



**UNIVERSIDAD SEÑOR DE SIPÁN**

**ESCUELA DE POSGRADO**

**TESIS**

**PROGRAMA DE PSICOTERAPIA GESTALT PARA  
LA INTELIGENCIA EMOCIONAL DE LOS  
ESTUDIANTES ADOLESCENTES DEL COLEGIO  
HORACIO ZEVALLOS – CHICLAYO**

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

**Autor:**

**Rodríguez Barranzuela Geywin Bladimir  
<https://orcid.org/0000-0002-7098-1233>**

**Asesor:**

**Morales Huamán Carla Giovanna  
<https://orcid.org/0000-0002-0977-0584>**

**Línea de Investigación:**

**Ciencias de la vida y cuidado de la salud humana**

**Pimentel – Perú**

**2021**



**UNIVERSIDAD SEÑOR DE SIPÁN**

**ESCUELA DE POSGRADO**

**MAESTRÍA EN PSICOLOGÍA CLÍNICA**

PROGRAMA DE PSICOTERAPIA GESTALT PARA LA INTELIGENCIA  
EMOCIONAL DE LOS ESTUDIANTES ADOLESCENTES DEL COLEGIO  
HORACIO ZEVALLOS – CHICLAYO

**AUTOR**

Bach. Geywin Bladimir Rodríguez Barranzuela

Pimentel – Perú

2021

**PROGRAMA DE PSICOTERAPIA GESTALT PARA LA  
INTELIGENCIA EMOCIONAL DE LOS ESTUDIANTES  
ADOLESCENTES DEL COLEGIO HORACIO ZEVALLOS –  
CHICLAYO**

**APROBACIÓN DE LA TESIS**



---

**Dr. Juan Carlos Callejas Torres**  
**Presidente del jurado de tesis**



---

**Mg. Karla Elizabeth López Ñique**  
**Secretaria del jurado de tesis**



---

**Dra. Carla Giovanna Morales Huamán**  
**Vocal del jurado de tesis**

### ***Dedicatoria***

*Dedicado a mi madre Mercedes Barranzuela, a mi hermano Nilton Miguel Rodríguez Barranzuela y a mi padre Miguel Rodríguez, por brindarme su apoyo incondicional, por estar conmigo durante este proceso y acompañarme en mi desarrollo académico y crecimiento personal.*

### ***Agradecimientos***

*Un eterno agradecimiento a las personas que me acompañaron en el desarrollo de la investigación, docente a cargo del curso de tesis, director de la institución educativa, docentes, estudiantes y padres que contribuyeron con su granito de arena y buena voluntad; sin ellos este programa no hubiera sido posible, muchas gracias.*

## **Resumen**

El objetivo general del presente estudio fue elaborar un programa de psicoterapia Gestalt para la inteligencia emocional de los estudiantes adolescentes del colegio Horacio Zevallos – Chiclayo. Por el propósito de estudio la presente investigación es aplicada, por su profundización es descriptiva, a su vez, es una investigación transversal de método mixto. La población estuvo conformada por 131 estudiantes adolescentes de los cuales el 56% pertenece al género femenino y el 44% pertenece al género masculino, cuyas edades oscilan entre 12 a 17 años y su nivel de educación se ubica de primer a quinto grado de educación secundaria. Se aplicaron métodos teóricos, empíricos y estadísticos; así mismo, el instrumento que se utilizó fue el Inventario emocional de BarOn (BarOn Ica: NA) en su versión completa para adolescentes adaptado por Nelly Ugarriza Chávez y Liz Pajares. Los resultados indicaron que en la dimensión Intrapersonal los estudiantes presentan deficiencias para comprender sus propias emociones y a su vez para expresarlas, en la dimensión interpersonal hay dificultades en la escucha y comprensión de sentimientos, en el manejo de estrés se necesitan mejorar los impulsos, en la dimensión adaptabilidad se evidencian dificultades para afrontar problemas cotidianos, en los estados de ánimo se presenta un déficit para manejar sus estados de ánimo y en impresión positiva se demuestran pensamientos con una baja apreciación de sí mismos. Finalmente se han considerado 10 sesiones de trabajo basadas en la psicoterapia Gestalt; 2 sesiones por cada dimensión estudiada y diagnosticada.

**Palabras clave:** Psicoterapia, Inteligencia emocional, Adolescentes

## **Abstrac**

The general objective of this study was to develop a Gestalt psychotherapy program for the emotional intelligence of adolescent students at the Horacio Zevallos School - Chiclayo. For the purpose of the study, this research is applied, because of its deepening it is descriptive, in turn, it is a cross-sectional investigation of mixed method. The population consisted of 131 adolescent students, of which 56% belong to the female gender and 44% belong to the male gender, whose ages range from 12 to 17 years and their education level is located from first to fifth grade of secondary education . Theoretical, empirical and statistical methods were applied; Likewise, the instrument used was the BarOn Emotional Inventory (BarOn Ica: NA) in its complete version for adolescents adapted by Nelly Ugarriza Chávez and Liz Pajares. The results indicated that in the Intrapersonal dimension the students present deficiencies to understand their own emotions and in turn to express them, in the interpersonal dimension there are difficulties in listening and understanding feelings, in stress management it is necessary to improve impulses, in the Adaptability dimension, difficulties are evidenced to face daily problems, in the moods there is a deficit to manage their moods and in positive impression thoughts with a low appreciation of themselves are shown. Finally, 10 work sessions based on Gestalt psychotherapy have been considered; 2 sessions for each dimension studied and diagnosed.

**Keywords:** Psychotherapy, Emotional intelligence, Adolescents.

## ÍNDICE

APROBACIÓN DE LA TESIS .....	iii
Dedicatoria.....	iv
Agradecimiento .....	v
Resumen .....	vi
Abstrac.....	vii
I. INTRODUCCIÓN .....	13
1.1. Realidad Problemática.....	13
1.2. Trabajos Previos .....	18
1.3. Teorías Relacionadas al Tema.....	24
1.3.1. Caracterización del proceso de psicoterapia Gestalt y su dinámica .....	24
1.3.1.1. Teoría de la psicología Gestalt.....	24
1.3.1.2. Fundamentos de la psicoterapia Gestalt.....	26
1.3.1.3. Fenomenología y teoría del campo .....	28
1.3.1.4. La actitud gestáltica.....	29
1.3.1.5. Formas gestálticas de expresión.....	30
1.3.1.6. La Neurosis en Gestalt. ....	32
1.3.2. Determinación de las tendencias históricas del proceso de psicoterapia Gestalt y su dinámica .....	39
1.3.2.1. Etapa 1: Concepción de la psicoterapia Gestalt (1942 - 1950) .....	39



1.3.2.2. Etapa 2: Nacimiento oficial y reconocimiento social de la psicoterapia Gestalt (1951 - 1970).....	41
1.3.2.3. Etapa 3: Crecimiento en Latinoamérica de la psicoterapia Gestalt (1970 - Actualidad).....	43
1.3.2.4. Programa de Psicoterapia Gestalt.....	46
1.3.2.5. Características de un programa basado en la psicoterapia Gestalt.....	46
1.3.2.6. Técnicas utilizadas en el programa de psicoterapia Gestalt.....	47
1.3.2. Marco conceptual .....	53
1.4. Formulación del Problema .....	54
1.5. Justificación e importancia del estudio .....	54
1.6. Hipótesis.....	56
1.7. Objetivos .....	56
1.7.1. Objetivo General.....	56
1.7.2. Objetivos Específicos .....	56
II. MATERIAL Y MÉTODO .....	57
2.1. Tipo y Diseño de Investigación.....	57
2.2. Población y Muestra.....	58
2.3. Variables, Operacionalización. ....	60
2.4. Técnicas e instrumentos de datos, validez y confiabilidad .....	62
2.5. Procedimiento de análisis de datos.....	65

2.6. Criterios éticos.....	65
2.7. Criterios de rigor científico. ....	66
3.1. Resultados en tablas y figuras .....	67
3.2. Discusión de resultados.....	79
3.3. Aporte práctico.....	84
3.4. Valoración y corroboración de resultados.....	121
3.4.1. Validación de los resultados.....	121
3.4.2. Ejemplificación de la aplicación del programa de psicoterapia Gestalt para la inteligencia emocional.....	125
3.4.3. Corroboración estadística de las transformaciones logradas.....	127
IV. CONCLUSIONES .....	128
V. RECOMENDACIONES .....	130
VI. REFERENCIAS.....	132
V. ANEXOS .....	138
Anexo 01: Matriz de consistencia .....	138
Anexo 02: Operacionalización de las variables.....	141
Anexo 03: Instrumento .....	143
Anexo 04: Validación del instrumento.....	148
Anexo 05: Solicitud a la institución educativa.....	163
Anexo 06: Respuesta de solicitud.....	164

Anexo 07: Validación del aporte práctico de la investigación - encuesta a expertos..... 164

## ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1. <i>Resumen de la evolución de la terapia Gestalt</i> .....	45
Tabla 2. <i>Frecuencia y porcentaje de la población</i> .....	49
Tabla 3. <i>Niveles de la dimensión intrapersonal de los estudiantes de educación secundaria de la institución educativa privada Horacio Zevallos – Chiclayo.</i> .....	67
Tabla 4. <i>Niveles de la dimensión interpersonal de los estudiantes de educación secundaria de la institución educativa privada Horacio Zevallos – Chiclayo.</i> .....	68
Tabla 5. <i>Niveles de la dimensión manejo de estrés de los estudiantes de educación secundaria de la institución educativa privada Horacio Zevallos – Chiclayo.</i> .....	69
Tabla 6. <i>Niveles de la dimensión adaptabilidad de los estudiantes de educación secundaria de la institución educativa privada Horacio Zevallos – Chiclayo.</i> .....	70
Tabla 7. <i>Niveles de la dimensión estado de ánimo de los estudiantes de educación secundaria de la institución educativa privada Horacio Zevallos – Chiclayo.</i> .....	71
Tabla 8. <i>Niveles de la dimensión impresión positiva de los estudiantes de educación secundaria de la institución educativa privada Horacio Zevallos – Chiclayo.</i> .....	72
Tabla 9. <i>Niveles de la dimensión intrapersonal de las fuentes referenciales para el estudio de la institución educativa privada Horacio Zevallos – Chiclayo.</i> .....	73
Tabla 10. <i>Niveles de la dimensión interpersonal de las fuentes referenciales para el estudio de la institución educativa privada Horacio Zevallos – Chiclayo.</i> .....	74

Tabla 11. <i>Niveles de la dimensión manejo del estrés de las fuentes referenciales para el estudio de la institución educativa privada Horacio Zevallos – Chiclayo.....</i>	75
Tabla 12. <i>Niveles de la dimensión adaptabilidad de las fuentes referenciales para el estudio de la institución educativa privada Horacio Zevallos – Chiclayo.....</i>	76
Tabla 13. <i>Niveles de la dimensión estado de ánimo de las fuentes referenciales para el estudio de la institución educativa privada Horacio Zevallos – Chiclayo.....</i>	77
Tabla 14. <i>Niveles de la dimensión impresión positiva de las fuentes referenciales para el estudio de la institución educativa privada Horacio Zevallos – Chiclayo.....</i>	78
Tabla 15. <i>Calificación del programa de psicoterapia Gestalt para la inteligencia emocional de los estudiantes adolescentes del colegio Horacio Zevallos por parte de criterio de experto. ....</i>	123
Tabla 16. <i>Resultados de inicio y final de la primera sesión aplicada.....</i>	127

## **I. INTRODUCCIÓN**

### **1.1. Realidad Problemática**

Al día de hoy se ha evidenciado el gran avance económico, tecnológico y cultural. Los adolescentes no son ajenos a estos cambios; sin embargo, encontrarse en una época de globalización ha generado dificultades en el desarrollo psicosocial de muchos adolescentes, así mismo se ve déficits en el área de habilidades comunicativas y expresión emocional, factores de suma importancia que favorecen la formación de la personalidad. A su vez, los sistemas educativos han mostrado en muchas oportunidades caso omiso a la adecuada gestión emocional de sus estudiantes, dejando de lado la inteligencia emocional y el conjunto de competencias que esta compone, ya que se desconoce en el campo familiar y educativo la influencia del cociente emocional en el correcto progreso del adolescente.

Por ende, el desarrollo afectivo emocional cobra relevancia, ya que las conductas problemáticas establecidas por los adolescentes se ven incrementadas por una mala gestión en la inteligencia emocional. En este sentido, el cociente emocional cobra mucho valor cuando se trabaja y refuerza en edades tempranas.

Diversos psicólogos definen la inteligencia emocional como el conjunto de capacidades y habilidades psicológicas que facilitan la gestión de emociones para conseguir resultados positivos en cuanto a las relaciones interpersonales, implicando los sentimientos y el entendimiento de emociones, así como el adecuado manejo y expresión de los mismos.

Por ello, se han realizado diversos estudios para conocer el nivel o categoría de inteligencia emocional en jóvenes. En México se determinó que si bien los educandos presentan una adecuada inteligencia emocional demuestran tener problemas al enfrentar cuestiones emocionales relacionadas con ellos mismos y personas cercanas a ellas (Vera, Piña, Alejandre y Segura, 2016).

Así mismo, se realizaron investigaciones a nivel nacional, en la ciudad de Trujillo los estudiantes adolescentes presentan dificultades en su autoestima 25,4% y depresión 11,8% (Mercader, 2020). Por su parte en Huaral se realizó un estudio referente a la inteligencia emocional, encontrándose que el 28% de los evaluados presentan un mal nivel de inteligencia emocional, además un 28% presenta un bajo nivel de autocontrol, una baja empatía 37%, así como un 34% de un mal nivel de autoestima emocional (Remigio, 2018). A su vez Ccana (2017) en su estudio describe que los estudiantes de cuarto y quinto de secundaria de la institución educativa privada La Salle mantiene un bajo nivel de 17,3% y un muy bajo nivel de 7,7%, al contrastar estos datos con el colegio Adventista Americana encuentra un bajo nivel de 19,6%. En cuanto a la ciudad de Sullana encontró que el 50% de estudiantes de quinto grado de educación primaria registraron un bajo nivel de inteligencia emocional (Oquelis, 2016).

A su vez, en la institución educativa privada Horacio Zevallos, se ha logrado percibir algunas deficiencias en cuanto al manejo emocional en los estudiantes de educación secundaria, tales deficiencias se evidencian:

A nivel familiar:

- Antecedentes de conflicto y violencia familiar
- Familias no potenciadoras del desarrollo infantil y adolescente
- Represión de sentimientos y emociones
- Desconfianza con sus figuras parentales

A nivel educativo:

- Estrés académico
- Insatisfacción académica
- Bullying e inadecuadas relaciones interpersonales
- Deserción escolar

A nivel personal:

- Conductas autolesivas y atracones
- Bajo control de impulsos
- Inadecuada autoconciencia emocional.
- Dificultades en la estima y valía personal.
- Desregulación emocional
- Sentimientos de vacío existencial
- Ansiedad y preocupación excesiva
- Contracciones musculares

Las causas del problema antes trazados están dadas debido a una:

- Insuficiente orientación didáctica metodológica en el desarrollo del proceso adaptativo en maestros y padres de familia para potenciar la inteligencia emocional.
- Falta de desarrollo personal e inteligencia emocional en los estudiantes adolescentes.
- Limitación de investigaciones enfocadas en el desarrollo personal e inteligencia emocional en adolescentes basados en la psicoterapia Gestalt.
- Insuficiente capacitación e inexistencia de orientación metodológica y práctica en la inteligencia emocional de los adolescentes por parte del docente y tutor de educación secundaria.
- Carencia de un espacio de orientación en inteligencia emocional basada en la psicoterapia Gestalt para los estudiantes adolescentes.

Siendo el objeto de estudio el proceso de psicoterapia Gestalt.

De este modo, la terapia Gestalt es definida como una relación establecida entre un sujeto y un objeto, un ser humano, un sentimiento, etc. Este proceso se basa principalmente en la necesidad personal que busca ser realizada y cuando está se completa genera satisfacción; en contraste a ello, cuando no se ha consumado esta necesidad tiende a generar malestar (Moreau, 2009).

Peñarrubia (2008) indica que la terapia Gestalt se centra en el proceso de lo obvio, dado que se enfoca en el tiempo presente, en la experiencia actual y en la responsabilidad de la percepción de la realidad. En este sentido, en Gestalt se intenta



evitar todo proceso que no se esté desarrollando en el tiempo presente; no obstante, si existe un malestar o molestia ocasionada en el tiempo actual debido a algún conflicto pasado o alguna preocupación futura, necesita ser abordado e integrado en la persona para llegar a la resolución.

Así mismo, Naranjo (1990) pone énfasis en los factores transpersonales de la toma de conciencia y espontaneidad, es decir, en la medida que la psicoterapia Gestalt pueda ser aprendida, esta actividad puede producir una expresión genuina en el consultante y de este modo podrá confrontar su disfuncionalidad.

Además, Bilbao (2010) expresa que la psicoterapia Gestalt busca crear seres humanos que sean capaces de vivir en pleno contacto consigo mismos y su sociedad, sin que sientan conflicto por está o sin desear retirarse de ella.

De lo mencionado por los autores se aprecia que aún son insuficientes los estudios prácticos y metodológicos en cuando a la dinámica del proceso.

Por esto, el campo de acción de la investigación se concreta entonces en la dinámica del proceso de la psicoterapia Gestalt.

## 1.2. Trabajos Previos

La expresión “cociente emocional” surge como tal en el período de 1990 en un estudio realizado por los psicólogos especialistas Peter Salovey y John Mayer; no obstante, sería en la obra escrita en 1995 por Daniel Goleman que este concepto se llegó a difundir rápidamente.

Goleman cimienta su propuesta de cociente emocional basándose en los descubrimientos científicos de tres estudiosos principales, David McClelland, Howard Gardner y Joseph LeDoux, añadiendo las contribuciones de muchos otros científicos como Peter Salovey y Mihalyi Csikzentmihalyi. Por último, Goleman se apoya en el estudio y la práctica de Richard Boyatzis. A su vez, sus alcances han sido pioneros en la aplicación práctica de modelos de desarrollo que mejoran las capacidades más etéreas y blandas del ser humano adulto. Además, han demostrado mantener estabilidad a través del tiempo.

De este modo, el cociente emocional se ha conceptualizado como la capacidad para entender las emociones y gestionarlas de una manera apropiada. Se utiliza para guiar nuestros patrones conductuales y nuestros procesos cognitivos, con la intención de generar buenos resultados. En este concepto se incluyen habilidades que faciliten el percibir, el sentir y el expresar, así mismo, no se desmerece la importancia del cociente intelectual; ya que para Goleman el éxito personal tiende a obedecer a un 80% del propio conocimiento y a la buena gestión emocional.

A su vez, es en la adolescencia que se replantea la definición personal y social, dado que se tiende a individualizarse, a explorarse y a buscar la diferenciación del medio familiar, ya que aparece la búsqueda de la propia pertenencia y sentido de vida. Tal

situación genera periodos críticos dado a los cambios culturales, que a su vez exigen para el adulto un restablecimiento de esquemas psicosociales que influyen en el establecimiento de nuevos modelos de autoridad, nuevas interacciones personales y sociales.

En este sentido, se han realizado diferentes estudios sobre la inteligencia emocional en la población adolescente y la influencia que está tiene sobre los mismos, así mismo, se han trabajado programas para la mejora de está, a continuación, se mostraran las investigaciones más relevantes sobre este tema de suma importancia y más aún en tiempos actuales, en los cuales las nuevas generaciones avanzan y se actualizan con mucha facilidad.

### **Internacional**

**Ruvalcaba, Gallegos, Orozco y Bravo (2019)** en su investigación realizada en México, se encontró que las experiencias agradables favorecen la adaptación así como el optimismo y el autoconcepto benefician las competencias y habilidades personales. A su vez, las habilidades interpersonales y la capacidad para manejar las emociones de manera positiva predicen las competencias sociales y benefician el desarrollo de la resiliencia. No obstante, el manejo inadecuado de las emociones como el enojo puede generar malestar. Por ende, es importante desarrollar positivamente el proceso emocional en los adolescentes.

**Salazar y Puc (2019)** en su investigación realizada en México, se obtuvo como resultado que los participantes optimizaron su estima personal, el propio conocimiento de sí mismos, se facilitó la expresión y con ello se vio un incremento en el autoconcepto. Además, se mejoró el manejo emocional frente a crisis,

fomentándose una adecuada toma de decisiones y se vio un incremento en la resiliencia, misma que ayudo a prevenir las conductas suicidas, ya que los colaboradores se percataron que al expresar sus emociones podían desbloquear sus mecanismos neuróticos y con ello mejorar el proceso autorregulatorio y así mejorar situaciones en las practicas diarias y avanzar con los acontecimientos de su vida.

**Usán y Salavera (2018)** en su investigación realizada en Zaragoza, se obtuvieron como resultados que las motivaciones intrínsecas juegan un rol fundamental en el desarrollo de la inteligencia emocional, ya que, a mayor conocimiento y aceptación de las propias emociones, se verá un incremento en la motivación intrínseca, misma que favorecerá la concentración y con ello una mejora significativa en el desempeño académico.

**Calero, Barreyro, Formoso, e Injoque (2018)** en su investigación realizada en Buenos Aires, se encontró como resultado que el componente de cociente emocional denominado atención a las emociones demostró tener relación con la necesidad de pertenencia, además esta relación se replica solo en caso de los participantes varones. En este sentido, se podría asociar a los bajos niveles de atención de los varones, ya que las mujeres demuestran mayores índices de concentración, misma que se relaciona con la propia recuperación y con el temor al rechazo. Por tanto, en base a los resultados obtenidos se evidenció que existe una mayor necesidad de pertenencia en personas con sexo masculino y un mayor temor al rechazo por parte de las participantes de sexo femenino.

**Sarrionandia y Garaigordobil (2017)** en su investigación realizada en España, se evidenció que el programa planteado por los autores desarrollo significativamente el

cociente emocional en los colaboradores y a su vez, consiguió disminuir los síntomas psicosomáticos. Así mismo, se vio un incremento en los índices de felicidad. Por otro lado, los índices de covarianza pre test-seguimiento lograron un incremento del cociente emocional, lográndose la disminución de malestares tanto emocionales como físicos.

## **Nacional**

**Solórzano (2019)** en su investigación realizada en Lima, obtuvo como resultado que no hay relación entre bienestar psicológico y cociente emocional ( $p=0.97$ ). sin embargo, se encontró relación entre la variable edad y la dimensión interpersonal ( $p=0.001$ ), así mismo entre religión y la dimensión intrapersonal ( $p=0.01$ ). Por otro lado, el 50% de colaboradores obtuvo un bajo nivel de bienestar psicológico. Finalmente se concluyó que el cociente emocional es considerado un factor potencial en el desarrollo de habilidades sociales, a su vez, es de utilidad para afianzar la propia autonomía, además estas son herramientas necesarias para la toma de decisiones y la resolución de conflictos.

**Granados (2019)** en su investigación realizada en Lima, llegó a concluir que el 16.48% de los estudiantes evaluados expresan escasamente sus emociones, el 63.74% muestran regularmente sus emociones y el 16.78% indican ser expresivos emocionalmente. Además, se encontró que el 18.68% de los estudiantes mantienen un bajo nivel de aprendizaje, el 67.03% muestran un desempeño académico regular y el 14.29% demuestran un buen nivel de aprendizaje. Además, se encontró una relación de  $r= 0.770^{**}$ . Finalmente se concluyó que el proceso emocional muestra una relación significativa con los logros académicos.

**Mamani, Brousett, Ccori y Villasante (2018)** en su investigación realizada en Puno, encontraron discrepancias específicas ( $p < ,05$ ) en los niveles de ideación suicida ( $Z = -4,596$ ) y en las dimensiones de cociente emocional ( $t = -7,815$ ), en cuanto la conducción de estrés ( $t = 10,294$ ) y estado de ánimo general ( $t = 7,178$ ). En cuanto a los sujetos con ideación suicida se han encontrado afectaciones en cuanto al cociente emocional, mismos resultados que coinciden con estudios que indican que la inteligencia emocional modula el riesgo suicida. Por tanto, se ha confirmado que existe eficacia en el uso de programas de intervención en inteligencia emocional según las dimensiones mencionadas anteriormente.

**Cateriano, Córdova y Laredo (2018)** en su investigación realizada en Lima, encontraron que la práctica del mindfulness influye en los procesos atencionales, además incrementa el nivel de atención selectiva de 165 a 214 y la atención sostenida de 221 a 258 en promedio, mismas bases que sirven para futuros estudios relacionados al mindfulness y prácticas de atención y concentración plena, además la atención al verse en ascenso tiende a repercutir positivamente en el aprendizaje.

**Castro, Gómez, Lindo y Vega (2017)** en su investigación realizada en Lima metropolitana, encontraron como resultados que el 67% de las mujeres que desempeñan cargos ejecutivos presentan un estilo de afrontamiento enfocado al problema, es decir, que suelen confrontar de manera directa al problema que les genera incomodidad. Por su parte, el 33% de las evaluadas restantes ha mostrado tener un estilo de afrontamiento centrado en la emoción, por tanto, su modo de afrontamiento será pasivo, evitarán involucrarse en dificultades a modo de no sentir conflictos. Además, se logró identificar que el 93% de las mujeres con cargos ejecutivos presentan un alto desarrollo de inteligencia emocional. Finalmente, los

resultados demuestran que tanto los estilos de afrontamiento centrados en la resolución directa y en la emoción han dado indicios de presentar alto niveles de cociente emocional, no obstante, los coeficientes de correlación han demostrado que tanto los estilos de afrontamiento como la inteligencia emocional presentan una baja correlación positiva.

**Miranda (2017)** en su investigación realizada en Cajamarca, concluyó que no hay diferencias significativas entre el sexo masculino y femenino de cociente emocional, pues la significación bilateral arrojó un porcentaje de 0,810; además, en los niveles de la dimensión intrapersonal se pudo observar un resultado de 0,383; para la dimensión intrapersonal se obtuvo 0,627; en cuanto al manejo del estrés los resultados indicaron un 0,621; así mismo, la dimensión adaptabilidad obtuvo un 0,251; para el estado de ánimo general se identificó un 0,888 y finalmente en la dimensión de impresión positiva se consiguió un puntaje de 0,101 de significación bilateral.

### **Local**

**Cruzado y Santa Cruz (2017)** en su investigación en Lambayeque se encontró que mediante la aplicación de un programa se logró un incremento en la estima de los participantes, a inicios se identificaron niveles bajos de autoestima y para la finalización del programa se encontraron niveles altos de autoestima, es decir antes de la ejecución del programa en la etapa diagnóstica se identificó que de los 20 colaboradores al estudio, 14 presentaron niveles promedio bajo y 6 de ellos baja autoestima, para la finalización del programa se logró que 14 de los participantes se ubiquen en la categoría promedio alto de autoestima, 5 demuestran un alta autoestima y 1 se encuentre en nivel promedio bajo. En este sentido, se puede evidenciar la

efectividad que tiene un programa para la mejora de la estima personal. A su vez, se concluye que el programa de arte terapia consiguió efectos positivos para el desarrollo y mejoramiento de la autoestima, logrando un incremento de la misma.

### **1.3. Teorías Relacionadas al Tema**

#### **1.3.1. Caracterización del proceso de psicoterapia Gestalt y su dinámica**

La psicoterapia Gestalt ha mantenido una historia compleja, a su abordaje terapéutico se han sumado influencias de distintos ámbitos tanto psicológicos como filosóficos (Picó, 2014). Se toman propuestas de la fenomenología, así como también se suman diferentes recursos y técnicas en su modo de abordaje. En los siguientes párrafos se hablará sobre el proceso de psicoterapia Gestalt, la forma de abordar, pautas lingüísticas y los mecanismos neuróticos que al verse interrumpidos generan dificultades en la psique humana.

##### **1.3.1.1. Teoría de la psicología Gestalt**

La psicología de la Gestalt se encuadra dentro de la psicología humanista, ya que se centra en las vivencias subjetivas de cada persona, da mayor relevancia a los aspectos de la psicología como la autorrealización y la búsqueda de la propia decisión, a su vez trabaja con el concepto que el propio ser humano puede desenvolverse libre y autónomamente. Esto indica que no solo suele concentrarse en los aspectos negativos de la psique tal y como suele ocurrir en algunas aplicaciones psicoanalíticas o centrarse en evidenciar la conducta para la intervención como se realiza en el conductismo.



## Leyes de la Psicología Gestalt

Dentro la teoría de la Gestalt se ha estructurado leyes que explican el cómo podemos percibir ciertas cosas y por qué no otras. Estas son las leyes de la Gestalt, que fueron propuestas por Max Wertheimer, cuyas ideas a su vez fueron reforzadas por Wolfgang Köhler y Kurt Koffka (Salama, 2008).

