considerado estadio impulsivo – motor, el niño se centra en construir su propio conocimiento, las reacciones se encuentran unidas a los impulsos externos e internos y sus movimientos musculares contestan a descargas de energía a nivel muscular. Los niños llegan a expresar sus emociones por medio de respuestas neurovegetativas y motóricas, es a partir de estas que el cuidador puede inferir cuál es su necesidad.
- **De 1 a 3 años:** También considerado estadio sensoriomotor y proyectivo, aquí el infante empieza a sentir una necesidad de explorar e indagar el medio que los rodea y así lograr plantear la relación existente entre sus movimientos las sensaciones, todo esto a través del desarrollo madurativo, la exploración.
- **De 3 a 6 años:** López (2020) menciona que las emociones son muy importantes ya que ayudan en la manera en que el niño se relaciona ya que comienza a construirse una idea de su autoestima y autoconcepto, asimismo será capaz de poder nombrar a cada emoción y de poder sobrellevarlas. El papel de los cuidadores principales es primordial ya que ellos serán la guía de los niños, para saber si es correcto o incorrecto lo que están haciendo. Asimismo, es a través del juego como el infante va a poder comprender su ambiente además de que aprenderá a sobrellevar los niveles de agresividad y de estrés que pueda llegar a sentir.

2.2.7. Evolución histórica del desarrollo de inteligencia emocional y su dinámica:

Trujillo y Rivas (2005) mencionan que poder describir el desarrollo de la inteligencia emocional es fundamental saber los diversos indicadores de análisis como:

- Aportes sobre la inteligencia emocional
- Las teorías o modelos relacionados a la inteligencia emocional
- Las estrategias.

Fase 1: Incorporación de la inteligencia emocional (1983 – 1995):

Gardner refiere que la inteligencia emocional se encuentra constituida por la teoría de inteligencias múltiples en donde los individuos tienen siete clases diferentes de inteligencia las cuales ayuda a que se relacionen con otros individuos y con el entorno que le rodea. Estas inteligencias son:

- Lingüísticas
- Lógica
- Musical
- Visual
- Kinestésica
- Interpersonal
- Intrapersonal

Es así que en 1985 se mencionó por primera vez a la inteligencia emocional en su trabajo de tesis doctoral.

Ya para el año de 1995 se comienza a dar la primera conceptualización del término por parte de dos psicólogos Salovey y Mayer, ya que trataron de evaluar las distintas capacidades que presentaban las personas en el aspecto emocional.

Estos autores indicaron que la inteligencia emocional es la facultad de inferir sobre las emociones de los demás y de reemplazar los pensamientos, con el propósito de ayudar a fortalecer el desarrollo afectivo y cognitivo de los individuos.

Crearon test que puedan medir la inteligencia emocional, de la misma manera plantean un modelo de estrategias las cuales deben de ser utilizadas en la inteligencia emocional, como son:

- Regulación
- Percepción
- Confrontación
- Apreciación
- Expresión

Luego el psicólogo Daniel Goleman dio su opinión y conceptualización sobre la inteligencia emocional a partir de una experiencia y de la investigación de Boyatzi.

Fase 2: Nuevos aportes de la inteligencia emocional (1995 – actualidad)

Goleman escribe su primer libro el cual tiene el título de inteligencia emocional, en la cual presenta información sobre el comportamiento de las personas, la función del cerebro, las emociones. Asimismo, recalca que el estudio de la inteligencia humana no solo se centra en el aspecto cognitivo sino también en el bienestar laboral, personal, y social, fue esto lo que generó gran auge en la población lo que conllevó a la aceptación social, finalizando así en la notoriedad de la inteligencia emocional.

Este autor también menciona que las competencias emocionales son aptitudes con las que uno nace, pero asimismo pueden llegar a aprenderse, desarrollarse y trabajarse durante el desarrollo de su vida, logrando tener un mejor resultado.

Pese a que el término de inteligencia emocional fue aceptado por la población son los científicos quienes se negaban a aceptarla ya que era visto como psicología popular.

En este tiempo Goleman publica su libro, el cual es una investigación amplia y profunda sobre la definición de inteligencia emocional en donde destaca la existencia de diversas habilidades y competencias.

Es a partir de este autor que se comenzó a definir de distintas maneras el término de inteligencia emocional por tal motivo es difícil conceptualizar de una sola forma.

Tabla 1

Fases de la evolución histórica de la inteligencia emocional

Fases	Aporte de los enfoques sistémico	Teorías o modelos relacionados a las inteligencias múltiples	Estrategias
Fase 1: Incorporación de la inteligencia emocional (1983 – 1995):	Se observan grandes aportes sobre la teoría de inteligencias múltiples y la inteligencia social los cuales fueron aplicados en el inicio sobre la inteligencia emocional.	Se generan los principales aportes como el modelo de Salovey y Mayer el cual indica que la inteligencia emocional se base en cuatro componentes	Se fomenta el desarrollo de la inteligencia emocional a partir de la: Percepción emocional: Facilitación emocional: Comprensión emocional: Regulación reflexiva de las emociones:
Fase 2 (1995 - actualidad)	Goleman escribe por primera vez el termino de inteligencia emocional, asimismo logra publicar su libro generando así una definición más exacta de inteligencia emocional además de que motiva a otros autores a comenzar a estudiarla	Se llegan a crear diversos modelos sobre el desarrollo de la inteligencia emocional como el de Izard, el Barón y de Ruiz.	Se fomenta el uso de pruebas psicológicas para evaluar los niveles de inteligencia emocional en las personas y así poder fomentar el desarrollo de dichas habilidades.

Nota: Fases de la evolución histórica de la inteligencia emocional (Trujillo y Rivas, 2005).

En la presente tabla, se puede evidenciar las fases por la que paso él estudia de la inteligencia emocional y la relevancia que este tiene en el control y regulación de emociones, favoreciendo así que existan menos problemas psicológicos en un futuro.

Programa de inteligencia emocional:

Los programas dentro de esta perspectiva se basan en un conjunto de estrategias las cuales ayudan a fomentar el crecimiento de las cualidades que pertenecen a la inteligencia emocional de cada persona.

Para Cejudo, et al. (2017) los programas de inteligencia emocional han ayudado a que distintas poblaciones tengan un mejor autoconcepto, así como a disminuir los niveles de ansiedad que se presentan por las diversas dificultades que tienen en su vida diaria. Los mismos autores mencionan que la inteligencia emocional puede ser educada y susceptible a mejorar a partir de programas de intervención.

Asimismo, Schutte et al. (2013) investigaron distintos programas de inteligencia emocional en donde concluyeron que esta puede mejorarse por medio de la formación y de la enseñanza.

Objetivos de un programa de inteligencia emocional:

- Ayudar a que se genere una mayor autoconciencia de las habilidades, limitaciones, necesidades y capacidades que tiene la persona.
- Fomentar que se tenga una adecuada disposición para poder controlar los impulsos.
- Enseñar a entender las emociones de uno mismo y de los demás.
- Entrenar a las personas en habilidades que le ayuden a mantener, tener y gozar de las relaciones interpersonales.
- Concientizar al individuo acerca de las emociones y pensamientos que tiene.
- Fortalecer la motivación interna que tiene.
- Fomentar el autoconcepto y la autoestima.
- Brindar herramientas que le ayuden a autorregularse en situaciones difíciles

Técnicas:

Mayer y Salovey indican que las capacidades que permiten que se desarrolle la inteligencia emocional se da a través de los siguientes métodos.

- **Percepción emocional:** Entiende como la habilidad de la persona para poder reconocer las emociones que uno mismo siente, así como las emociones de las personas que se encuentran a tu alrededor, a partir de diversos recursos como es la expresión corporal de la persona, sus expresiones faciales, el tono de voz.
- **Facilitación emocional:** Referida al pensamiento, se encuentra ligada a la capacidad que tienen las personas de poder unir una sensación o un recuerdo ya sea del olor de algo o el sabor a una emoción.
- **Comprensión emocional:** Es la facultad de poder entender y saber las dificultades por las que uno pasa y tratar de averiguar que emociones o sentimientos son iguales a estas, para así lograr una mejor comprensión de la situación.
- **Regulación reflexiva de las emociones:** Se fomenta el progreso personal a través de esto, ya que se puede controlar las emociones que uno siente, así como la de los demás, tratado de moderar las emociones que no son positivas y a la vez fortaleciendo la que, si son, pero sin eliminar o tergiversar la información que estas llegan a transmitir.

Marco conceptual:

- **Adaptabilidad:** se refiere a la capacidad de ejecutar un procedimiento de adaptación frente a una situación en momento dado (Foronda, 2018)
- **Ansiedad:** se encuentra constituido por una reacción intensa de miedo, ante estímulos que significan una amenaza para la persona, en donde se activan respuestas fisiológicas (Díaz, 2019).
- **Asertividad:** conjunto de habilidades que posee una persona que ayuda a la expresión de emociones, opiniones, sentimientos y deseos en una situación (Caballo, 2014).
- **Autoconcepto:** es la percepción que cada individuo tiene sobre él mismo y la habilidad de tener un autoconocimiento (Díaz y Lobo, S.f)
- **Emociones:** conjunto de experiencias físicas, vivas, auténticas que pueden ser transitorias, que vienen como respuesta a ciertas situaciones lo cual permite a una persona acoplarse a esta (Bericat, 2012)

- **Empatía:** es una habilidad en donde las personas pueden llegar a entender las dificultades más difíciles desde diversas perspectivas, además poder cooperar en su resolución (Prestes, 2016).
- **Inteligencia:** es la habilidad a nivel mental que implica la capacidad de razonar, resolver dificultades, realizar planes, tener un pensamiento abstracto y entender ideas completas, además de aprender a partir de las experiencias de algunas situaciones (Cabas, 2017)
- **Inteligencia emocional:** facultad de identificar los sentimientos de uno mismo y a de otras personas, a partir de la automotivación para así sobrellevar las emociones de manera acertada hacia uno mismos como a los demás (Goleman, 1985).
- **Interpersonal:** habilidad de entender a las demás personas y relacionarse con ellos de manera adecuada (Lizarro y Umaña, 2008).
- **Intrapersonal:** habilidad que tiene un individuo para crear una perspectiva respeto a ellos mismos y usar dicho entendimiento para guiar su vida cotidiana (Lizarro y Umaña, 2008).
- **Motivación:** es la importancia que llega a descubrir un individuo hacia un objetivo, lo cual implica la creación de un aumento de un impulso para realizar la actividad (Estrada, 2018).
- **Optimismo:** cualidad de las personas que se da debido a circunstancias internas o externas de ella misma (Gonzales y López, 2018).
- **Regulación emocional:** grupo de protocolos internos que ayudan a manejar, valorar y transformar las reacciones que cada persona tiene para llegar a sus objetivos (Jiménez, 2018).
- **Sentimientos:** es un estado de afectivo que tienen las personas el cual puede cambiar en el transcurso del día de acuerdo a la situación por la que se esté atravesando, pero puede llegar a durar bastante tiempo (Narvárez, 2015).
- **Tolerancia a la frustración:** es la habilidad para sobrellevar situaciones difíciles, complicadas y estresantes que una persona puede estar pasando (Montero, 2020).

III. MÉTODO

3.1. Tipo y Diseño de Investigación:

3.1.1. Tipo:

De acuerdo a la orientación, la presente investigación es aplicada ya que Sánchez, Reyes, Mejía (2018) ya que se utilizarán los conocimientos logrados para poder dar solución a un conflicto, es decir, se desarrollará un programa de inteligencia emocional el cual ayudará a obtener un propósito para la solución del problema.

Por otro lado, a partir del alcance de esta será explicativa, debido a que para Hernández, Fernández y Baptista (2014), se realizará más que solo una descripción conceptual, de fenómenos o de plantear una relación entre los conceptos que tiene la investigación; esta se encuentra orientada a contestar cuales, con las causas del objeto de estudio, además de que explica el porqué de las consecuencias de este y en qué circunstancias de pueden dar.

Finalmente, en relación a la forma de inferencia, el estudio es hipotético – deductivo debido a que en un inicio se generó una hipótesis tomando en cuenta el marco teórico, para luego contrarrestar está de manera empírica y obtener resultados. (Arias, 2021).

3.1.2. Diseño

En cuanto al enfoque, este será mixto ya que Hernández, Fernández y Baptista (2014) mencionan que inicialmente se cuantificará para después cualificar y terminar realizando un análisis de los resultados.

Asimismo, el diseño será experimental (pre – experimental) ya que se realizará la aplicación de una pre prueba la cual se aplicará antes de realizar la manipulación de la variable independiente y una post prueba que podrá evaluar el efecto que el programa realizado tuvo en la población.

Donde:

GE: grupo experimental

X: programa de desarrollo de inteligencia emocional

01: pre test

02: post test

Por otro lado; el tipo de inferencia es hipotético – deductivo, el periodo en que se va a ejecutar es transversal debido a que se realizará la aplicación en un tiempo determinado.

3.2. Variables, Operacionalización (enfoque cuantitativo)

Variable independiente: Programa de desarrollo de inteligencia emocional

Variable dependiente: Ansiedad.

3.3. Población, muestreo y muestra (enfoque cuantitativo)

La población está constituida por 30 niños de entre 9 a 10 años aproximadamente de un centro educativo en la ciudad de Cajamarca, a quienes se les aplicará un instrumento de evaluación de que mide los niveles de ansiedad en niños.

Con el propósito de triangular la información se consideró también a la profesora encargada de los alumnos, y a un profesional de salud mental que labora en la institución educativa.

La muestra será de tipo no probabilístico, el cual se encuentra compuesta por el mismo grupo que la población, a los cuales y tendrá en consideración los siguientes criterios.

Tabla 2

Tamaño de la muestra

N°	Participantes del estudio	Frecuencia
1	Servicio de psicología	1
2	Alumnos	30
3	Docentes	1
Total		32

Nota: Se muestra las fuentes de verificación para el tratamiento de los datos estadísticos

3.4. Técnicas e instrumentos de recolección de datos, validez y confiabilidad.

Se utilizó la entrevista como técnica para recolectar información de manera fiable.

Instrumento:

El instrumento a utilizar es la Lista de Chequeo Conductual de la Ansiedad en Niños creado por Ida Alarcón en 1993, en Lima, la finalidad del presente instrumento es conocer los diversos indicadores de la ansiedad en los niños de 6 a 12 años, y comprender la frecuencia en la que se dan los indicadores.

La autora tomo en cuenta a cuatro componentes de la ansiedad: emocional, cognitivo, motor y fisiológico. En un inicio la prueba presentaba 31 preguntas, pero 5 fueron quitadas y finalmente terminó teniendo 26 ítems, estos se encuentran valorados en una esca de 0 a 2.

Su calificación se basa en reconocer el valor de la respuesta dada en donde 0 es nunca, 1 algunas veces y 2 frecuentemente. El puntaje máximo que se obtiene por cada pregunta es de dos puntos y el mínimo es de cero.

En cuanto a la interpretación de la prueba se debe de tener en cuenta que cuanto más elevado sea el puntaje existirá un nivel alto de ansiedad; la escala de esta prueba fluctúa entre normal que es de 0 a 7 puntos, leve de 8 a 15 puntos y marcada de 16 a 52 puntos, además, la validez de este instrumento es de 0,8481, lo cual es altamente significativo y la confiabilidad fue de 0,9293, que también es significativo.

Por otro lado, también se realizó la validez del instrumento a través de criterio de jueces, los cuales fueron 4 psicólogos, ellos indicaron que el instrumento si era confiable para su aplicación. Asimismo, se obtuvo la confiabilidad de la prueba el cual fue 0.882 esto denota que la prueba es confiable para su aplicación a la población.

3.5. Procedimientos de análisis de datos

Una vez aplicado el instrumento de recolección de datos, los datos son ingresados al programa IBM SPSS Statistics versión 26 y fueron procesados, obteniéndose así la

confiabilidad, validez, la contrastación de la hipótesis planeada, gráficos, tablas, finalmente se realizó el análisis y la interpretación de los mismos.

3.6. Criterios éticos

Belmont (1979) menciona tres principios fundamentales para trabajar con personas en una investigación, los cuales son:

- Respeto por las personas: permitirles elegir libremente si quieren o no ser parte de la investigación, todo esto después de haber recibido toda la información correspondiente a esta, lo que se evidenciará a partir del consentimiento y asentimiento informado donde aceptan libremente ser parte de la investigación.
- Beneficencia: se debe tener en cuenta el aumento de los beneficios y la reducción de los riesgos hacia las personas que participan.
- Justicia: garantizar que la investigación sea aplicada de forma equitativa y así evitar los riesgos

3.7. Criterios de Rigor científico

La presente investigación responde a los siguientes principios ya que es importante obtener resultados acreditables, para así lograr entender el nivel práctico de rigor. Por ello Guba y Lincoln (1981) plantea los siguientes criterios:

- Credibilidad: se refiere a valorar las distintas situaciones de un trabajo de investigación, con tal manera que sea demostrable y que presente resultados fiables que se comprueben en conexión con el orden de la investigación.
- Transferibilidad: el producto que brinde la investigación no es variable y no se le puede adjudicar a otros entornos.
- Dependencia: es el nivel de coherencia y consistencia que los resultados han brindado.
- Confirmabilidad: nivel de intervención que el investigador ha tenido, con la confianza de que la investigación es beneficiosa, sólida y ha sido explicada a través de los instrumentos empleados, además que los datos conseguidos no han sido adulterados.

IV. RESULTADOS:

Se realizó un diagnóstico sobre el estado actual de la dinámica del desarrollo de inteligencia emocional con el propósito de recabar la información sobre los niveles de ansiedad en los alumnos de una institución educativa de Cajamarca, a través de la aplicación de la Lista de Chequeo de Ida Alarcón. Con el fin de recolectar información de nivel estadístico acerca de la dinámica del objetivo, es a partir de esto, que se elaboró dos cuestionarios los cuales van dirigidos a la población objetivo, el primero es para los estudiantes de nueve y diez años y el segundo es para la tutora y psicóloga de la escuela. Este cuestionario ha sido aplicado a una población de 30 estudiantes y 1 docente, 1 psicóloga y 1 interna de psicología, el cual presenta 26 ítems en ambos casos.

Tabla 3

Rango de edad de los estudiantes

Edad	Frecuencia	Porcentaje
9 años	29	96.7%
10 años	1	3.3%
Total	30	100%

Nota: Tabla de análisis de resultados de pre test

A partir de la tabla 3, se puede observar que el 96.7% de los alumnos se encuentran dentro del rango de edad de 9 años, mientras que el 3.3% está dentro de los 10 años.

4.1. Resultados del pretest, sobre los niveles de ansiedad en niños de una institución educativa:

Tabla 4

Resultados generales de los niveles de ansiedad de los estudiantes – pre test

Nivel de ansiedad	Frecuencia	Porcentaje
Leve	13	43.3%
Marcada	12	40%
Normal	5	16.7%
Total	30	100%

Nota: Tabla de análisis de los resultados de pre test

En la tabla 4 se evidencia los niveles de ansiedad, en donde el que tiene mayor predominancia en los niños de 9 a 10 años es la leve con un porcentaje de 43.3%, luego está la marcada con un 40% y finalmente está el nivel de ansiedad normal con 16.7%. evidencia así que los estudiantes presentaron un nivel de ansiedad significativo.

Tabla 5

Resultados generales de los niveles de ansiedad de los estudiantes de la dimensión motora – pre test

Nivel de ansiedad de la dimensión Motora	Frecuencia	Porcentaje
Leve	17	56.7%
Marcada	11	36.7%
Normal	2	6.6%
Total	30	100%

Nota: Tabla de análisis de los resultados de pre test

La tabla 5, muestra los niveles de ansiedad en cuanto a la dimensión motora la predominancia es el nivel normal con un porcentaje de 56.7%, luego sigue el leve con un 36.7% y finalmente la marcada con un 6.7%. Esto indica que la mayoría de estudiantes no presentan sintomatología a nivel motor en cuanto a la ansiedad, pero hay un porcentaje significativo que si la tiene.

Tabla 6

Resultados generales de los niveles de ansiedad de los estudiantes de la dimensión cognitiva – pre test

Nivel de ansiedad de la dimensión Cognitiva	Frecuencia	Porcentaje
Leve	19	63.4%
Marcada	10	33.3%
Normal	1	3.3%
Total	30	100%

Nota: Tabla de análisis de los resultados de pre test

En la tabla 6 se observa los niveles de ansiedad en cuanto a la dimensión cognitiva, en donde el 63.3% un nivel normal, el 33.3% leve y 3.3% marcada. Dando a entender que algunos estudiantes presentan baja sintomatología a nivel cognitivo en cuanto a la ansiedad.

