

Talleres para el desarrollo de las habilidades emocionales

Escuela Latinoamericana de Medicina

Maricela de las Mercedes Socarras, Sahily Rodríguez Pacheco.

RESUMEN

El presente trabajo es el resultado de una investigación para el desarrollo de las habilidades emocionales en los estudiantes no hispanohablantes de la Escuela Latinoamericana de Medicina (ELAM). En el diagnóstico se pudo detectar una resistencia al cambio e insuficientes recursos emocionales que les posibilite resolver los conflictos sociales de manera efectiva y eficaz, que los ponga en situación de éxito. Por lo que se plantea como objetivo proponer talleres para el desarrollo de las habilidades emocionales. Los métodos aplicados fueron el enfoque sistémico y la modelación con la finalidad de crear los talleres que fueron aplicados a los estudiantes del curso preparatorio 2015-2016. Los talleres se distinguen en su contenido por las técnicas y dinámicas grupales que relacionan la teoría con la práctica, combinan el aprendizaje individual con el colectivo, son participativos, dinámicos y desarrolladores. Promueven la actitud reflexiva de los estudiantes desde la integración de lo afectivo y lo cognitivo. Por lo que constituyen una herramienta necesaria para fortalecer el desarrollo de las habilidades emocionales. La valoración de los resultados de la aplicación de los talleres para el desarrollo de las habilidades emocionales de los estudiantes de la muestra, demostró su efectividad al dotar a los mismos de un grupo de habilidades emocionales, que les permita poseer una mejor atención, claridad y reparación emocional.

Palabras clave: talleres; desarrollo; habilidades emocionales.

INTRODUCCIÓN

Los estudios actuales sobre la inteligencia emocional, demandan como centro de atención al hombre. El artículo que se presenta aborda la misma como habilidades necesarias para lograr que los sujetos conozcan, atiendan y regulen sus emociones, garantizando una adecuada adaptación al nuevo contexto social al que se enfrentan.

A estas situaciones no escapan los estudiantes del Curso de Premédico de la Escuela Latinoamericana de Medicina (ELAM), los que además de su diversidad cultural, cuentan con edades que oscilan entre dos periodos importantes para el desarrollo de la personalidad, la adolescencia y la juventud. Durante el tránsito de un periodo al otro, deben definir proyectos de vida, en función de sus motivaciones profesionales, deben establecer las relaciones interpersonales más seguras y para ello necesitarán una estructura emocional más sólida, estable, conscientemente organizada y que les garantice posicionarse socialmente al adaptarse al medio.

Como rasgos identificados en la caracterización se destaca como regularidades; que la mayoría de ellos provienen de familias disfuncionales y extendidas con el fallecimiento de la madre o el padre, por enfermedades o conflictos de guerra y territorios, con predominio de madres con más de siete hijos, los cuales desatienden, abandonan o entregan a otros miembros de la familia para su cuidado; los que, en ocasiones son víctimas de maltratos, asedio y violaciones. Esto se evidencia en los comportamientos asumidos por los estudiantes en su interrelación con otros, ya que tienden a manifestar baja autoestima, tendencia al aislamiento, depresiones, cambios emocionales bruscos, baja tolerancia a las frustraciones y al fracaso escolar, resistencia al cambio.

Esto permite identificar como contradicción el insuficiente desarrollo de las habilidades emocionales que les permita adaptarse a un nuevo contexto social y brindar una atención de salud de calidad, sin embargo, el perfil del egresado de la ELAM demanda la formación de Médicos Generales Integrales con una elevada preparación científica, humanista, ética y solidaria; capaces de actuar en su entorno de acuerdo con las necesidades de la región para el desarrollo humano sostenible.

Objetivo general: Proponer talleres para el desarrollo de las habilidades emocionales en los estudiantes del curso de premédico.