A continuación, se mencionan las leyes expuestas por estos estudiosos de la Gestalt (Añaños et al. 2008):

- **Ley de figura y fondo:** Esta ley estudia la correlación que existe entre diferentes estímulos, en este sentido la figura y el fondo no son estáticos y pueden intercambiar papeles según la necesidad aparente.
- **Ley de la proximidad:** Esta ley defiende que todos los elementos que se encuentren cercanos o próximos son percibidos como un grupo.
- **Ley de la similitud:** En esta ley los elementos con características similares tienden a ser percibidos como un conjunto.
- **Ley de la buena continuación:** Es la ley por el cual los elementos que mantienen algún patrón o dirección tienden a ser agrupados.
- **Ley del destino común:** Esta ley estaba basada en el movimiento según el cual un grupo de estímulos que son vistos en una misma dirección de movimiento se tienden a agrupar perceptivamente.
- **Ley de la simetría:** Esta ley indica que la zona simétrica de un campo visual tiene mayor posibilidad de verse agrupada que en las zonas no simétricas.
- **Ley del cierre:** Esta ley hace mención a que si una figura está incompleta físicamente se puede percibir como si estuviera completa.

### **1.3.1.2. Fundamentos de la psicoterapia Gestalt**

La psicoterapia Gestalt pone principal énfasis al proceso más que al contenido. Se centra en lo que está sucediendo, se está sintiendo o pensando en el momento presente, dejando lo que fue, tendría que ser o debería de estar pasando. Emplea el método del “darse cuenta” (awareness) dejando fluir el sentir, el percibir y el actuar. En este sentido el consultante aprende a hacerse consciente de lo que le sucede, de este modo desarrolla la habilidad de aceptar lo que le sucede y a su vez experimenta el “aquí y ahora” sin interferencia de respuestas que hayan sido ancladas del pasado (Salama, 2009).

Se centra en la atención y aceptación de la experiencia, ya que prestar atención a la experiencia tiene una profunda relación con el estado presente del ser. Para la terapia Gestalt la atención es percatarse de sí mismo, es identificar el estado emocional y los sentimientos que aparecen frente a una determinada situación, de modo tal que se experimente lo que vaya apareciendo, ya que si se evita o se reprime la emoción o sentimiento, éstos pueden generar malestar, llegando a manifestarse de forma psicósomática afectando al cuerpo (Aragón, 2019).

Así mismo, la psicoterapia Gestalt es un enfoque holístico, es decir que concibe al ser humano como una totalidad, se toma el concepto que “el todo es más que la suma de sus partes”, ya que nada aparece por si solo o es un ente aislado, por el contrario adquiere un significado que puede ser interior según el contexto en que aparezcan las sensaciones, a su vez, este enfoque postula que es importante percibir el mundo en

forma plena, libre, responsabilizándonos y aceptando lo que somos, apreciando lo obvio y observando lo que es (Vásquez, 2018).

Bajo este modelo terapéutico se considera a la persona que se atiende como cliente o consultante, ya que no se ve a la persona que asiste a consulta como alguien enfermo que viene a ser curado, por el contrario asiste para que el terapeuta lo acompañe en su proceso de “autocurarse”, desde esta postura el terapeuta sólo guía y ayuda, ejerciendo una función de observador externo y no tanto como el experto o “el que cura” (Naranjo, 1990).

El enfoque Gestalt se centra en el “aquí y ahora”, reconoce a la toma de conciencia como clave para el potencial completo y el crecimiento personal. En este sentido, una interrupción o un bloqueo en los pensamientos o comportamientos puede llegar a generar insatisfacción y descontento en la persona, por ello, se trabaja para vivenciar lo experimentado más allá de buscar la mera interpretación de la experiencia, es así que uno de los principales beneficios de este enfoque es la vivencia y exploración de los sentimientos, los pensamientos, las creencias, los valores y la forma en como el ser muestra sus conductas y responde frente a los eventos que aparecen en su entorno (Guerri, 2020).

Por ende, el objeto de la terapia Gestalt, además de acompañar al cliente a mejorar sobre sus síntomas, es permitirle alcanzar a mostrarse más auténtico, a liberarse de los bloqueos y asuntos inconclusos que obstruyen su libre satisfacción o autorregulación que dificultan su propio crecimiento y desarrollo personal (Carabelli, 2013).

### **1.3.1.3. Fenomenología y teoría del campo**

Joyce y Sills (2010) dan a conocer la importancia de la fenomenología dentro del proceso gestáltico, así como su teoría dentro del campo de acción, las cuales son mencionadas:

#### **El método fenomenológico de investigación**

La aproximación fenomenológica representa el estar lo más cercano posible a la experiencia, estar en el momento presente, en vez de vivir interpretando las conductas manifiestas, ya que esta presencia puede ayudar al consultante a explorarse y a su vez ser consciente de cómo visualiza el mundo que lo circunda. Es por eso que el método fenomenológico es de hecho una actitud como una técnica, ya que implica acercarse con la mente abierta al consultante y abrirse a explorar con curiosidad auténtica, ya que lo más importante en este proceso es el descubrimiento de la propia experiencia.

#### **Teoría del campo**

Dentro de un marco clínico, el consultante desde la perspectiva gestáltica es visto como una combinación holista de factores psicológicos y físicos. En esta práctica se muestran tres tipos de enfoques:

- El primero es el “campo de la experiencia”: Este campo indica el darse cuenta personal que puede ser físico o psíquico, es una metáfora para reorganizar la propia experiencia, la realidad o campo fenomenológico, por ende, este es exclusivo de cada persona.

- El segundo es el campo relacional entre el cliente y el terapeuta: En este espacio proviene de la influencia que tiene lugar en la sesión terapéutica y que puede surgir entre el terapeuta y el cliente
- El tercero es el “campo más amplio”: En este contexto existen las influencias externas como la cultura, la historia, relaciones. Asimismo, se toma atención a la influencia interpersonal, autodescubrimiento y campo espiritual.

#### **1.3.1.4. La actitud gestáltica**

La actitud del terapeuta Gestalt toma principal importancia, por ello, su propio desarrollo es el centro de su habilidad transformadora y desde allí se puede relacionar con el mundo, en este sentido, es importante centrarse en la actualidad, la propia presencia y la responsabilidad, tres componentes considerados como el tridente básico de la actitud del terapeuta (Carabelli, 2013).

**La actualidad:** solamente en el momento presente es que nos desplegamos como seres vivos. Vivir en el momento presente es permitirse soltar el pasado y suspender la fantasía que nos transporta al futuro, un futuro que puede ser catastrófico o puede ser maravilloso. El pasado ya no existe y el futuro será un ahora cuando lo empecemos a vivir.

**La presencia:** Estar presente es aceptar nuestra experiencia sin juicios ni oposiciones. Estar presente es abrirnos a lo que nos sucede, sin renegar y, por el contrario, estar dispuestos a enfrentarlo con nuestros propios recursos. Estar en tiempo presente es acompañar con la mirada, estar en el contacto, no se necesitan las palabras cuando se

puede transmitir y sentir la presencia. Estar presente indica estar predispuesto en tres momentos: Cuando escucho al otro, cuando me expreso y cuando soy testigo u observador de un vínculo.

**La responsabilidad:** Para este enfoque la responsabilidad es la fuente de poder personal, que a su vez le da la oportunidad al individuo de adueñarse de su propia vida, de sus acciones, corriendo riesgos y también aprendiendo de lo que le sucede. En este sentido, la responsabilidad desde el enfoque Gestalt es la capacidad de brindar una respuesta creativa para “hacerse cargo” de la elección tomada.

#### **1.3.1.5. Formas gestálticas de expresión**

Carabelli (2013) indica que el enfoque Gestáltico utiliza pautas lingüísticas para comunicar y a su vez estas contribuyen en el autodescubrimiento del cliente. A continuación se presentan estas pautas:

- **Yo, aquí y ahora:** Consiste en autoexpresarse en primera persona para favorecer la responsabilidad, ya que al asumir lo que se expresa en primera persona se le invita al cliente a registrar lo que está sintiendo y a hacerse cargo de ello.
- **Animarse a confrontar es “hablar con...”, no “acerca de ...”:** Bajo esta pauta no se trata de pelear, por el contrario, se busca hacer frente a lo que se siente.

- **No generalizar:** Se invita al cliente a usar expresiones singulares que lo describan tal y como es, suprimiendo palabras como “todos”, “nadie”, “cualquiera”, “siempre”, “nunca”, etc.
- **No juzgar:** En esta pauta no se etiqueta a la experiencia como si fuera buena o mala, tan solo se recepciona como la experiencia que es, se observa y se descubre en cuanto a lo que sucede en torno a la misma.
- **No interpretar:** Interpretar involucra darle un significado a la experiencia del cliente, por ende, se debe diferenciar lo que se percibe de lo que se imagina, así mismo se expresa el sentir, adecuándose al proceso del otro.
- **Privilegiar la conciencia del presente sobre el pensar:** Se privilegia el sentir a nivel interno, prestando atención a lo que nos sucede en el momento presente, se procura dejar los imaginarios del futuro o lo que aparezca del pasado para dar pase a la experiencia del “aquí y ahora”.
- **No invadir el campo psíquico del otro:** En esta pauta no se interrumpe el proceso del otro, si la intensidad emocional se va acrecentando se le invita a que experimente su propia emoción.
- **No disculparse:** Es más sencillo admitir los propios errores y corregirlos sin no hay culpa o tortura de por medio. Por ende, se puede sentir que se ha herido al otro, pero a su vez se puede ofrecer a reparar lo que sea posible.
- **No minimizar:** En Gestalt se busca reconocer la emoción sin reducirla, sin restarle importancia, se prima el sentir.
- **No amortiguar:** Para la Gestalt es más saludable y sencillo ser directo a ofrecer rodeos de lo que se desea expresar.

- **No interrumpir:** Es mostrar el respeto por el proceso del otro, se acompaña y se espera el momento propicio para intervenir, esta pauta indica que se le permite al consultante expresar lo que siente hasta el final.
- **No manipular:** Esta pauta indica en evitar controlar al otro para que ejecute o haga algo que no sabe si quiere hacer o decir.
- **Generalizaciones:** Se evita expresar con generalizaciones ya que estas muchas veces tienden a anular la descripción de lo que realmente está pasando.
- **No puedo/No quiero:** Se trata de asumir la responsabilidad, por ende, esconderse en un “no puedo” se aleja de la libertad de afirmar un “no quiero” y a su vez aceptar las consecuencias. Para la Gestalt no tiene sentido el mostrarse omnipotente y es importante el conocer las propias limitaciones.

#### **1.3.1.6. La Neurosis en Gestalt.**

Perls hace referencia a la neurosis como un “ir pelando las capas de la cebolla”, esta metáfora la utiliza para ilustrar que en los procesos neuróticos se tiende a revisar diferentes experiencias y mecanismos de interrupción, hasta llegar a resolver la experiencia o a cerrar la Gestalt.

#### **Capas de la neurosis**

Perls menciona cinco capas o pasos en la resolución de un proceso neurótico, para con ello rescatar experiencias nutricias y saludables, En este sentido, transitar cada capa neurótica supone una disolución progresiva de la misma, es decir desde un aspecto periférico hasta lo más nuclear.



Las dos primeras capas corresponden al nivel periférico, mismas que se denominaron como:

1. Capa de las impresiones y estereotipos: se caracterizan por la carencia insustancial en las relaciones humanas.

2. Capa de los roles y juegos patológicos: aquí aparecen las máscaras que cubren el lado auténtico del ser.

Al atravesar por estas falsas impresiones y juego de roles nos adentramos al vacío interior. Esta tercera capa se podría considerar como una ventana crucial entre lo periférico y nuclear.

3. Impase o sustrato fóbico: el impase está caracterizado por una acentuada actitud fóbica, es decir, aparece miedo a lo no explorado y con ello se vitan los riesgos del propio crecimiento.

Al cruzar por este impase, surgen los dos sustratos denominados nucleares ya que estos se encargan de disolver la estructura que genera dificultades.

4. Implosión o capa de la muerte: aquí aparece un contacto genuino con el interior, se hace un contacto con la parte dañada a nivel emocional de nosotros mismos.

5. Explosión o capa de la vida: se establece un contacto con los sentimientos y emociones que han sido interrumpidas para poderles dar espacio esta vez a ser

expresadas explotando con la fuerza que sea necesaria. La explosión facilita el cierre de una Gestalt inconclusa.

### **Zonas de conciencia o de darse cuenta**

Lizarraga (2011) describe que la Gestalt distingue tres zonas de la conciencia: La zona externa, la zona interna y la zona de fantasía.

- **La zona externa:** Esta zona hace referencia a aquellos eventos que ocurren fuera del sujeto, aquellos objetos o situaciones que se manifiestan en el medio ambiente.
- **La zona interna:** Esta zona hace referencia a todo lo que ocurre dentro de la piel y el organismo del sujeto, por ende, acá se encuentran las manifestaciones físicas de los sentimientos y emociones.
- **La zona de la fantasía:** Esta zona hace referencia al mundo de los pensamientos e imágenes, forma parte de los recuerdos, los prejuicios e ideas preconcebidas de la realidad.

### **Ciclo de la experiencia:**

**1- Reposo:** En la etapa de reposo el sujeto ya ha logrado resolver una Gestalt inconclusa anteriormente y se encuentra sin ninguna necesidad apremiante. Acá puede aparecer una conducta relajada o de concentración.

**2- sensación:** En la etapa de sensación el sujeto identifica en su zona interna algo que le es desconocido. Experimentar el aquí y ahora potencia este conjunto de sensaciones.

**3- Formación de la figura:** En esta etapa el organismo ha logrado identificar que es lo que necesita satisfacer. El ser se hace consciente del conjunto de sensaciones que experimenta y comprende lo que le sucede, así mismo, puede calificar lo que siente y darle un nombre. Zinker dice que esto es un buen indicador porque permite conocer lo que aparece en el interior y a su vez se organiza la actividad para satisfacer esta formación de la figura.

**4- Energetización:** La persona revisa las posibilidades alternativas y visualiza el acto a la acción a realizar. Reúne la energía necesaria para llevar a cabo la demanda apremiante a satisfacer su necesidad, es decir se potencia el estado energético para llevar al ser a una determinada acción.

**5- Acción:** En esta etapa se realiza la actividad, se pone en movimiento al organismo hacia la necesidad a satisfacer.

**6. Pre-contacto:** En esta etapa el organismo localiza la fuente de satisfacción de su necesidad y procede a dirigirse hacia ella.

**7- Contacto:** En esta etapa hay pleno contacto con el satisfactor, se experimenta la coalición con el mismo y el organismo siente placer ante la satisfacción de su necesidad.

**8- Pos-contacto:** En esta etapa se experimenta una baja energética y un volver a la etapa de reposo junto a la asimilación y alienación de la experiencia.

El ciclo antes descrito es aplicable a cualquier tipo de necesidad, desde una necesidad física, hasta una social o emocional.

### **Mecanismos Neuróticos**

Cuando el proceso energético se ve interrumpido y la energía no fluye libremente, se le conoce con el nombre de auto-interrupción, desde la terapia Gestalt se explica que es el mismo ser el que interrumpe este proceso energético, en este modelo terapéutico este proceso es conocido también como bloqueo. Al aparecer un bloque, este influye notablemente en el desarrollo neurótico de la persona puesto que no completa con su ciclo de necesidad, en este sentido, este impase genera dificultades a nivel emocional, psicológico y físico.

Por ende, el terapeuta Gestalt está interesado en resolver los bloqueos que el consultante presenta para facilitarle así el cierre de su situación inconclusa y ayudarlo en el libre transitar de la energía, para ello es necesario identificar el mecanismo neurótico que interrumpe el libre desarrollo energético.

En este sentido se detallan a continuación los mecanismos neuróticos:

**1- Postergación:** Lo podemos ubicar dentro de la fase de reposo, este mecanismo aparece para impedir el desarrollo natural del ser obstruyendo el pase a la energía hacia la movilización.

**2- Desensibilización:** Este mecanismo está ubicado en la fase de sensación. La desensibilización hace referencia a la ausencia de contacto sensorial entre el organismo y la necesidad apremiante de la persona. Zinker nos dice que cuando un sujeto se encuentra bloqueado en el límite entre sensación y consciencia, logra percibir algunas de sus sensaciones, pero no alcanza a comprender su significado. Es decir, los indicadores que recibe por parte de su cuerpo le son ajenos e incluso podría generarle temor.

**3- Proyección:** Este mecanismo se encuentra en la fase de movilización de energía, a su vez, involucra el reconocimiento de ideas, creencias o actitudes en los demás que no son reconocidas como propias, el “proyector” no reconoce su modo de actuar, pensar e involucrarse con el resto porque no “debería” actuar de alguna determinada manera, por ende, coloca en el resto lo que le pertenece para evitar sentirse culpable o menos aceptado por los demás.

**4- Introyección:** Este mecanismo se encuentra en la fase de movilización de energía, a su vez, este mecanismo involucra afiliación de actitudes, creencias y conductas que no fueron digeridas de manera correcta por el organismo. En este sentido, el proceso de la introyección comienza desde la infancia y está constituido por todos esos mensajes que nuestros padres nos dan con la buena intención de educarnos o asesorarnos, pero que muchas veces terminan convirtiéndose en mapas que seguimos ciegamente sin detenernos a consultar si ese es el camino que queremos seguir realmente.

**5- Retroflexión:** Este mecanismo se encuentra ubicado en la fase de acción, mediante este mecanismo la persona se hace a sí mismo lo que le gustaría expresar a los demás, generalmente son sentimientos reprimidos de resentimiento o emociones explosivas que van dirigidas a algún miembro cercano o familiar, por esta razón termina dirigiendo esta energía agresiva contra sí misma para evitar dañar o hacer sufrir al otro.

**6- Deflexión:** Este mecanismo se encuentra ubicado en la fase de pre-contacto, con este mecanismo el organismo evita enfrentarse a la situación que le genera malestar y la energía es dirigida hacia algún objeto alterno y no significativo. La deflexión es una artimaña inclinada a evitar el contacto real y directo con el estímulo amenazante ya que busca congelar el contacto real.

**7- Confluencia:** Este mecanismo se encuentra ubicado en la fase de contacto, acá la persona no diferencia límites entre el mismo y el ambiente, tiende a involucrarse junto a los del ambiente que lo rodea sin distinguirse de él, las partes y el todo es un evento indistinto para él.

**8- Fijación:** Este mecanismo se encuentra en la fase de pos-contacto, en este mecanismo la persona no se retira después de haber hecho contacto con su necesidad, acá aparecen los patrones rígidos de conducta y la baja flexibilidad.

### **1.3.2. Determinación de las tendencias históricas del proceso de psicoterapia**

#### **Gestalt y su dinámica**

En la descripción del proceso de evolución de la psicoterapia Gestalt se tomó en consideración cuatro indicadores que han sido parte del reconocimiento de este enfoque:

- Formación en la psicoterapia Gestalt.
- Influencia teórica de la terapia Gestalt.
- Formación técnica de la terapia Gestalt.
- Expansión de la terapia Gestalt.

Así pues, se considera que la terapia Gestalt ha evolucionado significativamente, en su intervención ya que ha recogido diferentes hallazgos que han sido de gran aporte para el tratamiento de diferentes dificultades tanto cognitivas, como emocionales y conductuales. A continuación, se describirá la evolución del proceso de la psicoterapia Gestalt.

#### **1.3.2.1. Etapa 1: Concepción de la psicoterapia Gestalt (1942 - 1950)**

Desde el principio la terapia Gestalt no pretendía llamarse así, menos buscaba ser una corriente propia de psicoterapia, en 1942 cuando Fritz Perls escribió su título “Yo, hambre y agresión”, buscaba dar un aporte y a su vez enriquecer el punto de vista del psicoanálisis, dado que esta obra está enmarcada dentro del movimiento psicoanalítico, en esta revisión se hace énfasis a las resistencias, trasladando Perls importancia a los mecanismos neuróticos de introyección.

Además en contraposición frente a la técnica de asociación libre, Perls ofrece como aporte la técnica de la concentración, en el cual se considera el trabajo con el cuerpo de Wilhen Reich. Se influye también del filósofo alemán Salomón Friedlander, tomando la idea del movimiento diferencial y su concepción de la indiferencia creativa, el cual explica que la conducta del hombre está basada por un proceso de armonía entre dos extremos diferentes u opuestos.

Se toma la noción de holismo propuesto por Jan Smuts, quien ve como una unidad psicosomática a la mente y el cuerpo. De Kurt Goldstein se toma el concepto de regulación orgánica, el cual postula a que todo organismo realiza sus potencialidades al máximo según su necesidad, ya que este mismo atiende a la necesidad de mayor urgencia, según una jerarquía de dominancia.

En 1946 cuando Perls decide dejar su lujosa casa y su familia para trasladarse a Nueva York, llega pero no es acogido de buena manera dado que tenía un carácter provocador y rebelde al mantener sus posiciones en contra del psicoanálisis; sin embargo, consigue el apoyo de Karen Horney, Erich From y Clara Thompson, tres personales influyentes en el campo de la psicología.

Dada la poca acogida por los psicoanalistas, se convierte en un personaje habitual de los pedios artísticos e intelectuales, que como el manifestaban la necesidad de expresarse directamente. Conoce a su vez a Paul Goodman, Isadore Fron y a los fundadores del “Living Theatre”. Para el año 1947, su pareja Laura y sus hijos llegan a los Estados Unidos para convivir con él.



En 1950 forma un grupo de terapeutas conocidos como “el grupo de los siete” el cual estaba integrado por Fritz y Laura Perls, Isadore Fron, Paul Goodman, Paul Weisz (que a su vez fue quien introdujo a Fritz al mundo del Zen), Elliot Shapiro, Ralph Hefferline y Sylvester Eastman.

### **1.3.2.2. Etapa 2: Nacimiento oficial y reconocimiento social de la psicoterapia Gestalt (1951 - 1970)**

En 1952 Los Perls fundan el Gestalt Institute of New York y al año 1954 inaugura el instituto de Cleveland. Fritz delega la dirección a Laura, Goodman y Weisz y decide viajar por todo el país para divulgar su proceso terapéutico generando diferencias con su esposa y con sus discípulos acerca de la ortodoxia de la terapia Gestalt. No obstante, del instituto de Cleveland surge una segunda generación de gestaltistas representados por Joseph Zinker, Erving y Miriam Polster, Gordon Wheeler y Sonia Nevis.

De este modo la terapia Gestalt se comienza a posicionar como un proceso terapéutico. Posteriormente Perls decide alejarse de sus colegas dado a las acusaciones que le hacían, llamándolo “empirista” dentro del campo psicoterapéutico, frente a las críticas a finales de 1955 se empieza a sentir fatigado y sombrío, a su vez, a sus 63 años y con dificultades cardiacas se aleja de Laura retirándose a Miami.

En 1956 decide abrirse a nuevas experiencias teniendo un encuentro de satori o iluminación al que denominó como un avivar terminado. Antes de cumplir los 70 años, en 1962 decide viajar al redro del mundo en un viaje de dieciocho meses. A su retorno en 1963, conoce al escritor Michael Murphy quien con su amigo Richard Price le comentan a Perls que desean convertir la zona en un centro de encuentro y

desarrollo del potencial humano, de este modo Perls se instaló en Esalen y a pesar del escaso entusiasmo que presentaba en aquel momento, acepta ser residente del centro realizando exposiciones de terapia Gestalt.

A sus 72 años conoce a la fisioterapeuta Ida Rolf, misma que le ayuda a optimizar su estado de salud debido a la fatiga que le dificultaba el caminar. Con energía renovada Perls continuaba dando cursos, talleres y abriendo grupos de terapia. Para esta época de Esalen, Perls olvida lo realizado con Goodman, rechazando su propia teoría y transformando la terapia en un “circo”, cimenta un nuevo espacio para sus actividades a la cual llamó “la casa de la media luna” (casa que posteriormente se hizo famosa), asimismo comienza a escribir el libro “dentro y fuera del tarro de la basura”, texto que se publicó en el año 1969.

Culmina la década de los 60 y el mundo empieza a experimentar un tiempo de hartazgo y de exploración de nuevas vías de desarrollo personal, momentos que Fritz aprovecha para el florecimiento de su enfoque existencial, tenía entonces 75 años de edad. Moraba en Esalen y era señalado por las publicaciones como el elegido de ese tiempo, lo conocían como el “rey de los hippies”, “el hombre más auténtico del siglo”. Su imagen era portada de la revista Life y sus admiradores de América y Europa aparecían cada fin de semana para poder integrarse en los talleres que él dictaba, ahí podían apreciar las denominadas “terapias relámpago”, ya que, facilitaba el darse cuenta en pocos minutos. Incluso, se realizó una película que lo convirtió en un personaje celebre y a su vez dio pie a la publicación del libro “sueños y existencia en Gestalt”.

Para el año 1969 funda un kibutz gestáltico, en el cual empieza a convivir junto a 30 discípulos formados en Esalen. Para principios de 1970 Perls se encamina en un viaje a Berlín, París y Londres, tomando una escala en Chicago ya que fue invitado para brindar una conferencia, sufre un infarto y es ingresado a cuidados, sufría también de cáncer de páncreas. Finalmente muere el 14 de marzo de 1970.

### **1.3.2.3. Etapa 3: Crecimiento en Latinoamérica de la psicoterapia Gestalt (1970 - Actualidad)**

Claudio Naranjo se convirtió en estudiante de Fritz Perls y fue parte de la primera comunidad de terapia Gestalt, posteriormente empezó a dictar talleres en el instituto de Esalen. A su vez, recibió entrenamiento adicional y supervisiones impartidas por Jim Simkin, además fue participante en los talleres de conciencia sensorial realizadas en los Ángeles impartidas por Charlotte Selver.

En 1970 el fallecimiento de su primogénito marcó un evento crucial en la existencia de Naranjo, el cual tomó la decisión de emprender un largo peregrinaje siendo guiado por Oscar Ichazo, quien incluyó un retiro espiritual en un desierto cercano a Arica en Chile. Posteriormente Naranjo concluyó que ese era el auténtico principio de su práctica espiritual, su vida contemplativa y su guía interior.

Al salir de Arica empezó a dar lecciones de psicoterapia Gestalt a un grupo en Chile, este conjunto de personas inició de manera improvisada, a su vez, durante esta época se pudo hacer posible la organización de una entidad sin ánimo de lucro llamada Instituto SAT (Seekers After Truth). Para 1976, Claudio comenzó a brindar capacitaciones de forma discontinua en Europa, así mismo pudo continuar puliendo algunos aspectos para el programa SAT.

En México tomaron antecedentes importantes de la psicoterapia Gestalt, Salama fundó el instituto de psicoterapia Gestalt en 1983, el cual se convirtió posteriormente en una universidad dedicada a la difusión y desarrollo académico de este enfoque. Al año 1987, Naranjo lanzó un renacido Instituto SAT para contribuir en el desarrollo personal y profesional en España. Desde ese evento el programa SAT se ha extendido con éxito a Italia, Brasil, Chile, México, Colombia, Argentina, Francia y Alemania.

A finales de los años 90, el doctor Naranjo impartió conferencias sobre educación y a su vez, ha buscado influir en la transformación del sistema educativo en diferentes países. Asimismo, ha tratado de estimular los esfuerzos de los maestros entre los graduados de su programa SAT, los cuales comenzaron a implicarse en el proyecto SAT educación, el cual aun a la fecha ofrece al personal dedicado a la educación un plan de estudios complementarios para la mejora de relaciones parentales, autoconocimiento y cultura espiritual. Al año 2007 se creó la fundación Claudio Naranjo para aplicar las propuestas del doctor Naranjo concernientes a la transformación personal y educacional.

A su vez, en Brasil, la terapia Gestalt se ha representado por diferentes grupos en muchas ciudades. Existe además una red continental de terapeutas Gestalt, el cual lo integran diferentes profesionales de numerosos países como son: Argentina, Bolivia, Colombia, Costa Rica, Cuba, El salvador, Ecuador, Guatemala, Nicaragua, Panamá, Perú, Uruguay y Venezuela (Fernández. 2017).

Actualmente se llevan a cabo diferentes formaciones en psicoterapia Gestalt y un conjunto de talleres y congresos, así como la presencia de doce instituciones latinoamericanas, siendo las más representativas las ubicadas en Argentina y Brasil.