Tabla 7

Resultados generales de los niveles de ansiedad de los estudiantes de la dimensión emocional – pre test

Nivel de ansiedad de la dimensión emocional	Frecuencia	Porcentaje
Leve	21	70%
Marcada	8	26.7%
Normal	1	3.3%
Total	30	100%

Nota: Tabla de análisis de los resultados de pre test

En la tabla 7 se observa los niveles de ansiedad en cuanto a la dimensión emocional, en donde el nivel con mayor porcentaje es el normal con un 70%, mientras que el leve presenta un 26.7% y finalmente el nivel marcado con un 3.3%.

Tabla 8

Resultados generales de los niveles de ansiedad de los estudiantes de la dimensión fisiológica – pre test

Nivel de ansiedad de la dimensión fisiológica	Frecuencia	Porcentaje
Leve	10	66.7%
Normal	20	33.3%
Total	30	100%

Nota: Tabla de análisis de los resultados de pre test

Los resultados evidencian que en la tabla N8 que en cuanto a la dimensión fisiológico el 66.7% se encuentra dentro de un nivel normal, mientras que el 33.3% muestra un nivel leve, dando como resultados que hay algunas dificultades en esta dimensión.

4.2. Resultados sobre los niveles de ansiedad en niños de una institución educativa según la perspectiva del personal pedagógico (docente, psicóloga e interna de psicología)

Tabla 9

Distribución según el nivel de percepción de los niveles de ansiedad. Encuesta realizada a la docente y psicóloga de la institución

Nivel de ansiedad de los estudiantes	Frecuencia	Porcentaje
Marcada	2	75%
Leve	1	25%
Total	30	100%

Nota. Distribución según nivel de percepción de los niveles de ansiedad en estudiantes percibido por parte de la docente y la psicóloga de la institución educativa.

En la tabla 9 se muestra los resultados de las encuestas aplicadas a la docente y a la psicóloga de la institución educativa, en donde se evidencia que los alumnos presentan un nivel marcado de ansiedad con un 50% y un nivel leve con un 50% dando a entender que hay la presencia de sintomatología en los alumnos.

Tabla 10

Distribución según el nivel de ansiedad por dimensión, Encuesta aplicada a la docente y al área de psicología de la I.E.

Dimensiones	Nivel					
	Normal		Leve		Marcada	
	Fi	%	Fi	%	Fi	%
Motora	1	25%	2	75%	0	0%
Cognitiva	0	0%	3	100%	0	0%
Emocional	1	34%	1	33%	1	33%
Fisiológica	3	100%	0	0%	0	0%

Nota. Se muestra los resultados de la distribución según el nivel de percepción de la variable de ansiedad en sus 4 dimensiones.

En la tabla 10, se muestra la percepción por parte de la docente y el personal del área de psicología en cuanto a los niveles de ansiedad, obteniéndose que en la dimensión motora existe un 75% , el cual indica que se encuentra en un nivel leve, en la segunda dimensión que es cognitiva se ha obtenido un puntaje de 100% en el nivel leve, dando a entender que tanto la docente como las personas que se encuentran encargadas en el área de psicología creen que los alumnos presentan un leve nivel de síntomas cognitivos; en la dimensión emocional, el puntaje que se ha obtenido en los tres niveles es de 33.3% y finalmente en la dimensión fisiológica el nivel con mayor predominancia es el nivel normal con un 100%.

4.3. Resumen de los hallazgos encontrados en el instrumento aplicado a docentes y personal de psicología, así como a los estudiantes sobre los niveles de ansiedad en niños de una institución educativa.

Tabla 11

Nivel de ansiedad por dimensiones. Aplicado a estudiantes y a la docente encargada y al personal del área de psicología de la I.E.

Nivel en dimensiones	Instrumento aplicado para la recolección de datos			
	Cuestionario a estudiantes		Cuestionario a docente y personal de psicología	
	Fi	%	Fi	%
Motora				
Normal	17	56.7%	1	75%
Leve	11	36.7%	2	25%
Marcado	2	6.6%	0	0%
Cognitiva				
Normal	19	63.4%	0	0%
Leve	10	33.3%	3	100%
Marcado	1	3.3%	0	0%
Emocional				
Normal	21	70%	1	34%
Leve	8	26.7%	1	33%
Marcado	1	3.3%	1	33%
Fisiológico				
Normal	20	67.7%	3	100%
Leve	10	33.3%	0	0%
Marcado	0	0%	0	0%

Nota. Se evidencia los resultados del pre test aplicado a los estudiantes, a la docente y al personal de psicología de la I.E.

En la tabla 11 se muestra el resumen de los resultados hallados antes de la aplicación del programa de inteligencia emocional al grupo experimental, esto se exhibe a partir de frecuencias, porcentajes y de las dimensiones de la variable dependiente que es ansiedad, los cuales han sido obtenidos a través de la aplicación del instrumento a 30 alumnos y 3 fuentes de verificación. En donde se obtuvo que en la dimensión motora los alumnos presentan el nivel más predominante en normal con un 56.7%, mientras que las fuentes de verificación consideran que este se encuentra en un nivel leve con 25%. En cuanto a la dimensión cognitiva los alumnos obtuvieron un 63.3% en la dimensión normal, mientras que la docente y las personas encargadas del área de psicología consideran que el nivel con mayor auge es el leve con un 100%. En la tercera dimensión, la cual es la cognitiva para los estudiantes el porcentaje con mayor relevancia se encuentra en el nivel normal con un 70%, mientras que para las fuentes de verificación los tres niveles se encuentran con el mismo porcentaje 33.3% y finalmente en la dimensión fisiológica, tanto para los estudiantes como para las fuentes de verificación el porcentaje con mayor relevancia se encuentra en el nivel normal, siendo 66.7% y 100% respectivamente.

A partir de los resultados obtenidos, se puede concluir que existe una clara percepción de los niveles en todas las dimensiones por parte de los alumnos, de la docente y las personas encargadas del área de psicología, los cuales apuntan a un nivel de leve a normal, diferenciando solo en la cantidad del porcentaje en alguna de estas.

V. DISCUSIÓN:

En cuanto a los resultados encontrados, se encontró que existen algunas similitudes con otros estudios o investigaciones científicas realizadas. Es así que para poder llegar a las causas del problema se inició con el análisis de los síntomas, con el fin de poder tener un mejor diagnóstico y así que el programa de Inteligencia Emocional planteado tenga un mejor efecto sobre la Ansiedad en estudiantes. Uno de los primeros resultados que se encontró fue el Nivel de Ansiedad, en donde el leve presenta un porcentaje de 43.3%, mientras la marcada tiene un 40% y el normal 16.7%. Resultados similares hallaron Pérez y Cernuda (2020) en su investigación, en donde encontró que el 63.13% de los niños presentan un nivel de ansiedad y estrés alto, de la misma manera Mites (2022) en su estudio descubrió que los alumnos de 8 a 12 años presentan un nivel de ansiedad elevado, es así que se puede ver que la población que se encuentra dentro de los 8 a 12 años presentan un nivel de ansiedad de medio a alto, lo cual indica que existe cierto grado de dificultad para poder sobrellevar ciertas situaciones del ambiente que le rodea.

En cuanto a las dimensiones de la ansiedad, como son motor, fisiológico, emocional y cognitivo, se halló que el nivel predominante en el aspecto motor es el nivel leve con un 56.7% y con un nivel marcado de 36.7%, en cuanto a la dimensión fisiológica el nivel con mayor prevalencia es la marcada con un 66.7%, en la dimensión emocional el nivel que prepondera es el leve con un 70% y el marcado con un 26.7% y finalmente en la dimensión cognitiva los niveles que sobresalen más es el leve con un 63.3% y el marcada con un 33.3%. Estos resultados evidencian lo que dijeron Cisneros y Mantilla (2016) en donde indican que al presentar ansiedad los niños, comienzan a tener procesos cognitivos sobrevalorados sobre las situaciones que viven en su día a día, lo cual llega a perjudicar en manera en que él se desenvuelve, por ejemplo, problemas a nivel educativo, bajos niveles de autoestima, sentimientos de soledad, dificultades a nivel de salud (citado en León, 2019).

Los hallazgos han ayudado a tener una mejor base para poder llegar a entender cuáles son las causales que generar dificultad para que los estudiantes presenten ansiedad, ya que estos se encuentran dentro de los niveles leve y marcada con un 83%, es por ello que Alaya et al. (2021) las personas que presentan problemas de depresión o ansiedad tienen un bajo nivel de inteligencia emocional, ya que existe un aumento en la capacidad de poder llegar a afrontar situaciones que generar estrés y no pueden manejar emociones de índole negativo.

Por otro lado, León (2019) menciona que la ansiedad genera incomodidad y malestar en donde los niños pueden llegar a exteriorizarlos a partir de llantos, rabietas, ira, bajo rendimiento en la escuela o también puede llegar a generar en el niño un tipo de distorsión cognitiva ya que este puede crear que hay situaciones o eventos amenazantes cuando no lo son.

Es así que el programa de Inteligencia Emocional para Reducir los Niveles de Ansiedad reunió las características de efectividad, ya que se ha podido investigar como una variable influye dentro de la otra, en donde se puede ver que el grado de asociación es de nivel moderado, lo cual permitió que se puedan estudiar las casusas y los efectos de los indicadores de las dos variables. Todo esto ayudó a que se evidenciará que existe una insuficiencia en el proceso de desarrollo de inteligencia emocional el cual genera la presencia de ansiedad en los niños. Resultados con la misma similitud encontraron Sánchez et al. (2020) en donde indican que el desarrollar habilidades socio – emocionales es un aspecto importante en la vida de toda persona ya que estas ayudarán a poder enfrentar diversas situaciones que se presentan en el día a día. Asimismo, Carrillo y Condo (2016) indican que las personas que tienen un mayor nivel de inteligencia emocional van a presentar menos niveles de ansiedad ya que el tener un adecuado manejo de las emociones habrá una mejor resolución de dificultades (citando en Sandoval, 2020).

VI. APOORTE PRÁCTICO

“Programa de desarrollo inteligencia emocional para disminuir los niveles de ansiedad en niños de una institución educativa”

Se propone el presente programa como solución a una problemática que se encuentra relacionada a los trastornos del estado de ánimo, específicamente a los trastornos de ansiedad, dicha dificultad fue diagnosticada y cotejada desde la parte empírica, teórica y estadística en los alumnos de una escuela.

Alonso et al. (2018) menciona que las investigaciones sobre ansiedad son muy importantes ya que la prevalencia de dicho trastorno oscila entre el 10% de la población a nivel mundial. Por otro lado, Franz (2013, citando en Regalado, 2020) indica que los niños son una población vulnerable ya que algunos infantes que se encuentran entre los 2 a 5 años pueden presentar un nivel de ansiedad entre 10% a 20%, esta cifra es preocupante, ya que el sufrir de altos niveles de ansiedad durante la niñez genera repercusiones negativas en su desarrollo, por ejemplo a nivel social, familiar, escolar, además de que su autoconcepto y autoestima cambia, así como la formación interpersonal, debido a estas cifras se considera de relevante realizar un estudio que se encuentre orientado a estudiarla ansiedad en niños.

Asimismo, Sánchez y Cohen (2020) indican que esta dificultad suele manifestarse en niños y adolescentes llegando a ser algo que puede estar presente todos los días por lo que puede convertirse en algo crónico. Para Jaramillo et al. (2022) algunas de las causas por las que los niños presentan esta dificultad es debido a que suelen ser víctimas de violencia domestica o vivir dentro de un ambiente donde existe algún tipo de violencia, también se encuentra relacionado el lugar en donde viven, el tiempo que pasan en los celulares, el nivel económico que tienen sus familias. De la misma manera, Franco et al. (2014, citado en Regalado, 2020) menciona que el estilo de crianza, el apego, los vínculos familiares y el clima dentro del hogar también pueden llegar a causar la existencia de ciertas alteraciones tanto a nivel conductual como emocional todo esto conlleva a que el infante presente consecuencias negativas para sí mismo las cuales muchas veces no puede llegar a identificarse generando que el problema que presente se vuelva mucho más grande. Finalmente, Whalen et al. (2017) indica que la ansiedad en los niños se puede evidenciar a través de la manera en que este evita ciertas situaciones, así como la existencia de mayor aferramiento hacia la figura de

apego (madre, padre o la personas que se encarga de cuidarlo), además de la presencia de rabietas y el enfado (citado en León, 2019).

6.1. Fundamentación del aporte práctico:

La presente actividad se desarrolló con el objetivo de definir y organizar un programa sobre inteligencia emocional para prevenir y abordar el trastorno de ansiedad en niños de una institución educativa, debido muchas veces existen cambios a nivel familiar, social y físico que llegan a afectar en el desarrollo psicosocial de los infantes. Es así que Goleman (1995) refiere que la inteligencia emocional es la capacidad que tienen las personas para identificar sus emociones y sentimientos y de las otras personas, además de fomentar que cada una pueda llevar de manera adecuada sus emociones, fomentando así un mejor desarrollo; es por ello que Shapiro (1977) menciona que el tener una educación a nivel emocional es muy importante ya que permite que la persona descubra y entienda sus emociones, además el realizarlo durante la etapa de la niñez ayuda a que el niño comprenda cual es la manera adecuada de sobrellevar ciertas situaciones, por eso es importante que los cuidadores principales tengan en cuenta que ellos serán el modelo a seguir de los niños y esto es debido a que durante esta etapa ellos aprenden por observación y por ende copiará los modelos de conducta de sus cuidadores y así formarán su madurez emocional.

Es así que para la Organización Mundial de la Salud (2002) menciona que la prevención en cuanto a la inteligencia emocional es muy importante ya que permite brindar herramientas para que las personas enfrenten situaciones de manera adecuada y así brindar una estabilidad para su salud mental (citado en Julca, 2021).

Los programas basados en la inteligencia emocional se encuentran centrados en un grupo de herramientas que buscan el fortalecimiento del crecimiento de las cualidades orientadas a la conciencia emocional de cada persona. Cejudo et al. (2017) indica que estos programas ayudan a que diversas personas tengan un adecuado autoconcepto, además de que disminuye los niveles de ansiedad que presentan algunas personas debido a los problemas que existen en la vida diaria. También mencionan que la inteligencia emocional puede ser educada y susceptible para que esta mejore a partir de un programa de intervención.

Schutte et al. (2013) realizaron investigaciones sobre distintos programas de inteligencia emocional y es a partir del análisis de estos que llegaron a la conclusión de que esta puede fortalecerse a partir de una formación y enseñanza adecuada.

Julca (2021) refiere que los programas de intervención, desde la parte de promoción de inteligencia emocional se encuentran orientados en el desarrollo de actividades en donde se trabaje estrategias y técnicas que se encuentran dirigidas a la autorregulación emocional y al control de las emociones de las personas, que comprende capacidades para una adecuada interacción social.

El mismo autor refiere que los programas de inteligencia emocional para reducir la ansiedad han presentado eficacia desde un modelo cuasiexperimental, por lo que lo sugieren como un tratamiento de elección para abordar los problemas de ansiedad.

A partir de lo anteriormente mencionado, se observa que los programas de inteligencia emocional son eficaces para prevenir y tratar los problemas de ansiedad ya que brindan las herramientas y estrategias necesarias para poder sobrellevar las diversas situaciones.

6.2. Construcción del aporte práctico:

A partir del descubrimiento de la existencia de altos niveles de ansiedad en niños, en donde dicha información fue sustentada tanto por la docente encargada del salón como por el personal del área de psicología de la institución educativa. Se propuso un programa de inteligencia emocional con el propósito de reducir los niveles de ansiedad, con el objetivo de prevenir que el problema siga creciendo.

Por tal motivo, el programa cuenta con seis momentos, expuestas más adelante:

Momento I: Introducción – Fundamentación: Se delimita la ubicación del entorno y del problema que se tiene que solucionar, de la misma manera se explica las bases teóricas del enfoque de inteligencia emocional que fundamenta el programa que se plantea.

Momento II: Diagnóstico: Se evidencia la problemática que presenta el grupo experimental, revelando los datos necesarios para la creación del programa, se muestra la

sintomatología de los estudiantes, en donde se logró identificar los objetivos y las actividades que se aplicarían en cada una de las sesiones del programa a desarrollar. En este momento es necesario utilizar una serie de estrategias y herramientas de investigación como:

- **Revisiones bibliográficas:** es el análisis minucioso de la literatura relacionada con el tema de investigación, se utilizaron tanto fuentes primarias como secundarias como libros y artículos científicos.
- **Cuestionario:** se empleó la elaboración de un cuestionario que fue validado por juicio de expertos, asimismo se desarrolló una prueba piloto conformada por 50 estudiantes. Las indicaciones y los ítems de la escala se encuentran detallados al inicio del protocolo de aplicación del instrumento, por último, estos cuestionarios fueron aplicados a la población que está conformada por 30 estudiantes, 1 profesora, 1 psicóloga y 1 interna de psicología que decidieron participar de forma voluntaria en la presente investigación.
- **Juicio de expertos:** se llevó a cabo la validación de contenido de los instrumentos a través de juicio de expertos, en la presente validación participaron 4 expertos, los cuestionarios se encuentran dirigidos para estudiantes, para la profesora encargada del salón y para el personal del área de psicología de la escuela.
- **Construcción metodológica:** Proceso de desarrollo del programa, planteamiento de las sesiones con los objetivos alcanzables y claros, reconocimiento por dimensiones e indicadores, los cuales son:
 - **Síntomas fisiológicos:** con los indicadores de sudoración, tensión, cansancio, cansancio, taquicardias, náuseas.
 - **Síntomas emocionales:** relacionado a la intranquilidad, el miedo, dificultad para tomar decisiones, la incertidumbre, irritabilidad.
 - **Síntomas cognitivos:** Dificultad para la realización de actividades, preocupación excesiva, distorsión del pensamiento, dificultad para concentrarse, confusión, dificultades de memoria.
 - **Síntomas motores:** Intranquilidad motora, dificultad para caminar, dificultad para hacer actividades físicas.

Resultados del diagnóstico:

Dimensión Síntomas fisiológico:

- Constantemente sienten que su corazón late rápido.
- Frecuentemente tienen dolores de estómago.
- A menudo tienen ganas de comer mucho más que antes.
- Habitualmente la cara se le pone roja.
- Continuamente le sudan las manos y los pies.
- Seguidamente se sienten débiles y se cansan con facilidad.
- Tienen ganas de ir al baño con mucha frecuencia.
- Mayormente no quieren comer cuando se encuentran nerviosos.
- A veces sienten que se ahogan.
- Tienen náuseas continuamente.
- Sienten dolores de cabeza de manera constante.
- A menudo tienen dolores o sienten opresión en el pecho.
- Constantemente sienten que se van a desmayar.

Dimensión Síntomas emocionales:

- Habitualmente tienen pesadillas.
- A veces se enojan o se angustian con mucha facilidad.
- Suelen tener miedo a varias cosas.
- Constantemente tienen colera por cualquier motivo.
- Mayormente tienen ganas de llorar.

Dimensión Síntomas cognitivos:

- A veces creen que los otros niños se burlan de él, aunque no se lo digan.
- Constantemente se olvidan de lo que estudiaron al momento de rendir algún examen.
- Suelen pensar que les va a ir mal en la escuela.
- Frecuentemente piensan que les va a pasar algo malo.

Dimensión Síntomas motores:

- A veces les tiemblan las manos o los pies cuando se encuentran nerviosos.
- Suelen morderse las uñas.
- Constantemente se encuentran intranquilos, preocupados por cualquier motivo.
- Habitualmente les rechinan los dientes.

Momento III: Objetivo General: Se establece el objetivo general del programa de inteligencia emocional: Sistematizar el proceso del desarrollo de inteligencia emocional, mediante el diagnóstico de los síntomas fisiológicos, emocionales, cognitivos y motores, para la prevención y tratamiento de la adicción a las redes sociales en los niños de 9 a 10 años de una institución educativa en la ciudad de Cajamarca.

Momento IV: Sistema de procedimiento: A partir de los resultados obtenidos por medio del diagnóstico que se realizó por medio de la aplicación del pre test, se encontró indicadores en un nivel alto, ligado con las dimensiones que intervienen en la salud mental de los estudiantes de la institución educativa, como es la dificultad para tomar decisiones, para realizar actividades, para concentrarse, distorsión del pensamiento, problemas de memoria, dificultad para caminar, para realizar actividades físicas, preocupación excesiva, intranquilidad, miedo, tensión, cansancio, sudoración, entre otros problemas a nivel emocional y conductual, las cuales se encuentran generando un efecto negativo en el bienestar emocional de los niños, afectando a su desarrollo social y personal. A partir de esto, se propone un programa de inteligencia emocional, que se encuentra orientado a la prevención y tratamiento de la ansiedad en niños ya que es un tema relevante para los profesionales multidisciplinarios del pensamiento y la conducta. Por tal motivo se consideró implementar de forma estratégica y bajo un marco de planificación las diferentes sesiones propuestas, esta se dividió en 4 fases, la primera orientada a la psicoeducación sobre ansiedad e inteligencia emocional, otras tres se centran en dinamizar las dimensiones de inteligencia emocional, a su vez esta se encuentra dividido en 11 sesiones, en donde se enfocan los indicadores de cada dimensión y en el tratamiento con el desarrollo de inteligencia emocional.