MATERIALES Y MÉTODOS

La lógica de la investigación exigió el empleo de métodos teóricos, empíricos y matemáticos, así como de técnicas grupales, con un enfoque dialéctico materialista que utiliza con coherencia los mismos para penetrar en la esencia del objeto de estudio con una posición científica, que posibilite estudiar los fenómenos de manera objetiva y con un carácter sistémico, lo que a su vez revela las relaciones internas del fenómeno y el proceso estudiado.(1)

Se identifican como variables el desarrollo de las habilidades emocionales, lo cual permite determinar las dimensiones e indicadores que impliquen las transformaciones en el desarrollo de las habilidades emocionales en los estudiantes del Curso de Premédico.

Para identificar las dimensiones e indicadores se utilizó como base el modelo de habilidad de Salovey y Mayer (1997), en el cual se determinan tres componentes que constituyen las dimensiones de la variable objeto de estudio. Cada dimensión está compuesta por tres indicadores, que se expresan en las habilidades emocionales como parte de las definiciones que se asume de cada una de las dimensiones.

(2) (Tabla 1) Este modelo de evaluación del desarrollo de las habilidades emocionales, se concreta en el sistema de instrumentos empleados en la investigación, donde se evidencia la relación entre la variable, las dimensiones e indicadores, en plena coherencia con el campo de acción, el cual constituye la parte del objeto de investigación a transformar con la propuesta.

RESULTADOS

La propuesta está integrada por 11 talleres, participaron los 27 estudiantes que conforman la muestra y el coordinador (la investigadora). Iniciaron en la segunda semana del mes de febrero de 2016, con una frecuencia semanal, y culminaron en la semana desde el 18 hasta el 22 de abril

Tabla 1. Dimensiones e indicadores

Dimensiones	Indicadores
Atención Emocional	<ul style="list-style-type: none"> Habilidad para reconocer y entender las fortalezas y debilidades de sus propias emociones, justo en el momento en que se dan. Habilidad para pensar y dirigir eficazmente las emociones propias y hacia los demás. Habilidad para prestar atención continua a la dinámica de las propias emociones.
Claridad emocional	<ul style="list-style-type: none"> Habilidad para percibir y expresar las emociones. Habilidad para posicionarse emocionalmente en el lugar de la otra persona. Habilidad para percibir conscientemente las emociones de los demás, identificando las señales corporales de los otros.
Reparación Emocional	<ul style="list-style-type: none"> Habilidad para abrirse a las emociones y reflejar las mismas. Habilidad para la regulación emocional personal. Habilidad para la solución de conflictos interpersonales.

Tabla 2. Propuesta de talleres

Nº	Tema	Título	Objetivo
1	Los talleres de Inteligencia emocional.	"Formando un grupo emocional"	Explicar las características, estructura y contenido de los talleres.
2	La Inteligencia emocional.	"Un mundo emocional"	Analizar los aspectos generales sobre las habilidades emocionales.
3	El autoconocimiento, autocontrol y autoconciencia emocional.	"Descubriendo mis emociones"	Analizar las habilidades que integran la atención emocional.
4	El autoconocimiento, autocontrol y autoconciencia emocional.	"Mi mundo emocional"	Estimular el desarrollo de las habilidades que integran la atención emocional.
5	Las emociones en el contexto social y cultural.	"Mil emociones, un país, su cultura, una meta común"	Demostrar cómo se manifiestan las emociones en un contexto social y cultural determinado.
6	La empatía	"Te presto mis zapatos"	Desarrollar relaciones empáticas en el grupo.
7	La Percepción emocional interpersonal.	"Aprendiendo de mi grupo"	Reflexionar sobre la percepción emocional.
8	La Reparación emocional	"Te cuento"	Reflexionar sobre la reparación emocional.
9	La Reparación emocional.	"¿Utiliza sus emociones como guía?"	Reflexionar sobre la reparación emocional.
10	La Reparación emocional.	"Resolviendo conflictos"	Reflexionar sobre la reparación emocional.
11	Las habilidades emocionales.	"Antes y después"	Reflexionar sobre las habilidades emocionales aprendidas en los talleres y su aporte a la vida social y personal de los estudiantes.

de 2016. Se realizaron los jueves en la sesión de la tarde con una duración de dos horas, cada uno de ellos, según se evidencia en la tabla 2. La valoración de los resultados

de la aplicación de los talleres para el desarrollo de las habilidades emocionales de los estudiantes de la muestra, demostró su efectividad al dotar a los mismos de un grupo

de habilidades emocionales, que les permita poseer una mejor atención, claridad y reparación emocional.