**Tabla 1.***Resumen de la evolución de la terapia Gestalt*

<b>Etapas</b>	<b>Etapa 1: Concepción de la psicoterapia Gestalt (1942 - 1950)</b>	<b>Etapa 2: Nacimiento oficial y reconocimiento social de la psicoterapia Gestalt (1951 - 1970)</b>	<b>Etapa 3: Crecimiento en Latinoamérica de la psicoterapia Gestalt (1970 - Actualidad)</b>
Formación en la psicoterapia Gestalt	Se forma la escuela de psicoterapia Gestalt integrado por un grupo de terapeutas conocidos como “el grupo de los siete”.	Se funda el primer instituto de Gestalt en New York, años después se apertura en Cleveland, posteriormente en Esalen.	Se funda el instituto SAT (Seekers After Truth) en Chile y años más tarde en México se instala el instituto de psicoterapia Gestalt.
Influencia teórica de la terapia Gestalt	Se toma el concepto de pensamiento diferencial, regulación orgánica y el concepto de holismo.	Se adopta el concepto de satori o iluminación, se integra el estilo del budismo y el Zen, así como las actividades artísticas y el psicodrama.	Se trabaja la meditación, se integra la conciencia sensorial, y el estudio del eneagrama de la personalidad.
Formación técnica de la terapia Gestalt	Toma como aporte la técnica de la concentración, el trabajo con el cuerpo, el equilibrio y los polos opuestos.	Se realiza el proceso breve, se facilita el darse cuenta y se integra el concepto de los sueños en la psicoterapia Gestalt.	Se amplían las técnicas gestálticas, se busca mejorar las relaciones parentales, el autoconocimiento y el campo espiritual.
Expansión de la terapia Gestalt	La terapia Gestalt tenía poca acogida debido a las contraposiciones que presentaba frente al psicoanálisis.	La terapia Gestalt empieza a ganar seguidores que llegaban cada fin de semana de toda América y de Europa para ser partícipes de los talleres.	La psicoterapia Gestalt se extendió con éxito a Italia, Brasil, Chile, México, Colombia, Argentina, Francia, Alemania, Cuba, Uruguay y otros.

*Fuente: Elaboración propia*

Pese a todos los aportes teóricos – prácticos recientes de la psicoterapia Gestalt en países latinoamericanos, se estima que aún hay una carencia en la difusión de este proceso terapéutico, por tanto, se considera lo siguiente:

#### **1.3.2.4. Programa de Psicoterapia Gestalt**

Teniendo como base la psicoterapia Gestalt, las etapas a considerar en este programa están basadas en la relación terapéutica, la evaluación, detención de mecanismos neuróticos, modos de afrontar situaciones y aplicación de recursos terapéuticos experienciales.

El programa de psicoterapia Gestalt se define como un sistema de fases que facilitan el reconocimiento del sí mismo, a través de la recuperación de proyecciones e identificación de los mecanismos propios de interrupción que dificultan el libre transitar de la energía, generando dificultades disfuncionales en el actuar y en la personalidad del consultante.

Por ello, la evaluación en este programa es de carácter fenomenológico de modo que la principal atención de trabajo se encuentra centrado en lo obvio, es decir, en lo que se pueda percibir a través de la relación cliente – terapeuta, a modo que juntos se puedan generar conductas o cogniciones que faciliten el proceso de crecimiento personal del consultante.

#### **1.3.2.5. Características de un programa basado en la psicoterapia Gestalt.**

##### ***La relación terapéutica:***

- Es el factor vital o primordial del progreso de la terapia.
- La postura del terapeuta debe darse mediante la confrontación empática.

- Establece el rapport en la intervención.
- Busca el Feedback en la terapia.
- Permite acompañar con confianza, calidez y empatía al paciente.

***Fase. Evaluación y Educación:***

- Identificación de las dificultades que trae el consultante en tiempo presente.
- Reconocimiento de los mecanismos neuróticos.
- Reconocimiento de límites
- Psicoeducación

***Fase. Cambio – Aplicación de estrategias***

- Uso de técnicas experienciales, de fantasía e interpersonales.
- Uso de técnicas: Sorpresivas, expresivas y de integración.
- Facilitar la integración de polaridades.
- Favorecer el darse cuenta (Awareness).
- Promover la resolución creativa de conflictos intrapersonales e interpersonales.

**1.3.2.6. Técnicas utilizadas en el programa de psicoterapia Gestalt**

***Fase. La relación terapéutica:***

En esta primera etapa el terapeuta tiene que establecer una alianza con el consultante a fin de garantizar el proceso terapéutico, este vínculo debe de estar conformado por un clima de aceptación sin juicios ni prejuicios hacia lo que nos trae el cliente a consulta, a su vez se le brindará seguridad y apoyo frente a la problemática.

### ***Fase. Evaluación y Educación:***

En esta fase el terapeuta identifica los bloqueos del consultante según el ciclo de necesidades, a partir de ahí se plantean objetivos junto al consultante y se le brindan estrategias para afrontar su situación actual, así mismo se le psicoeduca para que el cliente pueda conocer que es lo que le sucede y se le proporciona información sobre el método de abordaje desde la terapia Gestalt, por su parte el cliente debe mostrarse predispuesto para iniciar su proceso.

- **Evaluación del historial de vida:** Esta se emplea para conocer la manera en cómo el consultante ha estado afrontando su problema hasta el momento, a su vez es de utilidad para identificar algún patrón del pasado que lo encadena a algún dolor presente, por ende, se realizan algunas interrogantes puntuales para tener un panorama amplio del consultante, de sus recursos y saber también si se encuentra tomando alguna medicación, ya que esto influirá en el abordaje.
- **Evaluación de la relación terapeuta-cliente:** Es de suma importancia para el terapeuta conocer cómo es que lo percibe el consultante ya que de esta relación depende el éxito del proceso terapéutico, a su vez, en este proceso se aplica constantemente el feedback para favorecer en el consultante su propio darse cuenta.
- **Aplicación de cuestionarios:** Este apartado se encuentra relacionado con el manejo de instrumentos que puedan facilitar la visión sobre lo que presenta el consultante, debido a que la Gestalt se enfoca más en la fenomenología, los cuestionarios e instrumentos solo serán de referencia, más no serán usados para etiquetar o encapsular al consultante en un diagnóstico.



- **Psicoeducación:** El terapeuta comparte junto al consultante las observaciones que ha podido tomar y a su vez le explica lo que sucede, asimismo, se le explica el método de abordaje terapéutico Gestalt y se le invita también a emprender este proceso terapéutico.

***Fase. Cambio – Aplicación de estrategias:***

Castañeda (2012) Indica que para iniciar la fase de cambio es necesario tener en cuenta algunas fases para el trabajo.

- Darle espacio a la resistencia para experimentarla en el momento en la que emerge, vivenciarla para explicar lo que significa, lo que es.
- Compartir con el consultante el papel que juega la resistencia en el contacto con su vida.
- Dirigir la atención del consultante hacia su resistencia para así explorarla.
- Trabajar con los consultantes para que logren reconocer las resistencias que surjan dentro y fuera de la sesión terapéutica.
- Desarrollar estrategias y brindar herramientas para manejar las resistencias.
- Integrar la resistencia en el consultante siempre y cuando note el lado funcional de las mismas.

A su vez, en la terapia Gestalt se trabaja con tres clases de técnicas (Vásquez, 2018).

**Técnicas Supresivas:** Con estas técnicas se pretende suprimir las tentativas evasivas que muestre el consultante durante el proceso terapéutico. En este sentido, el objetivo de estas técnicas es experimentar aquello de lo que se huye a fin de facilitar la toma de consciencia. Dentro del conjunto de estas técnicas se encuentran:

- Evitar escapar de los sentimientos de vacío, por el contrario vivirlos e integrarlos para transformar el “vacío estéril en vacío fértil”.
- Dejar de “hablar acerca de”, es mejor vivenciar y explorar en lugar de solo hablar de lo que sucede.
- Identificar los “deberías” y conocer que se oculta detrás de cada mandato.
- Identificar las maneras en cómo se está manipulando y haciéndose un juego de roles “como si”, para ello es importante tomar la experiencia a modo de percatarse del mensaje que este juego trae a nuestra vida.

**Técnicas Expresivas:** Con estas técnicas se pretende que el consultante haga externo aquello que encuentra en su interior. En este sentido, el objetivo de estas técnicas es:

**Expresar lo no expresado:**

- Para ello se exagera la expresión, brindándole al consultante un espacio libre para que pueda confrontarse consigo mismo y posteriormente se haga responsable de lo que aparezca. Se puede trabajar con sugerencias, trabajo de imaginación, situaciones inconclusas, etc.
- Se facilita el que el consultante exprese aquello que va sintiendo en el momento presente.
- En caso de intervenciones grupales es ideal hacer una ronda para que el consultante o participante exprese con cada asistente del grupo lo que experimenta y siente.

**Terminar o completar la expresión:**

- Una de las técnicas más conocidas para este apartado es la “silla vacía” la cual consiste en colocar en una silla a la persona (que puede estar viva o

muerta), objeto o al sí mismo para trabajar algún asunto pendiente que esté generando dificultades en el momento actual. A su vez se trabajan también inducciones imaginarias para llevar al consultante a la situación en conflicto y desde ahí poder reconstruir su situación presente. La intención de esta práctica es facilitar el vivir genuino y nutrir de la persona que por alguna situación desconocida no logró hacer contacto con lo que apareció en el momento, por eso es importante traer esos momentos a la actualidad para ser resueltos.

**Buscar la dirección y hacer la expresión directa:**

- Repetición: El objetivo de esta técnica es conseguir que el consultante tome consciencia de lo que le sucede, para ello el terapeuta atentamente captará alguna frase, palabra o movimiento e invitará al consultante a ser repetida hasta descubrir el significado de la misma.
- Exageración y desarrollo: Esta técnica va más allá de la repetición, ya que se trata de colocar mayor énfasis en lo que se dice o hace, el objetivo es exagerar gradualmente algún movimiento o palabra hasta conseguir el significado y posteriormente percatarse de éste.
- Traducción: Esta técnica invita al consultante a observar alguna conducta o movimiento corporal para luego colocarle palabras a dicho movimiento.
- Actuación e identificación: A diferencia de la técnica de traducción, acá se busca que el consultante dramatice su sentir, sus emociones, pensamientos y fantasías, de este modo se apertura un mayor contacto y con ello se facilita el darse cuenta.

**Técnicas Integrativas:** El objetivo de estas técnicas es conseguir que el consultante reintegre a su personalidad aquellas partes aparentemente pérdidas, rechazadas o negadas.

- El encuentro intrapersonal: Esta técnica consiste en establecer un dialogo con aquellas partes con las que sentimos que hay alguna desintegración o rechazo, por ejemplo: un yo activo con un yo pasivo, un aspecto abierto al dialogo con un aspecto tímido encerrado en sí mismo. La dinámica consiste en ocupar ambos roles hasta ir integrando aquellos aspectos que nos sean de utilidad para nuestro desenvolver diario.
- Recuperación de proyecciones: El objetivo de esta técnica es que el consultante reconozca qué está colocando en otras personas, para ello se invita a experimentar aquello que percibe o dice él del otro como si fuera un aspecto suyo, esto a modo de identificar si lo que encuentra le pertenece y así pueda integrarlo a sí mismo.

### 1.3.2. Marco conceptual

**Aquí y ahora:** Consiste en vivir el estado presente, percatándose de lo que sucede en lo imaginario, motor o cognitivo.

**Continuo de conciencia:** Es un concepto tomado por la terapia Gestalt para referirse a la conciencia tomada de la experiencia del “qué” (identificando aquello que aparece) y del “cómo” (descubriendo la manera en cómo aparece). A su vez, se centra en el aprendizaje obtenido de la experiencia.

**Conciencia:** Aparece en el estado presente del ser, en el “aquí y ahora”, solo se puede estar en conciencia en el pleno contacto de la experiencia que el ser vivencia como actual, aun si estas muestran ideas, reflexiones o recuerdos, si son experimentadas en el momento presente, entonces se facilitará la conciencia.

**Darse cuenta:** Es el despertar de la conciencia, el consultante se da cuenta de lo que le sucede mediante un proceso de insight. Es decir que para modificar o integrar algún aspecto del ser es sumamente importante que éste tome conciencia de aquello que aparece e identifique la funcionalidad que ese recurso puede cumplir en su vida.

**Gestalt:** Descrita como configuración o forma. La presencia básica de este concepto es que el ser humano tiende a organizarse en forma de totalidades y esta es vivida por el individuo en base a esos aspectos que la componen (Perls, 1975).

**Insight:** Es un término inglés que al español se puede traducir como “visión interna”, “percepción” o “entendimiento”, el uso que se le da es básicamente para reconocer la

comprensión de algo determinado, así mismo, cabe recalcar que este término fue introducido por la corriente psicoanalítica.

**Self:** Desde el modelo Gestalt el self es definido como una entidad psíquica que facilita a la persona poder acoplarse a su mundo circundante (Perls et al, 1951).

**Técnicas Expresivas:** Este conjunto de técnicas buscan que el consultante se dé cuenta de todo aquello que le genera incomodidad y que posteriormente logre exteriorizar todo aquello que le genera insatisfacción o malestar.

**Técnicas Integrativas:** Con este conjunto de técnicas se busca que el consultante se percate de aquellos aspectos rechazados o negados del sí mismo y con ello reconciliarse y reincorporar esas partes a su propio ser.

**Técnicas Supresivas:** Con este conjunto de técnicas se busca reducir los intentos evasivos del consultante por hacer frente a su malestar o incomodidad, para ello es importante centrarse en el aquí y ahora, vivir la experiencia y experimentar lo que ocurre sin evitarlo a fin de tener un mejor darse cuenta.

#### **1.4. Formulación del Problema**

Insuficiencias en el proceso de psicoterapia Gestalt, limitan la inteligencia emocional.

#### **1.5. Justificación e importancia del estudio**

La importancia del programa de psicoterapia Gestalt radica en que genera una propuesta que podría ayudar a gestionar el campo emocional de los adolescentes para de este modo manifestar una buena inteligencia emocional, que sea sólida para el desarrollo personal, familiar, social y en un futuro laboral de los adolescentes.

Se conoce que en el Perú uno de los grandes retos de las familias y del sector educativo es conseguir un óptimo desempeño del cociente emocional en el periodo adolescente, ya que, en esta etapa se está primando en su mayoría de casos el uso excesivo de la tecnología, lo que a su vez ha generado individualismo y carencia en las habilidades sociales, las cuales son necesarias para el buen desarrollo personal, dadas estas circunstancias se evidencian flaquezas en el desempeño escolar, personal familiar y social.

La institución educativa privada Horacio Zevallos Gámez, no es ajena a este evento de desregulación emocional en sus estudiantes adolescentes, las cuales a su vez se han hecho manifiestas, por ende, bajo la investigación teórica pertinente se ha planteado este programa basado en la psicoterapia Gestalt.

El *aporte práctico* de este estudio se da deliberando que tendrá una aplicación práctica en la inteligencia emocional, basándose en la dinámica del proceso de la psicoterapia Gestalt, la cual contribuirá de manera significativa en el manejo emocional en los adolescentes estudiantes de la institución educativa privada Horacio Zevallos. Cuya *significación práctica* será dada por el impacto social que tendrá su aplicación, ya que contribuirá con la comunidad escolar, así mismo será de ayuda a docentes y padres de familia que tengan dificultades emocionales con adolescentes.

*La novedad científica* radica en el aporte de una propuesta de trabajo basada en la dinámica del proceso de la psicoterapia Gestalt puesto que existe un déficit de investigaciones basadas en este proceso, por ende, esta investigación podría contribuir a realizar futuras investigaciones que tomen como iniciativa el proceso de psicoterapia Gestalt y a su vez ser de aporte para las diferentes problemáticas sociales.

## **1.6. Hipótesis**

Si se elabora el programa de psicoterapia Gestalt, que tenga en cuenta la relación entre la autorrealización y el sentido propio, entonces se contribuye al desarrollo de la inteligencia emocional en los adolescentes estudiantes del colegio Horacio Zevallos de la ciudad de Chiclayo.

## **1.7. Objetivos**

### **1.7.1. Objetivo General**

- Elaborar un programa de psicoterapia Gestalt para la inteligencia emocional de los estudiantes adolescentes del colegio Horacio Zevallos – Chiclayo.

### **1.7.2. Objetivos Específicos**

- Caracterizar epistemológicamente el proceso de psicoterapia Gestalt y su dinámica.
- Determinar las tendencias históricas del proceso de psicoterapia Gestalt y su dinámica.
- Diagnosticar el estado actual de la dinámica del proceso de psicoterapia Gestalt en los estudiantes adolescentes del colegio Horacio Zevallos – Chiclayo.
- Elaborar la estrategia basada en la psicoterapia Gestalt para la inteligencia emocional.
- Validar los resultados de la investigación mediante juicio de expertos.
- Ejemplificar parcialmente la aplicación estrategia de psicoterapia Gestalt en los estudiantes adolescentes del colegio Horacio Zevallos – Chiclayo.



## **II. MATERIAL Y MÉTODO**

### **2.1. Tipo y Diseño de Investigación**

#### **2.1.1. Tipo de investigación**

Según el propósito a estudiar el tipo de investigación es no experimental, ya que, bajo este enfoque, es el investigador quien observa el contexto en el que se desarrolla el fenómeno y lo analiza para obtener información.

Por su profundización en el objeto es descriptiva ya que se encargará de describir las características de la fuente a investigar con la finalidad de comprenderla de la manera más exacta posible. Por su inferencia es hipotética – deductiva ya que se basa en la observación de la realidad para realizar una hipótesis, posteriormente se aplica una deducción para llegar a una conclusión y culminar verificándolo o descartándolo a través de la experiencia.

#### **2.1.2. Diseño de investigación**

Para Hernández et al. (2014) el método de investigación es considerado como mixto, ya que incorpora un conjunto de métodos sistemáticos, críticos y empíricos, además involucra la recolección y análisis de datos cuantitativos y cualitativos, así como su composición y discusión conjunta, para efectuar deducciones producto de toda la información alcanzada y conseguir un mayor entendimiento del fenómeno estudiado.

Así mismo es una investigación transversal, ya que se aplica para observar los cambios ocurridos en los participantes del estudio en un momento concreto. A su vez, según el grado de manipulación de variables el diseño es cuasi experimental ya que se manipula la variable independiente (Psicoterapia Gestalt) para conocer el resultado

que puede tener en la variable dependiente (Inteligencia Emocional); según Hernández et al. (2014) en este modelo los investigados no se asignan al azar ni se agrupan, sino que por el contrario estos grupos ya están conformados antes de realizar el experimento.

## 2.2. Población y Muestra

**Población:** La población estudiada está conformada por 131 estudiantes adolescentes de los cuales el 56% pertenece al género femenino y el 44% pertenece al género masculino, cuyas edades a su vez oscilan entre 12 a 17 años y su nivel de educación se ubica de primer a quinto grado de educación secundaria, mismos que se encuentran asistiendo en la institución educativa privada Horacio Zevallos Gámez pertenecientes al distrito de José Leonardo Ortiz. Así mismo, se considerará a 56 padres de familia que serán la fuente de referencia en el estudio.

**Tabla 2.**

*Frecuencia y porcentaje de la población*

<b>Estudiantes de secundaria</b>	<b>frecuencia</b>	<b>Porcentaje</b>
1er grado de secundaria	14	11%
2do grado de secundaria	23	18%
3er grado de secundaria	30	22%
4to grado de secundaria	32	24%
5to grado de secundaria	32	14%
Total	131	100%

*Fuente: Elaboración propia*

**Muestra:** debido al tamaño de la población se ha visto conveniente evaluar a todos los estudiantes de educación secundaria, seleccionados mediante el muestreo no probabilístico en su clasificación intencional u opinático, ya que como indica Arias (2012) este modelo es aplicado cuando los elementos son escogidos en base al discernimiento o juicio preestablecido por el investigador. Así mismo, se tomará como fuente referencial a los padres de familia a modo de que puedan ser fuente directa para brindar información.

Para los criterios de elegibilidad se considerará lo siguiente:

**Criterios de Inclusión:**

- Estudiantes que se encuentren desde primero a quinto grado de educación secundaria.
- Estudiantes voluntarios a formar parte de la investigación.
- Padres de familia que tengan que tengan hijos adolescentes que hayan obtenido bajas puntuaciones en la investigación.

**Criterios de Exclusión:**

- Estudiantes que no quieran ser parte de la investigación o que se rehúsen a contestar el cuestionario.
- Estudiantes que no desarrollen correctamente el cuestionario o que dejen espacios en blanco.
- Padres de familia que no quieran brindar datos o se rehúsen a pasar por el desarrollo del instrumento.

### 2.3. Variables, Operacionalización.

#### Variable independiente:

- **Psicoterapia Gestalt:** Descrita como configuración o forma. La presencia básica de este concepto es que la naturaleza humana se organiza en forma de totalidades y esta es vivida por el individuo en base a esos aspectos que la componen.

#### Variable dependiente:

- **Inteligencia emocional:** Es considerada como la capacidad para mostrarse de manera apropiada según la forma en como nos concebimos con los demás, respetando nuestro sentir y el del mundo que nos circunda.

#### Operacionalización de las variables

VARIABLE INDEPENDIENTE	DIMENSIONES	DESCRIPCIÓN
Psicoterapia Gestalt  Descrita como configuración o forma. La presencia básica de este concepto es que la naturaleza humana se organiza en forma de totalidades y esta es vivida por el individuo en base a esos aspectos que la componen	Introducción-Fundamentación.	La inteligencia emocional es definida como el conjunto de capacidades y habilidades psicológicas que facilitan la gestión de emociones para conseguir resultados positivos, bajo esta premisa, es importante la propuesta de un programa de psicoterapia Gestalt, ya que esta podría ayudar a gestionar el campo emocional de los adolescentes para de este modo manifestar una buena inteligencia emocional, que sea sólida para el desarrollo personal, familiar, social y en un futuro laboral en los adolescentes.
	Diagnóstico	Se encontró que los adolescentes presentan deficiencias para comprender sus propias emociones, tienden a reprimir sus sentimientos y necesidades, mismas que influyen en la insatisfacción consigo mismos, necesitan mejorar sus impulsos sobre todo al encontrarse frente a trabajos bajo presión, existe baja flexibilidad de pensamiento, ya

		que toman los sucesos como eventos negativos y sin solución.
	Planteamiento del objetivo general	Desarrollar la inteligencia emocional de los estudiantes adolescentes de la institución educativa Horacio Zevallos, teniendo en cuenta el proceso de desarrollo de la psicoterapia Gestalt.
	Planeación estratégica	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Intrapersonal</li> <li>- Interpersonal</li> <li>- Manejo del estrés</li> <li>- Adaptabilidad</li> <li>- Estado de ánimo</li> </ul>
	Instrumentación	Explicar cómo se aplicará, bajo qué condiciones, durante qué tiempo, responsables, participantes.

VARIABLE DEPENDIENTE	DIMENSIONES	INDICADORES	TÉCNICAS E INSTRUMENTOS DE LA INVESTIGACIÓN	FUENTES DE VERIFICACIÓN (FUENTES DE INFORMACIÓN)
Inteligencia emocional  Capacidad de reconocer nuestros propios sentimientos y los de los demás, de motivarnos y de manejar adecuadamente las relaciones	Intrapersonal	Comprensión emocional de sí mismo Asertividad Autoconcepto  Autorrealización Independencia.	<b>Técnicas</b>  Encuesta:  Entrevista  <b>Instrumento</b>  Inventario de inteligencia emocional de Baron (Baron I-CE)	Estudiantes de 1ro y 5to grado de educación secundaria de la I.E. Horacio Zevallos.  Padres de los estudiantes que formarán parte de la investigación.
	Interpersonal	Empatía Responsabilidad social Relación interpersonal.		
	Manejo del estrés	Tolerancia al estrés Control de los impulsos.		
	Adaptabilidad	Prueba de la realidad Flexibilidad Solución de problemas		
	Estado de ánimo	Felicidad Optimismo		

## 2.4. Técnicas e instrumentos de datos, validez y confiabilidad

Los métodos son teóricos, empíricos y estadísticos.

### Métodos teóricos

- **Análisis síntesis:** se utiliza para la descripción de la dinámica del Proceso de psicoterapia Gestalt.
- **Abstracto – concepto:** Es la recapitulación de un conjunto de conceptos y de sus partes que se utilizan en la descripción del método de estudio.
- **Método hipotético deductivo:** En este método el estudiador plantea una hipótesis como consecuencia de sus deducciones, del conjunto de datos empíricos o de principios o leyes más generales.

### Técnicas empíricas

- **Observación:** se llevará acabo la observación de tipo no participante, esta a su vez utiliza como instrumento las a guías observación, lista de frecuencia y lista de chequeo o cotejo.
- **Encuesta:** se aplicará la encuesta escrita cuyo instrumento que se utilizará será un test psicológico para ver el estado actual de inteligencia emocional en los estudiantes adolescentes de la institución educativa privada “Horacio Zevallos”.
- **Análisis documental:** El cual se realizará mediante la revisión de bibliografía de la dinámica del proceso de la psicoterapia Gestalt.

## **Métodos Estadísticos**

- Se determinará mediante el análisis de fiabilidad a través del coeficiente Alfa-Cronbach y la valoración realizada por el criterio de expertos.

## **Instrumento**

- **Ficha técnica:** El nombre original del instrumento es “EQi-YV BarOn Emotional Quotient Inventory” cuyo autor es Reuven Bar-On procedente de Toronto – Canadá. Sin embargo para fines de este estudio se tomó en consideración la adaptación Peruana realizada por Nelly Ugarriza Chávez y Liz Pajares, así mismo el presente instrumento se puede aplicar de manera tanto individual como colectiva, y existen dos protocolos: la versión abreviada y la versión completa, para este estudio se consideró la versión completa, misma que se evalúa sin un límite de tiempo, pero se estima que puede durar entre 20 a 30 minutos, el instrumento puede ser aplicable a niños y adolescentes con edades de entre 7 a 18 años, el objetivo de este es evaluar las habilidades emocionales y sociales, cuenta con baremos nacionales y su calificación es computarizada. El instrumento puede ser aplicable tanto en el campo clínico como educativo, jurídico y en investigación, los materiales necesarios para su aplicación son: el cuestionario en la versión que se desee aplicar, ya sea abreviada o completa y el programa que cuenta con la calificación y el perfil.
- **Validez del instrumento:** La validez del BarOn Ice: NA, tanto en su versión completa como abreviada, se estableció en primer lugar mediante la estructura factorial de los 40 ítems que se presentaban en la escala intrapersonal, interpersonal, manejo del estrés y adaptabilidad, se realizó un análisis factorial

exploratorio en una muestra con niños y adolescentes de diferentes conjuntos sociales de los Estados Unidos de Norteamérica (N = 9172). Se empleó el análisis de componentes principales con una rotación Varimax, obteniéndose que los factores empíricos concernían adyacentemente a las cuatro escalas del inventario que se desarrollaron para la evaluación de la inteligencia emocional. Casi los 40 ítems presentados cargaban por lo menos en modo moderado en su factor correspondiente; en la versión abreviada se obtuvieron resultados afines. Por otro lado, para la versión peruana, la validación del BarOn Ice: NA se centralizó en dos puntos importantes: 1) la validez del constructo del inventario y 2) la multidimensionalidad de las diferentes escalas, en este sentido se sostiene que el inventario tienen la suficiente validez de constructo para su publicación y recomendación de uso clínico.

- **Confiabilidad del instrumento:** Para la confiabilidad del instrumento Bar-On y Parker realizaron una investigación sobre los cuatro tipos de fiabilidad: consistencia interna, medida de las correlaciones inter-ítem, fiabilidad test – retest y se estableció el error estándar de medición/predicción. Para la versión peruana, se ha precedido la realización del mismo análisis a excepción del modelo de fiabilidad test-retest, revelándose una fiabilidad del instrumento que oscila entre los coeficientes .77 y .88 tanto para la forma abreviada como completa, por tanto, la escala es confiable para usos de la investigación.



## 2.5. Procedimiento de análisis de datos

El análisis de datos se llevó a cabo mediante la aplicación del test Bar-on Ice: NA en versión digital, utilizándose la encuesta de Google Drive. Posteriormente se utilizaron las hojas de cálculo de Microsoft Excel para generar la base de datos y luego se trabajó en el software estadístico SPSS versión 25, con el cual se procesaron los datos obtenidos mismos que son presentados mediante tablas de frecuencia.

## 2.6. Criterios éticos

Los criterios éticos son los principios que se tomaron como base para justificar las operaciones realizadas durante la aplicación del presente estudio (Richaud, 2007).

Dentro de estas normativas se han considerado las siguientes:

- A. **Respeto a las personas:** En este apartado se considera el respeto a los participantes del estudio, para ello se consideraron dos criterios, el primero reside en tratar como agentes autónomos a los participantes, el segundo criterio indica el derecho a la confidencialidad de los colaboradores del estudio.
- B. **Beneficencia:** Este apartado implica el cuidado y bienestar de los colaboradores además del total apoyo para la mejora de los propios resultados.
- C. **Justicia:** Este apartado refiere al respeto de la igualdad, en este sentido todos los participantes recibirán el mismo trato de cordialidad y respeto.
- D. **Consentimiento informado:** El consentimiento informado se entregó a modo de conseguir el permiso de los colaboradores para ser parte de este estudio, por ende, se les comentó que tenían la oportunidad de escoger libremente si

participaban o no de la investigación, en este sentido se consideraron tres criterios de importancia:

- **Información:** Se brindó la información concreta del estudio a realizar y a su vez se resolvieron dudas por parte de los participantes.
- **Comprensión:** Se consideró con buena voluntad el deseo a participar por parte de los estudiantes y también la no participación de las fuentes referenciales.
- **Voluntariedad:** En este caso la persona tiene total libertad de formar parte del estudio o no.