Etapa 1 Conceptualización de ansiedad e inteligencia emocional en niños.

Objetivo general:

- Conceptualizar la ansiedad y la inteligencia emocional en niños de una institución educativa.

Actividades previas:

- Determinar los síntomas que presentan los niños
- Determinar las consecuencias que genera la ansiedad en los niños
- Definir el plan de actividades a desarrollar.
- Explicar el concepto de inteligencia emocional y la importancia que tiene para el afrontamiento de la ansiedad.

Primera Fase: Psicoeducación en ansiedad e inteligencia emocional

Objetivo:

- Explicar el término ansiedad, la sintomatología y las consecuencias en los niños promoviendo la importancia de una adecuada inteligencia emocional.

Actividades previas:

- Explicar sobre las acciones a desarrollar, las sesiones, las normas a seguir y el tiempo de duración.
- Actividades para fomentar la comunicación y la participación de los niños.
- Explicar el tema y organizar la información.
- Dinámicas de retroalimentación y de reforzamiento en cuanto al tema.

Responsable: Psicóloga

Etapa 2: Interpretación de la sintomatología ansiosa y su afrontamiento

Objetivo general:

- Sistematizar el uso de inteligencia emocional para el adecuado afrontamiento la ansiedad.

Actividades previas:

- Identificar los síntomas que presentan los niños.
- Definir actividades a realizar.
- Desarrollar actividades de integración y socialización.
- Fortalecer el autoconocimiento.
- Fomentar la autorregulación.
- Fortalecer el uso de habilidades sociales.

Segunda Fase: Ansiedad: el autoconocimiento y la regulación emocional**Objetivo:**

- Facilitar el autoconocimiento y brindar estrategias para la regulación emocional en los niños, fomentar el bienestar emocional.

Actividades previas:

- Conceptualizar el tema de autoconocimiento y autorregulación emocional.
- Brindar técnicas que fomenten el autoconocimiento y la autorregulación emocional.
- Identificar desencadenantes.
- Dinámicas de retroalimentación y de reforzamiento en cuanto al tema.
- Brindar técnicas que fomenten el autoconocimiento y autorregulación emocional.

Responsable: Psicóloga

Tercera Fase: Ansiedad: la motivación y empatía.**Objetivo:**

- Fortalecer la motivación que tienen los estudiantes para mejorar la habilidad de establecer sus objetivos promoviendo la comprensión y el manejo adecuado de la ansiedad, impulsando la empatía.

Actividades previas:

- Conceptualización del tema
- Identificar las fuentes de motivación de cada estudiante
- Fomentar el desarrollo de empatía a través de actividades.

- Practicar la escucha activa y la comunicación asertiva en cada niño.
- Fomentar la integración de las habilidades adquiridas durante las sesiones.

Responsable: Psicóloga

Cuarta Fase: Ansiedad y las habilidades sociales

Objetivo:

- Desarrollar y fortalecer las habilidades sociales en los niños, fomentando el adecuado afrontamiento de situaciones ansiosas mejorando así las relaciones interpersonales.

Actividades previas:

- Conceptualización del tema
- Identificar las situaciones que generan ansiedad en cada participante.
- Mejorar las habilidades de comunicación verbal y no verbal.
- Practicar habilidades de resolución de conflictos.

Responsable: Psicóloga

Tabla 12

Cuadro resumen sobre el sistema de procedimiento

Primera fase		Psicoeducación
Objetivo general: Explicar el termino ansiedad, la sintomatología y las consecuencias en los niños promoviendo la importancia de una adecuada inteligencia emocional.		
Indicadores: Ansiedad, inteligencia emocional.		
Sesión 1	Título: Ansiedad ¿Un monstruo o un amigo?	Objetivo: Brindar información sobre la ansiedad
Sesión 2	Título: Descubriendo la inteligencia emocional	Objetivo: Socializar los conocimientos sobre la inteligencia emocional
Segunda fase		Ansiedad: el autoconocimiento y la regulación emocional
Objetivo general: Facilitar el autoconocimiento y brindar estrategias para la regulación emocional en los niños, fomentar el bienestar emocional.		
Indicadores: Autoconocimiento, autorregulación emocional.		
Sesión 3	Título: Autoconocimiento: una aventura hacia mi yo – Parte 1	Objetivo: Motivar a los niños explorar y reflexionar sobre sus pensamientos, emociones y creencias sobre sí mismos,

Sesión 4	Título: Autoconocimiento: una aventura hacia mi yo – Parte 1	Objetivo: Fomentar en los niños la identificación de fortalezas y debilidades personales.
Sesión 5	Título: Emociones en equilibrio	Objetivo: Estimular la identificación de las emociones positivas y negativas en los niños.
Sesión 6	Título: El show de las emociones	Objetivo: Brindar estrategias que permitan a las niñas y los niños expresar de forma adecuada
Sesión 7	Título: Controlando y riendo	Objetivo: Proporcionar estrategias de autorregulación emocional para reducir la ansiedad en situaciones abrumadoras.
Tercera fase		Ansiedad: la motivación y empatía.
Objetivo: Fortalecer la motivación que tienen los estudiantes para mejorar la habilidad de establecer sus objetivos promoviendo la comprensión y el manejo adecuado de la ansiedad, impulsando la empatía.		
Indicadores: Motivación, empatía		
Sesión 8	Título: Motiva y supera	Objetivo: Fortalecer las herramientas motivacionales para afrontar las situaciones que generan ansiedad.
Sesión 9:	Título: Empatía ¡Un abrazo contra la ansiedad!	Objetivo: Promover la comprensión y la práctica de la empatía como estrategia para trabajar frente a la ansiedad.
Cuarta Fase		Ansiedad y las habilidades sociales
Objetivo: Desarrollar y fortalecer las habilidades sociales en los niños, fomentando el adecuado afrontamiento de situaciones ansiosas mejorando así las relaciones interpersonales.		
Indicadores: Asertividad, resolución de conflictos, capacidad de escucha, capacidad de disculparse.		
Sesión 10	Título: Mejorando mis habilidades sociales – parte 1.	Objetivo: Potenciar la resolución de conflictos de los niños para reducir los niveles de ansiedad.
Sesión 11	Título: Mejorando mis habilidades sociales – parte 1.	Objetivo: Reforzar las habilidades comunicativas de los niños para fortalecer sus relaciones interpersonales

Nota. La presente tabla resume el procedimiento del programa de acuerdo a las dimensiones por indicadores, cada uno con sus respectivos objetivos y título.

Tabla 13

Descripción detallada de la sesión 1

Sesión 1			
Momento	Descripción de actividades	Métodos y materiales	Tiempo
Inicio	Comienzo de la sesión: La persona a cargo del programa realiza una introducción, donde se llega a establecer las reglas promoviendo el respeto y una convivencia positiva, asimismo se realiza una dinámica de presentación denominada en dado en donde los niños van a tener que tirar el dado y responder la pregunta que les salga.	Humanos: Alumnos del salón seleccionado. Docente del grado Psicóloga	10 min
Desarrollo	Presentación del tema: Se socializa el tema a través del análisis de una frase en donde se presentan situaciones que genera la ansiedad, se solicita que cada grupo arme su frase y luego la esponga para saber qué es lo que entienden de estas. Finalmente, se les realiza una breve exposición sobre el tema, reforzando los conocimientos que tienen.	Materiales: Dado de papel Solapines Papelotes Cinta Goma Imágenes Papel bond Trípticos	25 min
Cierre	Para realizar el cierre de la sesión se realizará un collage en donde los niños plasmen lo que entendieron sobre la ansiedad.		10 min

Nota. Actividades realizadas durante la sesión 1

Tabla 14

Descripción detallada de la sesión 2

Sesión 2			
Momento	Descripción de actividades	Métodos y materiales	Tiempo
Inicio	Comienzo de la sesión: Se realiza una dinámica de animación denominada el barco se hunde en donde los niños tendrán que	Humanos: Alumnos del salón seleccionado. Docente del grado	10 min

	agruparse conforme va diciendo el facilitador.	Psicóloga	
Desarrollo	Presentación del tema: Se narra el cuento “el monstruo de las emociones a los niños” luego se les brindará un afiche de cada en donde estarán cada emoción y ellos contarán que entendieron y que paso en el cuento. Finalmente, la expositora explicará los conceptos de inteligencia emocional.	Materiales: Cuento el mostro de las emociones. Fichas con dibujos del monstruo Colores	25 min
Cierre	Para realizar el cierre de la sesión a través de una lluvia de ideas sobre lo que han entendido y se les preguntan cómo creen que la inteligencia emocional ayuda a mejorar los síntomas de la ansiedad.		10 min

Nota. Actividades realizadas durante la sesión 3

Tabla 15

Descripción detallada de la sesión 3

Sesión 3			
Momento	Descripción de actividades	Métodos y materiales	Tiempo
Inicio	Comienzo de la sesión: Se realiza una dinámica de animación denominada deshielo el cual consiste en que los niños se trasladen por todo el salón y al momento en que el facilitador diga que se comporten como alguna persona lo hagan y si se cruzan con algún amigo estos tienen que saludarse según la consigna dada.	Humanos: Alumnos del salón seleccionado. Docente del grado Psicóloga	10 min
Desarrollo	Presentación del tema: en esta parte se va a estimular el autoconocimiento de cada alumno a través de la dinámica “yo soy así”, en donde a cada niño se le entregará un papel y tendrá que dibujar o pegar imágenes de todo lo que a ellos les representan. Al terminar esta actividad algunos	Materiales: Papel Lápiz Plumones Imágenes Goma Cajas con espejos dentro	25 min

	expondrán su dibujo y se conversará sobre lo que han colocado	
Cierre	Para realizar el cierre de la sesión se brindará a cada niño una cajita la cual contendrá un espejo dentro, se les pedirá que la abran, pero no digan que es lo que contiene. Finalmente se realizará una lluvia de ideas en donde ellos comentarán como se han sentido y que es lo que pensaron al momento en que abrieron la caja y vieron su contenido.	10 min

Nota. Actividades realizadas durante la sesión 3

Tabla 16

Descripción detallada de la sesión 4

Sesión 4			
Momento	Descripción de actividades	Métodos y materiales	Tiempo
Inicio	Comienzo de la sesión: Se le brindará a cada niño una hoja y un platito con tempera para que pongan su dedo. Una vez pintado el dedo lo colocarán en la hoja y a partir de su huella tendrán que realizar un dibujo de un animal al cual le tendrán que poner cualidades.	Humanos: Alumnos del salón seleccionado. Docente del grado Psicóloga	10 min
Desarrollo	Presentación del tema: en esta parte se va a orientar al auto conocimiento de las emociones, se le brindará a cada niño unas paletas con las emociones y se reforzara la información que se brindó la sesión anterior sobre las emociones, luego se les dará una hoja en donde se encuentra dibujado la silueta de un niño y se les pedirá que pinten que emociones han sentido en la semana y que lo ubiquen en que parte del cuerpo piensan que han sentido.	Materiales: Papel bond Tempera Ficha con silueta impresa Colores	25 min

Cierre	Para realizar el cierre de la sesión se pedirá la participación de algunos niños los cuales compartirán su trabajo y narran que emociones han pintado. Finalmente se realizará una reflexión sobre cómo se han sentido, si les ha sido fácil encontrar o descubrir las emociones y cual fue lo más difícil para ellos.	10 min
---------------	--	--------

Nota. Actividades realizadas durante la sesión 4

Tabla 17

Descripción detallada de la sesión 5

Sesión 5			
Momento	Descripción de actividades	Métodos y materiales	Tiempo
Inicio	Comienzo de la sesión: Se comenzará con la dinámica “Adivina a quien encontré dentro de mí” la cual permitirá la identificación de la emoción que se encuentran teniendo los niños en ese momento a través de un cuento.		10 min
Desarrollo	Presentación del tema: Se trabajará la dinámica “mascaritas de emociones” la cual ayudará a reconocer las emociones que experimentan los niños ante diversas situaciones, se le brindará a cada niño unas cuatro caritas en donde ellos tendrán que dibujar las emociones alegría, enojo, miedo tristeza, luego se le leerá ciertas situaciones en donde ellos elegirán que emoción pueden sentir ante dicha situación.	Humanos: Alumnos del salón seleccionado. Docente del grado Psicóloga Materiales: Cuento Caritas en cartulina	25 min
Cierre	Para realizar el cierre se explicará la dinámica de la tortuguita la cual ayudará a manejar situaciones que generan enojo. Brindado así una estrategia para poder regular cierta emoción.		10 min

Tabla 18

Descripción detallada de la sesión 6

Sesión 6			
Momento	Descripción de actividades	Métodos y materiales	Tiempo
Inicio	<p>Comienzo de la sesión: Se comenzará con la dinámica “La varita de las emociones” que tiene como finalidad expresar diversas emociones mediante expresiones fáciles y corporales. Se le brindará la varita a cada estudiante y el que lo tenga en sus manos tendrá que expresar alguna emoción a partir de los gestos, finalmente se realizará las siguientes preguntas:</p> <ul style="list-style-type: none"> - ¿Qué emociones observaron? - ¿Qué emoción se observó más? - ¿Qué emoción se observó menos? - ¿Hubo alguna emoción que no me quedó clara? - ¿Qué emoción te llamó más la atención? ¿Por qué? 		10 min
Desarrollo	<p>Presentación del tema: Se trabajará la dinámica “telaraña de emociones” a partir de esta dinámica los niños podrán expresar de forma adecuada sus emociones. Se pedirá a los niños que hagan un círculo, la persona encargada del taller iniciará diciendo una emoción y tirará el hilo hacia otras personas, el niño que reciba el hilo tendrá que decir una forma adecuada para expresar esa emoción, esto se hará hasta que participen todos los niños</p> <p>Para finalizar este momento se realizará una pequeña conversación entre todos los integrantes del taller y les consultará cual creen que sea la importancia de la actividad realizada.</p>	<p>Humanos: Alumnos del salón seleccionado. Docente del grado Psicóloga</p> <p>Material es: Cuento Caritas en cartulina Ovillo de hilo Hojas</p>	25 min
Cierre	<p>Para realizar el cierre se explicará la dinámica denominada “ejercitándonos” en donde se explicará algunos ejercicios de relajación para momentos en que el niño tiene nervios o enojo. Para terminar responderán las siguientes preguntas:</p> <p>Cómo se sintieron al realizar los ejercicios? ¿Qué ejercicio le gusto más? ¿Qué ejercicio le gusto menos? - Qué fue lo que aprendieron el día de hoy?</p>		10 min

Nota. Actividades realizadas durante la sesión 6

Tabla 19

Descripción detallada de la sesión 7

Sesión 7			
Momento	Descripción de actividades	Métodos y materiales	Tiempo
Inicio	<p>Comienzo de la sesión: se iniciará la sesión a través de la dinámica “casita de emociones” en la cual los niños lograrán identificar que emociones experimentan con mayor frecuencia estando en el colegio, la casa o con sus amigos. Luego responderán:</p> <p>- Cómo se sienten cuando están en casa? ¿Qué pasa en su hogar para que sienta esa emoción?</p> <p>- Cómo se sienten cuando están su colegio? ¿Qué pasa ahí para que sienta esa emoción?</p> <p>- Cómo se sienten cuando está con sus amigos? ¿Qué pasa ahí para que sienta esa emoción?</p>	<p>Humanos: Alumnos del salón seleccionado.</p>	10 min
Desarrollo	<p>Presentación del tema: Se trabajará la dinámica “Los peces de las estrategias” a través de esta dinámica se les brindará a los niños estrategias para expresar adecuadamente sus emociones. Se le pide a cada niño que piense en una situación en donde haya experimentado una situación y que escriban en su pescadito alguna estrategia que pueden utilizar para sobrellevar dicha situación. Después se colocará los peces en un papelote y los alumnos irán eligiendo un pescadito, finalmente leerán la estrategia que les ha tocado y comentarán en que situaciones pueden utilizar dicha estrategia.</p>	<p>Docente del grado Psicóloga</p> <p>Material es: Lapiceros Hojas Papelotes Goma</p>	25 min
Cierre	<p>Para realizar el cierre se explicará la dinámica denominada “ejercicios de relajación” en donde se explicará a los niños dos tipos de actividades que le ayudarán a relajarse en momentos en donde tienen ansiedad.</p> <p>Finalmente responderán las siguientes preguntas: ¿Cómo se sintieron realizando los ejercicios? ¿Qué fue lo que más les gusto? ¿Qué aprendieron hoy?</p>		10 min

Nota. Actividades realizadas durante la sesión 7

Tabla 20

Descripción detallada de la sesión 8

Sesión 8			
Momento	Descripción de actividades	Métodos y materiales	Tiempo
Inicio	Comienzo de la sesión: se iniciará la sesión a través de la dinámica “piropos al encargo” fomentando a través de esta fortalecer la autoestima de cada estudiante. La dinámica consta de que cada niño les diga un piropo bonito a sus compañeros. Al final de la dinámica se preguntará a los niños como se han sentido, si les ha gustado, si se les fue difícil decir un piropo.	Humanos: Alumnos del salón seleccionado. Docente del grado Psicóloga	10 min
Desarrollo	Presentación del tema: Se trabajará la dinámica “valoremos a nuestro compañero” que tiene como finalidad valorar las capacidades positivas de los demás, aprender a recibir y dar cosas positivas. Se formarán parejas y estas tienen que decir cualidades positivas uno del otro. Al final se pedirá que los alumnos compartan como se han sentido con esta dinámica, si les ha costado decir cualidades o buscarla.	Materiales: Lapiceros Hojas Papelotes Goma	25 min
Cierre	Esta actividad complementa la anterior, ya que una vez que se han escrito cosas positivas dibujaran a su compañero, motivando así mejorar la autoestima de cada niño.		10 min

Nota. Actividades realizadas durante la sesión 8

Tabla 21

Descripción detallada de la sesión 9

Sesión 9			
Momento	Descripción de actividades	Métodos y materiales	Tiempo
Inicio	Comienzo de la sesión: se iniciará la sesión a través de la dinámica “¿por qué haces eso?” fomentando la empatía. Se comenzarán hablando sobre las diversas dificultades que tienen los niños día a día que les generan ansiedad. Luego se pedirá a los niños que se imaginen a ellos en esa situación y como es que se sentirían si les pasara lo mismo, se puede trabajar con situaciones que pasan dentro del salón de clases.		10 min
Desarrollo	Presentación del tema: Se trabajará la dinámica “exploradores de los demás”. En esta dinámica se escogerá a un niño y se le contará una situación la cual puede generar algún síntoma de ansiedad, él debe de imaginarse en dicha situación. Se le preguntará como se ha sentido, que piensa y que cree que podemos hacer para poder sobrellevar dicha dificultad.	Humanos: Alumnos del salón seleccionado. Docente del grado Psicóloga Materiales: Hojas Lapiceros	25 min
Cierre	Se desarrollará la dinámica “Amigo invisible”, en donde los niños deben de hacer un dibujo de uno de sus compañeros, asimismo deben de colocar que cosas creen que les gusta, cuales, con sus intereses, por medio de esta dinámica se trata de motivar a que los niños sean capaces de reconocer los puntos de vista de los demás y favorecer las relaciones sociales que tiene.		10 min

Nota. Actividades realizadas durante la sesión 9

Tabla 22

Descripción detallada de la sesión 10

Sesión 10			
Momento	Descripción de actividades	Métodos y materiales	Tiempo
Inicio	<p>Comienzo de la sesión: se iniciará la sesión a través de la dinámica “Aprendo a entenderte” en la cual se fomentará la empatía, fortalecer las actitudes de cooperación y ayuda y se aprenderá a mostrar los sentimientos e interpretar lo de los demás. Por tal motivo se les dará a los alumnos hojas, las cuales tienen diferente tamaño generando así que a algunos les toque una hoja grande mientras que, a otros unas más pequeñas, lo cual puede generar confusión, es aquí donde se busca fomentar la empatía entre los compañeros.</p>	<p>Humanos: Alumnos del salón seleccionado. Docente del grado Psicóloga</p>	10 min
Desarrollo	<p>Presentación del tema: Se trabajará la dinámica “Pedir perdón” esta dinámica busca aprender a disculparse, mostrar los sentimientos propios y entender los de los demás. Fomentando así la resolución de conflicto de manera adecuada y mejorando las relaciones interpersonales. La dinámica se trabajará a través de un cuento llamada ¿me perdonas? El cual se analizará con los niños.</p>	<p>Materiales: Hojas Lapiceros Colores Borrador Tajador Cuentos</p>	25 min
Cierre	<p>Se desarrollará la dinámica “Roberto se enfada”, se explicará a través de un cuento y el análisis del mismo el cual ayudará a saber cómo sobrellevar ciertas situaciones y comprender lo que sucede dentro de cada uno.</p>		10 min

Nota. Actividades realizadas durante la sesión 10

Tabla 23

Descripción detallada de la sesión 11

Sesión 11			
Momento	Descripción de actividades	Métodos y materiales	Tiempo
Inicio	<p>Comienzo de la sesión: se iniciará la sesión a través de la dinámica “adiós a los conflictos”, la cual permitirá reconocer los conflictos, actuar positivamente frente a ellos. Por tal motivo se pedirá que uno de los niños cuente un problema por el que está pasando y que le esté generando nerviosismo, se comenzará a buscar las técnicas que se pueden trabajar para solucionar de manera adecuada dichos problemas y finalmente se explicará la técnica de la tortuga</p>	<p>Humanos: Alumnos del salón seleccionado. Docente del grado Psicóloga</p>	10 min
Desarrollo	<p>Presentación del tema: Se trabajará la dinámica “pensamientos positivos” que permitirá aprender a comunicar los sentimientos que tienen a los demás. Cada alumno creará un buzón de manera creativa en donde los demás compañeros irán dejando mensajes positivos sobre el dueño del buzón, esto va a permitir fortalecer la autoestima de los niños.</p>	<p>Materiales: Hojas Lapiceros Goma Papel de color</p>	25 min
Cierre	<p>Se desarrollará la dinámica “la relajación” que tiene como objetivo brindar técnicas de resolución de conflictos, control de impulsos y aprender a relajarse, para eso se explicará a los alumnos la técnica progresiva de Jacobson.</p>		10 min

Nota. Actividades realizadas durante la sesión 11

Momento V: Instrumento

El programa fue llevado a cabo mediante una cuidadosa selección de información relacionada con el desarrollo de la inteligencia emocional, con el propósito de prevenir y

tratar la ansiedad en niños, además se realizó una planificación estratégica para su implementación, para lo cual se solicitó el consentimiento y los permisos de las autoridades de la institución educativa, asimismo se obtuvo el apoyo de la docente a cargo del salón como del área de psicología del colegio. Para finalizar se pudo estructurar y ejecutar el programa de inteligencia emocional con la finalidad de prevenir y tratar la sintomatología ansiosa en los niños.

