

**UNIVERSIDAD DE SAN CARLOS DE GUATEMALA
ESCUELA DE CIENCIAS PSICOLOGICAS**

“La inteligencia emocional en padres y su incidencia en el manejo de sentimientos en relación a su hijo de 3 a 6 años con retraso mental, que asiste al Instituto Neurológico de Guatemala”

ANA RUBÍ SANTIZO GONZÁLEZ

NORA LUZ CHUMIL HERNÁNDEZ

Guatemala, agosto de 2,006

**UNIVERSIDAD DE SAN CARLOS DE GUATEMALA
ESCUELA DE CIENCIAS PSICOLOGICAS**

**“La inteligencia emocional en padres y su incidencia en el manejo de
sentimientos en relación a su hijo de 3 a 6 años con retraso mental, que
asiste al Instituto Neurológico de Guatemala”**

**INFORME FINAL DE INVESTIGACION
PRESENTADO AL HONORABLE CONSEJO DIRECTIVO
DE LA ESCUELA DE CIENCIAS PSICOLOGICAS**

POR

ANA RUBÍ SANTIZO GONZALEZ

NORA LUZ CHUMIL HERNANDEZ

**PREVIO A OBTAR EL TITULO DE
PSICOLOGAS
EN EL GRADO ACADEMICO DE
LICENCIATURA**

Guatemala, agosto de 2,006

CONSEJO DIRECTIVO

Licenciada Mirna Marilena Sosa Marroquín
DIRECTORA
ESCUELA DE CIENCIAS PSICOLOGICAS

Licenciado Helvin Velásquez Ramos; M.A.
SECRETARIO
ESCUELA DE CIENCIAS PSICOLOGICAS

Licenciado Luis Mariano Codoñer Castillo
Doctor René Vladimir López Ramírez
REPRESENTANTES DEL CLAUSTRO DE CATEDRATICOS
ESCUELA DE CIENCIAS PSICOLOGICAS

Licenciada Loris Pérez Singer de Salguero
REPRESENTANTE DE LOS PROFESIONALES EGRESADOS
ESCUELA DE CIENCIAS PSICOLOGICAS

Estudiante Brenda Julissa Chamám Pacay
Estudiante Edgard Ramiro Arroyave Sagastume
REPRESENTANTES ESTUDIANTILES
ESCUELA DE CIENCIAS PSICOLOGICAS



c.c. Control Académico
CIEPs.
Archivo
Reg. 1186-03
CODIPs. 1178-2006

ESCUELA DE CIENCIAS PSICOLOGICAS
CENTRO UNIVERSITARIO METROPOLITANO -CUM-

9a. Avenida 9-45, Zona 11 Edificio "A"
TEL.: 2485-1910 FAX: 2485-1913 Y 14
e-mail: usacpsic@usac.edu.gt

De Orden de Impresión Informe Final de Investigación

19 de julio de 2006

Estudiante

Ana Rubí Santizo González
Nora Luz Chumil Hernández
Escuela de Ciencias Psicológicas
Edificio

Estudiantes:

Para su conocimiento y efectos consiguientes, transcribo a ustedes el Punto CUARTO (4º) del Acta TREINTA Y OCHO GUIÓN DOS MIL SEIS (38-2006) de la sesión celebrada por el Consejo Directivo el 14 de julio de 2006, que copiado literalmente dice:

"CUARTO: El Consejo Directivo conoció el expediente que contiene el Informe Final de Investigación titulado: **"LA INTELIGENCIA EMOCIONAL EN PADRES Y SU INCIDENCIA EN EL MANEJO DE SENTIMIENTOS EN RELACIÓN A SU HIJO DE 3 A 6 AÑOS CON RETRASO MENTAL, QUE ASISTEN AL INSTITUTO NEUROLÓGICO DE GUATEMALA"**, de la carrera de Licenciatura en Psicología, realizado por:

ANA RUBÍ SANTIZO GONZÁLEZ
NORA LUZ CHUMIL HERNÁNDEZ

CARNÉ 93-11360
CARNÉ 1998-18174

El presente trabajo fue asesorado durante su desarrollo por la Licenciada Rosalinda González Velásquez y revisado por el Licenciado Marco Antonio García Enriquez. Con base en lo anterior, el Consejo Directivo **AUTORIZA LA IMPRESIÓN** del Informe Final para los trámites correspondientes de graduación, los que deberán estar de acuerdo con el Instructivo para la Elaboración de Investigación o Tesis, con fines de graduación profesional."