## **2.7. Criterios de rigor científico.**

Los criterios de rigor científico se cumplen ya que la información ofrecida es confiable y válida, a su vez, el instrumento utilizado cumple con todos los criterios necesarios para poderse utilizar en procesos estadísticos y metodológicos. Asimismo, el estudio se puede utilizar con fines de mayor profundidad investigativa siempre y cuando se sigan los criterios éticos y de rigor científico (Richaud, 2007).

### III. RESULTADOS

#### 3.1. Resultados en tablas y figuras

##### 3.1.1. Resultados de inteligencia emocional por dimensiones de los estudiantes adolescentes pertenecientes a la institución educativa Horacio Zevallos.

**Tabla 3.**

*Niveles de la dimensión intrapersonal de los estudiantes de educación secundaria de la institución educativa privada Horacio Zevallos – Chiclayo.*

Categoría	Frecuencia	Porcentaje
Marcadamente alta	0	0%
Muy alta	0	0%
Alta	9	7%
Promedio	66	50%
Baja	19	15%
Muy baja	19	15%
Marcadamente baja	18	14%
Total	131	100%

*Fuente: elaboración propia*

A través de los resultados obtenidos se puede apreciar que el 50% de los participantes se ubica dentro de la categoría promedio, lo cual indica que presentan una comprensión adecuada de sus emociones; así mismo se aprecia que un 15% se ubica dentro de la categoría diagnóstica baja y muy baja, indicando que los estudiantes evaluados presentan deficiencias para comprender sus propias emociones y a su vez para expresarlas, además un 14% se encuentra en la categoría marcadamente baja, la cual hace referencia al déficit de autocomprensión y expresión de sentimientos y necesidades. No obstante, el 7% de los

estudiantes se ubica en la categoría alta, haciendo referencia a su buen manejo expresivo de sentimientos y emociones.

**Tabla 4.**

*Niveles de la dimensión interpersonal de los estudiantes de educación secundaria de la institución educativa privada Horacio Zevallos – Chiclayo.*

Categoría	Frecuencia	Porcentaje
Marcadamente alta	4	3%
Muy alta	0	0%
Alta	42	32%
Promedio	66	50%
Baja	13	10%
Muy baja	4	3%
Marcadamente baja	2	2%
Total	131	100%

*Fuente: elaboración propia*

A través de los resultados obtenidos se puede apreciar que el 50% de evaluados se encuentra ubicado en la categoría diagnóstica promedio, lo cual indica que tienden a apreciar los sentimientos de las personas más cercanas a ellos. Así mismo, el 32% se ubica en la categoría alta ya que mantienen relaciones interpersonales satisfactorias, buscan comprender los sentimientos de los demás. Sin embargo, dentro del conjunto de estudiantes el 10% presentan bajos niveles de relaciones interpersonales, presentando dificultades en la escucha, así como dificultades para comprender los sentimientos de su grupo de pares, en cuanto al 3% se aprecia que están dentro del nivel muy baja, presentando un déficit de relaciones interpersonales, a su vez el 2% presenta un deterioro en sus relaciones interpersonales.

**Tabla 5.**

*Niveles de la dimensión manejo de estrés de los estudiantes de educación secundaria de la institución educativa privada Horacio Zevallos – Chiclayo.*

Categoría	Frecuencia	Porcentaje
Marcadamente alta	30	23%
Muy alta	0	0%
Alta	62	47%
Promedio	28	21%
Baja	9	7%
Muy baja	2	2%
Marcadamente baja	0	0%
Total	131	100%

*Fuente: elaboración propia*

A través de los resultados obtenidos se puede apreciar que el 47% de los estudiantes se ubican dentro de la categoría diagnóstica alta, lo cual indica que presentan una capacidad bien desarrollada para manejar el estrés, así mismo el 23% ubicado dentro de la categoría marcadamente alta trabajan bien bajo presión y con calma, a su vez, el 21% presenta un manejo adecuado del estrés. No obstante, el 7% de los participantes ubicados en la categoría baja necesitan mejorar sus impulsos bajo eventos estresantes y trabajos que demanden de un tiempo límite determinado, en cuanto al 2% ubicado en la categoría muy baja presentan un déficit en cuanto a su manejo frente a eventos estresantes, por lo cual podrían responder de manera errática frente a eventos adversos.

**Tabla 6.**

*Niveles de la dimensión adaptabilidad de los estudiantes de educación secundaria de la institución educativa privada Horacio Zevallos – Chiclayo.*

Categoría	Frecuencia	Porcentaje
Marcadamente alta	0	0%
Muy alta	0	0%
Alta	4	3%
Promedio	43	33%
Baja	31	24%
Muy baja	27	21%
Marcadamente baja	26	20%
Total	131	100%

*Fuente: elaboración propia*

A través de los resultados obtenidos se puede apreciar que el 33% de los evaluados se ubican en la categoría promedio lo cual indica que son personas de adaptación flexible, con un adecuado manejo emocional frente a los cambios; sin embargo, el 24% de los estudiantes se encuentran dentro de la categoría baja, lo que demuestra que poseen dificultades para afrontar problemas cotidianos, así mismo el 21% muestra tener muy baja flexibilidad y tienden a tener una visión negativa de los sucesos cotidianos, finalmente el 20% de evaluado se ubica en la categoría marcadamente baja, indicando que existe una deteriorada percepción de los sucesos de la vida diaria.

**Tabla 7.**

*Niveles de la dimensión estado de ánimo de los estudiantes de educación secundaria de la institución educativa privada Horacio Zevallos – Chiclayo.*

Categoría	Frecuencia	Porcentaje
Marcadamente alta	0	0%
Muy alta	0	0%
Alta	26	20%
Promedio	56	43%
Baja	13	10%
Muy baja	13	10%
Marcadamente baja	23	18%
Total	131	100%

*Fuente: elaboración propia*

A través de los resultados obtenidos se puede apreciar que el 43% de los evaluados se ubican en la categoría promedio lo cual indica que existe una capacidad adecuada en cuanto al manejo de sus estados de ánimo, el 20% de los estudiantes presentan una buena capacidad emocional, demuestran optimismo y tienen una apreciación positiva sobre las cosas o eventos que suceden en su actuar diario; sin embargo, se puede apreciar que existe un 10% tanto en la categoría baja y muy baja, lo cual demuestra que se necesita mejorar el sentido de optimismo de los estudiantes así como la apreciación positiva, finalmente el 18% se encuentra ubicado en la categoría marcadamente baja, lo que demuestra que existe un déficit en los estudiantes para manejar su estado de ánimo, mismo que requiere atención urgente.

**Tabla 8.**

*Niveles de la dimensión impresión positiva de los estudiantes de educación secundaria de la institución educativa privada Horacio Zevallos – Chiclayo.*

Categoría	Frecuencia	Porcentaje
Marcadamente alta	2	2%
Muy alta	0	0%
Alta	30	23%
Promedio	62	47%
Baja	24	18%
Muy baja	10	8%
Marcadamente baja	3	2%
Total	131	100%

*Fuente: elaboración propia*

A través de los resultados obtenidos se puede apreciar que el 47% de los participantes se encuentran ubicados en la categoría diagnóstica promedio, lo cual demuestra que presentan una adecuada impresión de sí mismos, además el 2% se encuentra ubicado en la categoría marcadamente alta, indicando que existe una percepción de sí mismos inusualmente bien desarrollada; No obstante, hay un 18% de estudiantes que demuestran tener un bajo autoconocimiento, además el 8% se encuentra en la categoría muy baja, manifestando así conductas de baja apreciación por sí mismos, finalmente el 2% restante presenta una capacidad inusualmente deteriorada en cuanto a su propia percepción, aceptación y valía personal.



### 3.1.2. Resultados de inteligencia emocional por dimensiones de las fuentes de referencia (padres de familia).

**Tabla 9.**

*Niveles de la dimensión intrapersonal de las fuentes referenciales para el estudio de la institución educativa privada Horacio Zevallos – Chiclayo.*

Categoría	Frecuencia	Porcentaje
Marcadamente alta	0	0%
Muy alta	0	0%
Alta	9	16%
Promedio	20	36%
Baja	15	27%
Muy baja	10	18%
Marcadamente baja	2	4%
Total	56	100%

*Fuente: elaboración propia*

A través de los resultados obtenidos se puede apreciar que el 36% de los padres de familia evaluados perciben a sus menores hijos dentro de la categoría promedio, lo cual indica que los perciben como adolescentes con una comprensión adecuada de las emociones, así mismo el 16% de padres, considera que sus menores hijos mantienen un alto nivel de comprensión emocional; sin embargo, el 27% demuestra que sus hijos tienen dificultades para comprender sus emociones y a su vez expresan rara vez lo que sienten. Por otro lado, el 18% hace de manifiesto que sus menores tienden a aislarse, a no mostrar lo que sienten y a tener escasa comunicación, finalmente el 4% restante hace mostrar que existe un déficit en la expresión emocional de las propias necesidades, haciendo constar que se necesita un trabajo para facilitar el correcto sentir y expresión emocional.

**Tabla 10.**

*Niveles de la dimensión interpersonal de las fuentes referenciales para el estudio de la institución educativa privada Horacio Zevallos – Chiclayo.*

Categoría	Frecuencia	Porcentaje
Marcadamente alta	0	0%
Muy alta	0	0%
Alta	15	27%
Promedio	25	45%
Baja	12	21%
Muy baja	4	7%
Marcadamente baja	0	0%
Total	56	100%

*Fuente: elaboración propia*

A través de los resultados obtenidos se puede apreciar que el 45% de los padres evaluados ubican a sus hijos dentro de la categoría promedio, indicando que sus menores tienden a apreciar los sentimientos de las personas más cercanas a ellos. Así mismo el 27% expresa que sus hijos mantienen relaciones interpersonales satisfactorias, se desenvuelven bien en grupo y demuestran manejo comunicativo tanto con ellos como con amistades acordes a su edad. Sin embargo, el 21% de los padres ubica a sus menores en la categoría diagnóstica baja lo cual demuestra que hay dificultades en la escucha y en la comunicación, finalmente el 7 de los padres restantes indica que sus hijos tienen muy baja capacidad de escucha tiende a aislarse y a socializar en pocas ocasiones.

**Tabla 11.**

*Niveles de la dimensión manejo del estrés de las fuentes referenciales para el estudio de la institución educativa privada Horacio Zevallos – Chiclayo.*

Categoría	Frecuencia	Porcentaje
Marcadamente alta	2	4%
Muy alta	5	9%
Alta	12	21%
Promedio	15	27%
Baja	19	34%
Muy baja	3	5%
Marcadamente baja	0	0%
Total	56	100%

*Fuente: elaboración propia*

A través de los resultados obtenidos se puede apreciar que el 27% de los padres evaluados ubican a sus hijos dentro de la categoría diagnóstica promedio lo cual indica han percibido a sus hijos con un adecuado manejo del estrés, el 21% identifica a sus hijos con un alto manejo de estrés, es decir evidencian un buen desempeño de sus menores frente a los trabajos escolares, así mismo, el 9% de los padres reconoce que existe un muy alto nivel de control y manejo del estrés, ya que sus menores desempeñan actividades escolares bajo presión llegando a concluir las, además el 4% de los cuidadores de los adolescentes expresa mediante los datos alcanzados que sus hijos se encuentran en la categoría marcadamente alta, es decir, tienen un buen soporte para manejar las situaciones estresantes. No obstante, el 34% de los progenitores demuestra que sus hijos presentan un bajo nivel de control de estrés, así mismo el 5% restante da a mostrar que hay un muy bajo control y manejo del estrés.

**Tabla 12.**

*Niveles de la dimensión adaptabilidad de las fuentes referenciales para el estudio de la institución educativa privada Horacio Zevallos – Chiclayo.*

Categoría	Frecuencia	Porcentaje
Marcadamente alta	0	0%
Muy alta	0	0%
Alta	0	0%
Promedio	22	39%
Baja	19	34%
Muy baja	10	18%
Marcadamente baja	5	9%
Total	56	100%

*Fuente: elaboración propia*

A través de los resultados obtenidos se puede apreciar que el 39% de los padres evaluados ubican a sus menores hijos dentro de la categoría promedio, lo cual indica que los perciben como adolescentes con adaptación flexible, con un adecuado manejo emocional frente a los cambios; sin embargo, el 34% de los padres ubican a sus hijos en la categoría baja, es decir, visualizan a sus menores con dificultades para afrontar problemas que aparecen en su entorno, así mismo, el 18% los perciben con bajos recursos y con una visión pesimista y negativa del mundo que les circunda, finalmente el 9% ubica ver a sus hijos en la categoría marcadamente baja, indicando que existe una deteriorada percepción de los sucesos de la vida diaria, hay una deficiente flexibilidad y adaptación, misma que necesita ser trabajada.

**Tabla 13.**

*Niveles de la dimensión estado de ánimo de las fuentes referenciales para el estudio de la institución educativa privada Horacio Zevallos – Chiclayo.*

Categoría	Frecuencia	Porcentaje
Marcadamente alta	0	0%
Muy alta	0	0%
Alta	15	27%
Promedio	21	38%
Baja	10	18%
Muy baja	4	7%
Marcadamente baja	6	11%
Total	56	100%

*Fuente: elaboración propia*

A través de los resultados obtenidos se puede apreciar que el 38% de los padres evaluados ubican a sus menores hijos en la categoría diagnóstica promedio, lo cual indica que perciben a sus adolescentes con un adecuado estado de ánimo, así mismo, el 27% de los adolescentes son visualizados por sus padres con un alto manejo del estado de ánimo, ya que han notado optimismo y una apreciación positiva sobre los eventos que aparecen en el día a día. No obstante, el 18% de los padres perciben a sus hijos con un bajo nivel de estado de ánimo, lo cual demuestra que hay un déficit en el manejo emocional y estado de ánimo, a su vez, el 7% hace ver a sus menores en la categoría muy baja, demostrando una distorsión entre los eventos que se perciben del entorno, mismo que influye en el estado anímico. Finalmente el 11% de los padres visualizan a sus menores con un estado de ánimo marcadamente bajo, es decir los aprecian como adolescentes que requieren de ayuda para superar las dificultades por las que pasan que interrumpen su adecuado manejo emocional.

**Tabla 14.**

*Niveles de la dimensión impresión positiva de las fuentes referenciales para el estudio de la institución educativa privada Horacio Zevallos – Chiclayo.*

Categoría	Frecuencia	Porcentaje
Marcadamente alta	0	0%
Muy alta	0	0%
Alta	22	39%
Promedio	30	54%
Baja	4	7%
Muy baja	0	0%
Marcadamente baja	0	0%
Total	56	100%

*Fuente: elaboración propia*

A través de los resultados obtenidos se puede apreciar que el 54% de los padres evaluados ubican a sus hijos en la categoría diagnóstica promedio, lo cual indica que consideran a sus menores con una adecuada impresión de sí mismos, con una adecuada aceptación por su estado físico y emocional. Así mismo el 39% de los progenitores muestra que existe una alta impresión positiva de sus adolescentes, los perciben con un buen autoconocimiento y autocuidado, los observan con una buena impresión de sí mismos. Finalmente el 7% de los padres consideran que sus hijos tienen una baja impresión de ellos mismos, consideran que hay una baja apreciación de sus estados físicos y emocionales, por lo mismo creen que sería bueno trabajar y fortalecer ese estado de impresión positiva.

### **3.2. Discusión de resultados**

La presente investigación de tipo aplicada y tuvo como objetivo elaborar un programa de psicoterapia Gestalt para la inteligencia emocional de los estudiantes adolescentes del colegio Horacio Zevallos, para ello se ha caracterizado epistemológicamente el proceso de psicoterapia Gestalt y su dinámica, a su vez, se han determinado las tendencias históricas del proceso de psicoterapia Gestalt.

A su vez, es importante la exploración de la propia estima, fortalecer el autoconcepto y mejorar el autoconocimiento. Como indican Salazar y Puc (2019) un programa favorece la consciencia emocional, así como el manejo de crisis y la toma de decisiones, además proporciona herramientas para el adecuado manejo emocional y el reducir síntomas psicósomáticos (Sarrionandia y Garaigordobil, 2017). Así mismo, Cruzado y Santa Cruz (2017) hacen referencia que los programas enfocados a la estima y manejo emocional han demostrado mantener resultados positivos.

Por lo discutido anteriormente, se ha diagnosticado el estado actual de los estudiantes, por ende, se ha podido conocer que en cuanto a las dimensiones exploradas de inteligencia emocional hay un conjunto de estudiantes que a nivel intrapersonal presentan deficiencias para comprender sus propias emociones, ya que tienden a reprimir sus sentimientos, deseos y necesidades, mismas que generan insatisfacción consigo mismos, resultados que coinciden con la investigación realizada con Granados (2019) quien enuncia que la expresión de las propias emociones presenta relación significativa con los logros de aprendizaje. Por su parte Cateriano, Córdova y Laredo (2018) expresa que el uso de recursos que faciliten la meditación y el contacto interpersonal como el mindfulness influyen en el incremento de la atención.

Desde la psicoterapia Gestalt, el contacto con nuestro yo interior o zona interna es de mucha importancia porque nos contacta a nivel intrapersonal con nuestros sentimientos y emociones (Lizarraga, 2011), el buen manejo de nuestros sentimientos y emociones, nos ayudará a tomar conciencia sobre lo que necesitamos para sentirnos más cómodos y autorregulados, además la zona de fantasía interviene en los eventos intrapersonales, dado que esta zona, hace referencia con los pensamientos, recuerdos y prejuicios.

A nivel interpersonal, se ha encontrado dificultades en la escucha y en la comprensión de sentimientos dentro de su grupo de pares, a su vez, se apreció que en algunos evaluados existe un déficit en el manejo de relaciones interpersonales. Es decir, la carencia de relaciones interpersonales, dificultan el sano desarrollo del adolescente, para ello es importante el buen manejo emocional y el proceso de aceptación tanto a nivel interior como con el grupo (Ruvalcaba, Gallegos, Orozco y Bravo, 2019), en el enfoque gestáltico las relaciones interpersonales están dentro de la zona interna y externa; interna porque el adolescente experimenta en primera persona como se siente frente a un determinado grupo y externa porque expresa y se vincula directamente con su grupo de pares, así mismo, se integra la zona de fantasía que hace referencia a los pensamientos, ideas y prejuicios que surgen en base a lo preconcebido de lo que le circunda (Lizarraga, 2011).

En el manejo de estrés un bajo nivel de estudiantes han demostrado que necesitan mejorar sus impulsos cuando se encuentran bajo eventos que demanden de un determinado tiempo, desde la psicoterapia Gestalt, es importante dejar fluir el sentir, el percibir y actuar, para un adecuado manejo del estrés es necesario darse cuenta de lo que está sucediendo en la zona interna (Lizarraga, 2011), a su vez se busca ser



consciente de lo que sucede experimentando el momento presente (Salama, 2009). Así mismo, Solórzano (2019) evidenció un bajo nivel de bienestar psicológico, misma que puede generar conflicto y dificultar la toma de decisiones. Por ello el objetivo de la psicoterapia Gestalt es ayudar a las personas a liberarse de los bloqueos que generen insatisfacción y dificulten la autorregulación (Carabelli, 2013), es decir a través de un manejo auténtico y de mayor contacto consigo mismo y con los demás, respetando los propios límites y los límites del otro, como menciona Sarrionandia y Garaigordobil (2017) un buen manejo del estrés e inteligencia emocional contribuirá a la reducción de síntomas psicósomáticos.

En la dimensión adaptabilidad se ha encontrado un amplio grupo de estudiantes que demuestran tener dificultades para afrontar problemas cotidianos con baja flexibilidad y con visión negativa sobre los sucesos cotidianos. Es decir, adaptarse y afrontar situaciones problemáticas enfocadas en la emoción puede generar un afrontamiento incorrecto e incluso puede generar mayores dificultades a nivel emocional (Castro, Gómez, Lindo y Vega, 2017). En este sentido, la psicoterapia Gestalt ayuda a conocer las dificultades en la propia adaptación que a la vez obstruyen el sano crecimiento y desarrollo personal (Carabelli, 2013), dada su visión holística, toma al ser como un todo, es decir nada existe por sí solo o aislado, por ende este modelo de terapia explora dentro del ser para conocer los recursos con los que cuenta y poder hacer frente a los eventos adversos y lograr una mejor adaptación, haciéndose cargo de lo que tiene, necesita e integra de sí mismo (Vásquez, 2018), además se prima el estar lo más cercano posible a la experiencia ya que ésta ayuda a la persona a explorar y a ser consciente de conocer cómo visualiza el mundo que le circunda (Joyce y Sills, 2010).

En estado de ánimo los estudiantes evaluados han demostrado necesitar mejorar el sentido de optimismo, así mismo se ha podido rescatar de los resultados que hay un déficit para manejar los propios estados de ánimo. En este sentido, Usán y Salavera (2018) han señalado que los estados de ánimo están asociados a las motivaciones escolares, es decir los procesos de regulación emocional influyen en la motivación y con ello en el rendimiento escolar. Bajo el modelo terapéutico gestáltico se considera que el ser puede ser acompañado emocionalmente para autodescubrirse y “autocurar” lo que le genera dificultades, tanto en el campo anímico como en las expresiones (Naranjo, 1990), así mismo Vásquez (2018) hace referencia a las técnicas supresivas las cuales suprimen la evasión de la propia experiencia y las técnicas expresivas las cuales invitan a exteriorizar lo que se siente internamente, de este modo se puede obtener un equilibrio emocional entre el sentir y el actuar, para darse cuenta de lo que aparece y responsabilizarse de ello, por ende es importante no autojuzgar la emoción que aparece y menos tratar de interpretarla, es mejor vivir la experiencia y dejarla fluir (Carabelli, 2013). Por otro lado, el buen manejo emocional modula el riesgo suicida, por ende, programas que busquen mejorar el estado anímico y la inteligencia emocional van a contribuir a la prevención y disminución de ideaciones suicidas (Mamani, Brousett, Ccori y Villasante, 2018).

En cuanto a la dimensión impresión positiva los estudiantes han mostrado tener un bajo autoconocimiento, además de presentar baja apreciación de sí mismos así como una deteriorada autoaceptación. Desde el enfoque gestáltico el trabajo en la atención y aceptación del sí mismo, es de importancia ya que permite identificar el estado y los sentimientos que se van presentando, ya que si estos se llega a reprimir podrían generar dificultades tanto a nivel psicológico como físico (Aragón, 2019). Por ello,

se busca centrarse en el “aquí y ahora”, explorando y vivenciando aquello que genera malestar o que genera insatisfacción, a su vez, se exploran los sentimientos, creencias, pensamientos, valores y conductas que se manifiestan según lo que se percibe del entorno (Guerri, 2020). En este sentido, el estudio de la propia valoración toma gran importancia en cuanto a impresión positiva, que como lo indica Lizarraga (2011) es importante explorar nuestra zona de la fantasía y hacer contacto con los propios pensamientos, recuerdos y prejuicios que pueden generar una distorsión de la realidad, es decir, las personas con una impresión positiva deteriorada tienden a percibirse como insuficientes frente a otro grupo de personas, he ahí la importancia, del trabajo en los pensamientos, en la propia valoración, es importante explorar nuestro sentir, hacer contacto con aquellas personas que lograron influenciar en el modo de verse y expresar el malestar (Naranjo, 1990).

### **3.3. Aporte práctico**

#### **Construcción del aporte práctico**

En este acápite se describe la fundamentación, diagnóstico, objetivos, planeación estratégica, instrumentación, evaluación y etapas del aporte práctico del:

“Programa de psicoterapia Gestalt para la inteligencia emocional de los estudiantes adolescentes del colegio Horacio Zevallos – Chiclayo”.

Es evidente que estamos viviendo avances y cambios constantes tanto en el ámbito económico, tecnológico y cultural. Por ello, los adolescentes no son ajenos a este mundo globalizado, encontrarse en una época tan globalizada ha generado nuevos medios de comunicación acercándonos a diferentes personas mediante comunicaciones on-line, pero a la vez ha mantenido alejado a los adolescentes de personas cercanas, lo cual ha mermado en el adolescente actual su capacidad de habilidades comunicativas y expresión emocional, eventos que dificultan el sano desarrollo psicosocial, los cuales a su vez son fundamentales para la formación de la personalidad.

Así mismo, el sistema educativo actual ha mostrado caso omiso al proceso emocional de los estudiantes, se ha ido dejando de lado la inteligencia emocional y el conjunto de competencias que esta compone, ya que muchas veces, se desconoce la importancia de la misma, tanto en el contexto familiar, educativo y social. En este sentido, el adecuado manejo de la inteligencia emocional cobra importancia, dado que una mala gestión dentro del proceso emocional del estudiante adolescente genera un incremento de conductas erráticas, por ello la inteligencia emocional cobra mucho valor cuando se trabaja y refuerza tempranamente.

En la institución educativa privada Horacio Zevallos, se ha logrado percibir algunas deficiencias en cuanto al manejo emocional en los estudiantes de educación secundaria, tales deficiencias se hacen manifiestas dada la insatisfacción académica que muchas veces genera bajo rendimiento y estrés académico que podría verse relacionada a las inadecuadas relaciones interpersonales, bajo control de impulsos, preocupación y ansiedad, contracciones musculares, inadecuada autoconciencia emocional, conductas autolesivas, atracones, dificultades en la estima y valía personal, así como sentimiento de vacío existencial.

### **Fundamentación del Programa de psicoterapia Gestalt**

En este ámbito, la inteligencia emocional es definida como el conjunto de capacidades y habilidades psicológicas que facilitan la gestión de emociones para conseguir resultados positivos en cuanto a las relaciones interpersonales, implicando los sentimientos y el entendimiento de emociones, así como el adecuado manejo y expresión de los mismos.

Bajo esta premisa, es importante la propuesta de un programa de psicoterapia Gestalt, ya que esta podría ayudar a gestionar el campo emocional de los adolescentes para de este modo manifestar una buena inteligencia emocional, que sea sólida para el desarrollo personal, familiar, social y en un futuro laboral en los adolescentes.

Ya que a nivel nacional uno de los grandes retos de las familias y del sector educativo es el óptimo manejo de la inteligencia emocional en el periodo adolescente, dado que actualmente en la etapa adolescente se está primando en su mayoría de casos el uso excesivo de la tecnología, lo que a su vez ha generado individualismo y carencia en las habilidades sociales, las cuales son necesarias para el buen desarrollo personal,

por estas circunstancias se evidencia un déficit en el desempeño escolar, personal familiar y social.

Al ser la psicoterapia Gestalt una propuesta que se encuadra dentro de la psicología humanista, da mayor relevancia a aspectos como la autorrealización y la búsqueda de la propia decisión, a su vez, se trabaja desde la premisa que el ser humano tiene capacidades y cualidades para desarrollarse de manera apropiada, libre y autónoma, haciéndose cargo de su sentir y expresándolo respetando sus propios límites intrapersonales e interpersonales.

Es por esto, que la psicoterapia Gestalt se enfoca en el proceso más que en el propio contenido, es decir, hay un mayor énfasis en lo que sucede, se siente o piensa en el momento presente, empleándose el método del “darse cuenta” (awareness) dejando fluir el sentir, el percibir y el actuar, como indica Salama (2009), se centra en la atención y aceptación de la experiencia, ya que prestar atención a la experiencia tiene una profunda relación con el estado presente del ser. Para la terapia Gestalt la atención es percatarse de sí mismo, es identificar el estado emocional y los sentimientos que aparecen frente a una determinada situación, de modo tal que se experimente lo que vaya apareciendo, ya que si se evita o se reprime la emoción o sentimiento, éstos pueden generar malestar, llegando a manifestarse de forma psicósomática afectando al cuerpo (Aragón, 2019).

Así mismo, la psicoterapia Gestalt es un enfoque holístico, es decir que concibe al ser humano como una totalidad, se toma el concepto que “el todo es más que la suma de sus partes”, ya que nada aparece por sí solo o es un ente aislado, por el contrario adquiere un significado que puede ser interior según el contexto en que aparezcan las

sensaciones, a su vez, este enfoque postula que es importante percibir el mundo en forma plena, libre, responsabilizándonos y aceptando lo que somos, apreciando lo obvio y observando lo que es (Vásquez, 2018), en la terapia Gestalt se reconoce a la toma de conciencia como clave para el potencial completo y el crecimiento personal. En este sentido, una interrupción o un bloqueo en los pensamientos o comportamientos puede llegar a generar insatisfacción y descontento en la persona, por ello, se trabaja para vivenciar lo experimentado más allá de buscar la mera interpretación de la experiencia, es así que uno de los principales beneficios de este enfoque es la vivencia y exploración de los sentimientos, los pensamientos, las creencias, los valores y la forma en como el ser muestra sus conductas y responde frente a los eventos que aparecen en su entorno (Guerri, 2020).