Tabla 24

Actividades realizadas del programa de desarrollo de inteligencia emocional

N°	Responsable	Actividad	Producto	Plazo a ejecutar
1	Investigadora	Solicitar permiso al director responsable de la I.E.	Solicitud de permiso para la evaluación	Diciembre 2022
2	Director de la I.E. Departamento de psicología de la escuela	Informe sobre los alumnos y docente	Informe sobre el programa al director, a la docente de la sesión y al personal de psicología de la I.E.	Marzo 2023
3	Investigadora	Consentimiento informado	Permiso dirigido a la docente del grado para la aplicación del instrumento	Marzo 2023
4	Investigadora	Aplicación del cuestionario a los alumnos, profesora y personal del área de psicología	Diagnóstico del estado actual de la ansiedad en los niños	Marzo 2023
5	Investigadora	Evaluación a partir de la aplicación del pre test a los alumnos y profesores	Diagnóstico del estado actual	Marzo 2023
6	Investigadora	Construcción del programa de desarrollo de inteligencia emocional para prevenir la ansiedad en niños de una I.E.	Programa de 11 sesiones para prevenir la ansiedad en niños	Abril 2023

Nota. Descripción minuciosa de las actividades desarrolladas del programa de inteligencia emocional.

Tabla 25

Valoración del programa de inteligencia emocional

Etapas	Información de logro	Juicio de medición	Evidencia
Contextualización de la ansiedad	Comprensión y análisis de los términos y conceptos relacionados a la ansiedad, así como su impacto en los niños.	<ul style="list-style-type: none"> - El 80% de los estudiantes consideraron como adecuado el desarrollo de cada una de las fases, además lograr obtener un concepto sobre el tema. - El 85% de los estudiantes entendieron sobre la ansiedad y las consecuencias que trae consigo, así como su sintomatología, así como la importancia de desarrollar una adecuada inteligencia emocional la cual ayuda a aprender a gestionar las emociones. - El 100% del personal que estuvo involucrado en el taller comento la importancia que este tiene para la prevención y promoción del trastorno de ansiedad en niños 	<ul style="list-style-type: none"> - Registro de asistencia. - Fotografías - Material audiovisual
Interpretación de las consecuencias que trae la ansiedad en los niños	Adquisición y educación sobre herramientas y estrategias para actuar adecuadamente frente a situaciones que generen algún tipo de ansiedad en los niños.	<ul style="list-style-type: none"> - El 80% de los estudiantes pudieron identificar las consecuencias que trae la ansiedad para ellos, logrando así que califiquen el programa como eficiente y necesario ya que presenta técnicas de prevención. - El 85% de los estudiantes comentaron que lograron adquirir diversas estrategias y herramientas para poder sobrellevar situaciones ansiosas. - El 85% de los estudiantes comentaron que están aplicando algunas técnicas de regulación emocional, así como de relajación ante situaciones que les genera ansiedad. 	<ul style="list-style-type: none"> - Registro de asistencia. - Fotografías - Material audiovisual

Nota. La tabla muestra datos sobre la estimación del programa de inteligencia emocional, por los participantes del programa, basados en el juicio de medición.

Tabla 26

Presupuesto del programa de inteligencia emocional

N°	Materiales e insumos	Cantidad	Precio por unidad	Precio total
1	Papel de color	100	0.20	20.00
2	Hojas bond	2 millares	20.00	40.00
3	Papelotes	24	1.00	24.00
4	Cinta Masking Tape	2	7.10	14.20
5	Goma en barra	6	4.00	24.00
6	Tijeras	6	3.00	18.00
7	Caja de colores	6	10.00	60.00
8	Caja de plumones	6	5.70	34.20
9	Cartulina en pliegos	12	1.00	12.00
10	Espejos	30	1.00	30.00
11	Caja de lápices	3	4.90	14.70
12	Lapiceros	30	0.70	21.00
13	Caja de tempera	1	8.40	8.40
14	Madeja de hilo	1	5.00	5.00
15	Tajador y borrador	6	1.70	10.20
Total				335.70

Nota. Presentación de los gastos ejecutados durante la aplicación del programa de inteligencia emocional para la prevención de ansiedad en niños.

Momento VI: Criterios de evaluación

En cuanto a la valoración sobre el programa de inteligencia emocional dirigido a la ansiedad en niños. Se proporcionó e informó el formato de consentimiento informado, demostrando la aceptación por parte de los padres de los niños y de la profesora que participaron, lo cual evidencia la aceptación de los estudiantes y profesores a ser parte del desarrollo del programa y a los criterios de evaluación. Estos criterios son:

Etapa 1

A partir de la primera aplicación del cuestionario de Chequeo, se obtuvo el resultado, el cual indica el estado actual de los niños en relación con el tema estudiado, se propuso como objetivo diagnosticar el estado actual de la dinámica del proceso de desarrollo de inteligencia emocional con la finalidad de recabar información sobre la relación que tiene el bienestar físico, psicológico y social de los niños que presentan ansiedad. El protocolo de la aplicación

del instrumento inicia con la especificación de la consiga y los ítems de cada escala. Las puntuaciones varían entre 0 que es nunca, 1 que es algunas veces y 2 que es frecuentemente.

Etapa 2

Se evaluó las sesiones en el apartado dirigido a la estimación del programa, en donde se recogieron vivencias de los niños durante el desarrollo del programa y en donde el facilitador realizó interrogantes en cuanto al tema abordado en cada sesión, para fortalecer los nuevos aprendizajes.

Etapa 3:

Tiene como finalidad evaluar las sesiones y el aprendizaje que obtuvieron los estudiantes en cada una de las sesiones, por tal motivo se realizó el pos test después de haber finalizado las 11 sesiones que tienen como objetivo fortalecer el bienestar emocional.

Figura 1. *Distribución del aporte práctico*



Nota. La figura muestra la estructura del programa de inteligencia emocional a través de sus dimensiones.

VII. VALORACIÓN Y CORROBORACIÓN DE LOS RESULTADOS

El programa se aplicó por completo, este se dividió en dos etapas con 5 momentos, la primera se encuentra orientada a la conceptualización de la ansiedad e inteligencia emocional en niños y la segunda a la interpretación de la sintomatología ansiosa y su afrontamiento.

7.1. Corroboración estadística de los resultados:

Tabla 27

Comparación de los resultados obtenidos en las etapas de la aplicación del cuestionario, desarrollado por los estudiantes sobre los niveles de ansiedad

Niveles de ansiedad	Etapas de la evaluación			
	Antes de la aplicación		Después de la aplicación	
	Frecuencia	Porcentaje	Frecuencia	Porcentaje
Normal	5	16.7%	23	76.7%
Leve	13	43.3%	7	23.3%
Marcada	12	40%	0	0%
Total	30	100%	30	100%

Nota. Se evidencia el resultado de la comparación entre el pre test y post test en cuanto a los niveles de ansiedad en niños.

En la tabla 27 se logra observar que ha existido una disminución en cuanto a los niveles de ansiedad que presentan los niños, después de la aplicación del programa se evidencia que el 76.6% de los niños presentan un nivel de ansiedad normal, y que solo el 23.3% presenta un nivel de ansiedad leve.

Tabla 28

Comparación de los resultados obtenidos en las etapas de la aplicación del cuestionario, desarrollado por personal del centro educativa (docente y personal del área de psicología) sobre los niveles de ansiedad

Niveles de ansiedad	Etapas de la evaluación			
	Antes de la aplicación		Después de la aplicación	
	Frecuencia	Porcentaje	Frecuencia	Porcentaje
Normal	0	0%	3	100%
Leve	1	25%	0	0%
Marcada	2	75%	0	0%
Total	3	100%	3	100%

Nota. Se evidencia el resultado de la comparación entre el pre test y post test en cuanto a los niveles de ansiedad percibido por el personal del centro educativo.

En la tabla 28 se logra observar que ha existido una percepción por parte del personal de centro educativo en cuanto a la disminución de los niveles de ansiedad que presentan los niños, y esto se ha dado después de la aplicación del programa evidenciándose así que el 100% de dicho personal a identificado que los niños se encuentran dentro de un nivel normal de ansiedad.

Tabla 29

Comparación de los resultados obtenidos en las etapas de la aplicación del cuestionario, desarrollado los estudiantes y el personal del centro educativa (docente y personal del área de psicología) sobre los niveles de ansiedad por dimensiones.

Niveles de ansiedad por dimensiones	Etapas de la evaluación							
	Antes de la aplicación				Después de la aplicación			
	Cuestionario a estudiantes		Cuestionario a personal de la I. E		Cuestionario a estudiantes		Cuestionario a personal de la I. E	
	Frecuencia	Porcentaje	Frecuencia	Porcentaje	Frecuencia	Porcentaje	Frecuencia	Porcentaje
Motora								
Normal	17	56.7%	1	25%	29	96.7%	3	100%
Leve	11	36.7%	2	75%	1	3.3%	0	0%
Marcada	2	6.6%	0	0%	0	0%	0	0%

Cognitiva								
Normal	19	63.4%	0	0%	28	93.3%	3	100%
Leve	10	33.3%	3	100%	2	6.7%	0	0%
Marcada	1	3.3%	0	0%	0	0%	0	0%
Emocional								
Normal	21	70%	1	33%	30	100%	3	100%
Leve	8	26.7%	1	33%	0	0%	0	0%
Marcada	1	3.3%	1	34%	0	0%	0	0%
Fisiológica								
Normal	20	67.7%	3	100%	30	100%	3	100%
Leve	10	33.3%	0	0%	0	0%	0	0%
Marcada	0	0%	0	0%	0	0%	0	0%
Total	30	100%	3	100%	30	100%	3	100%

Nota. Se evidencia el resultado de la comparación entre el pre test y post test en cuanto a las dimensiones de los niveles de ansiedad percibido por el los estudiantes y por el personal del centro educativo.

En la tabla 29 se muestra el resumen de los resultados de los estudiantes y del personal del centro educativo (docente encargada y personal del área de psicología) obtenidos tanto del pre test como en post test, a partir de esta tabla se puede evidenciar que ha existido una disminución notable en cuanto a los niveles presentados y percibidos por los participantes, dando a entender que el programa aplicado obtuvo buenos resultados. Al inicio de la investigación los estudiantes obtuvieron los siguientes resultados: en cuanto a la dimensión motora, cognitiva, emocional y fisiológica el nivel predominante era el normal, pero con un porcentaje de 56.7%, 63.4%, 70% y 67.7%; mientras que después de la aplicación del programa los porcentajes subieron a 96.7%, 93.3%, 100% y 100% evidenciando así la efectividad del programa. Por otro lado, la profesora y el personal del área de psicología en un inicio percibieron que el nivel de ansiedad que predominaba en los niños era leve y normal. Las dimensiones cognitiva y emocional se encuentran dentro de un nivel leve con 100% y 33%, mientras que la motora y fisiológica se encuentran dentro del normal con 75% y 100%; después de la aplicación del programa dicho personal evidenció un cambio por tal motivo calificaron que las cuatro dimensiones se encuentran dentro de un nivel normal con el 100% en todas. Estos resultados demuestran que el programa aplicado a los niños tuvo el

efecto esperado ya que se logró disminuir los niveles de ansiedad que presentaban en un inicio.

Tabla 30
Prueba de normalidad de Shapiro – Wilk

	Shapiro – Wilk		
	Estadístico	gl	Sig.
Pre test	0.978	33	0.739
Post test	0.942	33	0.075

Nota. Se evidencia los resultados obtenidos a través de la prueba de normalidad

En la tabla 30 se muestran los resultados obtenidos a partir de la prueba de Shapiro Wilk, se utilizó tal prueba debido a que la población que participo en el programa fue menor a 50. A partir de esta prueba se logró obtener que ambos puntajes de significancia presentan una distribución normal debido a que tienen un nivel de significancia mayor a 0.05, por tal motivo se realiza la prueba T para muestras relacionadas.

Tabla 31
Prueba de muestras emparejadas

	Diferencias emparejadas				t	gl	Sig. (bilateral)
	Media	Desviación Estándar	Media de error	95% de intervalo de Inferior Superior			
Puntaje pre y post test	10.121	6.045	1.052	7.978 12.265	9.617	33	0.000

Nota. Se evidencia los resultados obtenidos a través de la prueba de muestras emparejadas.

En la tabla 31 se muestran los resultados obtenidos a partir de la prueba de muestras emparejadas, en donde el valor de Sig. es menor al nivel de significancia, por lo tanto, se

rechaza la hipótesis nula. Es decir, los puntajes del pre y post test no son iguales. Asimismo, mediante el Intervalo de confianza del 95% de las diferencias, se concluye que el programa desarrollado a dado los efectos esperados en los participantes.

VIII. CONCLUSIONES

1. Se logró respaldar con fundamento tanto metodológico como científico el proceso del desarrollo de la inteligencia emocional, de la misma forma se organizó y analizó su desarrollo histórico, utilizando fuentes provenientes de investigaciones científicas centradas la teoría de inteligencia emocional, que contribuyen a la prevención de la ansiedad en niños de una institución educativa.
2. Se desarrollo el diagnóstico del estado actual de la dinámica del proceso de desarrollo de inteligencia emocional, mostrando deficiencias a nivel general em el proceso de prevención y abordaje, así como deficiencias en el diagnóstico de las dimensiones en cuenta a los síntomas de la ansiedad.
3. Se diseñó un programa de inteligencia emocional, para prevenir la ansiedad en niños, este constó de dos etapas, dentro de las cuales se creó cuatro momentos entre las dos, dividiéndose en un total de once sesiones, en donde cada una contó con un diseño y metodología única, pero con relación a las demás, con lo cual se logró que el 85% de los niños puedan afrontar de manera adecuada las situaciones que le generan ansiedad. De la misma manera el 100% de ellos indicaron que el programa fue optimo.
4. Se corroboró los resultados del presente estudio aplicando un pre test y un post test, en donde se llegaron a constatar los resultados, evidenciándose cambios en cuanto a la forma de afrontar y sobrellevar ciertas situaciones.

IX. RECOMENDACIONES

A partir de los resultados que se obtuvieron de la investigación, se propone lo siguiente:

- Aplicar el presente programa en los demás grados de la institución educativa y así evaluar el efecto que este tiene en los alumnos.
- Continuar diseñando y desarrollando programas como el presente en diversas instituciones educativa en las cuales se presente la misma problemática, con el propósito de realizar una prevención en cuanto a la presencia de ansiedad en niños.
- Realizar campañas de prevención en salud mental en niños, para así poder tener una mayor imagen de las dificultades que presentan estos y de esta manera poder prevenir el desarrollo de problemas a futuro.
- Desarrollar diversas actividades para hacer un seguimiento a los estudiantes que participaron en los talleres, con el objetivo de verificar y constatar que se encuentren aplicando las estrategias brindadas en su vida diaria y así poder realizar un análisis de los resultados a largo plazo.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Aguilar, B., Raya, A., Pino, M. y Herruzo, J. (2019). Relación entre el estilo de crianza parental y la depresión y ansiedad en niños entre 3 y 13 años. *Revista de Psicología Clínica con Niños y Adolescentes*, 6(1), 36 – 43. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6749055>
- Ayala, N., Dure, M., Urizar, C., Insaurralde, A., Castaldelli, J., Ventriglio, A., Almirón, J., García, O. y Torales, J. (2021). Inteligencia emocional asociada a niveles de ansiedad y depresión en estudiantes de medicina de una universidad pública. *Anales de la facultad de ciencias médicas*, 54(2) 51 – 60. <http://scielo.iics.una.py/pdf/anales/v54n2/1816-8949-anales-54-02-51.pdf>
- Amaro, F. (S.f). *Ansiedad (aspectos conceptuales) y trastornos de ansiedad en niños y adolescentes* [Archivo en PDF] http://www.paidopsiquiatria.cat/archivos/Trastornos_Ansiedad_0_07-09_M2.pdf
- Arias, J. (2021). *Diseño y Metodología de la investigación*. Enfoques Consulting E.I.R.L. https://www.google.com/url?sa=t&rct=j&q=&esrc=s&source=web&cd=&ved=2ahUKewif3c3n3p_8AhVrLrkGHTDkAEcQFnoECBoQAQ&url=https%3A%2F%2Frepositorio.concytec.gob.pe%2Fbitstream%2F20.500.12390%2F2260%2F1%2FArias-Covinos-Dise%25C3%25B1o_y_metodologia_de_la_investigacion.pdf&usg=AOvVaw1O9IoZAqoItENT8gbkqM5-
- Belmont (1979). *Principios y guías éticos para la protección de los sujetos humanos de investigación* [Archivo en PDF]. <http://www.bioeticayderecho.ub.edu/archivos/norm/InformeBelmont.pdf>
- Benítez, B. (2022, 26 de abril). Comprueba si sufres agorafobia y cómo la puedes tratar para superarla. *La vanguardia*. <https://www.lavanguardia.com/vivo/psicologia/20220426/8222905/que-agorafobia-como-tratar-superar-fobias-psicologia-nbs.html>
- Bericat, E. (2012). *Emociones* [Archivo en PDF]. https://www.researchgate.net/publication/289533967_Emociones
- Bijórquez, C. (2020). *Inteligencia emocional, ansiedad y resiliencia en la vida universitaria*. D.R. Clave Editorial https://www.itson.mx/publicaciones/Documents/ciencias-sociales/INTELIGENCIA%20EMOCIONAL_FINAL.pdf

- Bojórquez, C. y Moroyoqui, S. (2020). Relación entre inteligencia emocional percibida y ansiedad en estudiantes universitarios. *Revistas Espacios*, 41(13), 7 – 17. <http://www.revistaespacios.com/a20v41n13/20411307.html>
- Bueno, A. (S.f). *La inteligencia emocional: exposición teórica de los modelos fundantes* [Archivo en PDF]. <https://core.ac.uk/download/pdf/229561623.pdf>
- Busegenovna, A., Shapaevna, Z., Kozybaevna, U., Saparbaikyzy, S. y Ayapbergenova, A. (2019). Anxiety Manifestations Typical of Senior Preschool Children. *Option*, 35(1), 2899 – 2921. <https://produccioncientificaluz.org/index.php/opcion/article/view/30451/31497>
- Butron, T., García, R., Marcelo, L. y Valencia, A. (2022). Regulación emocional y niveles de ansiedad en niños escolarizados de 9 a 11 años (Hidalgo, México). *Acta Psiquiátrica y Psicológica de América Latina*, 68(1), 5 - 13. <https://repositorio.uca.edu.ar/bitstream/123456789/13916/1/regulación-emocional-niveles-ansiedad.pdf>
- Caballo, V. (2014). Asertividad: definiciones y dimensiones. *Estudios de psicología*, 4(13), 51 – 62. <https://doi:10.1080/02109395.1983.10821343>
- Cabas, K. (2017). Teorías de la inteligencia y su aplicación en las organizaciones en el siglo XXI: una revisión. *Revista Clío América*, 11(22), 254 – 270. <http://10.21676/23897848.2445>
- Ceccon, J. (2020). *¿Eso que llaman ansiedad ... es angustia?* [Archivo PDF]. <https://www.academica.org/julieta.ceccon/2.pdf>
- Cejudo, J., García, S. y López, M. (2017). Efectos de un programa de inteligencia emocional en la ansiedad y el autoconcepto en mujeres con cáncer de mama. *Terapia psicológica*, 35(3), 239 – 246. <https://www.scielo.cl/pdf/terpsicol/v35n3/0716-6184-terpsicol-35-03-0239.pdf>
- Chacón, E., Xatruch, D., Fernandez, M. y Murillo, M. (2021). Generalidades sobre el trastorno de ansiedad. *Revista Cúpula*, 35(1) 23 – 36. <https://www.binasss.sa.cr/bibliotecas/bhp/cupula/v35n1/art02.pdf>
- Chuchón, S. (2021). *Ansiedad Infantil en los logros de aprendizaje en tiempos de pandemia en estudiantes de primaria de una IEP de Ayacucho* [tesis de grado, Universidad Cesar Vallejo]. https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/56008/Chuchon_DLCS-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Chust, P., Castellano, E., Fernández, D. y Chust, J. (2019). Ansiedad ante los exámenes en estudiantes de enfermería: factores de riesgos emocionales y de sueño. *Ansiedad y Estrés*, 25(2), 125 – 131. <https://doi:10.1016/j.anyes.2019.05.001>