DISCUSIÓN

Los talleres que se presentan en la investigación relacionan la teoría con la práctica, combinan el aprendizaje individual con el colectivo, son participativos, dinámicos y desarrolladores.(3) Promueven la actitud reflexiva de los estudiantes desde la integración de lo afectivo y lo cognitivo. Favorecen el contraste entre las vivencias de los estudiantes, a partir de la comprensión de sí mismos, de sus relaciones interpersonales, sus culturas, la problematización de sus modos de vida, al tener en cuenta la realidad cotidiana que enfrentan desde la comunicación con los otros y en función de la proyección de metas personales.(4)

Los talleres impartidos logran la cohesión entre sus componentes de una manera coherente, sistemática, integradora y participativa. Se derivan los contenidos

abordados desde lo general hasta lo más específico y enfatizan el desarrollo de la dimensión correspondiente a la reparación emocional.(5)

CONCLUSIONES

La propuesta de los talleres para el desarrollo de las habilidades emocionales de los estudiantes del Curso de Premédico, se distingue en su contenido por las técnicas y dinámicas grupales, relacionan la teoría con la práctica, combinan el aprendizaje individual con el colectivo, son participativos, dinámicos y desarrolladores. Constituyen una herramienta necesaria para fortalecer el desarrollo de las habilidades emocionales y por ende de la inteligencia emocional. La valoración de los resultados de la aplicación de los talleres para el desarrollo de las habilidades emocionales de los estudiantes de la muestra, demostró su efectividad al dotar a los mismos de un grupo de habilidades emocionales, que les permita poseer una mejor atención, claridad y reparación emocional.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Álvarez M. *El desarrollo emocional y la inteligencia emocional: las implicancias para educadores*. Revista digital. Nueva York. (Material impreso) 2013. (Verifícame los autores de este)
2. Bello Z. *Alternativa Psicopedagógica para la educación de la inteligencia emocional en niños con dificultades en el aprendizaje [tesis]*. IPLAC; 2009.
3. Bermúdez MP, Álvarez IT, Sánchez A. *Análisis de la relación entre inteligencia emocional, estabilidad emocional y bienestar psicológico*. Univ. Psychol Bogotá, Colombia; 2003.
4. Calzado D. *Un modelo de formas de organización del proceso de enseñanza-aprendizaje en la formación inicial del profesor [tesis]*. La Habana. Cuba; 2004.
5. Domínguez TB. *La inteligencia emocional en el ámbito educativo*. [Internet][citado 4 Abr. 2016]. Disponible en: <http://www.psicol.unam.mx/profesionales/psic clinica/iem/.../InteligenciaEmocional.pdf>
6. Extremera N, Berrocal P. *La inteligencia emocional como una habilidad esencial en la escuela*. Revista Iberoamericana de Educación [Internet] 2002[citado 3 Abr. 2016]; 29 1-6. España. Disponible en: <http://www.rieoei.org/deloslectores/326Berrocal.pdf>

SUMMARY

Exercise system for the development of the text composition in non-Spanish speaker students

This research consists of the elaboration of an exercises system for the development of text composition in the students of the Preparatory Academic Course of the Latin American School of Medicine (ELAM), because they present difficulties in the functional components of the subject, especially to achieve competition in written communication. The proposal has as a theoretical and methodological base the cognitive, communicative and sociocultural approach, because it allows the study of the language as a whole, through the integration of perspectives addressed by different branches of linguistics. The objective of this work is to elaborate a exercise system for the work with the text composition that contributes to the development of the cognitive, communicative and sociocultural competence of the students of the ELAM Preparatory Academic Course. Theoretical and empirical methods such as analytic-synthetic, induction-deduction, historical-logical and documentary study were used. The proposal of exercises system will increase the skills of composition of students in the Preparatory Academic Course, because it takes into account the integration of the components of language teaching and is based on communicative situations that motivate and induce students to reflect on the most suitable means for each of them.

Key words: composition; written expression; competition; Language, exercise.