En este proceso es importante la guía del psicólogo o terapeuta, el cual facilitará el proceso como un observador externo (Naranjo, 1990). Por ende, el principal objetivo de la terapia Gestalt, además de ayudar al cliente a mejorar sobre sus síntomas, es permitirle llegar a mostrarse más auténtico, a liberarse de los bloqueos y asuntos inconclusos que obstruyen su libre satisfacción o autorregulación y con ello dificultan su propio crecimiento y desarrollo personal (Carabelli, 2013).

Así mismo Carabelli (2013) menciona la importancia de la actitud del terapeuta Gestalt, considerando tres componentes de suma importancia: el primer componente considerado es la actualidad ya que vivir en el momento presente es permitirse soltar el pasado y suspender la fantasía que nos transporta al futuro; como segundo componente está la presencia enfocada en aceptar nuestra experiencia sin juicios ni oposiciones, es decir abrirnos a lo que nos sucede, sin renegar y por el contrario, estar

dispuestos a enfrentarlo con nuestros propios recursos; en el tercer componente se ubica la responsabilidad, siendo esta la fuente de poder personal, que a su vez le da la oportunidad al individuo de adueñarse de su propia vida, de sus acciones, corriendo riesgos y también aprendiendo de lo que le sucede.

### **Estructura del aporte práctico**

El déficit de inteligencia emocional en los adolescentes de la institución educativa, puede conllevar a la represión de sentimiento y emociones, a la desconfianza con sus familiares y grupo de pares, puede influenciar en el estrés e insatisfacción académica, a mostrar inadecuadas relaciones interpersonales y deserción escolar, por ende, será de mucha importancia para los adolescentes participar dentro de este programa ya que podría mejorar su estado emocional, cognitivo y conductual.

Dicha mejora será debido a que en el periodo de la adolescencia los individuos buscan su independencia y su identidad, además de querer formar parte de un grupo social, por ello, es importante ayudarlos a transitar por esta etapa de la manera más adecuada y flexible para cada participante he ahí la importancia del presente programa.

Para la consideración del programa de psicoterapia Gestalt para la inteligencia emocional se han estructurado cinco etapas:

#### **I. Etapa I: Diagnóstico**

Para diagnosticar el estado actual de la dinámica del proceso de psicoterapia Gestalt en los estudiantes adolescentes del colegio Horacio Zevallos – Chiclayo se aplicaron como estrategias la entrevista psicológica, la observación de la conducta y el uso del inventario de inteligencia emocional de Bar-On NA para adolescentes, encontrándose



como resultado que los adolescentes presentan deficiencias para comprender sus propias emociones, tienden a reprimir sus sentimientos y necesidades, mismas que influyen en la insatisfacción consigo mismos. Así mismo, se ha encontrado dificultades en la escucha y comprensión de sentimientos entre compañeros; en cuanto al manejo del estrés, necesitan mejorar sus impulsos sobre todo al encontrarse frente a trabajos bajo presión; además se evidencian dificultades para afrontar problemas cotidianos, existe baja flexibilidad de pensamiento, ya que toman los sucesos como eventos negativos y sin solución. Finalmente, los participantes han demostrado presentar baja apreciación de sí mismos así como una deteriorada autoaceptación. Mismas que se detallan a continuación:

#### **A nivel familiar**

- Conflictos familiares
- Represión de sentimientos y emociones
- Desconfianza con sus figuras parentales
- Percepción de carencia y de bajo apoyo por parte de sus familiares
- Expresión verbal inapropiada con sus figuras parentales

#### **A nivel educativo**

- Deserción Escolar
- Dificultades en la comunicación y expresión de necesidades con su grupo de pares
- Aislamiento y bajo contacto con sus docentes y compañeros de clase
- Bullying e inadecuadas relaciones interpersonales
- Insatisfacción académica

- Estrés académico

### **A nivel personal**

- Modos inapropiados de enfrentar problemas cotidianos
- Dificultades en la estima y valía personal
- Sentimientos de vacío existencial
- Dificultades para comprender y apreciar los sentimientos de los demás
- Sentimientos de minusvalía
- Inadecuada Autoconciencia emocional
- Bajo control de impulsos
- Ansiedad y preocupación excesiva
- Contracciones musculares

## **II. Etapa II: Objetivo General**

Desarrollar la inteligencia emocional de los estudiantes adolescentes de la institución educativa Horacio Zevallos, teniendo en cuenta el proceso de desarrollo de la psicoterapia Gestalt.

## **III. Etapa III: Sistema de actividades**

Debido a que los estudiantes adolescentes de la institución educativa Horacio Zevallos – Chiclayo, presentan una conducta errática que se manifiesta mediante la deserción escolar, inadecuadas relaciones interpersonales, insatisfacción académica, represión de sentimientos, emociones y desconfianza con sus figuras parentales. Por ende, surge la propuesta de un programa psicoterapia Gestalt para la inteligencia emocional, ya que es importante abordar esta necesidad explicada anteriormente, en este sentido, se

trabajaré desde la planificación estratégica como un proceso continuo que requiere constante retroalimentación. Así mismo este programa consta de 5 fases, las cuales se describen a continuación:

**Fase I: Adaptabilidad:**

**A nivel familiar**

- Conflictos familiares

**A nivel educativo**

- Deserción Escolar

**A nivel personal**

- Modos inapropiados de enfrentar problemas cotidianos

**Fase II. Intrapersonal:**

**A nivel familiar**

- Represión de sentimientos y emociones

**A nivel educativo**

- Dificultades en la comunicación y expresión de necesidades con su grupo de pares
- Aislamiento y bajo contacto con sus docentes y compañeros de clase

**A nivel personal**

- Dificultades en la estima y valía personal
- Sentimientos de vacío existencial

### **Fase III: Interpersonal:**

#### **A nivel familiar**

- Desconfianza con sus figuras parentales

#### **A nivel educativo**

- Bullying e inadecuadas relaciones interpersonales

#### **A nivel personal**

- Dificultades para comprender y apreciar los sentimientos de los demás

### **Fase IV. Estado de ánimo:**

#### **A nivel familiar**

- Percepción de carencia y de bajo apoyo por parte de sus familiares

#### **A nivel educativo**

- Insatisfacción académica

#### **A nivel personal**

- Sentimientos de minusvalía
- Inadecuada Autoconciencia emocional

### **Fase V. Manejo del estrés:**

#### **A nivel familiar**

- Expresión verbal inapropiada con sus figuras parentales

#### **A nivel educativo**

- Estrés académico

#### **A nivel personal**

- Bajo control de impulsos

- Ansiedad y preocupación excesiva
- Contracciones musculares

Por ello, el establecimiento de estas fases en el programa de psicoterapia Gestalt para la inteligencia emocional, tiene como finalidad favorecer la adecuada expresión emocional de los estudiantes adolescentes, misma que ayudará a los adolescentes a potenciar sus habilidades y configurar adecuadamente su personalidad, integrando aspectos rechazados propios, para llevar un proceso saludable en su propia experiencia, la cual a su vez enriquecerá al estudiante en su desarrollo.

No puede omitirse el desarrollo de la inteligencia emocional en los adolescentes, ya que el desarrollo del mismo es un eje importante para la educación y desarrollo personal, por ende, a favor del desarrollo adolescente es importante la ayuda del presente programa, ya que este a la vez ayudará a que los estudiantes tomen mayor consciencia de su propia presencia, límites y responsabilidad.

En este sentido, la presente propuesta brindará alternativas de solución al llegar ser aplicada, a su vez, facilitará el desarrollo de conductas adaptativas, reestructurar procesos cognitivos, facilitar la comunicación asertiva, la libre expresión emocional, respetando su propio ser y el entorno, así como un mayor autodescubrimiento y recuperar habilidades interpersonales que faciliten el desarrollo personal.

Bajo lo mencionado en el párrafo anterior, es importante que exista compromiso entre las principales autoridades de la institución, para que el programa propuesto tenga éxito, será necesario que exista coordinación previa con el director, área de psicología, área de tutoría y padres de familia. Así mismo será importante disponer del material

adecuado para generar el impacto esperado y a su vez incentivar al participante a involucrarse en su propio autodescubrimiento.

#### A. Fases del programa de psicoterapia Gestalt para la inteligencia emocional

<b>Fases</b>	<b>Dimensión</b>	<b>sesión</b>	<b>Objetivo</b>
Fase I	Adaptabilidad	sesión 1	Establecer un ambiente de confianza entre los estudiantes
		sesión 2	Identificar habilidades y aspectos por mejorar en los estudiantes
Fase II	Intrapersonal	sesión 3	Realizar ejercicios de contacto intrapersonal
		sesión 4	Identificar sentimientos de vacío en los estudiantes
Fase III	Interpersonal	sesión 5	Realizar ejercicios de contacto interpersonal
		sesión 6	Identificar fuentes de apoyo
Fase IV	Estado de ánimo	sesión 7	Conocer el proceso emocional de los estudiante
		sesión 8	Favorecer la expresión y descarga funcional de las emociones y sentimientos
Fase V	Manejo del estrés	sesión 9	Expresar procesos que generen malestar o preocupación en los estudiantes
		sesión 10	Integrar aspectos rechazados de los estudiantes

*Fuente: Elaboración propia*

B. Programa de psicoterapia Gestalt para la inteligencia emocional.

<b>Sesión 1</b>			
<b>Objetivo</b>	<b>Metodología</b>	<b>Tiempo</b>	<b>Materiales</b>
Establecer un ambiente de confianza entre los estudiantes	<p><b>Introducción</b></p> <p>El facilitador se presentará con el grupo, así mismo, compartirá el objetivo de la sesión, brindará un preámbulo del trabajo a realizar y se darán algunas consignas claras como:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– Vivir en el tiempo presente.</li> <li>– Privilegiar el sentir sobre el pensar.</li> <li>– comunicarse en primera persona.</li> <li>– Describir sin juicios la experiencia.</li> <li>– No juzgar las opiniones.</li> <li>– Abrirse a experimentar y dejar la valoración para el final del taller.</li> </ul> <p>Como caldeamiento se establecerán las normas de convivencia junto al grupo, donde se aportará una lluvia de ideas de normas y valores a seguir en la sesión para mantener reglas definidas durante el proceso, posteriormente se realizará un ejercicio corto de relajación a modo de preparación para el trabajo posterior.</p>	30 min	<p><b>Para trabajo en físico</b></p> <p>melodías e instrumentales</p> <p>Cartulinas</p> <p>Papeles de colores</p> <p>Cinta masking tape</p> <p>Parlante o sonido</p>
	<p><b>Desarrollo de la exploración</b></p> <p>El facilitador presentará la dinámica “Conociéndonos” la cual contiene 6 columnas (Familia, Relaciones, Intereses, Yo, Recreación y Anécdotas), a su vez, cada una de ellas contiene 4 sobres con una pregunta por sobre. Se les comentará a los participantes que van a lanzar un dado y según al número que aparezca en el dado, los estudiantes escogerán una columna y a la vez un sobre, respondiendo así la pregunta que surge dentro de ese sobre, cada participante lanzará el dado y responderá según corresponda, posteriormente se comentará el sentir de cada participante según la experiencia explorada con la dinámica.</p>	50 min	<p><b>Para trabajo virtual</b></p> <p>Laptop</p> <p>Presentaciones en Power Point</p> <p>Melodías e instrumentales</p> <p>Aplicativo Zoom</p>

<p style="text-align: center;"><b>Integración de las vivencias</b></p> <p>Para la integración de vivencias se realizarán algunas preguntas a los participantes y a su vez se hará la devolución correspondiente por parte del facilitador:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- ¿Qué rescato de toda la experiencia?</li> <li>- ¿Qué aprendí de esta experiencia y qué me falta aprender?</li> <li>- ¿Qué puedo llevarme como descubrimiento?</li> </ul>	20 min	
<p style="text-align: center;"><b>Cierre de la experiencia</b></p> <p>Para el cierre de la experiencia, el facilitador solicitará a los participantes que den comentarios finales sobre lo trabajado, y a su vez se indicará que finalicen con una palabra que resuma para ellos lo explorado en la sesión. Consecuentemente se darán palabras de agradecimiento a todos los participantes por su colaboración en sesión.</p>	20 min	



<b>Sesión 2</b>			
<b>Objetivo</b>	<b>Metodología</b>	<b>Tiempo</b>	<b>Materiales</b>
Identificar habilidades y aspectos por mejorar en los estudiantes	<p align="center"><b>Introducción</b></p> <p>El facilitador se presentará con el grupo, así mismo, compartirá el objetivo del taller, brindará un preámbulo del trabajo a realizar y se darán algunas consignas claras como:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– Vivir en el tiempo presente.</li> <li>– Privilegiar el sentir sobre el pensar.</li> <li>– comunicarse en primera persona.</li> <li>– Describir sin juicios la experiencia.</li> <li>– No juzgar las opiniones.</li> <li>– Abrirse a experimentar y dejar la valoración para el final del taller.</li> </ul> <p>Como caldeoamiento se invitará a los participantes a realizar un trabajo de relajación previo al trabajo que viene a continuación, se colocará una melodía y se guiará a los participantes a sentir su cuerpo y a ponerse en contacto consigo mismos.</p>	30 min	<p><b>Para trabajo en físico</b></p> <p>melodías e instrumentales</p> <p>Cartulinas</p> <p>Papeles de colores</p> <p>Papel bond</p> <p>Cinta masking tape</p> <p>Parlante o sonido</p>
	<p align="center"><b>Desarrollo de la exploración</b></p> <p>El facilitador presentará la dinámica “El muro de mí mismo”, para esta dinámica se mostrará una hoja la cual contiene dibujos de bloques de diferentes colores por llenar, en los 8 bloques ubicados en la parte de debajo de la hoja se colocarán los aspectos que consideran se podrían mejorar y en los 8 bloques ubicados en la parte de arriba se colocarán las habilidades y destrezas de las cuales los participantes se sienten orgullosos de poseer. Posteriormente el facilitador indicará que se reúnan en pequeños grupos, para compartir lo plasmado en los respectivos bloques, luego, se reunirán nuevos grupos y seguirán compartiendo lo que han colocado, al finalizaras se hará un pequeño comentario sobre la socialización en grupos y el sentir sobre el comentar algo tan personal, además se podrá compartir si lograron completar los bloques o faltaron llenar algunos de ellos.</p>	50 min	<p><b>Para trabajo virtual</b></p> <p>Laptop</p> <p>Presentaciones en Power Point</p> <p>Melodías e instrumentales</p> <p>Aplicativo Zoom</p>

<p style="text-align: center;"><b>Integración de las vivencias</b></p> <p>Para la integración de vivencias se realizarán algunas preguntas a los participantes y a su vez se hará la devolución correspondiente por parte del facilitador:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– ¿Qué me permití ver hoy?</li> <li>– ¿Qué puedo hacer para mejorar o mantener los aspectos encontrados?</li> <li>– ¿En qué me puede servir esto que encontré ahora?</li> </ul>	20 min	
<p style="text-align: center;"><b>Cierre de la experiencia</b></p> <p>Para el cierre de la experiencia, el facilitador solicitará a los participantes que den comentarios finales sobre lo trabajado, y a su vez se indicará que finalicen con una palabra que resuma para ellos lo explorado en la sesión. Consecuentemente se darán palabras de agradecimiento a todos los participantes por su colaboración en sesión.</p>	20 min	

<b>Sesión 3</b>			
<b>Objetivo</b>	<b>Metodología</b>	<b>Tiempo</b>	<b>Materiales</b>
Realizar ejercicios de contacto intrapersonal	<p align="center"><b>Introducción</b></p> <p>El facilitador se presentará con el grupo, así mismo, compartirá el objetivo del taller, brindará un preámbulo del trabajo a realizar y se recordarán las consignas anteriormente explicadas:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– Vivir en el tiempo presente.</li> <li>– Privilegiar el sentir sobre el pensar.</li> <li>– comunicarse en primera persona.</li> <li>– Describir sin juicios la experiencia.</li> <li>– No juzgar las opiniones.</li> <li>– Abrirse a experimentar y dejar la valoración para el final del taller.</li> </ul> <p>Como caldeamiento se invitará a los participantes a comentar sucesos que han aparecido en la semana, qué fue lo más representativo o lo más importante que evidenciaron durante la semana.</p>	30 min	<p><b>Para trabajo en físico</b></p> <p>melodías e instrumentales</p> <p>Papeles de colores</p> <p>Papel bond</p> <p>Lápices de color o plumones finos de color</p> <p>Parlante o sonido</p>
	<p align="center"><b>Desarrollo de la exploración</b></p> <p>El facilitador invitará a los participantes a realizar un ejercicio que los apertura a un trabajo interior, para ello se realizará un ejercicio previo de relajación e imaginación, mediante el cual el facilitador llevará a los estudiantes a un momento agradable que puede ser de un momento reciente o un momento de etapa infantil, posteriormente se invitará a hacer contacto con lo que apareció en la imaginación de cada participante para plasmarlo en el papel bond, se usarán colores o plumones finos de color, al culminar el gráfico se pedirá que le coloquen un título y posteriormente se realizarán pequeñas parejas para que comenten lo que apareció, lo que plasmaron en la hoja, lo que les agradó de recordar y lo que no les agradó, volverán a cambiar de pareja y recogerán esas experiencias, finalmente se comentará en plenario lo trabajado.</p>	50 min	<p><b>Para trabajo virtual</b></p> <p>Laptop</p> <p>Presentaciones en Power Point</p> <p>Melodías e instrumentales</p> <p>Aplicativo Zoom</p>

<p style="text-align: center;"><b>Integración de las vivencias</b></p> <p>Para la integración de vivencias se realizarán algunas preguntas a los participantes y a su vez se hará la devolución correspondiente por parte del facilitador:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- ¿Qué sentí al recordar estos eventos?</li> <li>- ¿Qué he perdido y he ganado durante los años?</li> <li>- ¿Qué me gustaría recuperar?</li> <li>- ¿Qué quiero hacer después de verme a mí mismo?</li> </ul>	20 min
<p style="text-align: center;"><b>Cierre de la experiencia</b></p> <p>Para el cierre de la experiencia, el facilitador solicitará a los participantes que den comentarios finales sobre lo trabajado, y a su vez se indicará que finalicen con una palabra que resuma para ellos lo explorado en la sesión. Consecuentemente se darán palabras de agradecimiento a todos los participantes por su colaboración en sesión.</p>	20 min

<b>Sesión 4</b>			
<b>Objetivo</b>	<b>Metodología</b>	<b>Tiempo</b>	<b>Materiales</b>
Identificar sentimientos de vacío en los estudiantes	<p align="center"><b>Introducción</b></p> <p>El facilitador se presentará con el grupo, así mismo, compartirá el objetivo del taller, brindará un preámbulo del trabajo a realizar y se recordarán las consignas anteriormente explicadas:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– Vivir en el tiempo presente.</li> <li>– Privilegiar el sentir sobre el pensar.</li> <li>– comunicarse en primera persona.</li> <li>– Describir sin juicios la experiencia.</li> <li>– No juzgar las opiniones.</li> <li>– Abrirse a experimentar y dejar la valoración para el final del taller.</li> </ul> <p>Como caldeoamiento se indicará a los participantes a respirar de manera pausada, y se les invitará a relajar el cuerpo, preparándolos para el trabajo posterior.</p>	30 min	<p><b>Para trabajo en físico</b></p> <p>melodías e instrumentales</p> <p>Papeles de colores</p> <p>Papel bond</p> <p>Lápices de color o plumones finos de color</p>
	<p align="center"><b>Desarrollo de la exploración</b></p> <p>El facilitador invitará a los participantes a sentir su cuerpo y a dejar que vayan tomando conciencia del espacio en el que se encuentran, qué emociones surgen, si llega algún pensamiento en ese estado de silencio, qué aparece, qué sienten corporalmente, cómo sienten sus latidos, posteriormente se les invitará a centrarse en un momento que hayan considerado que sentían algún vacío, que puede ser un vacío afectivo, un vacío ante la pérdida de algún ser querido, un vacío frente a algo que suceda, se les invitará a hacer contacto con ese vacío, a que visualicen con que colores asocian ese vacío, que dimensiones tiene ese vacío, que forma tiene. Luego se les solicitará a los participantes que tomen una foto mental del vacío explorado y que cuando sientan que ya la tienen puede ir abriendo sus ojos y darse el permiso de plasmarlo en el papel, al culminar se invita a hacer pequeñas parejas y compartir lo expresado.</p>	50 min	<p>Parlante o sonido</p> <p><b>Para trabajo virtual</b></p> <p>Laptop</p> <p>Presentaciones en Power Point</p> <p>Melodías e instrumentales</p> <p>Aplicativo Zoom</p>

<p style="text-align: center;"><b>Integración de las vivencias</b></p> <p>Para la integración de vivencias se realizarán algunas preguntas a los participantes y a su vez se hará la devolución correspondiente por parte del facilitador:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- ¿Qué causó en mi reconocer este vacío?</li> <li>- ¿Qué sucedió cuando compartí con los demás lo que me pasaba?</li> <li>- ¿En qué momentos me sirve compartir lo que siento?</li> </ul>	20 min	
<p style="text-align: center;"><b>Cierre de la experiencia</b></p> <p>Para el cierre de la experiencia, el facilitador solicitará a los participantes que den comentarios finales sobre lo trabajado, y a su vez se indicará que finalicen con una palabra que resuma para ellos lo explorado en la sesión. Consecuentemente se darán palabras de agradecimiento a todos los participantes por su colaboración en sesión.</p>	20 min	

<b>Sesión 5</b>			
<b>Objetivo</b>	<b>Metodología</b>	<b>Tiempo</b>	<b>Materiales</b>
Realizar ejercicios de contacto interpersonal	<p align="center"><b>Introducción</b></p> <p>El facilitador se presentará con el grupo, así mismo, compartirá el objetivo del taller, brindará un preámbulo del trabajo a realizar y se recordarán las consignas anteriormente explicadas:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– Vivir en el tiempo presente.</li> <li>– Privilegiar el sentir sobre el pensar.</li> <li>– comunicarse en primera persona.</li> <li>– Describir sin juicios la experiencia.</li> <li>– No juzgar las opiniones.</li> <li>– Abrirse a experimentar y dejar la valoración para el final del taller.</li> </ul> <p>Como caldeoamiento se solicitará a los participantes que piensen en algún juego de importancia en la infancia, posteriormente se realizará una pequeña ronda en la que cada uno comentará el juguete o juego de infancia que le parece importante.</p>	30 min	<p><b>Para trabajo en físico</b></p> <p>melodías e instrumentales</p> <p>Papeles de colores</p> <p>Papel bond</p> <p>Lápices de color o plumones finos de color</p> <p>Parlante o sonido</p>
	<p align="center"><b>Desarrollo de la exploración</b></p> <p>El facilitador invitará a los participantes a ir cerrando sus ojos y a centrarse en sí mismos, posteriormente irá colocando melodías e instrumentales para generar movimiento, para ellos se los indicará a los adolescentes que pueden ir moviéndose lentamente, de ese modo se va intensificando el movimiento, luego se invitará a todos los participantes a abrir sus ojos y a mantener el movimiento, consecuentemente se realizarán movimientos por equipos, los cuales se moverán según su turno, creando así cada grupo sus pasos, después se irán juntando algunos grupos, finalmente el grupo se integrará por todos los participantes. El facilitador colaborará con el desarrollo de esta exploración, así mismo, pedirá comentarios después del trabajo realizado, de este modo se llegará a la integración de las vivencias.</p>	50 min	<p><b>Para trabajo virtual</b></p> <p>Laptop</p> <p>Presentaciones en Power Point</p> <p>Melodías e instrumentales</p> <p>Aplicativo Zoom</p>

<p style="text-align: center;"><b>Integración de las vivencias</b></p> <p>Para la integración de vivencias se realizarán algunas preguntas a los participantes y a su vez se hará la devolución correspondiente por parte del facilitador:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- ¿Qué sentí al moverme solo?</li> <li>- ¿Cómo me sentí cuando el movimiento era en grupo?</li> <li>- ¿Qué me doy cuenta con la experiencia?</li> <li>- ¿Para qué me sirve lo explorado ahora?</li> </ul>	20 min
<p style="text-align: center;"><b>Cierre de la experiencia</b></p> <p>Para el cierre de la experiencia, el facilitador solicitará a los participantes que den comentarios finales sobre lo trabajado, y a su vez se indicará que finalicen con una palabra que resuma para ellos lo explorado en la sesión. Consecuentemente se darán palabras de agradecimiento a todos los participantes por su colaboración en sesión.</p>	20 min



<b>Sesión 6</b>			
<b>Objetivo</b>	<b>Metodología</b>	<b>Tiempo</b>	<b>Materiales</b>
Identificar fuentes de apoyo	<p align="center"><b>Introducción</b></p> <p>El facilitador se presentará con el grupo, así mismo, compartirá el objetivo del taller, brindará un preámbulo del trabajo a realizar y se recordarán las consignas anteriormente explicadas:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– Vivir en el tiempo presente.</li> <li>– Privilegiar el sentir sobre el pensar.</li> <li>– comunicarse en primera persona.</li> <li>– Describir sin juicios la experiencia.</li> <li>– No juzgar las opiniones.</li> <li>– Abrirse a experimentar y dejar la valoración para el final del taller.</li> </ul> <p>Como caldeamiento se invitará a los participantes a tomar un espacio para respirar lentamente, sentir como ingresa el aire al cuerpo y exhalar lentamente, se solicitará que hagan contacto con su propio cuerpo y con su entorno, a modo de preparación para el próximo trabajo.</p>	30 min	<p><b>Para trabajo en físico</b></p> <p>melodías e instrumentales</p> <p>Papeles de colores</p> <p>Papel bond</p> <p>Lápices de color o plumones finos de color</p> <p>Post-its</p> <p>Parlante o sonido</p>
	<p align="center"><b>Desarrollo de la exploración</b></p> <p>El facilitador entregará a los participantes hojas de papel bond, así mismo, indicará que realicen en la hoja bond un círculo del tamaño que ellos consideren adecuado, posteriormente se entregarán post-it a los estudiantes y se les pedirá que escriban en cada post-it las personas que consideran como parte de su círculo de apoyo, en quienes ellos pueden confiar frente a los diferentes tipos de situaciones que consideren de problema, seguidamente se realizarán pequeños grupos en los cuales se comentará lo trabajado, después de un tiempo de compartir, se les indicará hacer nuevos grupos y compartir sus experiencias y las personas en las que confían también, luego se invitará a compartir a todos los grupos lo encontrado, si quizás han pasado por las mismas situaciones y confían en personas similares o distintas dentro de su círculo social, así mismo, se tomará en cuenta la cantidad de personas a las que consideran como fuentes de apoyo.</p>	50 min	<p><b>Para trabajo virtual</b></p> <p>Laptop</p> <p>Presentaciones en Power Point</p> <p>Melodías e instrumentales</p> <p>Aplicativo Zoom</p>

<p style="text-align: center;"><b>Integración de las vivencias</b></p> <p>Para la integración de vivencias se realizarán algunas preguntas a los participantes y a su vez se hará la devolución correspondiente por parte del facilitador:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- ¿En quienes confío en este momento?</li> <li>- ¿Qué me impide confiar en los demás?</li> <li>- ¿Para qué me sirve establecer confianza?</li> <li>- ¿Qué quiero hacer con esto que encontré hoy?</li> </ul>	20 min	
<p style="text-align: center;"><b>Cierre de la experiencia</b></p> <p>Para el cierre de la experiencia, el facilitador solicitará a los participantes que den comentarios finales sobre lo trabajado, y a su vez se indicará que finalicen con una palabra que resuma para ellos lo explorado en la sesión. Consecuentemente se darán palabras de agradecimiento a todos los participantes por su colaboración en sesión.</p>	20 min	