- Díaz, I. (2019). *Ansiedad: Revisión y delimitación conceptual* [Archivo en PDF]. <file:///C:/Users/cindy/Downloads/393-Texto%20del%20artículo-1986-1-10-20190624.pdf>
- Díaz, N. y Lobo, P. (S.f). *Autoconcepto, autoconocimiento y autoconfianza en el desarrollo de un aprendizaje autónomo de inglés con fines académicos* [Archivo en PDF]. <http://editorial.unca.edu.ar/Publicacione%20on%20line/CUADERNOS%20DE%20CATEDRA/APORTES%2012/PDF/Lenguaje%20cognicion/DIAZ%20LOBO.pdf>
- Esteban, E. (20 de julio de 2021). *14 síntomas de ansiedad en niños*. Guiainfantil. <https://www.guiainfantil.com/educacion/conducta/14-sintomas-de-ansiedad-en-los-ninos/>
- Estrada, L. (2018). *Motivación y emoción* [Archivo en PDF]. <https://digitk.areandina.edu.co/bitstream/handle/areandina/3541/138%20MOTIVACIÓN%20Y%20EMOCIÓN.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Fernández, I. (2019). *Problemas emocionales en niños españoles: estrategias de evaluación y eficacia del protocolo preventivo transdiagnóstico Super Skills for Life* [Tesis de doctorado, Universidad Miguel Hernández]. <http://dspace.umh.es/handle/11000/5801>
- Foronda, F. (2018). *La adaptabilidad en las organizaciones. Una revisión teórica del concepto y los elementos que la configuran como una capacidad organizacional*. [investigación de especialidad, Universidad de Antioquia]. https://bibliotecadigital.udea.edu.co/bitstream/10495/9952/1/ForondaFrank_2018_AdaptabilidadOrganizacionesRevision.pdf
- García, P. y Marín, P. (2021). Educación de la inteligencia emocional en edad escolar: Un estudio exploratorio desde la perspectiva docente. *Revista Electrónica Educare*, 25(3), 1409 – 4258. <https://www.google.com/url?sa=t&rct=j&q=&esrc=s&source=web&cd=&ved=2ahUKEwj00MG02LH7AhVZvJUCHadPAnAQFnoECAsQAQ&url=https%3A%2F%2Fdialnet.unirioja.es%2Fdescarga%2Farticulo%2F7965550.pdf&usg=AOvVaw1Re5-EPATaeH5Lq3ip1Xkm>
- Goleman, D. (1995). *Inteligencia emocional*. Editorial Kairos, S. A. http://www.cutonala.udg.mx/sites/default/files/adjuntos/inteligencia_emocional_daniel_goleman.pdf
- Gómez, J. M., Galiana, A., y León, D. (2000). *Que debes saber para mejorar tu empleabilidad*. Elche: Universidad Miguel Hernández.
- Gonzales, N. y López, A. (2018). Autoestima, optimismo y resiliencia en niños en situaciones de pobreza. *Revista internacional de psicología*, 16(1). <https://dialnet.unirioja.es>

- Guerrero, E., Sánchez, S., Moreno, J., Sosa, D. Y Durán, M. (2019). El autoconcepto y su relación con la inteligencia emocional y la ansiedad. *Behavioral Psychology I Psychology Conductorly*, 27(3), 455 – 476. <https://www.behavioralpsycho.com/wp-content/uploads/2019/12/06.Guerrero-Barona-27-3-2.pdf>
- Guil, R., Mestre, J., Gil, P., De la Torre, G., Zayas, A. (2018). Desarrollo de la inteligencia emocional en la primera infancia: guía para la intervención. *Universitas Psychological*, 17(4). <https://doi.org/10.11144/Javeriana.upsy17-4.diep>
- Guba, E. y Lincoln, Y. (1981). *Criterios de credibilidad en la investigación naturalista* [archivo en PDF]. <https://www.infor.uva.es/~amartine/MASUP/Guba.pdf>
- Hernández, R., Fernández, C. y Baptista, P. (2014). *Metodología de la investigación*. McGraw Hill Education. https://periodicooficial.jalisco.gob.mx/sites/periodicooficial.jalisco.gob.mx/files/metodologia_de_la_investigacion_-_roberto_hernandez_sampieri.pdf
- Jiménez, A. (2018). Inteligencia emocional. *Curso de actualización en pediatría 2017*, 3(1), 457 – 469. https://www.aepap.org/sites/default/files/457-469_inteligencia_emocional.pdf
- Julca, L. (2021). *Eficacia del programa de inteligencia emocional para disminuir la ansiedad en adolescentes del nivel secundaria revisión sistemática* [Tesis de maestría, Universidad Cesar Vallejo]. https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/74341/Julca_SLE-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Jaramillo, W., Estrella, B. y Viteri, L. (2022). Ansiedad en niños y adolescentes durante el confinamiento en pandemia por Covid – 19. *The ecuador jornal of medicine*, 1(1) 11 – 21.
- Lagos, N., Ossa, C. y Palama, M. (2022). Estudio longitudinal de la ansiedad escolar en niños chilenos de educación primaria. *Revista Costarricense de Psicología*, 41(1) 9 – 21. <https://www.scielo.sa.cr/pdf/rcp/v41n1/1659-2913-rcp-41-01-9.pdf>
- Lapa, R. (2019). *Ansiedad y habilidades sociales en estudiantes de secundaria de una institución educativa del distrito de San Martín de Pangoa, 2019* [Tesis de grado, Universidad Peruana Los Andes]. <https://repositorio.upla.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12848/1238/TESIS%20FINAL.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Leyva, A. (2022). *Ansiedad y rendimiento escolar en estudiantes de quinto y sexto grado de educación primaria de la institución educativa San Pedro, Mnsefú* [tesis de maestría, Universidad Cesar Vallejo].

https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/78511/Leyva_FAE-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y

León, N. (2019). *Ansiedad y rendimiento académico en alumnos del nivel primario de una institución educativa de Chiclayo, 2019* [Tesis de grado, Universidad Señor de Sipán].

<https://repositorio.uss.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12802/8591/León%20Mera%20Nancy%20Patricia.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Lizarro, K. y Umaña, M. (2008). La teoría de las inteligencias múltiples en la práctica docente en educación preescolar. *Revista electrónica Educare*, 12(1), 135 – 149. <https://www.redalyc.org/pdf/1941/194114582017.pdf>

López, C. (2020). *Educación emocional en los niños en etapa de 0 a 6 años*. BonaMind. <https://www.bonamind.com/la-educacion-emocional-en-los-ninos-etapa-de-0-6-anos/>

Mayo Clinic (11 de noviembre de 2021). *Trastornos de ansiedad*. Mayo Clinic. <https://www.mayoclinic.org/es-es/diseases-conditions/anxiety/symptoms-causes/syc-20350961>

Mites, A. (2022). *La ansiedad en niños y niñas de 8 a 12 años en tiempo de pandemia de la covid – 19* [tesis de grado, Universidad Central del Ecuador]. <http://www.dspace.uce.edu.ec/bitstream/25000/28209/1/FCP-CPIPR-MITES%20ALISSON.pdf>

Montenegro, J. (2020). La inteligencia emocional y su efecto protector ante la ansiedad, depresión y estrés académico en estudiantes universitarios. *Revista científica Tzhoeoen*, 12(4), 449 – 461. <https://revistas.uss.edu.pe/index.php/tzh/article/view/1395/1929>

Montero, M. (2020). Autoconcepto, autoeficacia y tolerancia de la frustración: en niños con y sin dificultades de aprendizaje [tesis de grado, Universidad de Alcalá]. https://ebuah.uah.es/dspace/bitstream/handle/10017/43551/TFM_Montero_Lopez_2020.pdf?sequence=4&isAllowed=y

Mora, M. y Mantilla, M. (2021). *Evaluación de la ansiedad en niños de 6 a 11 años de la comuna 8 de Floridablanca durante la pandemia por COVID – 19* [Tesis de grado, Universidad Cooperativa de Colombia]. http://repository.ucc.edu.co/bitstream/20.500.12494/43186/1/2021_ansiedad_niños_covid.pdf

Narváez, D. (2015). *¿Qué son los sentimientos?* [Archivo en PDF]. https://www.academia.edu/29349465/Qué_son_los_sentimientos_Breve

- Organización Mundial de la Salud (17 de junio de 2022). *Salud mental: fortalecer nuestra respuesta*. Organización Mundial de la Salud. <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/mental-health-strengthening-our-response>
- Orrillo, G. (2022). *Relación entre autoconcepto y ansiedad en niños entre 9 y 12 años de la institución educativa privada “El peregrino”* [Tesis de grado, Universidad Nacional Pedro Ruiz Gallo]. https://repositorio.unprg.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12893/10322/Orrillo_Salazar_Gianna_Vanessa.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Peceros, B. (2019). *Calidad de interacción familiar y ansiedad estados – rasgo en niños de una institución educativa de Lima Metropolitana* [Tesis de maestría, Universidad San Martín de Porres]. https://repositorio.usmp.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12727/6055/DAMIAN_MK.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Pérez, M. y Cernuda, A. (2020). La actividad artística como regulador de los procesos de ansiedad y agresividad en niños. *Revista Portuguesa de educación*, 33(2), 226 - 239. <https://doi:10.21814/RPE.17739>
- Pinilla, M. (2022, 4 de agosto). Las múltiples caras de la ansiedad. *Ethic*. <https://ethic.es/2022/08/las-multiples-caras-de-la-ansiedad/>
- Porcayo, B. (2013). *Inteligencia Emocional en Niños* [Tesis de grado, Universidad Autónoma del estado de México]. <http://ri.uaemex.mx/bitstream/handle/20.500.11799/49546/TESIS-INTELIGENCIA-EMOCIONAL-EN-NIÑOS.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Prestes, C. (2016). *Importancia de la empatía en la educación* [Archivo en PDF]. https://escolastransformadoras.com.br/wp-content/uploads/2017/07/ESCUELAS-TRANSFORMADORAS_Importancia_Empatia_Educacion.pdf
- Rexach, F. y Sanjuán, C. (25 de noviembre de 2019). *Las 12 características de una persona emocionalmente inteligente*. Moverlossentimientos.com: <https://www.moverlossentimientos.com/index.php/blog/item/56-12-caracteristicaspersona-emocionalmente-inteligente>
- Rivera, J. (2019). *Efectividad de la musicoterapia en la disminución de ansiedad en niños de 6 a 8 años atendidos en el hospital de apoyo Jesús Nazareno Ayacucho – 2017* [Tesis de grado, Universidad Alas Peruanas]. https://repositorio.uap.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12990/7050/Tesis_Efectividad_Musicoterapia.pdf?sequence=1&isAllowed=y

- Ruiz, C. (2007). *Test conociendo mis emociones* [Archivo en PDF]. https://www.academia.edu/30663457/TEST_CONOCIENDO_MIS_EMOCIONES
- Sánchez, H., Reyes, C. y Mejía, K. (2018). *Manual de términos en investigación científica, tecnológica y humanística* [archivo en PDF]. <https://www.urp.edu.pe/pdf/id/13350/n/libro-manual-de-terminos-en-investigacion.pdf>
- Sánchez, P y Cohen, D. (2020). Ansiedad y depresión en niños y adolescentes. *Revista de formación continua de la sociedad española de medicina de la adolescencia*, 8(1), 16 – 27. <https://www.adolescenciasema.org/ficheros/REVISTA%20ADOLESCERE/vol8num1-2020/2%20Tema%20de%20revisión%20-%20Ansiedad%20y%20depresión%20en%20niños%20y%20adolescentes.pdf>
- Sandoval, V. (2020). *Inteligencia emocional y ansiedad Rasgo – Estado en estudiantes de la facultad de ciencias de la salud de una Universidad de Lima* [tesis de maestría, Universidad Peruana Cayetano Heredia]. https://repositorio.upch.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12866/8384/Inteligencia_Sandoval_Medina_Victoria.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Schutte, N., Malouff, J. y Thorsteinsson, E. (2013). Increasing Emotional Intelligence through Training: Current Status and Future Directions. *The international journal of emotional education*, 5(1), 56 – 72. https://www.researchgate.net/publication/236455269_Increasing_Emotional_Intelligence_through_Training_Current_Status_and_Future_Directions
- Shapiro, L. (1997). *La inteligencia emocional de los niños*. Vergara Editor S.A. https://dehaquizgutierrez.files.wordpress.com/2018/04/inteligencia_emocional_de_los_ninos-shapiro.pdf
- Strbakova, R. (2019). La historia de la palabra emoción en perspectiva comparativa (español, francés, italiano, inglés). *Philología*, 29(1), 55 – 80. https://www.fedu.uniba.sk/fileadmin/pdf/Sucasti/Ustavy/Ustav_filologickyh_studii/Philologia/Philologia_2019/PHILOLOGIA_XXIX_1_-_2_Strbakova.pdf
- Temoche, M. y Tense, A. (2021). *Niveles de ansiedad infantil en estudiantes provenientes de familias disfuncionales y funcionales del quinto y sexto grado de colegios de Piura* [tesis de grado, Universidad Privada Antenor Orrego]. https://repositorio.upao.edu.pe/bitstream/20.500.12759/9006/1/REP_MARIA.TEMOCHE_ANA.TESEN_NIVELES.DE.ANSIEDAD.INFANTIL.pdf
- Trujillo, M. y Rivas, L. (2005). Orígenes, evolución y modelos de inteligencia emocional. *Innovar: Revista de ciencias administrativas y sociales*, 15(25), 9 – 24.

<https://www.researchgate.net/publication/237040625> Origenes evolucion y modelos de inteligencia emocional.

Ugarriza, N. y Pajares, L. (2005). La evaluación de la inteligencia emocional a través del inventario de Baron Ice: NA, es una muestra de niños y adolescentes. *Persona*, 8(1), 11 – 58. <https://www.redalyc.org/pdf/1471/147112816001.pdf>

UNICEF (15 de octubre de 2021). *Estado Mundial de la Infancia de UNICEF destaca el modelo peruano de atención comunitaria a la salud mental*. Unicef para cada infancia. <https://www.unicef.org/peru/comunicados-prensa/estado-mundial-de-la-infancia-unicef-destaca-modelo-peruano-atencioncomunitaria-salud-mental>

ANEXOS

Anexo 1: Operacionalización de las variables

Título: Operacionalización de la variable independiente

Variable independiente	Dimensiones	Indicadores
Programa de Desarrollo de Inteligencia Emocional	Introducción – fundamentación del aporte de la investigación	- Alumnos de 9 y 10 años de un centro educativo en la ciudad de Cajamarca
		- Ideas y puntos de partida que fundamentan el programa
		- Teoría en que se fundamenta el aporte propuesto
	Diagnóstico	- Diagnósticas la dinámica del proceso de desarrollo de inteligencia emocional
		- Diagnosticar las dimensiones del proceso de desarrollo de inteligencia emocional
		- Diagnosticar la dimensión de bienestar psicológico.
	Planteamiento del objetivo general	- Aplicar un programa de desarrollo de inteligencia emocional para disminuir los niveles de ansiedad en niños de una institución educativa
		Etapa 1: Conceptualización de la ansiedad e inteligencia emocional en niños
	Planeación estratégica	- Fase I: Psicoeducación en ansiedad e inteligencia emocional
		Etapa 2:
- Fase II: Ansiedad: el autoconocimiento y regulación emocional		
- Fase III: Ansiedad: la motivación y empatía		
Instrumentos	- Fase IV: Ansiedad y habilidades sociales	
	- Cronograma de ejecución de cada fase	
	- Descripción de la fase	
	- Responsables	
Evaluación	- Fecha de implementación	
	- Descripción de lo evaluado	
	- Patrones de logro	

Título: Operacionalización de la variable dependiente

Variable dependiente	Definición conceptual	Definición operacional	Dimensiones	Indicadores	Escala de medición	Fuentes de verificación
ansiedad	Sierral, Ortegall y Zubeidatlll (s.f.) es el conjunto de diferentes manifestaciones tanto emocionales como físicas que no son causadas por amenazas reales, sino que se expresan a través de crisis que pueden terminar en una crisis de pánico.	- Lista de chequeo conductual de la ansiedad en niños - N° de ítems: 26 - Autor: Ida Alarcón - Puntajes: Normal: 0 – 7 puntos, Leve: 8 – 15 puntos, Marcada: 16 – 52 puntos	Fisiológico	<ul style="list-style-type: none"> - taquicardias - sudoración - nauseas - tensión - cansancio - intranquilidad - miedo 	lista de chequeo conductual de la ansiedad en niños	<ul style="list-style-type: none"> - Niños de 9 y 10 años de edad. - Docente - Psicólogo de la institución educativa
			Emocional	<ul style="list-style-type: none"> - incertidumbre - dificultad para la toma de decisiones. - dificultad para realizar actividades - preocupación excesiva - distorsión de pensamientos 		
			Cognitivo	<ul style="list-style-type: none"> - intranquilidad motora - dificultad para concentrarse - preocupación excesiva - confusión - dificultades de memoria - irritabilidad 		
			Motor	<ul style="list-style-type: none"> - Dificultad para caminar - Dificultad para hacer actividades físicas 		

Anexo 2: Matriz de consistencia

Formulación del problema	Objetivos / Hipótesis	Técnicas e Instrumentos								
<p>Insuficiencias en el desarrollo de la inteligencia emocional, inciden en los niveles de la ansiedad en niños de una institución educativa.</p>	<p>Objetivo general: Aplicar un programa de inteligencia emocional para disminuir los niveles de ansiedad en los niños de una institución educativa.</p> <p>Objetivos específicos:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Describir el proceso del desarrollo de la inteligencia emocional y su dinámica. - Determinar la evolución histórica del desarrollo de inteligencia emocional y su dinámica. - Determinar los niveles de ansiedad en los niños que pertenecen a una institución educativa. - Elaborar un programa de inteligencia emocional para la disminución de los niveles de ansiedad en niños. - Corroborar los resultados de la investigación mediante un pre experimento <p>Hipótesis: Si se aplica un programa de desarrollo de inteligencia emocional, que tenga en cuenta la conducta aprendida y la sistematización, entonces se contribuye a la disminución de los niveles de ansiedad en niños.</p>	<p>Técnicas:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Encuestas • Análisis documental <p>Instrumentos:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Cuestionarios 								
Tipo / Diseño de la Investigación	Población y muestra	Variables y dimensiones								
<p>Aplicada, transversal, enfoque mixto, hipotético deductivo Diseño experimental: pre experimental</p>	<table border="1"> <thead> <tr> <th>Población</th> <th>Muestra</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td> <p>Está conformada por:</p> <ul style="list-style-type: none"> - 30 niños de entre los 9 a 10 años </td> <td> <p>Se encuentra compuesta por el mismo grupo que la población.</p> </td> </tr> </tbody> </table>	Población	Muestra	<p>Está conformada por:</p> <ul style="list-style-type: none"> - 30 niños de entre los 9 a 10 años 	<p>Se encuentra compuesta por el mismo grupo que la población.</p>	<table border="1"> <thead> <tr> <th>Variable independiente</th> <th>Dimensiones</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td> <p>Programa de Desarrollo</p> </td> <td> <p>de de</p> <ul style="list-style-type: none"> - Introducción y fundamentación del aporte de la investigación </td> </tr> </tbody> </table>	Variable independiente	Dimensiones	<p>Programa de Desarrollo</p>	<p>de de</p> <ul style="list-style-type: none"> - Introducción y fundamentación del aporte de la investigación
Población	Muestra									
<p>Está conformada por:</p> <ul style="list-style-type: none"> - 30 niños de entre los 9 a 10 años 	<p>Se encuentra compuesta por el mismo grupo que la población.</p>									
Variable independiente	Dimensiones									
<p>Programa de Desarrollo</p>	<p>de de</p> <ul style="list-style-type: none"> - Introducción y fundamentación del aporte de la investigación 									

- 1 profesor (tutor del aula)
- 1 psicólogo

Inteligencia Emocional

- Diagnóstico
- Planteamiento del objetivo general
- Planeación estratégica
- Instrumentación
- Evaluación

Variable dependiente

Dimensiones

Ansiedad

- Fisiológico
 - Emocional
 - Cognitivo
 - Motor
-

Anexo 03: Instrumentos

Cuestionario para Medir los niveles de ansiedad en niños

Instrucciones: La encuesta está dirigida a alumnos de una institución educativa de Cajamarca, su propósito es diagnosticar el estado actual de la dinámica del desarrollo de inteligencia emocional, asimismo se enfoca en recoger información sobre aspectos con estrecha relación al bienestar físico, psíquico y social.

A continuación, se presenta algunos enunciados sobre el modo como te sientes ante algunas situaciones o la forma en como reaccionas ante estas. No olvides contestar todas las preguntas, responde con sinceridad. Su respuesta puede determinarlo marcando una (X). 0 = Nunca, 1 = Algunas veces, 2 = Frecuentemente.

Nº	Ítems	Nunca	Algunas veces	Frecuentemente
1	Me desmayo o siento que me voy a desmayar	0	1	2
2	Tengo cólera por cualquier motivo	0	1	2
3	Pienso que me va a ir mal en la escuela	0	1	2
4	La cara se me pone roja y caliente	0	1	2
5	Estoy intranquilo(a), preocupado(a) por cualquier motivo	0	1	2
6	Siento miedo a varias cosas	0	1	2
7	Me muerdo las uñas	0	1	2
8	Tengo dolores o siento opresión en el pecho	0	1	2
9	Frecuentemente pienso que me van a pasar cosas malas	0	1	2
10	No quiero comer cuando estoy nervioso(a)	0	1	2
11	Me siento débil y me cansó fácilmente	0	1	2
12	Orino con mucha frecuencia	0	1	2
13	Me enojo o me angustié fácilmente	0	1	2
14	Creo que los otros niños se burlan de mí, aunque no me lo digan	0	1	2
15	Me sudan las manos y los pies	0	1	2
16	Cuando rindo un examen me olvido de lo que estudie	0	1	2
17	Siento que me ahogo	0	1	2
18	Tengo pesadillas	0	1	2
19	Frecuentemente tengo dolor de estómago	0	1	2
20	Me tiemblan las manos o los pies cuando estoy nervioso (a)	0	1	2

21	Mi corazón late rápido	0	1	2
22	Tengo ganas de comer mucho más que antes	0	1	2
23	Me rechinan los dientes	0	1	2
24	Me duele la cabeza constantemente	0	1	2
25	Tengo nauseas continuamente	0	1	2
26	Mayormente tengo ganas de llorar	0	1	2

Cuestionario para Medir los niveles de ansiedad en niños

Instrucciones: La encuesta está dirigida docentes o psicólogos de una institución educativa de Cajamarca, su propósito es diagnosticar el estado actual de la dinámica del desarrollo de inteligencia emocional, asimismo se enfoca en recoger información sobre aspectos con estrecha relación al bienestar físico, psíquico y social.

A continuación, se presenta algunos enunciados sobre el modo como se sienten los niños ante algunas situaciones o la forma en cómo reaccionan ante estas. No olvide contestar todas las preguntas, responde con sinceridad. Su respuesta puede determinarlo marcando una (X).
0 = Nunca, 1 = Algunas veces, 2 = Frecuentemente.

Nº	Ítems	Nunca	Algunas veces	Frecuentemente
1	Sus alumnos se desmayan o sienten que se van a desmayar	0	1	2
2	Sus alumnos tienen ganas de llorar cuando están nerviosos	0	1	2
3	Les sudan las manos y los pies a sus alumnos	0	1	2
4	Sus alumnos piensan que les va a ir mal en la escuela	0	1	2
5	Sus alumnos tienen dolores o sienten opresión en el pecho de forma reiterativa	0	1	2
6	Sus alumnos le comentan que frecuentemente piensan que les van a pasar cosas malas	0	1	2
7	Sus alumnos tienen ganas de comer mucho más que antes	0	1	2
8	Sus alumnos piensan que los otros niños se burlan de él, aunque no le digan	0	1	2
9	Observa que sus alumnos se sienten débil y se cansan fácilmente	0	1	2
10	Sus alumnos piden permiso para ir al baño con mucha frecuencia cuando están nerviosos	0	1	2
11	Sus alumnos le comentan que cuando rinden un examen se olvidan de lo que estudiaron	0	1	2
12	Sus alumnos no quieren comer cuando están nervioso(a)	0	1	2
13	Sus alumnos sienten que se ahogan cuando están nerviosos	0	1	2
14	Observa que a sus alumnos le tiemblan las	0	1	2

	manos o los pies cuando están nerviosos (as)			
15	Sus alumnos frecuentemente tienen dolores de estómago	0	1	2
16	Sus alumnos le han comentado que tienen pesadillas	0	1	2
17	Sus alumnos tienen cólera sin ningún motivo, por ejemplo, levantan la voz	0	1	2
18	Observa que cuando están nerviosos sus alumnos hacen rechinar los dientes	0	1	2
19	Sus alumnos le comentan que les duele la cabeza constantemente	0	1	2
20	Sus alumnos tienen náuseas continuamente	0	1	2
21	Sus alumnos le han comentado que cuando están nerviosos sienten que su corazón late rápido	0	1	2
22	Sus alumnos sienten miedo a varias cosas	0	1	2
23	Observa que cuando sus alumnos están nerviosos se muerden las uñas	0	1	2
24	Observa que sus alumnos se encuentran intranquilos(as), preocupado(as) por cualquier motivo	0	1	2
25	La cara de sus alumnos se pone roja y caliente sin ningún motivo	0	1	2
26	Sus alumnos se enojan o se angustian fácilmente	0	1	2

Anexo 04: Validación de instrumento por juicio de expertos

CERTIFICADO DE VALIDEZ DE CONTENIDO DEL INSTRUMENTO QUE MIDE LA VARIABLE ANSIEDAD DIRIGIDO A NIÑOS

1. NOMBRE DEL JUEZ		Erick Ricardo Monzón Portilla
2.	PROFESIÓN	Psicólogo
	GRADO ACADÉMICO (máximo)	Magíster
	EXPERIENCIA PROFESIONAL (AÑOS)	15 años
	CARGO	Psicólogo en el Poder Judicial – Cajamarca
TÍTULO DE LA INVESTIGACIÓN: PROGRAMA DE DESARROLLO DE INTELIGENCIA EMOCIONAL PARA DISMINUIR LOS NIVELES DE ANSIEDAD EN NIÑOS DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA		
3. DATOS DEL TESISISTA		
3.1	NOMBRES Y APELLIDOS	Cindy Mirella Miranda Cortegana
3.2	PROGRAMA DE POSTGRADO	Maestría en psicología clínica
3. INSTRUMENTO EVALUADO		<ol style="list-style-type: none"> 1. Guía de entrevista () 2. Cuestionario (X) 3. Lista de Cotejo () 4. Diario de campo () 5. Ficha documental
5. OBJETIVOS DEL INSTRUMENTO		<p>GENERAL: Diagnosticar el estado actual de la dinámica del proceso de desarrollo de inteligencia emocional con el fin de recolectar información sobre los niveles de ansiedad en los alumnos de una institución educativa.</p> <p>ESPECÍFICOS:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Diagnosticar la dimensión de sintomatología fisiológica de los niveles de ansiedad en los niños de 9 a 10 años de una institución educativa. - Diagnosticar la dimensión de sintomatología emocional de los niveles de ansiedad en los niños de 9 a 10 años de una institución educativa. - Diagnosticar la dimensión de sintomatología cognitiva de los niveles de ansiedad en los niños de 9 a 10 años de una institución educativa. - Diagnosticar la dimensión de sintomatología motora de los niveles de ansiedad en los niños de 9 a 10 años de una institución educativa.
A continuación, se le presentan los indicadores en forma de preguntas o propuestas para que Ud. Los evalúe marcando con un aspa (X) en “A” si está de ACUERDO o en “D” si		

está en DESACUERDO, si está en desacuerdo por favor especifique sus sugerencias		
N	DETALLE DE LOS ITEMS DEL INSTRUMENTO	
DIMENSION: FISIOLÓGICO		
F.S. 1.1.	Me desmayo o siento que me voy a desmayar Escala de medición: Likert	A (X) D () SUGERENCIA:
F.S. 1.2.	Tengo dolores o siento opresión en el pecho Escala de medición: Likert	A (X) D () SUGERENCIA:
F.S. 1.3.	Orino con mucha frecuencia Escala de medición: Likert	A (X) D () SUGERENCIA:
F.S. 1.4.	Frecuentemente tengo dolor de estómago Escala de medición: Likert	A (X) D () SUGERENCIA:
F.S. 1.5.	Tengo nauseas continuamente Escala de medición: Likert	A (X) D () SUGERENCIA:
F.S. 1.6.	La cara se me pone roja y caliente Escala de medición: Likert	A (X) D () SUGERENCIA:
F.S. 1.7.	Me sudan las manos y los pies Escala de medición: Likert	A (X) D () SUGERENCIA:
F.S. 1.8.	Tengo ganas de comer mucho más que antes Escala de medición: Likert	A (X) D () SUGERENCIA:
F.S. 1.9.	No quiero comer cuando estoy nervioso(a) Escala de medición: Likert	A (X) D () SUGERENCIA:
F.S. 1.10.	Siento que me ahogo Escala de medición: Likert	A (X) D () SUGERENCIA:
DIMENSION: EMOCIONAL		
E.M. 2.1.	Tengo cólera por cualquier motivo Escala de medición: Likert	A (X) D () SUGERENCIA:
E.M. 2.2.	Siento miedo a varias cosas Escala de medición: Likert	A (X) D () SUGERENCIA:
E.M. 2.3.	Me enojo o me angustió fácilmente Escala de medición: Likert	A (X) D () SUGERENCIA:
E.M. 2.4.	Mayormente tengo ganas de llorar Escala de medición: Likert	A (X) D () SUGERENCIA:
DIMENSION: COGNITIVO		
C.G. 3.1.	Pienso que me va a ir mal en la escuela Escala de medición: Likert	A (X) D () SUGERENCIA:
C.G. 3.2.	Frecuentemente pienso que me van a pasar cosas malas Escala de medición: Likert	A (X) D () SUGERENCIA:
C.G. 3.3.	Creo que los otros niños se burlan de mí, aunque no me lo digan Escala de medición: Likert	A (X) D () SUGERENCIA:
C.G. 3.4.	Cuando rindo un examen me olvido de lo que estudie Escala de medición: Likert	A (X) D () SUGERENCIA:
C.G. 3.5.	Tengo pesadillas Escala de medición: Likert	A (X) D () SUGERENCIA:
C.G. 3.6.	Me duele la cabeza constantemente Escala de medición: Likert	A (X) D () SUGERENCIA:
DIMENSIÓN: MOTOR		
M.T. 4.1.	Estoy intranquilo(a), preocupado(a) por cualquier motivo Escala de medición: Likert	A (X) D () SUGERENCIA:

M.T. 4.2.	Me siento débil y me cansó fácilmente Escala de medición: Likert	A (X) D () SUGERENCIA:
M.T. 4.3.	Me tiemblan las manos o los pies cuando estoy nervioso (a) Escala de medición: Likert	A (X) D () SUGERENCIA:
M.T. 4.4.	Me rechinan los dientes Escala de medición: Likert	A (X) D () SUGERENCIA:
M.T. 4.5.	Mi corazón late rápido Escala de medición: Likert	A (X) D () SUGERENCIA:
M.T. 4.6.	Me muerdo las uñas Escala de medición: Likert	A (X) D () SUGERENCIA:
PROMEDIO OBTENIDO		A (X) D ()
COMENTARIOS GENERALES: Instrumento aceptable para su aplicación		
OBSERVACIONES:		



Erick R. Manzon Portilla
 PSICOLOGO
 C. P. S. 12682

**CERTIFICADO DE VALIDEZ DE CONTENIDO DEL INSTRUMENTO QUE
MIDE LA VARIABLE ANSIEDAD DIRIGIDO A DOCENTE Y PSICÓLOGO**

1. NOMBRE DEL JUEZ	Erick Ricardo Monzón Portilla	
2.	PROFESIÓN	Psicólogo
	GRADO ACADÉMICO (máximo)	Magíster
	EXPERIENCIA PROFESIONAL (AÑOS)	15 años
	CARGO	Psicólogo en el Poder Judicial de Cajamarca
TÍTULO DE LA INVESTIGACIÓN: PROGRAMA DE DESARROLLO DE INTELIGENCIA EMOCIONAL PARA DISMINUIR LOS NIVELES DE ANSIEDAD EN NIÑOS DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA		
3.DATOS DEL TESISISTA		
3.1	NOMBRES Y APELLIDOS	Cindy Mirella Miranda Cortegana
3.2	PROGRAMA DE POSTGRADO	Maestría en psicología clínica
4. INSTRUMENTO EVALUADO	<ol style="list-style-type: none"> 1. Guía de entrevista () 2. Cuestionario(X) 3. Lista de Cotejo () 4. Diario de campo () 5. Ficha documental 	
5. OBJETIVO DEL INSTRUMENTO	<p>GENERAL: Diagnosticar el estado actual de la dinámica del proceso de desarrollo de inteligencia emocional con el fin de recolectar información sobre los niveles de ansiedad en los alumnos de una institución educativa.</p> <p>ESPECÍFICOS:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Diagnosticar la dimensión de sintomatología fisiológica de los niveles de ansiedad en los niños de 9 a 10 años de una institución educativa. - Diagnosticar la dimensión de sintomatología emocional de los niveles de ansiedad en los niños de 9 a 10 años de una institución educativa. - Diagnosticar la dimensión de sintomatología cognitiva de los niveles de ansiedad en los niños de 9 a 10 años de una institución educativa. - Diagnosticar la dimensión de sintomatología motora de los niveles de ansiedad en los niños de 9 a 10 años de una institución educativa. 	
A continuación, se le presentan los indicadores en forma de preguntas o propuestas para que Ud. Los evalúe marcando con un aspa (X) en “A” si está de ACUERDO o en “D” si está en DESACUERDO, si está en desacuerdo por favor especifique sus sugerencias		
N	DETALLE DE LOS ITEMS DEL INSTRUMENTO	

DIMENSION: FISIOLÓGICO		
F.S. 1.1.	Sus alumnos se desmayan o sienten que se van a desmayar Escala de medición: Likert	A (X) D () SUGERENCIA:
F.S. 1.2.	Sus alumnos tienen dolores o sienten opresión en el pecho de forma reiterativa Escala de medición: Likert	A (X) D () SUGERENCIA:
F.S. 1.3.	Sus alumnos piden permiso para ir al baño con mucha frecuencia cuando están nerviosos Escala de medición: Likert	A (X) D () SUGERENCIA:
F.S. 1.4.	Sus alumnos frecuentemente tienen dolores de estómago Escala de medición: Likert	A (X) D () SUGERENCIA:
F.S. 1.5.	Sus alumnos tienen náuseas continuamente Escala de medición: Likert	A (X) D () SUGERENCIA:
F.S. 1.6.	La cara de sus alumnos se pone roja y caliente sin ningún motivo Escala de medición: Likert	A (X) D () SUGERENCIA:
F.S. 1.7.	Les sudan las manos y los pies a sus alumnos Escala de medición: Likert	A (X) D () SUGERENCIA:
F.S. 1.8.	Sus alumnos tienen ganas de comer mucho más que antes Escala de medición: Likert	A (X) D () SUGERENCIA:
F.S. 1.9.	Sus alumnos no quieren comer cuando están nervioso(a) Escala de medición: Likert	A (X) D () SUGERENCIA:
F.S. 1.10.	Sus alumnos sienten que se ahogan cuando están nerviosos Escala de medición: Likert	A (X) D () SUGERENCIA:
DIMENSION: EMOCIONAL		
E.M. 2.1.	Sus alumnos tienen cólera sin ningún motivo, por ejemplo, levantan la voz Escala de medición: Likert	A (X) D () SUGERENCIA:
E.M. 2.2.	Sus alumnos sienten miedo a varias cosas Escala de medición: Likert	A (X) D () SUGERENCIA:
E.M. 2.3.	Sus alumnos se enojan o se angustian fácilmente Escala de medición: Likert	A (X) D () SUGERENCIA:
E.M. 2.4.	Sus alumnos tienen ganas de llorar cuando están nerviosos Escala de medición: Likert	A (X) D () SUGERENCIA:
DIMENSION: COGNITIVO		
C.G. 3.1.	Sus alumnos piensan que les va a ir mal en la escuela Escala de medición: Likert	A (X) D () SUGERENCIA:
C.G. 3.2.	Sus alumnos le comentan que frecuentemente piensan que les van a pasar cosas malas Escala de medición: Likert	A (X) D () SUGERENCIA:
C.G. 3.3.	Sus alumnos piensan que los otros niños se burlan de él, aunque no le digan	A (X) D () SUGERENCIA:

	Escala de medición: Likert	
C.G. 3.4.	Sus alumnos le comentan que cuando rinden un examen se olvidan de lo que estudiaron Escala de medición: Likert	A (X) D () SUGERENCIA:
C.G. 3.5.	Sus alumnos le han comentado que tienen pesadillas Escala de medición: Likert	A (X) D () SUGERENCIA:
C.G. 3.6.	Sus alumnos le comentan que les duele la cabeza constantemente Escala de medición: Likert	A (X) D () SUGERENCIA:
DIMENSIÓN: MOTOR		
M.T. 4.1.	Observa que sus alumnos se encuentran intranquilos(as), preocupado(as) por cualquier motivo Escala de medición: Likert	A (X) D () SUGERENCIA:
M.T. 4.2.	Observa que sus alumnos se sienten débil y se cansan fácilmente Escala de medición: Likert	A (X) D () SUGERENCIA:
M.T. 4.3.	Observa que a sus alumnos le tiemblan las manos o los pies cuando están nerviosos (as) Escala de medición: Likert	A (X) D () SUGERENCIA:
M.T. 4.4.	Observa que cuando están nerviosos sus alumnos hacen rechinar los dientes Escala de medición: Likert	A (X) D () SUGERENCIA:
M.T. 4.5.	Sus alumnos le han comentado que cuando están nerviosos sienten que su corazón late rápido Escala de medición: Likert	A (X) D () SUGERENCIA:
M.T. 4.6.	Observa que cuando sus alumnos están nerviosos se muerden las uñas Escala de medición: Likert	A (X) D () SUGERENCIA:
PROMEDIO OBTENIDO		A (X) D ()
COMENTARIOS GENERALES: Instrumento aceptable para su aplicación		
OBSERVACIONES:		


 Erick R. Monzon Portilla
 PSICOLOGO
 C. P. S. 12682

**CERTIFICADO DE VALIDEZ DE CONTENIDO DEL INSTRUMENTO QUE
MIDE LA VARIABLE ANSIEDAD DIRIGIDO A NIÑOS**

1. NOMBRE DEL JUEZ		Lorena Elizabeth Cuenca Torrel	
2.	PROFESIÓN	Psicóloga	
	GRADO ACADÉMICO (máximo)	Maestra En Psicología Clínica	
	EXPERIENCIA PROFESIONAL (AÑOS)	10 años	
	CARGO	Docente-Psicoterapeuta	
TÍTULO DE LA INVESTIGACIÓN: PROGRAMA DE DESARROLLO DE INTELIGENCIA EMOCIONAL PARA DISMINUIR LOS NIVELES DE ANSIEDAD EN NIÑOS DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA			
3. DATOS DEL TESISISTA			
3.1	NOMBRES Y APELLIDOS	Cindy Mirella Miranda Cortegana	
3.2	PROGRAMA DE POSTGRADO	Maestría en psicología clínica	
4. INSTRUMENTO EVALUADO		<ol style="list-style-type: none"> 1. Guía de entrevista () 2. Cuestionario (X) 3. Lista de Cotejo () 4. Diario de campo () 5. Ficha documental 	
5. OBJETIVO DEL INSTRUMENTO		<p>GENERAL: Diagnosticar el estado actual de la dinámica del proceso de desarrollo de inteligencia emocional con el fin de recolectar información sobre los niveles de ansiedad en los alumnos de una institución educativa.</p> <p>ESPECÍFICOS:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Diagnosticar la dimensión de sintomatología fisiológica de los niveles de ansiedad en los niños de 9 a 10 años de una institución educativa. - Diagnosticar la dimensión de sintomatología emocional de los niveles de ansiedad en los niños de 9 a 10 años de una institución educativa. - Diagnosticar la dimensión de sintomatología cognitiva de los niveles de ansiedad en los niños de 9 a 10 años de una institución educativa. - Diagnosticar la dimensión de sintomatología motora de los niveles de ansiedad en los niños de 9 a 10 años de una institución educativa. 	
A continuación, se le presentan los indicadores en forma de preguntas o propuestas para que Ud. los evalúe marcando con un aspa (X) en “A” si está de ACUERDO o en “D” si está en DESACUERDO, si está en desacuerdo por favor especifique sus sugerencias			
N	DETALLE DE LOS ITEMS DEL INSTRUMENTO		
DIMENSION: FISIOLÓGICO			
F.S.	Me desmayo o siento que me voy a desmayar	A (X)	D ()