<b>Sesión 7</b>			
<b>Objetivo</b>	<b>Metodología</b>	<b>Tiempo</b>	<b>Materiales</b>
Conocer el proceso emocional de los estudiante	<p align="center"><b>Introducción</b></p> <p>El facilitador se presentará con el grupo, así mismo, compartirá el objetivo del taller, brindará un preámbulo del trabajo a realizar y se recordarán las consignas anteriormente explicadas:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– Vivir en el tiempo presente.</li> <li>– Privilegiar el sentir sobre el pensar.</li> <li>– comunicarse en primera persona.</li> <li>– Describir sin juicios la experiencia.</li> <li>– No juzgar las opiniones.</li> <li>– Abrirse a experimentar y dejar la valoración para el final del taller.</li> </ul> <p>Como caldeamiento, a los participantes se les pondrá una melodía y se les invitará a que se dejen llevar por el sonido y vayan explorando que van sintiendo y a que emoción van relacionando su sentir.</p>	30 min	<p><b>Para trabajo en físico</b></p> <p>melodías e instrumentales</p> <p>Papeles de colores</p> <p>Papel bond</p> <p>Lápices de color o plumones finos de color</p>
	<p align="center"><b>Desarrollo de la exploración</b></p> <p>El facilitador comenzará indicándoles a los participantes a escoger 4 colores de los que tengan a disposición y que cada uno simbolice la emoción de: alegría, miedo, rabia y vergüenza, luego se invitará a cerrar los ojos y a respirar lentamente. posteriormente irá guiando el proceso con un proceso de imaginaria, en el cual, se les mencionará que vayan visualizando cualquiera de los 4 colores y a su vez lo vayan asociando a la emoción que han escogido; por ejemplo: se escogió verde para el miedo, cuando visualicen el color verde vayan imaginando algún momento que les haya generado miedo, se trabajará de este modo con los 4 colores, luego el facilitador dará la indicación de abrir los ojos y con cada color hacer un garabato en la hoja bond, todos los colores estarán en la misma hoja, de ese modo el participante puede verificar que emoción es la que ocupa mayor espacio sobre la hoja, luego se comentarán en parejas, para finalmente compartirlo con todos los participantes.</p>	50 min	<p>Parlante o sonido</p> <p><b>Para trabajo virtual</b></p> <p>Laptop</p> <p>Presentaciones en Power Point</p> <p>Melodías e instrumentales</p> <p>Aplicativo Zoom</p>

<p style="text-align: center;"><b>Integración de las vivencias</b></p> <p>Para la integración de vivencias se realizarán algunas preguntas a los participantes y a su vez se hará la devolución correspondiente por parte del facilitador:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- ¿Qué emoción predomina en mí en estos momentos?</li> <li>- ¿Qué deseo hacer con esta emoción?</li> <li>- ¿Quién me ayudaría a sostenerme cuando aparezca esta emoción?</li> </ul>	20 min	
<p style="text-align: center;"><b>Cierre de la experiencia</b></p> <p>Para el cierre de la experiencia, el facilitador solicitará a los participantes que den comentarios finales sobre lo trabajado, y a su vez se indicará que finalicen con una palabra que resuma para ellos lo explorado en la sesión. Consecuentemente se darán palabras de agradecimiento a todos los participantes por su colaboración en sesión.</p>	20 min	

<b>Sesión 8</b>			
<b>Objetivo</b>	<b>Metodología</b>	<b>Tiempo</b>	<b>Materiales</b>
Favorecer la expresión e integración las emociones y sentimientos	<p align="center"><b>Introducción</b></p> <p>El facilitador se presentará con el grupo, así mismo, compartirá el objetivo del taller, brindará un preámbulo del trabajo a realizar y se recordarán las consignas anteriormente explicadas:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– Vivir en el tiempo presente.</li> <li>– Privilegiar el sentir sobre el pensar.</li> <li>– comunicarse en primera persona.</li> <li>– Describir sin juicios la experiencia.</li> <li>– No juzgar las opiniones.</li> <li>– Abrirse a experimentar y dejar la valoración para el final del taller.</li> </ul> <p>Como caldeoamiento se indicará que caminen por su ambiente, acompañados de una melodía y que vayan explorando que sensaciones aparecen, que pensamientos llegan y que les provoca hacer a nivel emocional, cognitivo y conductual, luego se indicará que se detengan y se ubiquen en un espacio que les genere comodidad.</p>	30 min	<p><b>Para trabajo en físico</b></p> <p>melodías e instrumentales</p> <p>Parlante o sonido</p>
	<p align="center"><b>Desarrollo de la exploración</b></p> <p>El facilitador invitará a los participantes a hacer contacto con la emoción o sensación que apareció en el ejercicio de caldeoamiento, posteriormente se dará la consigna que piensen en lo opuesto a la emoción o sensación que apareció en el ejercicio anterior, por ejemplo: si apareció sensibilidad, se puede considerar como opuesto a la rigidez. Al identificar el opuesto de la sensación o emoción, se invitará a los participantes a realizar un personaje (como una estatua) de la primera emoción, se permitirá que sienta como es encontrarse en ese estado, luego se invitará a crear el personaje opuesto, al igual que el anterior, tendrá unos minutos para poder sentir este nuevo personaje. Posteriormente se le invitará ir moviéndose y cambiando a modo pausado de un personaje a otro, hasta que vaya encontrando un punto intermedio y darle una nueva posición a un nuevo personaje.</p>	50 min	<p><b>Para trabajo virtual</b></p> <p>Laptop</p> <p>Melodías e instrumentales</p> <p>Aplicativo Zoom</p>

<p style="text-align: center;"><b>Integración de las vivencias</b></p> <p>Para la integración de vivencias se realizarán algunas preguntas a los participantes y a su vez se hará la devolución correspondiente por parte del facilitador:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- ¿Qué rescato de la experiencia?</li> <li>- ¿En qué momento me es útil la emoción que sentí y lo opuesto?</li> <li>- ¿Qué puedo hacer ahora?</li> </ul>	20 min
<p style="text-align: center;"><b>Cierre de la experiencia</b></p> <p>Para el cierre de la experiencia, el facilitador solicitará a los participantes que den comentarios finales sobre lo trabajado, y a su vez se indicará que finalicen con una palabra que resuma para ellos lo explorado en la sesión. Consecuentemente se darán palabras de agradecimiento a todos los participantes por su colaboración en sesión.</p>	20 min

<b>Sesión 9</b>			
<b>Objetivo</b>	<b>Metodología</b>	<b>Tiempo</b>	<b>Materiales</b>
Expresar procesos que generen malestar o preocupación en los estudiantes	<p align="center"><b>Introducción</b></p> <p>El facilitador se presentará con el grupo, así mismo, compartirá el objetivo del taller, brindará un preámbulo del trabajo a realizar y se recordarán las consignas anteriormente explicadas:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– Vivir en el tiempo presente.</li> <li>– Privilegiar el sentir sobre el pensar.</li> <li>– comunicarse en primera persona.</li> <li>– Describir sin juicios la experiencia.</li> <li>– No juzgar las opiniones.</li> <li>– Abrirse a experimentar y dejar la valoración para el final del taller.</li> </ul> <p>Como caldeamiento se invitará a los participantes a relajarse en un espacio e ir tomando conciencia de algún evento pasado que al momento presente les siga incomodando, puede ser alguna situación de conflicto, algún momento de querer expresar y no se logró hacer u otro.</p>	30 min	<p><b>Para trabajo en físico</b></p> <p>melodías e instrumentales</p> <p>Papeles de colores</p> <p>Papel bond</p> <p>Lápices de color o plumones finos de color</p> <p>Parlante o sonido</p>
	<p align="center"><b>Desarrollo de la exploración</b></p> <p>El facilitador comenzará indicando que al haber tomado conciencia apunten ese momento en alguna hoja de papel, posteriormente se invitará a los participantes a cerrar los ojos e ir haciendo contacto con ese momento, darse espacio de sentir ese momento, explorar como se encuentran, que visualizan a su alrededor, centrarse en ese momento, de este modo al sentirse preparados se les indicará que expresen verbalmente aquello que en su momento no pudieron, que quizá en ese momento por alguna razón decidieron no hacerlo, se les motivará a expresar si hay algún malestar, duda, asunto pendiente, etc. Al concluir con el ejercicio se invitará a los participantes a formar parejas y comentar la experiencia, compartir lo que surgió, si se sintieron cómodos al expresar o si por el contrario decidieron no hacerlo. Finalmente se comentará luego en la integración de las vivencias.</p>	50 min	<p><b>Para trabajo virtual</b></p> <p>Laptop</p> <p>Presentaciones en Power Point</p> <p>Melodías e instrumentales</p> <p>Aplicativo Zoom</p>

<p style="text-align: center;"><b>Integración de las vivencias</b></p> <p>Para la integración de vivencias se realizarán algunas preguntas a los participantes y a su vez se hará la devolución correspondiente por parte del facilitador:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- ¿Cómo me sentí después de expresar lo que sentía?</li> <li>- ¿Qué quiero hacer ahora con lo que encontré?</li> <li>- ¿Qué aprendí de esta experiencia y qué me falta aprender?</li> <li>- ¿En qué momento me es útil expresarme?</li> </ul>	20 min
<p style="text-align: center;"><b>Cierre de la experiencia</b></p> <p>Para el cierre de la experiencia, el facilitador solicitará a los participantes que den comentarios finales sobre lo trabajado, y a su vez se indicará que finalicen con una palabra que resuma para ellos lo explorado en la sesión. Consecuentemente se darán palabras de agradecimiento a todos los participantes por su colaboración en sesión.</p>	20 min



<b>Sesión 10</b>			
<b>Objetivo</b>	<b>Metodología</b>	<b>Tiempo</b>	<b>Materiales</b>
Integrar aspectos rechazados de los estudiantes	<p align="center"><b>Introducción</b></p> <p>El facilitador se presentará con el grupo, así mismo, compartirá el objetivo del taller, brindará un preámbulo del trabajo a realizar y se recordarán las consignas anteriormente explicadas:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– Vivir en el tiempo presente.</li> <li>– Privilegiar el sentir sobre el pensar.</li> <li>– comunicarse en primera persona.</li> <li>– Describir sin juicios la experiencia.</li> <li>– No juzgar las opiniones.</li> <li>– Abrirse a experimentar y dejar la valoración para el final del taller.</li> </ul> <p>Como caldeamiento se pondrá una melodía para que los participantes puedan hacer contacto consigo mismos, posteriormente se realizará un círculo, se les indicará que observen a sus compañeros, que vean como están y que sensación les produce el ir viéndolos unos a uno, hacen contacto visual y de ese modo cada uno de los participantes va pasando frente a sus compañeros.</p>	30 min	<p><b>Para trabajo en físico</b></p> <p>melodías e instrumentales</p> <p>Papeles de colores</p> <p>Papel bond</p> <p>Lápices de color o plumones finos de color</p> <p>Parlante o sonido</p>
	<p align="center"><b>Desarrollo de la exploración</b></p> <p>El facilitador invitará a los participantes a colocar en una hoja de papel bond sobre lo que han sentido desde que inició el programa, como se encuentran ahora, que han encontrado de diferente, que aspectos nuevos han ido conociendo de ellos mismos y del grupo, que encuentran que les puede ser útil y que aspectos de su personalidad rechazaban. Posteriormente se invitará a compartirlo en pequeños grupos de 3 integrantes, se les dará un tiempo para poder compartir la experiencia, posteriormente se cambiarán a los integrantes a un nuevo grupo de tres para comentarlas experiencias del trabajo, finalmente se realizará un círculo gigante en medio del auditorio para compartir las últimas experiencias.</p>	50 min	<p><b>Para trabajo virtual</b></p> <p>Laptop</p> <p>Melodías e instrumentales</p> <p>Aplicativo Zoom</p>

<p style="text-align: center;"><b>Integración de las vivencias</b></p> <p>Para la integración de vivencias se realizarán algunas preguntas a los participantes y a su vez se hará la devolución correspondiente por parte del facilitador:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– ¿Qué rescato de toda la experiencia?</li> <li>– ¿Cómo fue mi desarrollo durante el programa establecido?</li> <li>– ¿Qué puedo ver ahora que antes no me permitía ver?</li> <li>– ¿Qué me permití descubrir y que me falta por aprender?</li> <li>– ¿De qué me sirve lo aprendido?</li> <li>– ¿Qué puedo hacer ahora con lo aprendido?</li> </ul>	20 min
<p style="text-align: center;"><b>Cierre de la experiencia</b></p> <p>Para el cierre de la experiencia, el facilitador solicitará a los participantes que den comentarios finales sobre lo trabajado, y a su vez se indicará que finalicen con una palabra que resuma para ellos lo explorado en la sesión. Consecuentemente se darán palabras de agradecimiento a todos los participantes por su colaboración en sesión.</p>	20 min

### C. Técnicas del programa de psicoterapia Gestalt para la inteligencia emocional

Castañeda (2012) Indica que para iniciar la fase de cambio es necesario tener en cuenta algunas fases para el trabajo.

- Darle espacio a la resistencia para experimentarla en el momento en la que emerge, vivenciarla para explicar lo que significa, lo que es.
- Compartir con el consultante el papel que juega la resistencia en el contacto con su vida.
- Dirigir la atención del consultante hacia su resistencia para así explorarla.
- Trabajar con los consultantes para que logren reconocer las resistencias que surjan dentro y fuera de la sesión terapéutica.
- Desarrollar estrategias y brindar herramientas para manejar las resistencias.
- Integrar la resistencia en el consultante siempre y cuando note el lado funcional de las mismas.

A su vez, en la terapia Gestalt se trabaja con tres clases de técnicas (Vásquez, 2018).

**Técnicas Supresivas:** Con estas técnicas se pretende suprimir las tentativas evasivas que muestre el consultante durante el proceso terapéutico. En este sentido, el objetivo de estas técnicas es experimentar aquello de lo que se huye a fin de facilitar la toma de consciencia. Dentro del conjunto de estas técnicas se encuentran:

- Evitar escapar de los sentimientos de vacío, por el contrario vivíroslos e integrarlos para transformar el “vacío estéril en vacío fértil”.

- Dejar de “hablar acerca de”, es mejor vivenciar y explorar en lugar de solo hablar de lo que sucede.
- Identificar los “deberías” y conocer que se oculta detrás de cada mandato.
- Identificar las maneras en cómo se está manipulando y haciéndose un juego de roles “como si”, para ello es importante tomar la experiencia a modo de percatarse del mensaje que este juego trae a nuestra vida.

**Técnicas Expresivas:** Con estas técnicas se pretende que el consultante haga externo aquello que encuentra en su interior. En este sentido, el objetivo de estas técnicas es:

**Expresar lo no expresado:**

- Para ello se exagera la expresión, brindándole al consultante un espacio libre para que pueda confrontarse consigo mismo y posteriormente se haga responsable de lo que aparezca. Se puede trabajar con sugerencias, trabajo de imaginación, situaciones inconclusas, etc.
- Se facilita el que el consultante exprese aquello que va sintiendo en el momento presente.
- En caso de intervenciones grupales es ideal hacer una ronda para que el consultante o participante exprese con cada asistente del grupo lo que experimenta y siente.

**Terminar o completar la expresión:**

- Una de las técnicas más conocidas para este apartado es la “silla vacía” la cual consiste en colocar en una silla a la persona (que puede estar viva o muerta), objeto o al sí mismo para trabajar algún asunto pendiente que esté generando dificultades en el momento actual. A su vez se trabajan

también inducciones imaginarias para llevar al consultante a la situación en conflicto y desde ahí poder reconstruir su situación presente. La intención de esta práctica es facilitar el vivir genuino y nutrir a la persona que por alguna situación desconocida no logró hacer contacto con lo que apareció en el momento, por eso es importante traer esos momentos a la actualidad para ser resueltos.

**Buscar la dirección y hacer la expresión directa:**

- Repetición: El objetivo de esta técnica es conseguir que el consultante tome consciencia de lo que le sucede, para ello el terapeuta atentamente captará alguna frase, palabra o movimiento e invitará al consultante a ser repetida hasta descubrir el significado de la misma.
- Exageración y desarrollo: Esta técnica va más allá de la repetición, ya que se trata de colocar mayor énfasis en lo que se dice o hace, el objetivo es exagerar gradualmente algún movimiento o palabra hasta conseguir el significado y posteriormente percatarse de éste.
- Traducción: Esta técnica invita al consultante a observar alguna conducta o movimiento corporal para luego colocarle palabras a dicho movimiento.
- Actuación e identificación: A diferencia de la técnica de traducción, acá se busca que el consultante dramatice su sentir, sus emociones, pensamientos y fantasías, de este modo se apertura un mayor contacto y con ello se facilita el darse cuenta.

**Técnicas Integrativas:** El objetivo de estas técnicas es conseguir que el consultante reintegre a su personalidad aquellas partes aparentemente pérdidas, rechazadas o negadas.

- El encuentro intrapersonal: Esta técnica consiste en establecer un dialogo con aquellas partes con las que sentimos que hay alguna desintegración o rechazo, por ejemplo: un yo activo con un yo pasivo, un aspecto abierto al dialogo con un aspecto tímido encerrado en sí mismo. La dinámica consiste en ocupar ambos roles hasta ir integrando aquellos aspectos que nos sean de utilidad para nuestro desenvolver diario.
- Recuperación de proyecciones: El objetivo de esta técnica es que el consultante reconozca qué está colocando en otras personas, para ello se invita a experimentar aquello que percibe o dice él del otro como si fuera un aspecto suyo, esto a modo de identificar si lo que encuentra le pertenece y así pueda integrarlo a sí mismo.

#### IV. Etapa IV: Instrumentación

En esta fase se requirió del trabajo responsable del encargado, así como de los agentes que intervinieron facilitando el proceso de desarrollo de la propuesta del programa Gestalt para la inteligencia emocional.

Nº	Responsable	Actividad	Producto	Plazo a ejecutar
1	Investigador	Coordinación con el director de la institución	Permiso para la evaluación	Octubre
2	Director de la institución e Investigador	Coordinación con los docentes tutores de secundaria	Información de horarios de tutoría	Octubre
3	Investigador	Solicitudes y de consentimiento informado	Permiso de los padres para la participación del estudio	Octubre
4	Investigador	Aplicación del test de inteligencia emocional para adolescentes	Diagnóstico del estado actual de inteligencia emocional	Noviembre
5	Investigador	Aplicación del test de inteligencia emocional a los padres y/o apoderados	Diagnóstico de la percepción de los padres	Noviembre
6	Investigador	Elaboración del programa de psicoterapia Gestalt para la inteligencia emocional	10 sesiones para la inteligencia emocional basadas en la dinámica del proceso de la psicoterapia Gestalt	Noviembre
7	Juicio de expertos	Validación del programa de psicoterapia Gestalt para la inteligencia emocional	Aprobación para la aplicación y ejecución del programa	Diciembre
8	Investigador	Ejemplificación parcial de la primera sesión del programa de psicoterapia Gestalt para la inteligencia emocional	Primera sesión ejecutada	Diciembre

## **V. Etapa V: Criterios de evaluación**

Para los criterios de evaluación del programa de psicoterapia Gestalt para la inteligencia emocional en los adolescentes de la institución educativa privada se ha tomado en consideración solicitar en principio los permisos correspondientes tanto al director de la institución como a los docentes tutores, padres de familia y estudiantes de primero a quinto grado de educación secundaria.

Así mismo, los criterios de evaluación se han realizado en base a 3 etapas las cuales se detallan a continuación:

**Primera etapa:** Para esta primera etapa se ha considerado evaluar el estado actual de los participantes mediante la aplicación del inventario para la inteligencia emocional BarOn Ice: NA en su adaptación peruana versión completa, el objetivo de esta primera etapa es diagnosticar el estado actual de inteligencia emocional de los participantes, a su vez, se realizó la aplicación del inventario para los apoderados de los menores que demostraron tener bajos niveles en las dimensiones establecidas por el inventario.

**Segunda etapa:** En esta segunda etapa las evaluaciones se han dado en cada sesión en el apartado denominado “integración de las vivencias”, el facilitador ha realizado preguntas abiertas a modo de dar seguimiento a los estudiantes en su participación, atención e integración de nuevos aprendizajes, finalmente el facilitador brindó un cierre aclarando dudas u ofreciendo pautas de mejora para los adolescentes por cada sesión.

**Tercera etapa:** Para esta tercera etapa se hará una evaluación general en la sesión número 10, para ello se conforman equipos de trabajo, se darán pautas para comentar



lo explorado hasta el momento y los aprendizajes obtenidos desde el inicio de la primera sesión hasta el final del programa, se exploran las dificultades y avances alcanzados, de qué se ha dado cuenta durante el programa, qué siente al finalizar, y que aprendizaje se lleva que sea enriquecedor a su desarrollo integral, finalmente en plenario se hace la evaluación correspondiente, misma que considera una devolución de lo alcanzado tanto por el facilitador como por los participantes.

### **3.4. Valoración y corroboración de resultados**

En el presente acápite se describe la validación del Programa de psicoterapia Gestalt para la inteligencia emocional de los estudiantes adolescentes del colegio Horacio Zevallos – Chiclayo. Así mismo se muestran evidencias (fotografías) de la ejemplificación de la aplicación del programa.

#### **3.4.1. Validación de los resultados**

Se seleccionaron 3 expertos teniendo en cuenta la experiencia profesional en aplicación de programas de inteligencia emocional o variables afines abordadas con adolescentes, además del grado académico de magister o doctor.

A su vez, se han considerado 8 criterios:

- Novedad científica del programa de psicoterapia Gestalt para la inteligencia emocional de los estudiantes adolescentes del colegio Horacio Zevallos.
- Pertinencia de los fundamentos teóricos del programa de psicoterapia Gestalt para la inteligencia emocional de los estudiantes adolescentes del colegio Horacio Zevallos.
- Nivel de argumentación de las relaciones fundamentales aportadas en el desarrollo del programa de psicoterapia Gestalt para la inteligencia emocional de los estudiantes adolescentes del colegio Horacio Zevallos.

- Nivel de correspondencia entre las teorías estudiadas y el programa de psicoterapia Gestalt para la inteligencia emocional de los estudiantes adolescentes del colegio Horacio Zevallos.
- Claridad en la finalidad de cada una de las acciones del programa de psicoterapia Gestalt para la inteligencia emocional de los estudiantes adolescentes del colegio Horacio Zevallos.
- Posibilidades de aplicación del programa de psicoterapia Gestalt para la inteligencia emocional de los estudiantes adolescentes del colegio Horacio Zevallos.
- Concepción general del programa de psicoterapia Gestalt para la inteligencia emocional de los estudiantes adolescentes del colegio Horacio Zevallos según sus acciones desde la perspectiva de los actores del proceso en el contexto.
- Significación práctica del programa de psicoterapia Gestalt para la inteligencia emocional de los estudiantes adolescentes del colegio Horacio Zevallos.

Con 5 alternativas de respuesta por cada criterio:

- Muy adecuado
- Adecuado
- Regular
- Malo
- Muy malo

**Tabla 15.**

*Calificación del programa de psicoterapia Gestalt para la inteligencia emocional de los estudiantes adolescentes del colegio Horacio Zevallos por parte de criterio de experto.*

Calificación del programa por parte de los expertos			
Criterio	Experto 1	Experto 2	Experto 3
1	5	4	5
2	5	5	5
3	5	5	5
4	5	5	5
5	5	5	5
6	5	4	5
7	5	5	4
8	5	5	5
Puntaje total	40	38	39

Referente a la novedad científica del programa de psicoterapia Gestalt para la inteligencia emocional de los estudiantes adolescentes del colegio Horacio Zevallos los 3 expertos han indicado que es muy adecuado.

En cuanto a la pertinencia de los fundamentos teóricos dos de los expertos han indicado que es muy adecuado y un experto ha manifestado que es adecuado.

En el nivel de argumentación de las relaciones fundamentales aportadas en el desarrollo del programa de psicoterapia Gestalt para la inteligencia emocional de los estudiantes adolescentes del colegio Horacio Zevallos los tres expertos han manifestado que es muy adecuado.

En el nivel de correspondencia entre las teorías estudiadas y el programa de psicoterapia Gestalt para la inteligencia emocional de los estudiantes adolescentes del colegio Horacio Zevallos los 3 expertos han indicado que es muy adecuado.

En cuanto a la claridad en la finalidad de cada una de las acciones del programa de psicoterapia Gestalt para la inteligencia emocional de los estudiantes adolescentes del colegio Horacio Zevallos los 3 expertos han manifestado que es muy adecuado.

En las posibilidades de aplicación del programa de psicoterapia Gestalt para la inteligencia emocional de los estudiantes adolescentes del colegio Horacio Zevallos 2 expertos han indicado que es muy adecuado y un experto manifestó que era adecuado.

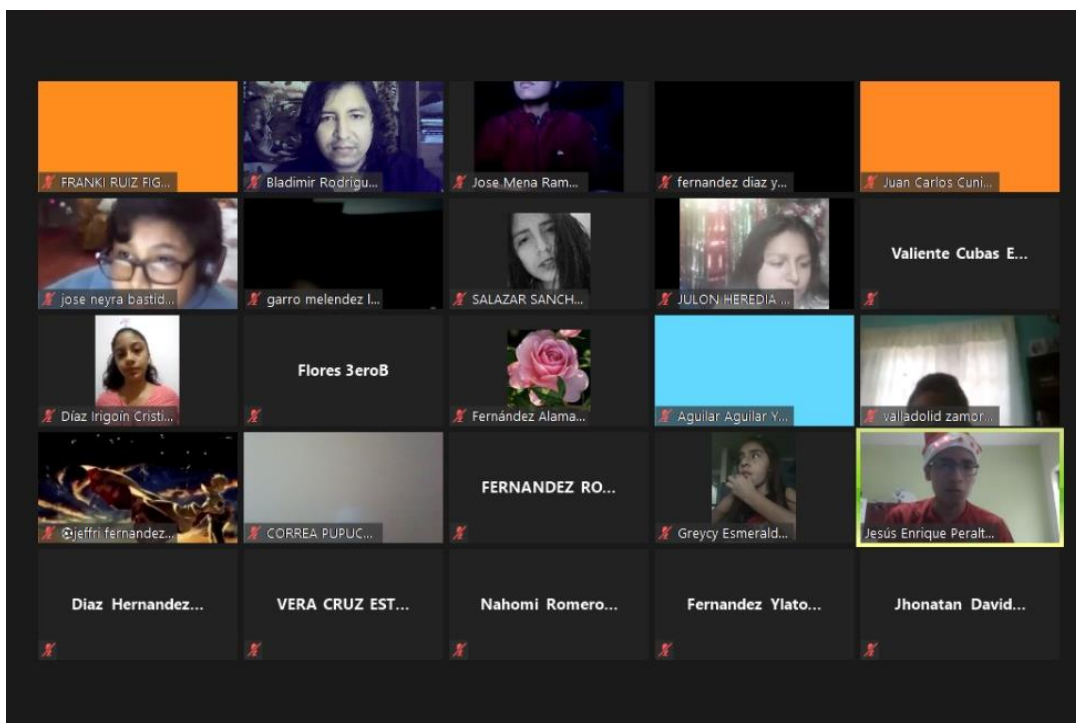
En concepción general del programa de psicoterapia Gestalt para la inteligencia emocional de los estudiantes adolescentes del colegio Horacio Zevallos según sus acciones desde la perspectiva de los actores del proceso en el contexto dos expertos han indicado que es muy adecuado y un experto manifestó que era adecuado.

Finalmente en significación práctica del programa de psicoterapia Gestalt para la inteligencia emocional de los estudiantes adolescentes del colegio Horacio Zevallos los 3 expertos han manifestado que es muy adecuado.

### 3.4.2. Ejemplificación de la aplicación del programa de psicoterapia Gestalt para la inteligencia emocional

Ejemplificación de la sesión N°1 del programa de psicoterapia Gestalt para la inteligencia emocional en adolescentes de la institución educativa privada Horacio Zevallos – Chiclayo.

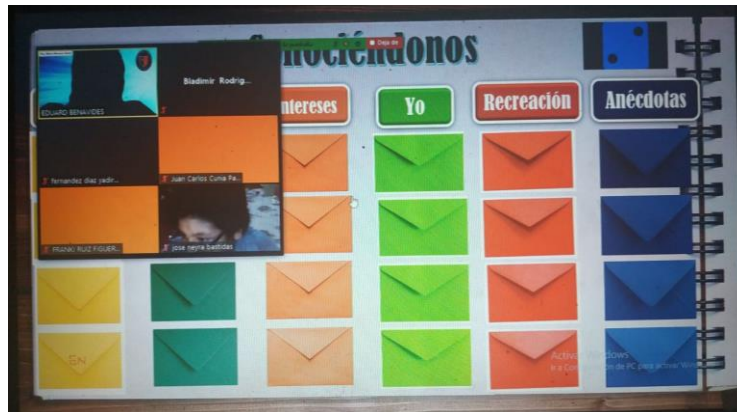
*Figura 1: Etapa inicial de la primera sesión:*



*Fuente: captura de pantalla desde la plataforma zoom*

En la figura 1 se puede observar al facilitador y al conjunto de estudiantes, a su vez en esta primera parte el facilitador se presentó ante el grupo de estudiantes, se compartió el objetivo establecido para la sesión y se establecieron las normas de trabajo así como las consignas a considerar durante el desarrollo del taller.