1.1.	Escala de medición: Likert	SUGERENCIA:
F.S.	Tengo dolores o siento opresión en el pecho	A (X) D ()
1.2.	Escala de medición: Likert	SUGERENCIA:
F.S.	Orino con mucha frecuencia	A (X) D ()
1.3.	Escala de medición: Likert	SUGERENCIA:
F.S.	Frecuentemente tengo dolor de estómago	A (X) D ()
1.4.	Escala de medición: Likert	SUGERENCIA:
F.S.	Tengo nauseas continuamente	A (X) D ()
1.5.	Escala de medición: Likert	SUGERENCIA:
F.S.	La cara se me pone roja y caliente	A (X) D ()
1.6.	Escala de medición: Likert	SUGERENCIA:
F.S.	Me sudan las manos y los pies	A (X) D ()
1.7.	Escala de medición: Likert	SUGERENCIA:
F.S.	Tengo ganas de comer mucho más que antes	A (X) D ()
1.8.	Escala de medición: Likert	SUGERENCIA:
F.S.	No quiero comer cuando estoy nervioso(a)	A (X) D ()
1.9.	Escala de medición: Likert	SUGERENCIA:
F.S.	Siento que me ahogo	A (X) D ()
1.10.	Escala de medición: Likert	SUGERENCIA:
DIMENSION: EMOCIONAL		
E.M.	Tengo cólera por cualquier motivo	A (X) D ()
2.1.	Escala de medición: Likert	SUGERENCIA:
E.M.	Siento miedo a varias cosas	A (X) D ()
2.2.	Escala de medición: Likert	SUGERENCIA:
E.M.	Me enoja o me angustió fácilmente	A (X) D ()
2.3.	Escala de medición: Likert	SUGERENCIA:
E.M.	Mayormente tengo ganas de llorar	A (X) D ()
2.4.	Escala de medición: Likert	SUGERENCIA:
DIMENSION: COGNITIVO		
C.G.	Pienso que me va a ir mal en la escuela	A (X) D ()
3.1.	Escala de medición: Likert	SUGERENCIA:
C.G.	Frecuentemente pienso que me van a pasar cosas malas	A (X) D ()
3.2.	Escala de medición: Likert	SUGERENCIA:
C.G.	Creo que los otros niños se burlan de mí, aunque no me lo digan	A (X) D ()
3.3.	Escala de medición: Likert	SUGERENCIA:
C.G.	Cuando rindo un examen me olvido de lo que estudie	A (X) D ()
3.4.	Escala de medición: Likert	SUGERENCIA:
C.G.	Tengo pesadillas	A (X) D ()
3.5.	Escala de medición: Likert	SUGERENCIA:
C.G.	Me duele la cabeza constantemente	A (X) D ()
3.6.	Escala de medición: Likert	SUGERENCIA:
DIMENSIÓN: MOTOR		
M.T.	Estoy intranquilo(a), preocupado(a) por cualquier motivo	A (X) D ()
4.1.	Escala de medición: Likert	SUGERENCIA:
M.T.	Me siento débil y me cansó fácilmente	A (X) D ()
4.2.	Escala de medición: Likert	SUGERENCIA:
M.T.	Me tiemblan las manos o los pies cuando estoy	A (X) D ()

4.3.	nervioso (a) Escala de medición: Likert	SUGERENCIA:
M.T. 4.4.	Me rechinan los dientes Escala de medición: Likert	A (X) D () SUGERENCIA:
M.T. 4.5.	Mi corazón late rápido Escala de medición: Likert	A (X) D () SUGERENCIA:
M.T. 4.6.	Me muerdo las uñas Escala de medición: Likert	A (X) D () SUGERENCIA:
PROMEDIO OBTENIDO		A (X) D ()
COMENTARIOS GENERALES: Instrumento aceptable para su aplicación		
OBSERVACIONES:		



Mg. Ps. Lorena E. Cuenca Torrel

C.P.S.P. 20932

**CERTIFICADO DE VALIDEZ DE CONTENIDO DEL INSTRUMENTO QUE
MIDE LA VARIABLE ANSIEDAD DIRIGIDO A DOCENTE Y PSICÓLOGOS**

1. NOMBRE DEL JUEZ		Lorena Elizabeth Cuenca Torrel	
2.	PROFESIÓN	Psicóloga	
	GRADO ACADÉMICO (máximo)	Maestra En Psicología Clínica	
	EXPERIENCIA PROFESIONAL (AÑOS)	10 años	
	CARGO	Docente-Psicoterapeuta	
TÍTULO DE LA INVESTIGACIÓN: PROGRAMA DE DESARROLLO DE INTELIGENCIA EMOCIONAL PARA DISMINUIR LOS NIVELES DE ANSIEDAD EN NIÑOS DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA			
3. DATOS DEL TESISISTA			
3.1	NOMBRES Y APELLIDOS	Cindy Mirella Miranda Cortegana	
3.2	PROGRAMA DE POSTGRADO	Maestría en psicología clínica	
4. INSTRUMENTO EVALUADO		1. Guía de entrevista () 2. Cuestionario (X) 3. Lista de Cotejo () 4. Diario de campo () 5. Ficha documental	
5. OBJETIVO DEL INSTRUMENTO		GENERAL: Diagnosticar el estado actual de la dinámica del proceso de desarrollo de inteligencia emocional con el fin de recolectar información sobre los niveles de ansiedad en los alumnos de una institución educativa.	
		ESPECÍFICOS: - Diagnosticar la dimensión de sintomatología fisiológica de los niveles de ansiedad en los niños de 9 a 10 años de una institución educativa. - Diagnosticar la dimensión de sintomatología emocional de los niveles de ansiedad en los niños de 9 a 10 años de una institución educativa. - Diagnosticar la dimensión de sintomatología cognitiva de los niveles de ansiedad en los niños de 9 a 10 años de una institución educativa. - Diagnosticar la dimensión de sintomatología motora de los niveles de ansiedad en los niños de 9 a 10 años de una institución educativa.	
A continuación, se le presentan los indicadores en forma de preguntas o propuestas para que Ud. los evalúe marcando con un aspa (X) en "A" si está de ACUERDO o en "D" si está en DESACUERDO, si está en desacuerdo por favor especifique sus sugerencias			
N	DETALLE DE LOS ITEMS DEL INSTRUMENTO		
DIMENSION: FISIOLÓGICO			
F.S.	Sus alumnos se desmayan o sienten que se van a	A (X)	D ()

1.1.	desmayar Escala de medición: Likert	SUGERENCIA:
F.S. 1.2.	Sus alumnos tienen dolores o sienten opresión en el pecho de forma reiterativa Escala de medición: Likert	A (X) D () SUGERENCIA:
F.S. 1.3.	Sus alumnos piden permiso para ir al baño con mucha frecuencia cuando están nerviosos Escala de medición: Likert	A (X) D () SUGERENCIA:
F.S. 1.4.	Sus alumnos frecuentemente tienen dolores de estómago Escala de medición: Likert	A (X) D () SUGERENCIA:
F.S. 1.5.	Sus alumnos tienen náuseas continuamente Escala de medición: Likert	A (X) D () SUGERENCIA:
F.S. 1.6.	La cara de sus alumnos se pone roja y caliente sin ningún motivo Escala de medición: Likert	A (X) D () SUGERENCIA:
F.S. 1.7.	Le sudan las manos y los pies a sus alumnos cuando están nerviosos Escala de medición: Likert	A (X) D () SUGERENCIA:
F.S. 1.8.	Sus alumnos tienen ganas de comer mucho más que antes Escala de medición: Likert	A (X) D () SUGERENCIA:
F.S. 1.9.	Sus alumnos no quieren comer cuando están nervioso(a) Escala de medición: Likert	A (X) D () SUGERENCIA:
F.S. 1.10.	Sus alumnos sienten que se ahogan cuando están nerviosos Escala de medición: Likert	A (X) D () SUGERENCIA:
DIMENSION: EMOCIONAL		
E.M. 2.1.	Sus alumnos tienen cólera por cualquier sin ningún motivo, por ejemplo, levantan la voz Escala de medición: Likert	A (X) D () SUGERENCIA:
E.M. 2.2.	Sus alumnos sienten miedo a varias cosas Escala de medición: Likert	A (X) D () SUGERENCIA:
E.M. 2.3.	Sus alumnos se enojan o se angustian fácilmente Escala de medición: Likert	A (X) D () SUGERENCIA:
E.M. 2.4.	Sus alumnos tienen ganas de llorar cuando están nerviosos Escala de medición: Likert	A (X) D () SUGERENCIA:
DIMENSION: COGNITIVO		
C.G. 3.1.	Sus alumnos piensan que les va a ir mal en la escuela Escala de medición: Likert	A (X) D () SUGERENCIA:
C.G. 3.2.	Sus alumnos le comentan que frecuentemente piensan que les van a pasar cosas malas Escala de medición: Likert	A (X) D () SUGERENCIA:
C.G. 3.3.	Sus alumnos piensan que los otros niños se burlan de él, aunque no le digan Escala de medición: Likert	A (X) D () SUGERENCIA:
C.G.	Sus alumnos le comentan que cuando rinden un	A (X) D ()

3.4.	examen se olvidan de lo que estudiaron Escala de medición: Likert	SUGERENCIA:
C.G. 3.5.	Sus alumnos le han comentado que tienen pesadillas Escala de medición: Likert	A (X) D () SUGERENCIA:
C.G. 3.6.	Sus alumnos le comentan que les duele la cabeza constantemente Escala de medición: Likert	A (X) D () SUGERENCIA:
DIMENSIÓN: MOTOR		
M.T. 4.1.	Observa que sus alumnos se encuentran intranquilos(as), preocupado(as) por cualquier motivo Escala de medición: Likert	A (X) D () SUGERENCIA:
M.T. 4.2.	Observa que sus alumnos se sienten débil y se cansan fácilmente Escala de medición: Likert	A (X) D () SUGERENCIA:
M.T. 4.3.	Observa que a sus alumnos le tiemblan las manos o los pies cuando están nerviosos (as) Escala de medición: Likert	A (X) D () SUGERENCIA:
M.T. 4.4.	Observa que cuando están nerviosos sus alumnos hacen rechinar los dientes Escala de medición: Likert	A (X) D () SUGERENCIA:
M.T. 4.5.	Sus alumnos le han comentado que cuando están nerviosos sienten que su corazón late rápido Escala de medición: Likert	A (X) D () SUGERENCIA:
M.T. 4.6.	Observa que cuando sus alumnos están nerviosos se muerden las uñas Escala de medición: Likert	A (X) D () SUGERENCIA:
PROMEDIO OBTENIDO		A (X) D ()
COMENTARIOS GENERALES: Instrumento aceptable para su aplicación		
OBSERVACIONES:		



Mg. Ps. Lorena E. Cuenca Torrel

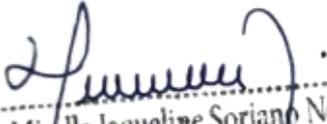
C.P.S.P. 20932

**CERTIFICADO DE VALIDEZ DE CONTENIDO DEL INSTRUMENTO QUE
MIDE LA VARIABLE ANSIEDAD DIRIGIDO A NIÑOS**

1. NOMBRE DEL JUEZ		Mirella Jaqueline Soriano Novoa
2.	PROFESIÓN	Psicóloga
	GRADO ACADÉMICO (máximo)	Maestría
	EXPERIENCIA PROFESIONAL (AÑOS)	14 años
	CARGO	Psicóloga en Centro de Salud Mental Comunitario Esperanza de Vida – Cajamarca
TÍTULO DE LA INVESTIGACIÓN: PROGRAMA DE DESARROLLO DE INTELIGENCIA EMOCIONAL PARA DISMINUIR LOS NIVELES DE ANSIEDAD EN NIÑOS DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA		
3. DATOS DEL TESISISTA		
3.1	NOMBRES Y APELLIDOS	Cindy Mirella Miranda Cortegana
3.2	PROGRAMA DE POSTGRADO	Maestría en psicología clínica
4. INSTRUMENTO EVALUADO		<ol style="list-style-type: none"> 1. Guía de entrevista () 2. Cuestionario (X) 3. Lista de Cotejo () 4. Diario de campo () 5. Ficha documental
5. OBJETIVO DEL INSTRUMENTO		<p>GENERAL: Diagnosticar el estado actual de la dinámica del proceso de desarrollo de inteligencia emocional con el fin de recolectar información sobre los niveles de ansiedad en los alumnos de una institución educativa.</p> <p>ESPECÍFICOS:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Diagnosticar la dimensión de sintomatología fisiológica de los niveles de ansiedad en los niños de 9 a 10 años de una institución educativa. - Diagnosticar la dimensión de sintomatología emocional de los niveles de ansiedad en los niños de 9 a 10 años de una institución educativa. - Diagnosticar la dimensión de sintomatología cognitiva de los niveles de ansiedad en los niños de 9 a 10 años de una institución educativa. - Diagnosticar la dimensión de sintomatología motora de los niveles de ansiedad en los niños de 9 a 10 años de una institución educativa.
A continuación, se le presentan los indicadores en forma de preguntas o propuestas para que Ud. los evalúe marcando con un aspa (X) en “A” si está de ACUERDO o en “D” si está en DESACUERDO, si está en desacuerdo por favor especifique sus sugerencias		
N	DETALLE DE LOS ITEMS DEL INSTRUMENTO	
DIMENSION: FISIOLÓGICO		

F.S. 1.1.	Me desmayo o siento que me voy a desmayar Escala de medición: Likert	A (X) D () SUGERENCIA:
F.S. 1.2.	Tengo dolores o siento opresión en el pecho Escala de medición: Likert	A (X) D () SUGERENCIA:
F.S. 1.3.	Orino con mucha frecuencia Escala de medición: Likert	A (X) D () SUGERENCIA:
F.S. 1.4.	Frecuentemente tengo dolor de estómago Escala de medición: Likert	A (X) D () SUGERENCIA:
F.S. 1.5.	Tengo nauseas continuamente Escala de medición: Likert	A (X) D () SUGERENCIA:
F.S. 1.6.	La cara se me pone roja y caliente Escala de medición: Likert	A (X) D () SUGERENCIA:
F.S. 1.7.	Me sudan las manos y los pies Escala de medición: Likert	A (X) D () SUGERENCIA:
F.S. 1.8.	Tengo ganas de comer mucho más que antes Escala de medición: Likert	A (X) D () SUGERENCIA:
F.S. 1.9.	No quiero comer cuando estoy nervioso(a) Escala de medición: Likert	A (X) D () SUGERENCIA:
F.S. 1.10.	Siento que me ahogo Escala de medición: Likert	A (X) D () SUGERENCIA:
DIMENSION: EMOCIONAL		
E.M. 2.1.	Tengo cólera por cualquier motivo Escala de medición: Likert	A (X) D () SUGERENCIA:
E.M. 2.2.	Siento miedo a varias cosas Escala de medición: Likert	A (X) D () SUGERENCIA:
E.M. 2.3.	Me enoja o me angustió fácilmente Escala de medición: Likert	A (X) D () SUGERENCIA:
E.M. 2.4.	Mayormente tengo ganas de llorar Escala de medición: Likert	A (X) D () SUGERENCIA:
DIMENSION: COGNITIVO		
C.G. 3.1.	Pienso que me va a ir mal en la escuela Escala de medición: Likert	A (X) D () SUGERENCIA:
C.G. 3.2.	Frecuentemente pienso que me van a pasar cosas malas Escala de medición: Likert	A (X) D () SUGERENCIA:
C.G. 3.3.	Creo que los otros niños se burlan de mí, aunque no me lo digan Escala de medición: Likert	A (X) D () SUGERENCIA:
C.G. 3.4.	Cuando rindo un examen me olvido de lo que estudie Escala de medición: Likert	A (X) D () SUGERENCIA:
C.G. 3.5.	Tengo pesadillas Escala de medición: Likert	A (X) D () SUGERENCIA:
C.G. 3.6.	Me duele la cabeza constantemente Escala de medición: Likert	A (X) D () SUGERENCIA:
DIMENSIÓN: MOTOR		
M.T. 4.1.	Estoy intranquilo(a), preocupado(a) por cualquier motivo Escala de medición: Likert	A (X) D () SUGERENCIA:
M.T. 4.2.	Me siento débil y me cansó fácilmente Escala de medición: Likert	A (X) D () SUGERENCIA:

M.T. 4.3.	Me tiemblan las manos o los pies cuando estoy nervioso (a) Escala de medición: Likert	A (X) D () SUGERENCIA:
M.T. 4.4.	Me rechinan los dientes Escala de medición: Likert	A (X) D () SUGERENCIA:
M.T. 4.5.	Mi corazón late rápido Escala de medición: Likert	A (X) D () SUGERENCIA:
M.T. 4.6.	Me muerdo las uñas Escala de medición: Likert	A (X) D () SUGERENCIA:
PROMEDIO OBTENIDO		A (X) D ()
COMENTARIOS GENERALES: Instrumento aceptable para su aplicación		
OBSERVACIONES:		



 MG. Mirreila Jaqueline Soriano Novoa
 PSICOLOGA
 C.Ps.P N° 17971

**CERTIFICADO DE VALIDEZ DE CONTENIDO DEL INSTRUMENTO QUE
MIDE LA VARIABLE ANSIEDAD DIRIGIDO A DOCENTE Y PSICÓLOGOS**

1. NOMBRE DEL JUEZ		Mirella Jaqueline Soriano Novoa
2.	PROFESIÓN	Psicóloga
	GRADO ACADÉMICO (máximo)	Maestría
	EXPERIENCIA PROFESIONAL (AÑOS)	14 años
	CARGO	Psicóloga en Centro de Salud Mental Comunitario Esperanza de Vida – Cajamarca
TÍTULO DE LA INVESTIGACIÓN: PROGRAMA DE DESARROLLO DE INTELIGENCIA EMOCIONAL PARA DISMINUIR LOS NIVELES DE ANSIEDAD EN NIÑOS DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA		
3. DATOS DEL TESISISTA		
3.1	NOMBRES Y APELLIDOS	Cindy Mirella Miranda Cortegana
3.2	PROGRAMA DE POSTGRADO	Maestría en psicología clínica
4. INSTRUMENTO EVALUADO		<ol style="list-style-type: none"> 1. Guía de entrevista () 2. Cuestionario (X) 3. Lista de Cotejo () 4. Diario de campo () 5. Ficha documental
5. OBJETIVO DEL INSTRUMENTO		<p>GENERAL: Diagnosticar el estado actual de la dinámica del proceso de desarrollo de inteligencia emocional con el fin de recolectar información sobre los niveles de ansiedad en los alumnos de una institución educativa.</p> <p>ESPECÍFICOS:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Diagnosticar la dimensión de sintomatología fisiológica de los niveles de ansiedad en los niños de 9 a 10 años de una institución educativa. - Diagnosticar la dimensión de sintomatología emocional de los niveles de ansiedad en los niños de 9 a 10 años de una institución educativa. - Diagnosticar la dimensión de sintomatología cognitiva de los niveles de ansiedad en los niños de 9 a 10 años de una institución educativa. - Diagnosticar la dimensión de sintomatología motora de los niveles de ansiedad en los niños de 9 a 10 años de una institución educativa.
A continuación, se le presentan los indicadores en forma de preguntas o propuestas para que Ud. los evalúe marcando con un aspa (X) en “A” si está de ACUERDO o en “D” si está en DESACUERDO, si está en desacuerdo por favor especifique sus sugerencias		
N	DETALLE DE LOS ITEMS DEL INSTRUMENTO	
DIMENSION: FISIOLÓGICO		