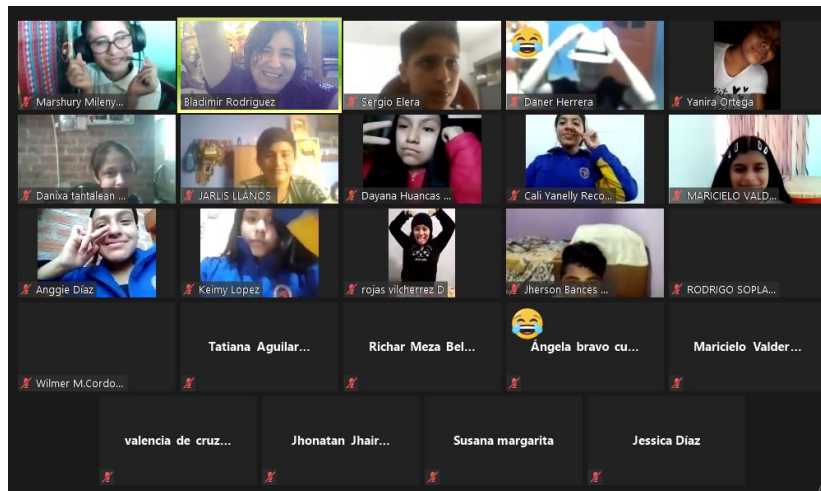
**Figura 2: Etapa de desarrollo de la primera sesión:**



*Fuente: captura de pantalla desde la plataforma zoom*

En la figura 2 se puede observar el desarrollo de la dinámica denominada “Conociéndonos”, misma en la que los estudiantes participaron activamente respondiendo las preguntas que contenían los sobres según las categorías (Familia, Relaciones, Intereses, Yo, Recreación y Anécdotas).

**Figura 3: Etapa final de la primera sesión:**



*Fuente: captura de pantalla desde la plataforma zoom*

En la figura 3 se puede observar la etapa de cierre, se resolvieron dudas por parte de los estudiantes, así mismo, se brindaron los agradecimientos correspondientes por la participación a este primer taller en modalidad virtual.

### 3.4.3. Corroboración estadística de las transformaciones logradas

Se desarrolló la primera sesión del programa de psicoterapia Gestalt para la inteligencia emocional en adolescentes de la institución educativa privada Horacio Zevallos – Chiclayo, cuyo objetivo ha sido establecer un ambiente de confianza entre los estudiantes:

**Tabla 16.**

*Resultados de inicio y final de la primera sesión aplicada.*

Categoría	Porcentaje	
	Inicio	Final
Integración significativa	0%	50%
Integración moderada	45%	40%
Integración leve	30%	10%
Baja integración	25%	0%
Total	100%	100%

*Fuente: Elaboración propia*

En la tabla 16 se puede apreciar que al iniciar la sesión hay un 45% de estudiantes que participaron integrándose moderadamente en su grupo de pares, un 30% participaban levemente cuya integración se veía leve para con la relación entre estudiantes, finalmente el 25% de participantes mostraba una baja integración evitando participaciones, durante el desarrollo de la sesión se alcanzó mayor integración entre los participantes, misma que generó confianza y con ello mayor desenvolvimiento para el final de la sesión, consiguiéndose así que el 50% de los participantes participaban activamente logrando una integración significativa, el 40% consiguió una integración moderada y finalmente el 10% de participantes se encuentra en la categoría integración leve.

#### IV. CONCLUSIONES

Se desarrolló un programa basado en la dinámica del proceso de la psicoterapia Gestalt, mismo que se encuadra dentro de la psicología humanista, toma una propuesta fenomenológica, holística e integradora, asimismo, este modelo terapéutico le da mayor énfasis al proceso más que en el contenido.

Se determinó la tendencia histórica de la psicoterapia Gestalt, misma que se concibe en el año 1942 con Fritz Perls, logrando tener reconocimiento social gracias al florecimiento de su práctica existencial, de este modo se expande a Latinoamérica en 1970, manteniendo vigencia hasta la actualidad.

En cuanto al diagnóstico del estado actual de los estudiantes adolescentes del colegio Horacio Zevallos – Chiclayo, se puede ver que:

- En la dimensión Intrapersonal se puede apreciar que un conjunto de los participantes presentan deficiencias para comprender sus propias emociones y a su vez para expresarlas.
- En la dimensión interpersonal se puede apreciar que un conjunto de los participantes evaluados presentan dificultades en la escucha y comprensión de sentimientos de sus compañeros, misma que genera un déficit en sus relaciones interpersonales.
- En la dimensión manejo de estrés se puede apreciar que un conjunto de estudiantes necesitan mejorar sus impulsos, ya que tienden a responder de manera errática frente a eventos adversos o trabajos que demanden de algún límite de tiempo.



- En la dimensión adaptabilidad se puede apreciar que un conjunto de los estudiantes presentan dificultades para afrontar problemas cotidianos, ya que demuestran tener una visión negativa de los sucesos cotidianos.
- En la dimensión de estados de ánimo, se puede apreciar que un conjunto de los participantes presentan un déficit para manejar sus estados de ánimo, demuestran tener una percepción carente de optimismo y falta de apreciación positiva.
- En la dimensión impresión positiva se puede apreciar que un conjunto de los estudiantes evaluados demuestran tener un bajo autoconocimiento, ya que manifiestan pensamientos con una baja apreciación de sí mismos.

Para la elaboración estratégica de la presente investigación se consideraron 10 sesiones de trabajo basadas en la psicoterapia Gestalt; 2 sesiones por cada dimensión estudiada y diagnosticada con el inventario de inteligencia emocional para adolescentes.

## V. RECOMENDACIONES

A los profesionales de la salud mental y la comunidad científica

- Continuar realizando investigaciones basadas en la dinámica del proceso de psicoterapia Gestalt a modo de conocer más sobre su modelo psicoterapéutico y su intervención grupal.

A la institución educativa

- Solicitar apoyo de un profesional experto para poder ejecutar de la mejor manera el programa propuesto y obtener resultados enriquecedores en los estudiantes adolescentes.
- Implementar un horario específico para que se ejecute el programa de psicoterapia Gestalt para la inteligencia emocional en adolescentes.
- Brindar asesoría a los docentes tutores y padres de familia sobre la inteligencia emocional y la importancia de ésta en el desarrollo adolescente.

A los profesores a cargo del área de tutoría

- Tomar como referencia el programa de psicoterapia Gestalt para la inteligencia emocional en adolescentes en sus sesiones de tutoría a modo de nutrir y enriquecer el estado emocional de sus estudiantes.

A los padres de familia

- Establecer un contacto más cálido y genuino con sus menores hijos, que este acompañado de apertura, respeto y comunicación familiar facilitando el desenvolvimiento personal de cada miembro que compone la familia.

- Incorporar espacios de recreación familiar, de compartir momentos para comentar experiencias y vivencias que se hayan suscitado durante la semana.

A los adolescentes

- Tomar un tiempo determinado para prácticas meditativas o de recreación a modo de facilitar el autoconocimiento y establecer nuevos vínculos en su grupo de pares.
- Darse la oportunidad de explorar el sentir y de comentar lo que sienten ya sea con su grupo de amigos o personas cercanas y de confianza.
- Tener espacios para el desarrollo de actividades recreativas e integrativas.

## VI. REFERENCIAS

- Añaños, E., Estaún, S., Tena, D., Mas, T., & Valli, A. (2008). *Psicología y comunicación publicitaria*. 1ª ed. España: Servei de publicacions.
- Aragón, R. (07 de Junio de 2019). *¿En qué consiste la terapia Gestalt?* Obtenido de La mente es maravillosa: <https://lamenteesmaravillosa.com/en-que-consiste-la-terapia-gestalt/>
- Bilbao, A. (2010). *Gestalt para la ansiedad*. México: Alfaomega.
- Calero, A., Barreyro, J., Formoso, J., & Injoke, I. (2018). Inteligencia emocional y necesidad de pertenencia al grupo de pares durante la adolescencia. *Revista Subjetividad y Procesos Cognitivos* 22(2). Recuperado de: <http://www.scielo.org.ar/pdf/spc/v22n2/v22n2a03.pdf>
- Carabelli, E. (2013). *Entrenamiento en Gestalt*. Argentina: Editorial del nuevo extremo.
- Castañeda, M. (2012). *Manualito de la materia Gestalt III: Bases del enfoque gestáltico*: Universidad de la concordia
- Castro, N., Gómez, R., Lindo, W., & Vega, M. (2017). *Estilos de afrontamiento al estrés e inteligencia emocional en la mujer ejecutiva en Lima Metropolitana*. (Tesis de maestría). Pontificia Universidad Católica Del Perú, Perú. Recuperado de: <http://tesis.pucp.edu.pe/repositorio/handle/20.500.12404/8066>
- Cateriano, A., Córdova, E., & Laredo, Eduardo. (2018). *La influencia de la técnica del mindfulness en la atención de los estudiantes de la carrera de Administración de Empresas de la Universidad de Lima en el ciclo académico 2018-0*. (Tesis de

- Maestría). Universidad Tecnológica del Perú, Perú. Recuperado de:  
<http://repositorio.utp.edu.pe/handle/UTP/1693>
- Ccama, D. (24 de Octubre de 2017). Inteligencia Emocional en estudiantes de cuarto y quinto grado del nivel secundario de la Institución Educativa Privada La Salle y el colegio Adventista Americana de la ciudad de Juliaca - 2017. *Repositorio de tesis Universidad Peruana Unión*. Obtenido de  
<https://repositorio.upeu.edu.pe/handle/UPEU/1169>
- Cruzado, A., & Santa Cruz, A. (2017). *Efectos de un programa de arte terapia en la autoestima de un grupo de estudiantes víctimas de bullying de una institución educativa privada de Lambayeque*. (Tesis de Licenciatura). Universidad Señor de Sipán, Perú. Recuperado de:  
<http://repositorio.uss.edu.pe/bitstream/handle/uss/4454/Cruzado%20Cruzado%20-%20Santa%20Cruz%20Albujar.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Fernández, H. (2017). Psicoterapia en un mundo emergente. El paisaje de américa latina. *Revista Argentina de clínica psicológica*, 25(3). 255 – 260. Recuperado de:  
<https://www.redalyc.org/pdf/2819/281953368002.pdf>
- Granados, I. (2019). *Las emociones y los logros de aprendizaje en el área de comunicación en la Institución Educativa Nuestro Maravilloso Mundo de Ancón – 2018*. (Tesis de Maestría). Universidad César Vallejo, Perú. Recuperado de:  
[http://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/28546/Granados\\_AIJ.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/28546/Granados_AIJ.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
- Guerri, M. (28 de Julio de 2020). *La Terapia Gestalt: mente, cuerpo y alma*. Obtenido de Psicoactiva Mujer hoy: <https://www.psicoactiva.com/blog/la-terapia-gestalt/>

Hernández, R., Fernández, C. & Baptista, P. (2014). Metodología de la Investigación. México: Mc Graw Hill.

Lizarraga , T. (17 de Junio de 2011). *Zonas de conciencia o de darse cuenta*. Obtenido de IZKALI Terapia Gestalt: <http://izkali.blogspot.com/2011/06/zonas-de-conciencia-o-de-darse-cuenta.html#:~:text=En%20Gestalt%20las%20zonas%20de,mi%20cuerpo%20aqu%C3%AD%20y%20ahora>.

Mamani, O., Brousett, M., Ccori, D., & Villasante., K. (2108). La inteligencia emocional como factor protector en adolescentes con ideación suicida. *Duazary*, 15 (1): 39 - 50. Doi: <http://dx.doi.org/10.21676/2389783X.2142>

Mereau, A. (2009). Ejercicios y técnicas creativas en gestaltterapia. 4ta edición. Argentina: Editorial Sirio.

Mercader, A. (2020). Problemas en el adolescente, mindfulness y rendimiento escolar en estudiantes de secundaria. Estudio preliminar. *Revista de psicología educativa*, 8(1). doi:<http://dx.doi.org/10.20511/pyr2020.v8n1.372>

Miranda, M. (2017). *Inteligencia Emocional Según Género En Adolescentes De 13 A 16 Años De Una Institución Educativa De La Ciudad De Cajamarca – 2017*. (Tesis de Licenciatura). Universidad Privada del Norte, Perú. Recuperado de: <https://repositorio.upn.edu.pe/bitstream/handle/11537/10755/Miranda%20Viteri%20C%20Milagros%20del%20Pilar.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Naranjo, C. (1990). La vieja y novísima Gestalt: actitud y práctica de un experiencialismo ateu. Santiago de Chile. Editorial cuatro vientos.

- Oquelis, J. (2016). Diagnóstico de inteligencia emocional en estudiantes de educación secundaria. Tesis de Maestría en Educación con Mención en Psicopedagogía. Universidad de Piura. Facultad de Ciencias de la Educación. Piura, Perú.
- Peñarrubia, P. (2008). Terapia Gestalt la vía del vacío fértil. España: Alianza editorial.
- Perls, F. (1975). Yo hambre y agresión. México: Fondos de cultura económica
- Perls, F., Hefferline, R., Goodman, P. (1951). Gestalt therapy: Excitement and Growth in the human personality. Goulsboro, USA: The Gestalt Journal Press, Inc.
- Picó, D. (2014). Una introducción a la terapia Gestalt. España: Terapiados Recuperado de: <https://gestaltnet.net/sites/default/files/articulos/apuntesgestaltterapiados-20.pdf>
- Remigio, R. (2018). *La inteligencia emocional y la autoestima en estudiantes de V ciclo del nivel primaria en la I.E Carlos Martínez Uribe Huaral – 2017*. Tesis para optar el grado académico de: Maestra en Psicología Educativa, Perú. Obtenido de [https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/16427/Remigio\\_VRY.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/16427/Remigio_VRY.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
- Richaud, M. (2007). La ética en la investigación psicológica. Enfoques XIX, 1(2): 5-18.
- Ruvalcaba, N., Gallegos, J., Orozco, M., & Bravo, H. (2019). Validez predictiva de las competencias socioemocionales sobre la resiliencia en adolescentes mexicanos. *Diversitas: Perspectivas en Psicología*, 15(1), 89-101. DOI: <https://doi.org/10.15332/s1794-9998.2019.0015.07>

- Sarrionandia, A., & Garaigordobil, M. (2017). Efectos de un programa de inteligencia emocional en factores socioemocionales y síntomas psicósomáticos. *Revista Latinoamericana de Psicología* 49(2), 110–118. <http://dx.doi.org/10.1016/j-rlp.2015.12.001>
- Salama, H. (2008). Gestalt de persona a persona. 4ta edición. México: Alfaomega
- Salazar, R., & Puc, F. (2019). Promoción a la salud mental y la prevención del comportamiento suicida en jóvenes a través de la psicoterapia gestalt. *Revista Electrónica de Psicología Iztacala*. 22(1), 319-337. Recuperado de: <https://www.medigraphic.com/pdfs/epsicologia/epi-2019/epi191r.pdf>
- Solórzano, P. (2019). Inteligencia emocional y bienestar psicológico en adolescentes limeños. *CASUS. Revista De Investigación Y Casos En Salud*, 4(1). <https://doi.org/10.35626/casus.1.2019.160>
- Usán, P., & Salavera, C. (2018). Motivación escolar, inteligencia emocional y rendimiento académico en estudiantes de educación secundaria obligatoria. *Actualidades en Psicología*, 32(125), 95-112. DOI: <https://doi.org/10.15517/ap.v32i125.32123>
- Vásquez, C. (13 de marzo de 2018). *Técnicas de psicoterapia Gestalt*. Obtenido de Psicología-Online: [https://www.psicologia-online.com/tecnicas-de-psicoterapia-gestalt-2280.html#anchor\\_2](https://www.psicologia-online.com/tecnicas-de-psicoterapia-gestalt-2280.html#anchor_2)
- Vásquez, C. (24 de agosto de 2018). *Psicoterapia Gestalt: conceptos, principios y técnicas*. Obtenido de Psicología Online: <https://www.psicologia-online.com/psicoterapia-gestalt-conceptos-principios-y-tecnicas-2278.html>



Vera, A., Piña, D., Alejandre, M., & Segura, Á. (2016). *Psicología y Educación: presente y futuro*. México: Ediciones: ACIPE- Asociación Científica de Psicología y Educación.

## V. ANEXOS

### Anexo 01: Matriz de consistencia

MANIFESTACIONES DEL PROBLEMA	<p>La inteligencia emocional hace referencia al conjunto de capacidades y habilidades psicológicas que facilitan la gestión de emociones para conseguir resultados positivos en cuanto a las relaciones interpersonales, implicando los sentimientos y el entendimiento de emociones, así como el adecuado manejo y expresión de los mismos. No obstante, en la institución educativa privada Horacio Zevallos, se ha logrado percibir algunas deficiencias en cuanto al manejo emocional en los estudiantes de educación secundaria, tales deficiencias se evidencian:</p> <p>A nivel familiar:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>✓ Antecedentes de conflicto y violencia familiar</li><li>✓ Familias no potenciadoras del desarrollo infantil y adolescente</li><li>✓ Represión de sentimientos y emociones</li><li>✓ Desconfianza con sus figuras parentales</li></ul> <p>A nivel educativo:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>✓ Estrés académico</li><li>✓ Insatisfacción académica</li><li>✓ Bullying e inadecuadas relaciones interpersonales</li><li>✓ Deserción escolar</li></ul> <p>A nivel personal:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>✓ Conductas autolesivas o atracones</li><li>✓ Bajo control de impulsos</li><li>✓ Inadecuada autoconciencia emocional.</li><li>✓ Dificultades en la estima y valía personal.</li><li>✓ Desregulación emocional</li><li>✓ sentimientos de vacío existencial</li><li>✓ Ansiedad y preocupación excesiva</li><li>✓ Contracciones musculares</li></ul>
PROBLEMA	Insuficiencias en el proceso de psicoterapia Gestalt, limita la inteligencia emocional
POSIBLES CAUSAS DEL PROBLEMA	✓ Insuficiente orientación didáctica metodológica en el desarrollo del proceso adaptativo en maestros y padres de familia para potenciar la inteligencia emocional.

	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Falta de desarrollo personal e inteligencia emocional en los estudiantes adolescentes.</li> <li>✓ Limitación de investigaciones enfocadas en el desarrollo personal e inteligencia emocional en adolescentes basados en la psicoterapia Gestalt.</li> <li>✓ Insuficiente capacitación e inexistencia de orientación metodológica y práctica en la inteligencia emocional de los adolescentes por parte del docente y tutor de educación secundaria.</li> <li>✓ Carencia de un espacio de orientación en inteligencia emocional basada en la psicoterapia Gestalt para los estudiantes adolescentes.</li> </ul>
OBJETO ESTUDIO	Proceso de psicoterapia Gestalt
OBJETIVOS	<p>Objetivo general:</p> <p>Elaborar un programa de psicoterapia Gestalt para la inteligencia emocional de los estudiantes adolescentes del colegio Horacio Zevallos – Chiclayo.</p> <p>Objetivos específicos:</p> <p>Caracterizar epistemológicamente el proceso de psicoterapia Gestalt y su dinámica.</p> <p>Determinar las tendencias históricas del proceso de psicoterapia Gestalt y su dinámica.</p> <p>Diagnosticar el estado actual de la dinámica del proceso de psicoterapia Gestalt en los estudiantes adolescentes del colegio Horacio Zevallos – Chiclayo.</p> <p>Elaborar la estrategia basada en la psicoterapia Gestalt para la inteligencia emocional.</p> <p>Validar los resultados de la investigación mediante juicio de expertos.</p> <p>Ejemplificar parcialmente la aplicación estrategia de psicoterapia Gestalt en los estudiantes adolescentes del colegio Horacio Zevallos – Chiclayo.</p>
CAMPO DE ACCIÓN	Dinámica del Proceso de psicoterapia Gestalt

TÍTULO DE LA INVESTIGACIÓN	Programa de psicoterapia Gestalt para la inteligencia emocional de los estudiantes adolescentes del colegio Horacio Zevallos – Chiclayo.
HIPÓTESIS	Si se elabora el programa de psicoterapia Gestalt, que tenga en cuenta la relación entre la autorrealización y el sentido propio, entonces se contribuye al desarrollo de la inteligencia emocional en los adolescentes estudiantes del colegio Horacio Zevallos de la ciudad de Chiclayo.
VARIABLES	VI: Estrategia de psicoterapia Gestalt. VD: Inteligencia emocional

## Anexo 02: Operacionalización de las variables.

VARIABLE INDEPENDIENTE	DIMENSIONES	DESCRIPCIÓN
<p>Psicoterapia Gestalt</p> <p>Descrita como configuración o forma. La presencia básica de este concepto es que la naturaleza humana se organiza en forma de totalidades y esta es vivida por el individuo en base a esos aspectos que la componen</p>	<p>Introducción-Fundamentación.</p>	<p>La inteligencia emocional es definida como el conjunto de capacidades y habilidades psicológicas que facilitan la gestión de emociones para conseguir resultados positivos, bajo esta premisa, es importante la propuesta de un programa de psicoterapia Gestalt, ya que esta podría ayudar gestionar el campo emocional de los adolescentes para de este modo manifestar una buena inteligencia emocional, que sea sólida para el desarrollo personal, familiar, social y en un futuro laboral en los adolescentes.</p>
	<p>Diagnóstico</p>	<p>Se encontró que los adolescentes presentan deficiencias para comprender sus propias emociones, tienden a reprimir sus sentimientos y necesidades, mismas que influyen en la insatisfacción consigo mismos, necesitan mejorar sus impulsos sobre todo al encontrarse frente a trabajos bajo presión, existe baja flexibilidad de pensamiento, ya que toman los sucesos como eventos negativos y sin solución.</p>
	<p>Planteamiento del objetivo general</p>	<p>Desarrollar la inteligencia emocional de los estudiantes adolescentes de la institución educativa Horacio Zevallos, teniendo en cuenta el proceso de desarrollo de la psicoterapia Gestalt.</p>
	<p>Planeación estratégica</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Intrapersonal</li> <li>- Interpersonal</li> <li>- Manejo del estrés</li> <li>- Adaptabilidad</li> <li>- Estado de ánimo</li> </ul>
	<p>Instrumentación</p>	<p>Explicar cómo se aplicará, bajo qué condiciones, durante qué tiempo, responsables, participantes.</p>

VARIABLE DEPENDIENTE	DIMENSIONES	INDICADORES	TÉCNICAS E INSTRUMENTOS DE LA INVESTIGACIÓN	FUENTES DE VERIFICACIÓN (FUENTES DE INFORMACIÓN)
<p>Inteligencia emocional</p> <p>Capacidad de reconocer nuestros propios sentimientos y los de los demás, de motivarnos y de manejar adecuadamente las relaciones</p>	Intrapersonal	Comprensión emocional de sí mismo Asertividad Autoconcepto Autorrealización Independencia.	<p><b>Técnicas</b></p> <p>Encuesta: Entrevista</p> <p><b>Instrumento</b></p> <p>Inventario de inteligencia emocional de Baron (Baron I-CE)</p>	<p>Estudiantes de 1ro y 5to grado de educación secundaria de la I.E. Horacio Zevallos.</p> <p>Padres de los estudiantes que formarán parte de la investigación.</p>
	Interpersonal	Empatía Responsabilidad social Relación interpersonal.		
	Manejo del estrés	Tolerancia al estrés Control de los impulsos.		
	Adaptabilidad	Prueba de la realidad Flexibilidad Solución de problemas		
	Estado de ánimo	Felicidad Optimismo		

### Anexo 03: Instrumento

#### Inventario de inteligencia emocional de Baron (Baron I-CE)

**Nombre:** \_\_\_\_\_  
**Sexo :** \_\_\_\_\_ **Edad :** \_\_\_\_\_  
**Grado** \_\_\_\_\_  
**Fecha :** \_\_\_\_\_ : \_\_\_\_\_  
**Colegio :** \_\_\_\_\_

A continuación se muestra una serie de descripciones la cuales buscan conocer el índice de inteligencia emocional, sea lo más sincero posible en su respuesta.

Tenga en cuenta lo siguiente:

1	<i>Si la frase coincide con MUY RARA VEZ</i>
2	<i>Si la frase coincide RARA VEZ</i>
3	<i>Si la frase coincide A MENUDO</i>
4	<i>Si la frase coincide MUY A MENUDO</i>

Nº	Ítems	1	2	3	4
1	Me gusta divertirme.				
2	Soy muy bueno (a) para comprender cómo la gente se siente.				
3	Puedo mantener la calma cuando estoy molesto.				
4	Soy feliz.				
5	Me importa lo que les sucede a las personas.				
6	Me es difícil controlar mi cólera.				
7	Es fácil decirle a la gente cómo me siento.				
8	Me gustan todas las personas que conozco.				
9	Me siento seguro (a) de mí mismo (a).				
10	Sé cómo se sienten las personas.				
11	Sé como mantenerme tranquilo (a).				
12	Intento usar diferentes formas de responder las preguntas difíciles.				
13	Pienso que las cosas que hago salen bien.				
14	Soy capaz de respetar a los demás.				
15	Me molesto demasiado de cualquier cosa.				
16	Es fácil para mí comprender las cosas nuevas.				
17	Puedo hablar fácilmente sobre mis sentimientos.				
18	Pienso bien de todas las personas.				
19	Espero lo mejor.				
20	Tener amigos es importante.				

21	Peleo con la gente.				
22	Puedo comprender preguntas difíciles.				
23	Me agrada sonreír.				
24	Intento no herir los sentimientos de las personas.				
25	No me doy por vencido (a) ante un problema hasta que lo resuelvo.				
26	Tengo mal genio.				
27	Nada me molesta.				
28	Es difícil hablar sobre mis sentimientos más íntimos.				
29	Sé que las cosas saldrán bien.				
30	Puedo dar buenas respuestas a preguntas difíciles.				
31	Puedo fácilmente describir mis sentimientos.				
32	Sé cómo divertirme.				
33	Debo decir siempre la verdad.				
34	Puedo tener muchas maneras de responder una pregunta difícil, cuando yo quiero.				
35	Me molesto fácilmente.				
36	Me agrada hacer cosas para los demás.				
37	No me siento muy feliz.				
38	Puedo usar fácilmente diferentes modos de resolver los problemas.				
39	Demoro en molestarme.				
40	Me siento bien conmigo mismo (a).				
41	Hago amigos fácilmente.				
42	Pienso que soy el (la) mejor en todo lo que hago.				
43	Para mí es fácil decirle a las personas cómo me siento.				
44	Cuando respondo preguntas difíciles trato de pensar en muchas soluciones.				
45	Me siento mal cuando las personas son heridas en sus sentimientos.				
46	Cuando estoy molesto (a) con alguien, me siento molesto (a) por mucho tiempo.				
47	Me siento feliz con la clase de persona que soy.				
48	Soy bueno (a) resolviendo problemas.				
49	Para mí es difícil esperar mi turno.				
50	Me divierte las cosas que hago.				
51	Me agradan mis amigos.				
52	No tengo días malos.				
53	Me es difícil decirle a los demás mis sentimientos.				
54	Me fastidio fácilmente.				
55	Puedo darme cuenta cuando mi amigo se siente triste.				
56	Me gusta mi cuerpo.				



57	Aún cuando las cosas sean difíciles, no me doy por vencido.				
58	Cuando me molesto actúo sin pensar.				
59	Sé cuando la gente está molesta aún cuando no dicen nada.				
60	Me gusta la forma como me veo.				

**Entrevista dirigida a los padres de los estudiantes que participaron del presente estudio.**

**Inventario de inteligencia emocional de Baron (Baron I-CE)**

**Datos Generales.**

**Nombres y apellidos:** (considerar las iniciales)

**Edad:**

**Vínculo parental con el estudiante:**

**Años que cuidó al estudiante en su infancia:**

**Religión:**

**Trabajo o Profesión:**

A continuación se muestra una serie de descripciones la cuales buscan conocer el índice de inteligencia emocional de su hijo, sea lo más sincero posible en su respuesta.

*Tenga en cuenta lo siguiente:*

1	<i>Si la frase coincide con MUY RARA VEZ</i>
2	<i>Si la frase coincide RARA VEZ</i>
3	<i>Si la frase coincide A MENUDO</i>
4	<i>Si la frase coincide MUY A MENUDO</i>

Nº	Ítems	1	2	3	4
1	A su hijo le gusta divertirse.				
2	Considera que su hijo es muy bueno (a) para comprender cómo la gente se siente.				
3	Su hijo puede mantener la calma cuando esta molesto.				
4	Su hijo es feliz.				
5	A su hijo le importa lo que les sucede a las personas.				
6	A su hijo le es difícil controlar su cólera.				
7	Le es fácil a su hijo decirle como se siente.				
8	A su hijo le gustan todas las personas que conoce.				