F.S. 1.1.	Sus alumnos se desmayan o sienten que se van a desmayar Escala de medición: Likert	A (X) D () SUGERENCIA:
F.S. 1.2.	Sus alumnos tienen dolores o sienten opresión en el pecho de forma reiterativa Escala de medición: Likert	A (X) D () SUGERENCIA:
F.S. 1.3.	Sus alumnos piden permiso para ir al baño con mucha frecuencia cuando están nerviosos Escala de medición: Likert	A (X) D () SUGERENCIA:
F.S. 1.4.	Sus alumnos frecuentemente tienen dolores de estómago Escala de medición: Likert	A (X) D () SUGERENCIA:
F.S. 1.5.	Sus alumnos tienen nauseas continuamente Escala de medición: Likert	A (X) D () SUGERENCIA:
F.S. 1.6.	La cara de sus alumnos se pone roja y caliente sin ningún motivo Escala de medición: Likert	A (X) D () SUGERENCIA:
F.S. 1.7.	Le sudan las manos y los pies a sus alumnos cuando están nerviosos Escala de medición: Likert	A (X) D () SUGERENCIA:
F.S. 1.8.	Sus alumnos tienen ganas de comer mucho más que antes Escala de medición: Likert	A (X) D () SUGERENCIA:
F.S. 1.9.	Sus alumnos no quieren comer cuando están nervioso(a) Escala de medición: Likert	A (X) D () SUGERENCIA:
F.S. 1.10.	Sus alumnos sienten que se ahogan cuando están nerviosos Escala de medición: Likert	A (X) D () SUGERENCIA:
DIMENSION: EMOCIONAL		
E.M. 2.1.	Sus alumnos tienen cólera por cualquier sin ningún motivo, por ejemplo, levantan la voz Escala de medición: Likert	A (X) D () SUGERENCIA:
E.M. 2.2.	Sus alumnos sienten miedo a varias cosas Escala de medición: Likert	A (X) D () SUGERENCIA:
E.M. 2.3.	Sus alumnos se enojan o se angustian fácilmente Escala de medición: Likert	A (X) D () SUGERENCIA:
E.M. 2.4.	Sus alumnos tienen ganas de llorar cuando están nerviosos Escala de medición: Likert	A (X) D () SUGERENCIA:
DIMENSION: COGNITIVO		
C.G. 3.1.	Sus alumnos piensan que les va a ir mal en la escuela Escala de medición: Likert	A (X) D () SUGERENCIA:
C.G. 3.2.	Sus alumnos le comentan que frecuentemente piensan que les van a pasar cosas malas Escala de medición: Likert	A (X) D () SUGERENCIA:
C.G. 3.3.	Sus alumnos piensan que los otros niños se burlan de él, aunque no le digan Escala de medición: Likert	A (X) D () SUGERENCIA:

C.G. 3.4.	Sus alumnos le comentan que cuando rinden un examen se olvidan de lo que estudiaron Escala de medición: Likert	A (X) D () SUGERENCIA:
C.G. 3.5.	Sus alumnos le han comentado que tienen pesadillas Escala de medición: Likert	A (X) D () SUGERENCIA:
C.G. 3.6.	Sus alumnos le comentan que les duele la cabeza constantemente Escala de medición: Likert	A (X) D () SUGERENCIA:
DIMENSIÓN: MOTOR		
M.T. 4.1.	Observa que sus alumnos se encuentran intranquilos(as), preocupado(as) por cualquier motivo Escala de medición: Likert	A (X) D () SUGERENCIA:
M.T. 4.2.	Observa que sus alumnos se sienten débil y se cansan fácilmente Escala de medición: Likert	A (X) D () SUGERENCIA:
M.T. 4.3.	Observa que a sus alumnos le tiemblan las manos o los pies cuando están nerviosos (as) Escala de medición: Likert	A (X) D () SUGERENCIA:
M.T. 4.4.	Observa que cuando están nerviosos sus alumnos hacen rechinar los dientes Escala de medición: Likert	A (X) D () SUGERENCIA:
M.T. 4.5.	Sus alumnos le han comentado que cuando están nerviosos sienten que su corazón late rápido Escala de medición: Likert	A (X) D () SUGERENCIA:
M.T. 4.6.	Observa que cuando sus alumnos están nerviosos se muerden las uñas Escala de medición: Likert	A (X) D () SUGERENCIA:
PROMEDIO OBTENIDO		A (X) D ()
COMENTARIOS GENERALES: Instrumento aceptable para su aplicación		
OBSERVACIONES:		



 MG. Mirabella Jaqueline Soriano Novoa
 PSICOLOGA
 C.Ps.P N° 17971

**CERTIFICADO DE VALIDEZ DE CONTENIDO DEL INSTRUMENTO QUE
MIDE LA VARIABLE ANSIEDAD DIRIGIDO A NIÑOS**

1.	NOMBRE DEL JUEZ	Pamela Beatriz Chávez Vassallo
2.	PROFESIÓN	Psicóloga
	GRADO ACADÉMICO (máximo)	Magíster
	EXPERIENCIA PROFESIONAL (AÑOS)	7
	CARGO	Psicóloga en Centro de Salud Mental Comunitario Flor de Loto.
TÍTULO DE LA INVESTIGACIÓN: PROGRAMA DE DESARROLLO DE INTELIGENCIA EMOCIONAL PARA DISMINUIR LOS NIVELES DE ANSIEDAD EN NIÑOS DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA		
3. DATOS DEL TESISISTA		
3.1	NOMBRES Y APELLIDOS	Cindy Mirella Miranda Cortegana
3.2	PROGRAMA DE POSTGRADO	Maestría en psicología clínica
4. INSTRUMENTO EVALUADO		<ol style="list-style-type: none"> 1. Guía de entrevista () 2. Cuestionario(X) 3. Lista de Cotejo () 4. Diario de campo () 5. Ficha documental
5. OBJETIVO DEL INSTRUMENTO		GENERAL: Diagnosticar el estado actual de la dinámica del proceso de desarrollo de inteligencia emocional con el fin de recolectar información sobre los niveles de ansiedad en los alumnos de una institución educativa.
		ESPECÍFICOS: <ul style="list-style-type: none"> - Diagnosticar la dimensión de sintomatología fisiológica de los niveles de ansiedad en los niños de 9 a 10 años de una institución educativa. - Diagnosticar la dimensión de sintomatología emocional de los niveles de ansiedad en los niños de 9 a 10 años de una institución educativa. - Diagnosticar la dimensión de sintomatología cognitiva de los niveles de ansiedad en los niños de 9 a 10 años de una institución educativa. - Diagnosticar la dimensión de sintomatología motora de los niveles de ansiedad en los niños de 9 a 10 años de una institución educativa.
A continuación, se le presentan los indicadores en forma de preguntas o propuestas para que Ud. Los evalúe marcando con un aspa (X) en “A” si está de ACUERDO o en “D” si está en DESACUERDO, si está en desacuerdo por favor especifique sus sugerencias		
N	DETALLE DE LOS ITEMS DEL INSTRUMENTO	

DIMENSION: FISIOLÓGICO		
F.S. 1.1.	Me desmayo o siento que me voy a desmayar Escala de medición: Likert	A (X) D () SUGERENCIA:
F.S. 1.2.	Tengo dolores o siento opresión en el pecho Escala de medición: Likert	A (X) D () SUGERENCIA:
F.S. 1.3.	Orino con mucha frecuencia Escala de medición: Likert	A (X) D () SUGERENCIA:
F.S. 1.4.	Frecuentemente tengo dolor de estómago Escala de medición: Likert	A (X) D () SUGERENCIA:
F.S. 1.5.	Tengo nauseas continuamente Escala de medición: Likert	A (X) D () SUGERENCIA:
F.S. 1.6.	La cara se me pone roja y caliente Escala de medición: Likert	A (X) D () SUGERENCIA:
F.S. 1.7.	Me sudan las manos y los pies Escala de medición: Likert	A (X) D () SUGERENCIA:
F.S. 1.8.	Tengo ganas de comer mucho más que antes Escala de medición: Likert	A (X) D () SUGERENCIA:
F.S. 1.9.	No quiero comer cuando estoy nervioso(a) Escala de medición: Likert	A (X) D () SUGERENCIA:
F.S. 1.10.	Siento que me ahogo Escala de medición: Likert	A (X) D () SUGERENCIA:
DIMENSION: EMOCIONAL		
E.M. 2.1.	Tengo cólera por cualquier motivo Escala de medición: Likert	A (X) D () SUGERENCIA:
E.M. 2.2.	Siento miedo a varias cosas Escala de medición: Likert	A (X) D () SUGERENCIA:
E.M. 2.3.	Me enoja o me angustió fácilmente Escala de medición: Likert	A (X) D () SUGERENCIA:
E.M. 2.4.	Mayormente tengo ganas de llorar Escala de medición: Likert	A (X) D () SUGERENCIA:
DIMENSION: COGNITIVO		
C.G. 3.1.	Pienso que me va a ir mal en la escuela Escala de medición: Likert	A (X) D () SUGERENCIA:
C.G. 3.2.	Frecuentemente pienso que me van a pasar cosas malas Escala de medición: Likert	A (X) D () SUGERENCIA:
C.G. 3.3.	Creo que los otros niños se burlan de mí, aunque no me lo digan	A (X) D () SUGERENCIA:

	Escala de medición: Likert	
C.G. 3.4.	Cuando rindo un examen me olvido de lo que estudie Escala de medición: Likert	A (X) D () SUGERENCIA:
C.G. 3.5.	Tengo pesadillas Escala de medición: Likert	A (X) D () SUGERENCIA:
C.G. 3.6.	Me duele la cabeza constantemente Escala de medición: Likert	A (X) D () SUGERENCIA:
DIMENSIÓN: MOTOR		
M.T. 4.1.	Estoy intranquilo(a), preocupado(a) por cualquier motivo Escala de medición: Likert	A (X) D () SUGERENCIA:
M.T. 4.2.	Me siento débil y me cansó fácilmente Escala de medición: Likert	A (X) D () SUGERENCIA:
M.T. 4.3.	Me tiemblan las manos o los pies cuando estoy nervioso (a) Escala de medición: Likert	A (X) D () SUGERENCIA:
M.T. 4.4.	Me rechinan los dientes Escala de medición: Likert	A (X) D () SUGERENCIA:
M.T. 4.5.	Mi corazón late rápido Escala de medición: Likert	A (X) D () SUGERENCIA:
M.T. 4.6.	Me muerdo las uñas Escala de medición: Likert	A (X) D () SUGERENCIA:
PROMEDIO OBTENIDO		A (X) D ()
COMENTARIOS GENERALES: Instrumento aceptable para su aplicación		
OBSERVACIONES:		


 Mg. Pamela Beatriz Chávez Vassallo
 PSICOLOGA
 C. Ps. P. 29264

**CERTIFICADO DE VALIDEZ DE CONTENIDO DEL INSTRUMENTO QUE
MIDE LA VARIABLE ANSIEDAD DIRIGIDO A DOCENTE Y PSICÓLOGOS**

1.NOMBRE DEL JUEZ		Pamela Beatriz Chávez Vassallo
2.	PROFESIÓN	Psicóloga
	GRADO ACADÉMICO (máximo)	Magíster
	EXPERIENCIA PROFESIONAL (AÑOS)	7
	CARGO	Psicóloga en Centro de Salud Mental Comunitario Flor de Loto.
TÍTULO DE LA INVESTIGACIÓN: PROGRAMA DE DESARROLLO DE INTELIGENCIA EMOCIONAL PARA DISMINUIR LOS NIVELES DE ANSIEDAD EN NIÑOS DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA		
3.DATOS DEL TESISISTA		
3.1	NOMBRES Y APELLIDOS	Cindy Mirella Miranda Cortegana
3.2	PROGRAMA DE POSTGRADO	Maestría en psicología clínica
4. INSTRUMENTO EVALUADO		<ol style="list-style-type: none"> 1. Guía de entrevista () 2. Cuestionario(X) 3. Lista de Cotejo () 4. Diario de campo () 5. Ficha documental
5. OBJETIVO DEL INSTRUMENTO		<p>GENERAL: Diagnosticar el estado actual de la dinámica del proceso de desarrollo de inteligencia emocional con el fin de recolectar información sobre los niveles de ansiedad en los alumnos de una institución educativa.</p> <p>ESPECÍFICOS:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Diagnosticar la dimensión de sintomatología fisiológica de los niveles de ansiedad en los niños de 9 a 10 años de una institución educativa. - Diagnosticar la dimensión de sintomatología emocional de los niveles de ansiedad en los niños de 9 a 10 años de una institución educativa. - Diagnosticar la dimensión de sintomatología cognitiva de los niveles de ansiedad en los niños de 9 a 10 años de una institución educativa. - Diagnosticar la dimensión de sintomatología motora de los niveles de ansiedad en los niños de 9 a 10 años de una institución educativa.
A continuación, se le presentan los indicadores en forma de preguntas o propuestas para que Ud. Los evalúe marcando con un aspa (X) en "A" si está de ACUERDO o en "D" si está en DESACUERDO, si está en desacuerdo por favor especifique sus sugerencias		
N	DETALLE DE LOS ITEMS DEL INSTRUMENTO	

DIMENSION: FISIOLÓGICO		
F.S. 1.1.	Sus alumnos se desmayan o sienten que se van a desmayar Escala de medición: Likert	A (X) D () SUGERENCIA:
F.S. 1.2.	Sus alumnos tienen dolores o sienten opresión en el pecho de forma reiterativa Escala de medición: Likert	A (X) D () SUGERENCIA:
F.S. 1.3.	Sus alumnos piden permiso para ir al baño con mucha frecuencia cuando están nerviosos Escala de medición: Likert	A (X) D () SUGERENCIA:
F.S. 1.4.	Sus alumnos frecuentemente tienen dolores de estómago Escala de medición: Likert	A (X) D () SUGERENCIA:
F.S. 1.5.	Sus alumnos tienen náuseas continuamente Escala de medición: Likert	A (X) D () SUGERENCIA:
F.S. 1.6.	La cara de sus alumnos se pone roja y caliente sin ningún motivo Escala de medición: Likert	A (X) D () SUGERENCIA:
F.S. 1.7.	Les sudan las manos y los pies a sus alumnos Escala de medición: Likert	A (X) D () SUGERENCIA:
F.S. 1.8.	Sus alumnos tienen ganas de comer mucho más que antes Escala de medición: Likert	A (X) D () SUGERENCIA:
F.S. 1.9.	Sus alumnos no quieren comer cuando están nervioso(a) Escala de medición: Likert	A (X) D () SUGERENCIA:
F.S. 1.10.	Sus alumnos sienten que se ahogan cuando están nerviosos Escala de medición: Likert	A (X) D () SUGERENCIA:
DIMENSION: EMOCIONAL		
E.M. 2.1.	Sus alumnos tienen cólera sin ningún motivo, por ejemplo, levantan la voz Escala de medición: Likert	A (X) D () SUGERENCIA:
E.M. 2.2.	Sus alumnos sienten miedo a varias cosas Escala de medición: Likert	A (X) D () SUGERENCIA:
E.M. 2.3.	Sus alumnos se enojan o se angustian fácilmente Escala de medición: Likert	A (X) D () SUGERENCIA:
E.M. 2.4.	Sus alumnos tienen ganas de llorar cuando están nerviosos Escala de medición: Likert	A (X) D () SUGERENCIA:
DIMENSION: COGNITIVO		
C.G. 3.1.	Sus alumnos piensan que les va a ir mal en la escuela Escala de medición: Likert	A (X) D () SUGERENCIA:
C.G. 3.2.	Sus alumnos le comentan que frecuentemente piensan que les van a pasar cosas malas Escala de medición: Likert	A (X) D () SUGERENCIA:
C.G. 3.3.	Sus alumnos piensan que los otros niños se burlan de él, aunque no le digan	A (X) D () SUGERENCIA:

	Escala de medición: Likert	
C.G. 3.4.	Sus alumnos le comentan que cuando rinden un examen se olvidan de lo que estudiaron Escala de medición: Likert	A (X) D () SUGERENCIA:
C.G. 3.5.	Sus alumnos le han comentado que tienen pesadillas Escala de medición: Likert	A (X) D () SUGERENCIA:
C.G. 3.6.	Sus alumnos le comentan que les duele la cabeza constantemente Escala de medición: Likert	A (X) D () SUGERENCIA:
DIMENSIÓN: MOTOR		
M.T. 4.1.	Observa que sus alumnos se encuentran intranquilos(as), preocupado(as) por cualquier motivo Escala de medición: Likert	A (X) D () SUGERENCIA:
M.T. 4.2.	Observa que sus alumnos se sienten débil y se cansan fácilmente Escala de medición: Likert	A (X) D () SUGERENCIA:
M.T. 4.3.	Observa que a sus alumnos le tiemblan las manos o los pies cuando están nerviosos (as) Escala de medición: Likert	A (X) D () SUGERENCIA:
M.T. 4.4.	Observa que cuando están nerviosos sus alumnos hacen rechinar los dientes Escala de medición: Likert	A (X) D () SUGERENCIA:
M.T. 4.5.	Sus alumnos le han comentado que cuando están nerviosos sienten que su corazón late rápido Escala de medición: Likert	A (X) D () SUGERENCIA:
M.T. 4.6.	Observa que cuando sus alumnos están nerviosos se muerden las uñas Escala de medición: Likert	A (X) D () SUGERENCIA:
PROMEDIO OBTENIDO		A (X) D ()
COMENTARIOS GENERALES: Instrumento aceptable para su aplicación		
OBSERVACIONES:		


 Ms. Pamela Beatriz Chávez Vassallo
PSICOLOGA
C. Ps. P. 29264

Anexo 5: Carta de autorización



MINISTERIO DE EDUCACIÓN

GOBIERNO REGIONAL
DIRECCION REGIONAL DE EDUCACION
I.E.Nº 83004 "Juan Clemente Verjel"-
Cajamarca



Cajamarca, 15 de diciembre del 2022

Quien suscribe:

Sr (a). Luis Alberto Jara Mendoza

DIRECTOR

Institución Educativa N°. 83004 Ex 91 "Juan Clemente Verjel"

AUTORIZA: Permiso para recojo de información para ejecución de proyecto de investigación

Por el presente, el (la) que suscribe, señor Profesor Luis Alberto Jara Mendoza, representante legal de la Institución Educativa N°. 83004 Ex 91 "Juan Clemente Verjel" identificado (a) conDNIN° 27929085, **AUTORIZO** a la estudiante: Bach. Cindy Mirella Miranda Cortegana de la Maestría en Psicología Clínica y autor (a) de la investigación denominada programa de desarrollo inteligencia emocional para disminuir los niveles de ansiedad en niños de una institución educativa, al uso de dicha información única y exclusivamente para contribuir a la elaboración de investigación con fines académicos, se solicita, garantice la absoluta confidencialidad de la información recabada.

Atentamente,



MINISTERIO DE EDUCACIÓN
DIRECCIÓN REGIONAL DE EDUCACIÓN
GOBIERNO REGIONAL DE CAJAMARCA

Luis Alberto Jara Mendoza
DIRECTOR

DNI N° 27929085

Anexo 6: Fotografías del proceso de planificación

En la siguiente fotografía se evidencia el trabajo en equipo que realizan los estudiantes para poder ordenar la frase.



En la siguiente fotografía se observa el desarrollo de la psicoeducación en ansiedad, en donde los estudiantes conocieron un poco más sobre este tema.



En la siguiente fotografía se observa a los estudiantes armar un pequeño collage sobre los síntomas de la ansiedad.



En la siguiente fotografía se muestra la exposición realizada por parte de los estudiantes en las distintas sesiones desarrolladas del programa.







En las siguientes fotografías se observa la intervención participativa por parte de los estudiantes en el desarrollo de las distintas actividades.





En la siguiente fotografía se muestra a los estudiantes en el desarrollo de la sesión sobre las emociones.



En esta fotografía se muestra a los estudiantes en la actividad de la tela de araña en donde se motivó la búsqueda de soluciones ante algún problema.



En esta fotografía se observa a los estudiantes escenificando la técnica de la tortuga.



En esta fotografía se muestra a los estudiantes escribiendo en sus pescados estrategias de solución ante alguna dificultad.





Anexo 09: ACTA DE ORIGINALIDAD DE INFORME DE TESIS



ACTA DE ORIGINALIDAD DE INFORME DE TESIS

Yo, ALFREDO CARLOS MANUEL RENDON ALVARADO, docente de la Escuela de Posgrado - USS y revisor de la investigación aprobada mediante Resolución N° 457-2023/EPG-USS, del estudiante MIRANDA CORTEGANA CINDY MIRELLA, titulada “PROGRAMA DE DESARROLLO INTELIGENCIA EMOCIONAL PARA DISMINUIR LOS NIVELES DE ANSIEDAD EN NIÑOS DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA” de la Maestría EN PSICOLOGÍA CLÍNICA.

Puedo constar que la misma tiene un índice de similitud del 14%, verificable en el reporte final del análisis de originalidad mediante el software de similitud.

Por lo que, concluyo que cada una de las coincidencias detectadas no constituyen plagio y cumple con lo establecido en la Directiva de Similitud aprobada mediante Resolución de Directorio N°221-2019/ PD-USS de la Universidad Señor de Sipán.

CHICLAYO, 21 DE NOVIEMBRE DE 2023


MS. ALFREDO CARLOS MANUEL RENDON ALVARADO
DNI N° 70083765