9	Su hijo se siente seguro (a) de si mismo (a).				
10	Su hijo sabe cómo se sienten las personas.				
11	Su hijo sabe como mantenerse tranquilo (a).				
12	Su hijo intenta usar diferentes formas de responder las preguntas difíciles.				
13	Su hijo piensa que las cosas que hace salen bien.				
14	Su hijo es capaz de respetar a los demás.				
15	Su hijo se molesta demasiado de cualquier cosa.				
16	Es fácil para su hijo comprender las cosas nuevas.				
17	Su hijo puede hablar fácilmente sobre sus sentimientos.				
18	Su hijo piensa bien de todas las personas.				
19	Su hijo espera lo mejor.				
20	Para su hijo tener amigos es importante.				
21	Su hijo pelea con la gente.				
22	Su hijo puede comprender preguntas difíciles.				
23	A su hijo le agrada sonreír.				
24	Su hijo intenta no herir los sentimientos de las personas.				
25	Su hijo no se da por vencido (a) ante un problema hasta que lo resuelva.				
26	Su hijo tiene mal genio.				
27	A su hijo nada le molesta.				
28	Para su hijo es difícil hablar sobre sus sentimientos más íntimos.				
29	Su hijo sabe que las cosas saldrán bien.				
30	Su hijo puede dar buenas respuestas a preguntas difíciles.				
31	Su hijo puede fácilmente describir sus sentimientos.				
32	Su hijo sabe cómo divertirse.				
33	Su hijo debe decir siempre la verdad.				
34	Su hijo puede tener muchas maneras de responder una pregunta difícil, cuando él quiera.				
35	Su hijo se molesta fácilmente.				
36	A su hijo le agrada hacer cosas para los demás.				
37	Su hijo no se siente muy feliz.				
38	Su hijo puede usar fácilmente diferentes modos de resolver los problemas.				
39	Su hijo demora en molestarse.				
40	Su hijo se siente bien consigo mismo (a).				
41	Su hijo hace amigos fácilmente.				
42	Su hijo piensa que es el (la) mejor en todo lo que hace.				
43	Para su hijo es fácil decirle a las personas cómo se siente.				
44	Cuando su hijo responde preguntas difíciles trata de pensar en muchas soluciones.				
45	Su hijo se siente mal cuando las personas son heridas en sus sentimientos.				
46	Cuando su hijo esta molesto (a) con alguien, se siente molesto (a) por mucho tiempo.				
47	Su hijo se siente feliz con la clase de persona que es.				

<b>48</b>	Su hijo es bueno (a) resolviendo problemas.				
<b>49</b>	Para su hijo es difícil esperar su turno.				
<b>50</b>	A su hijo le divierte las cosas que hace.				
<b>51</b>	A su hijo le agradan sus amigos.				
<b>52</b>	Su hijo no tiene días malos.				
<b>53</b>	A su hijo le es difícil decirle a los demás sus sentimientos.				
<b>54</b>	Su hijo se fastidia fácilmente.				
<b>55</b>	Su hijo puedo darse cuenta cuando su amigo se siente triste.				
<b>56</b>	A su hijo le gusta su cuerpo.				
<b>57</b>	Aún cuando las cosas sean difíciles, su hijo no se da por vencido.				
<b>58</b>	Cuando su hijo se molesta actúa sin pensar.				
<b>59</b>	Su hijo sabe cuando la gente está molesta aún cuando no dicen nada.				
<b>60</b>	A su hijo le gusta la forma como se ve.				

#### Anexo 04: Validación del instrumento

1	NOMBRE DEL JUEZ	Amalita Isabel Maticorena Barreto
2	PROFESIÓN	Psicóloga
	ESPECIALIDAD	Magister en psicología con mención en diagnóstico e intervención psicoeducativa.
	GRADO ACADÉMICO	Magister
	EXPERIENCIA PROFESIONAL (AÑOS)	Más de 5 años
	CARGO	Docente universitaria
TÍTULO DE LA INVESTIGACIÓN:		Programa de psicoterapia Gestalt para la inteligencia emocional de los estudiantes adolescentes del colegio Horacio Zevallos – Chiclayo.
3	DATOS DEL TESISISTA	
3.1	NOMBRES Y APELLIDOS	Geywin Bladimir Rodríguez Barranzuela
3.2	PROGRAMA DE POSTGRADO	Maestría en psicología clínica
4	INSTRUMENTO EVALUADO	1. Entrevista ( )
		2. Cuestionario (X)
		3. Lista de Cotejo ( )
		4. Diario de campo ( )
5	OBJETIVOS DEL INSTRUMENTO	GENERAL: Diagnosticar el estado actual de inteligencia emocional de los estudiantes adolescentes del colegio Horacio Zevallos – Chiclayo.
		ESPECÍFICOS: <ul style="list-style-type: none"> <li>- Diagnosticar el estado actual de la dimensión intrapersonal de los estudiantes adolescentes del colegio Horacio Zevallos – Chiclayo.</li> <li>- Diagnosticar el estado actual de la dimensión interpersonal de los estudiantes adolescentes del colegio Horacio Zevallos – Chiclayo.</li> <li>- Diagnosticar el estado actual del manejo de estrés de los estudiantes adolescentes del colegio Horacio Zevallos – Chiclayo.</li> <li>- Diagnosticar el estado actual de la dimensión adaptabilidad de los estudiantes adolescentes del colegio Horacio Zevallos – Chiclayo.</li> </ul>

- Diagnosticar el estado actual del estado de ánimo de los estudiantes adolescentes del colegio Horacio Zevallos – Chiclayo.

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		
1	Me gusta divertirme.	A(X) D ( )	SUGERENCIAS:
2	Soy muy bueno (a) para comprender cómo la gente se siente.	A(X) D ( )	
3	Puedo mantener la calma cuando estoy molesto.	A(X) D ( )	
4	Soy feliz.	A(X) D ( )	
5	Me importa lo que les sucede a las personas.	A(X) D ( )	
6	Me es difícil controlar mi cólera.	A(X) D ( )	
7	Es fácil decirle a la gente cómo me siento.	A(X) D ( )	
8	Me gustan todas las personas que conozco.	A(X) D ( )	
9	Me siento seguro (a) de mi mismo (a).	A(X) D ( )	
10	Sé cómo se sienten las personas.	A(X) D ( )	
11	Sé como mantenerme tranquilo (a).	A(X) D ( )	
12	Intento usar diferentes formas de responder las preguntas difíciles.	A(X) D ( )	
13	Pienso que las cosas que hago salen bien.	A(X) D ( )	
14	Soy capaz de respetar a los demás.	A(X) D ( )	
15	Me molesto demasiado de cualquier cosa.	A(X) D ( )	

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

37	No me siento muy feliz.	A(X) D ( )	
38	Puedo usar fácilmente diferentes modos de resolver los problemas.	A(X) D ( )	
39	Demoro en molestarme.	A(X) D ( )	
40	Me siento bien conmigo mismo (a).	A(X) D ( )	
41	Hago amigos fácilmente.	A(X) D ( )	
42	Pienso que soy el (la) mejor en todo lo que hago.	A(X) D ( )	
43	Para mí es fácil decirle a las personas cómo me siento.	A(X) D ( )	
44	Cuando respondo preguntas difíciles trato de pensar en muchas soluciones.	A(X) D ( )	
45	Me siento mal cuando las personas son heridas en sus sentimientos.	A(X) D ( )	
46	Cuando estoy molesto (a) con alguien, me siento molesto (a) por mucho tiempo.	A(X) D ( )	
47	Me siento feliz con la clase de persona que soy.	A(X) D ( )	
48	Soy bueno (a) resolviendo problemas.	A(X) D ( )	
49	Para mí es difícil esperar mi turno.	A(X) D ( )	
50	Me divierte las cosas que hago.	A(X) D ( )	
51	Me agradan mis amigos.	A(X) D ( )	
52	No tengo días malos.	A(X) D ( )	
53	Me es difícil decirle a los demás mis sentimientos.	A(X) D ( )	
54	Me fastidio fácilmente.	A(X) D ( )	
55	Puedo darme cuenta cuando mi amigo se siente triste.	A(X) D ( )	
56	Me gusta mi cuerpo.	A(X) D ( )	
57	Aún cuando las cosas sean difíciles, no me doy por vencido.	A(X) D ( )	

58	Cuando me molesto actúo sin pensar.	A(X) D ( )	
59	Sé cuando la gente está molesta aún cuando no dicen nada.	A(X) D ( )	
60	Me gusta la forma como me veo.	A(X) D ( )	
Promedio Obtenido		A(X) D ( )	
COMENTARIOS GENERALES			
OBSERVACIONES			



Mg. Amalita Isabel Maticorena Barreto  
 Juez Experto  
 Colegiatura N° 7956



1	NOMBRE DEL JUEZ	Lizet Aida Zoila Ascoy Díaz
2	PROFESIÓN	Psicóloga
	ESPECIALIDAD	Psicología Clínica
	GRADO ACADÉMICO	Magister en psicología
	EXPERIENCIA PROFESIONAL (AÑOS)	Más de 5 años
	CARGO	Psicóloga COAR Cajamarca
TÍTULO DE LA INVESTIGACIÓN:		Programa de psicoterapia Gestalt para la inteligencia emocional de los estudiantes adolescentes del colegio Horacio Zevallos – Chiclayo.
3	DATOS DEL TESISISTA	
3.1	NOMBRES Y APELLIDOS	Geywin Bladimir Rodríguez Barranzuela
3.2	PROGRAMA DE POSTGRADO	Maestría en psicología clínica
4	INSTRUMENTO EVALUADO	1. Entrevista ( )
		2. Cuestionario (X)
		3. Lista de Cotejo ( )
		4. Diario de campo ( )
5	OBJETIVOS DEL INSTRUMENTO	GENERAL: Diagnosticar el estado actual de inteligencia emocional de los estudiantes adolescentes del colegio Horacio Zevallos – Chiclayo.
		ESPECÍFICOS: <ul style="list-style-type: none"> <li>- Diagnosticar el estado actual de la dimensión intrapersonal de los estudiantes adolescentes del colegio Horacio Zevallos – Chiclayo.</li> <li>- Diagnosticar el estado actual de la dimensión interpersonal de los estudiantes adolescentes del colegio Horacio Zevallos – Chiclayo.</li> <li>- Diagnosticar el estado actual del manejo de estrés de los estudiantes adolescentes del colegio Horacio Zevallos – Chiclayo.</li> <li>- Diagnosticar el estado actual de la dimensión adaptabilidad de los estudiantes adolescentes del colegio Horacio Zevallos – Chiclayo.</li> <li>- Diagnosticar el estado actual del estado de ánimo de los estudiantes adolescentes del colegio Horacio Zevallos – Chiclayo.</li> </ul>

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		
1	Me gusta divertirme.	A(X) D ( )	SUGERENCIAS:
2	Soy muy bueno (a) para comprender cómo la gente se siente.	A(X) D ( )	
3	Puedo mantener la calma cuando estoy molesto.	A(X) D ( )	
4	Soy feliz.	A(X) D ( )	
5	Me importa lo que les sucede a las personas.	A(X) D ( )	
6	Me es difícil controlar mi cólera.	A(X) D ( )	
7	Es fácil decirle a la gente cómo me siento.	A(X) D ( )	
8	Me gustan todas las personas que conozco.	A(X) D ( )	
9	Me siento seguro (a) de mi mismo (a).	A(X) D ( )	
10	Sé cómo se sienten las personas.	A(X) D ( )	
11	Sé como mantenerme tranquilo (a).	A(X) D ( )	
12	Intento usar diferentes formas de responder las preguntas difíciles.	A(X) D ( )	
13	Pienso que las cosas que hago salen bien.	A(X) D ( )	
14	Soy capaz de respetar a los demás.	A(X) D ( )	
15	Me molesto demasiado de cualquier cosa.	A(X) D ( )	
16	Es fácil para mí comprender las cosas nuevas.	A(X) D ( )	
17	Puedo hablar fácilmente sobre mis sentimientos.	A(X) D ( )	

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

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

60	Me gusta la forma como me veo.	A(X) D ( )
Promedio Obtenido		A(X) D ( )
COMENTARIOS GENERALES		
OBSERVACIONES		



---

Mg. Lizet Aida Zoila Ascoy Díaz  
Juez Experto  
Colegiatura N° 22548

1	NOMBRE DEL JUEZ	Hitler Mao Ramírez Burga
2	PROFESIÓN	Psicólogo
	ESPECIALIDAD	Segunda especialidad en psicología forense
	GRADO ACADÉMICO	Magister en psicología educativa
	EXPERIENCIA PROFESIONAL (AÑOS)	Más de 5 años
	CARGO	Psicólogo
TÍTULO DE LA INVESTIGACIÓN:		Programa de psicoterapia Gestalt para la inteligencia emocional de los estudiantes adolescentes del colegio Horacio Zevallos – Chiclayo.
3	DATOS DEL TESISISTA	
3.1	NOMBRES Y APELLIDOS	Geywin Bladimir Rodríguez Barranzuela
3.2	PROGRAMA DE POSTGRADO	Maestría en psicología clínica
4	INSTRUMENTO EVALUADO	1. Entrevista ( )
		2. Cuestionario (X)
		3. Lista de Cotejo ( )
		4. Diario de campo ( )
5	OBJETIVOS DEL INSTRUMENTO	GENERAL:  Diagnosticar el estado actual de inteligencia emocional de los estudiantes adolescentes del colegio Horacio Zevallos – Chiclayo.
		ESPECÍFICOS: - Diagnosticar el estado actual de la dimensión intrapersonal de los estudiantes adolescentes del colegio Horacio Zevallos – Chiclayo. - Diagnosticar el estado actual de la dimensión interpersonal de los estudiantes adolescentes del colegio Horacio Zevallos – Chiclayo. - Diagnosticar el estado actual del manejo de estrés de los estudiantes adolescentes del colegio Horacio Zevallos – Chiclayo. - Diagnosticar el estado actual de la dimensión adaptabilidad de los estudiantes adolescentes del colegio Horacio Zevallos – Chiclayo. - Diagnosticar el estado actual del estado de ánimo de los estudiantes adolescentes del colegio Horacio Zevallos – Chiclayo.

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

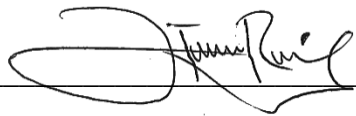
N	DETALLE DE LOS ITEMS DEL INSTRUMENTO		
1	Me gusta divertirme.	A(X) D ( )	SUGERENCIAS:
2	Soy muy bueno (a) para comprender cómo la gente se siente.	A(X) D ( )	
3	Puedo mantener la calma cuando estoy molesto.	A(X) D ( )	
4	Soy feliz.	A(X) D ( )	
5	Me importa lo que les sucede a las personas.	A(X) D ( )	
6	Me es difícil controlar mi cólera.	A(X) D ( )	
7	Es fácil decirle a la gente cómo me siento.	A(X) D ( )	
8	Me gustan todas las personas que conozco.	A(X) D ( )	
9	Me siento seguro (a) de mi mismo (a).	A(X) D ( )	
10	Sé cómo se sienten las personas.	A(X) D ( )	
11	Sé como mantenerme tranquilo (a).	A(X) D ( )	
12	Intento usar diferentes formas de responder las preguntas difíciles.	A(X) D ( )	
13	Pienso que las cosas que hago salen bien.	A(X) D ( )	
14	Soy capaz de respetar a los demás.	A(X) D ( )	
15	Me molesto demasiado de cualquier cosa.	A(X) D ( )	
16	Es fácil para mí comprender las cosas nuevas.	A(X) D ( )	
17	Puedo hablar fácilmente sobre mis sentimientos.	A(X) D ( )	

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



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

60	Me gusta la forma como me veo.	A(X) D ( )
Promedio Obtenido		A(X) D ( )
COMENTARIOS GENERALES		
OBSERVACIONES		



Hitler Mao Ramírez Burga  
Juez Experto  
Colegiatura N°11813

## **Anexo 05: Solicitud a la institución educativa**

### **Año de la universalización de la salud**

Solicito:

Permiso para realización de trabajo de investigación.

Señor director de la institución educativa privada

Horacio Zevallos perteneciente a la ciudad de Chiclayo.

Yo, Geywin Bladimir Rodríguez Barranzuela, estudiante de maestría en psicología clínica de la Universidad Señor de Sipán con código de estudiante 2141817749, identificado con documento nacional de identidad 48087687. Ante usted respetuosamente me presento y expongo.

Que, en proceso de mi formación como maestrante en psicología clínica, solicito a Ud. Su gentil apoyo y permiso para realizar el trabajo de investigación denominado: **PROGRAMA DE PSICOTERAPIA GESTALT PARA LA INTELIGENCIA EMOCIONAL DE LOS ESTUDIANTES ADOLESCENTES DEL COLEGIO HORACIO ZEVALLOS**, el cual consiste en la aplicación de un instrumento psicológico destinado a medir la inteligencia emocional de sus educandos de nivel secundario, así mismo se realizará una sesión a modo de ejemplificar programa en mención.

Por lo expuesto:

Ruego a usted acceder a mi solicitud.

Chiclayo, 07 de diciembre del 2020.



---

Geywin Bladimir Rodríguez Barranzuela  
DNI: 48087687

## Anexo 06: Respuesta de solicitud



**INSTITUCIÓN EDUCATIVA PRIVADA  
HORACIO ZEVALLOS  
R.D.S.R.N° 522-92/ R.D.S.R.N° 1109-04/ RDSN° 0670 - 07**

---

**“Año de la universalización de la salud”**

Chiclayo, 10 de diciembre del 2020.

**Señor:**

Lic. Psic. Geywin Bladimir Rodríguez Barranzuela

**Asunto:** Permiso para realización de trabajo de investigación.

De mi mayor consideración:

La presente es para saludarlo cordialmente y al mismo tiempo comunicarle que leído el documento presentado a este despacho, el mismo que considero es para la realización de estudios de investigación y sobre todo de la realización profesional de su persona; por tanto en representación de esta institución educativa – formativa, la misma que se dará a conocer a los órganos jerárquicos, se autoriza la realización del procedimiento solicitado en los estudiantes de educación secundaria durante el periodo 2020.

Atentamente:

  
  
Susana E. López Arboleda  
Directora

## **Anexo 07: Validación del aporte práctico de la investigación - encuesta a expertos**

### **ESTIMADO(A) MAGISTER:**

Ha sido seleccionado en calidad de experto con el objetivo de valorar la pertinencia en la aplicación del aporte práctico del Programa de psicoterapia Gestalt para la inteligencia emocional de los estudiantes adolescentes del colegio Horacio Zevallos – Chiclayo.

### **DATOS DEL EXPERTO(A)**

NOMBRE DEL EXPERTO	Amalita Isabel Maticorena Barreto
PROFESION	Psicóloga
TITULO Y GRADO ACADEMICO	Magister en Psicología
ESPECIALIDAD	Magister en psicología con mención en diagnóstico e intervención psicoeducativa
INSTITUCION EN DONDE LABORA	Universidad Señor de Sipán
CARGO	Docente Universitaria

### **DATOS DE LA INVESTIGACIÓN**

TITULO DE LA INVESTIGACIÓN	Programa de psicoterapia Gestalt para la inteligencia emocional de los estudiantes adolescentes del colegio Horacio Zevallos – Chiclayo
LINEA DE INVESTIGACION	Ciencias de la vida y cuidado de la salud humana
NOMBRE DEL TESISISTA	Geywin Bladimir Rodríguez Barranzuela
APORTE PRACTICO	Programa basado en la dinámica del proceso de psicoterapia Gestalt para la inteligencia emocional en adolescentes

**Novedad científica del aporte práctico.**

<b>Muy Adecuada (5)</b>	<b>Bastante Adecuada (4)</b>	<b>Adecuada (3)</b>	<b>Poco Adecuada (2)</b>	<b>No Adecuada (1)</b>
X				

**Pertinencia de los fundamentos teóricos del aporte práctico.**

<b>Muy Adecuada (5)</b>	<b>Bastante Adecuada (4)</b>	<b>Adecuada (3)</b>	<b>Poco Adecuada (2)</b>	<b>No Adecuada (1)</b>
X				

**Nivel de argumentación de las relaciones fundamentales aportadas en el desarrollo del aporte práctico.**

<b>Muy Adecuada (5)</b>	<b>Bastante Adecuada (4)</b>	<b>Adecuada (3)</b>	<b>Poco Adecuada (2)</b>	<b>No Adecuada (1)</b>
X				

**Nivel de correspondencia entre las teorías estudiadas y el aporte práctico de la investigación.**

<b>Muy Adecuada (5)</b>	<b>Bastante Adecuada (4)</b>	<b>Adecuada (3)</b>	<b>Poco Adecuada (2)</b>	<b>No Adecuada (1)</b>
X				

**Claridad en la finalidad de cada una de las acciones del aporte práctico propuesto.**

<b>Muy Adecuada (5)</b>	<b>Bastante Adecuada (4)</b>	<b>Adecuada (3)</b>	<b>Poco Adecuada (2)</b>	<b>No Adecuada (1)</b>
X				

**Posibilidades de aplicación del aporte práctico.**

<b>Muy Adecuada (5)</b>	<b>Bastante Adecuada (4)</b>	<b>Adecuada (3)</b>	<b>Poco Adecuada (2)</b>	<b>No Adecuada (1)</b>
X				

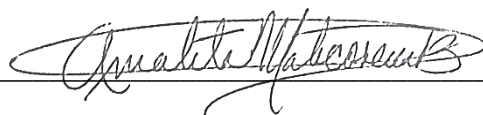
**Concepción general del aporte práctico según sus acciones desde la perspectiva de los actores del proceso en el contexto.**

<b>Muy Adecuada (5)</b>	<b>Bastante Adecuada (4)</b>	<b>Adecuada (3)</b>	<b>Poco Adecuada (2)</b>	<b>No Adecuada (1)</b>
X				

**Significación práctica del aporte.**

<b>Muy Adecuada (5)</b>	<b>Bastante Adecuada (4)</b>	<b>Adecuada (3)</b>	<b>Poco Adecuada (2)</b>	<b>No Adecuada (1)</b>
X				

**Observaciones generales:**



Amalita Isabel Maticorena Barreto  
Juez Experto  
Colegiatura N° 7956

**ESTIMADO(A) MAGISTER:**

Ha sido seleccionado en calidad de experto con el objetivo de valorar la pertinencia en la aplicación del aporte práctico del Programa de psicoterapia Gestalt para la inteligencia emocional de los estudiantes adolescentes del colegio Horacio Zevallos – Chiclayo.

**DATOS DEL EXPERTO(A)**

NOMBRE DEL EXPERTO	Lizet Aida Zoila Ascoy Díaz
PROFESION	Psicóloga
TITULO Y GRADO ACADEMICO	Magister en psicología
ESPECIALIDAD	Magister en psicología con mención en psicología clínica
INSTITUCION EN DONDE LABORA	Universidad Señor de Sipán
CARGO	Psicóloga COAR Cajamarca

**DATOS DE LA INVESTIGACIÓN**

TITULO DE LA INVESTIGACIÓN	Programa de psicoterapia Gestalt para la inteligencia emocional de los estudiantes adolescentes del colegio Horacio Zevallos – Chiclayo
LINEA DE INVESTIGACION	Ciencias de la vida y cuidado de la salud humana
NOMBRE DEL TESISISTA	Geywin Bladimir Rodríguez Barranzuela
APORTE PRACTICO	Programa basado en la dinámica del proceso de psicoterapia Gestalt para la inteligencia emocional en adolescentes



**Novedad científica del aporte práctico.**

<b>Muy Adecuada (5)</b>	<b>Bastante Adecuada (4)</b>	<b>Adecuada (3)</b>	<b>Poco Adecuada (2)</b>	<b>No Adecuada (1)</b>
	X			

**Pertinencia de los fundamentos teóricos del aporte práctico.**

<b>Muy Adecuada (5)</b>	<b>Bastante Adecuada (4)</b>	<b>Adecuada (3)</b>	<b>Poco Adecuada (2)</b>	<b>No Adecuada (1)</b>
X				

**Nivel de argumentación de las relaciones fundamentales aportadas en el desarrollo del aporte práctico.**

<b>Muy Adecuada (5)</b>	<b>Bastante Adecuada (4)</b>	<b>Adecuada (3)</b>	<b>Poco Adecuada (2)</b>	<b>No Adecuada (1)</b>
X				

**Nivel de correspondencia entre las teorías estudiadas y el aporte práctico de la investigación.**

<b>Muy Adecuada (5)</b>	<b>Bastante Adecuada (4)</b>	<b>Adecuada (3)</b>	<b>Poco Adecuada (2)</b>	<b>No Adecuada (1)</b>
X				

**Claridad en la finalidad de cada una de las acciones del aporte práctico propuesto.**

<b>Muy Adecuada (5)</b>	<b>Bastante Adecuada (4)</b>	<b>Adecuada (3)</b>	<b>Poco Adecuada (2)</b>	<b>No Adecuada (1)</b>
X				

**Posibilidades de aplicación del aporte práctico.**

<b>Muy Adecuada (5)</b>	<b>Bastante Adecuada (4)</b>	<b>Adecuada (3)</b>	<b>Poco Adecuada (2)</b>	<b>No Adecuada (1)</b>
	X			

**Concepción general del aporte práctico según sus acciones desde la perspectiva de los actores del proceso en el contexto.**

<b>Muy Adecuada (5)</b>	<b>Bastante Adecuada (4)</b>	<b>Adecuada (3)</b>	<b>Poco Adecuada (2)</b>	<b>No Adecuada (1)</b>
X				

**Significación práctica del aporte.**

<b>Muy Adecuada (5)</b>	<b>Bastante Adecuada (4)</b>	<b>Adecuada (3)</b>	<b>Poco Adecuada (2)</b>	<b>No Adecuada (1)</b>
X				

**Observaciones generales:**



---

Mg. Lizet Aida Zoila Ascoy Díaz  
Juez Experto  
Colegiatura N° 22548

**ESTIMADO(A) MAGISTER:**

Ha sido seleccionado en calidad de experto con el objetivo de valorar la pertinencia en la aplicación del aporte práctico del Programa de psicoterapia Gestalt para la inteligencia emocional de los estudiantes adolescentes del colegio Horacio Zevallos – Chiclayo.

**DATOS DEL EXPERTO(A)**

NOMBRE DEL EXPERTO	Hitler Mao Ramírez Burga
PROFESION	Psicólogo
TITULO Y GRADO ACADEMICO	Magister en psicología educativa
ESPECIALIDAD	Segunda especialidad en psicología forense
INSTITUCION EN DONDE LABORA	Instituto de medicina legal y ciencias forenses del Perú. Policlínico del Rosario
CARGO	Psicólogo

**DATOS DE LA INVESTIGACIÓN**

TITULO DE LA INVESTIGACIÓN	Programa de psicoterapia Gestalt para la inteligencia emocional de los estudiantes adolescentes del colegio Horacio Zevallos – Chiclayo
LINEA DE INVESTIGACION	Ciencias de la vida y cuidado de la salud humana
NOMBRE DEL TESISISTA	Geywin Bladimir Rodríguez Barranzuela
APORTE PRACTICO	Programa basado en la dinámica del proceso de psicoterapia Gestalt para la inteligencia emocional en adolescentes

**Novedad científica del aporte práctico.**

<b>Muy Adecuada (5)</b>	<b>Bastante Adecuada (4)</b>	<b>Adecuada (3)</b>	<b>Poco Adecuada (2)</b>	<b>No Adecuada (1)</b>
X				

**Pertinencia de los fundamentos teóricos del aporte práctico.**

<b>Muy Adecuada (5)</b>	<b>Bastante Adecuada (4)</b>	<b>Adecuada (3)</b>	<b>Poco Adecuada (2)</b>	<b>No Adecuada (1)</b>
X				

**Nivel de argumentación de las relaciones fundamentales aportadas en el desarrollo del aporte práctico.**

<b>Muy Adecuada (5)</b>	<b>Bastante Adecuada (4)</b>	<b>Adecuada (3)</b>	<b>Poco Adecuada (2)</b>	<b>No Adecuada (1)</b>
X				

**Nivel de correspondencia entre las teorías estudiadas y el aporte práctico de la investigación.**

<b>Muy Adecuada (5)</b>	<b>Bastante Adecuada (4)</b>	<b>Adecuada (3)</b>	<b>Poco Adecuada (2)</b>	<b>No Adecuada (1)</b>
X				

**Claridad en la finalidad de cada una de las acciones del aporte práctico propuesto.**

<b>Muy Adecuada (5)</b>	<b>Bastante Adecuada (4)</b>	<b>Adecuada (3)</b>	<b>Poco Adecuada (2)</b>	<b>No Adecuada (1)</b>
X				

**Posibilidades de aplicación del aporte práctico.**

<b>Muy Adecuada (5)</b>	<b>Bastante Adecuada (4)</b>	<b>Adecuada (3)</b>	<b>Poco Adecuada (2)</b>	<b>No Adecuada (1)</b>
X				

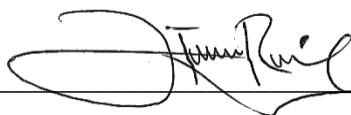
**Concepción general del aporte práctico según sus acciones desde la perspectiva de los actores del proceso en el contexto.**

<b>Muy Adecuada (5)</b>	<b>Bastante Adecuada (4)</b>	<b>Adecuada (3)</b>	<b>Poco Adecuada (2)</b>	<b>No Adecuada (1)</b>
	X			

**Significación práctica del aporte.**

<b>Muy Adecuada (5)</b>	<b>Bastante Adecuada (4)</b>	<b>Adecuada (3)</b>	<b>Poco Adecuada (2)</b>	<b>No Adecuada (1)</b>
X				

**Observaciones generales:**



Hitler Mao Ramírez Burga  
Juez Experto  
Colegiatura N° 11813