Atentamente,

"ID Y ENSEÑAD A TODOS"

Licenciado Byron Ronaldo González, M.A.
SECRETARIO



/Gladys



ESCUELA DE CIENCIAS PSICOLOGICAS
CENTRO UNIVESITARIO METROPOLITANO -CUM-
9ª. Avenida 9-45 Zona 11 Edificio "A"
TEL. 2485-1910 FAX 2485-1913 Y 14
e-mail: usacpsic@usac.edu.gt

CIEPs. 84-2006
REG. 1186-2003

Guatemala, 22 de junio de 2006

INFORME FINAL

Escuela de Ciencias Psicológicas
Recepción e Información
CUM/USAC



Firma: *[Signature]* Hora: 17:00 Registro: *1186-03*

SEÑORES
CONSEJO DIRECTIVO
ESCUELA DE CIENCIAS PSICOLOGICAS
EDIFICIO

SEÑORES CONSEJO DIRECTIVO:

Me dirijo a ustedes para informarles que el Licenciado Marco Antonio García Enríquez, ha procedido a la revisión y aprobación del INFORME FINAL DE INVESTIGACION, titulado:

"LA INTELIGENCIA EMOCIONAL EN PADRES Y SU INCIDENCIA EN EL MANEJO DE SENTIMIENTOS EN RELACIÓN A SU HIJO DE 3 A 6 AÑOS CON RETRASO MENTAL, QUE ASISTEN AL INSTITUTO NEUROLÓGICO DE GUATEMALA"

ESTUDIANTE:

CARNÉ No

Ana Rubí Santizo González
Nora Luz Chumil Hernández

199311360
199818174

CARRERA: Licenciatura en Psicología

Agradeceré se sirvan continuar con los trámites correspondientes para obtener ORDEN DE IMPRESIÓN.

Atentamente,

"ID Y ENSEÑAD A TODOS"

[Signature]
LICENCIADA MAYRA LUNA DE ALVAREZ
COORDINADORA

CENTRO DE INVESTIGACIONES EN PSICOLOGIA -CIEPs.- "Mayra Gutiérrez"

c.c. Revisor/a
Archivo

MLDA / edr



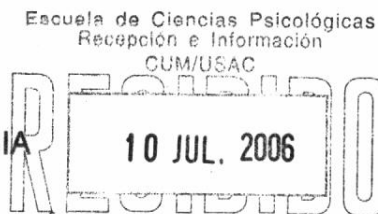


ESCUELA DE CIENCIAS PSICOLÓGICAS
CENTRO UNIVERSITARIO METROPOLITANO -CUM-
9ª. Avenida 9-45 Zona 11 Edificio "A"
TEL. 2485-1910 FAX 2485-1913 Y 14
e-mail: usacpsic@usac.edu.gt

CIEPs. 85-2006

Guatemala, 22 de junio de 2006

LICENCIADA
MAYRA LUNA DE ÁLVAREZ, COORDINADORA
CENTRO DE INVESTIGACIONES EN PSICOLOGIA
CIEPs. "MAYRA GUTIÉRREZ"
ESCUELA DE CIENCIAS PSICOLÓGICAS



Firma: *[Signature]* hora: 17:00 Registro: 1186-03

LICENCIADA DE ÁLVAREZ:

De manera atenta me dirijo a usted para informarle que he procedido a la revisión del **INFORME FINAL DE INVESTIGACION**, titulado:

"LA INTELIGENCIA EMOCIONAL EN PADRES Y SU INCIDENCIA EN EL MANEJO DE SENTIMIENTOS EN RELACIÓN A SU HIJO DE 3 A 6 AÑOS CON RETRASO MENTAL, QUE ASISTEN AL INSTITUTO NEUROLÓGICO DE GUAEMALA"

ESTUDIANTE:

CARNÉ No

Ana Rubí Santizo González
Nora Luz Chumil Hernández

199311360
199818174

CARRERA: Licenciatura en Psicología

Por considerar que el trabajo cumple con los requisitos establecidos por el Centro de Investigaciones en Psicología, emito **DICTAMEN FAVORABLE**, y solicito continuar con los trámites respectivos.

Atentamente,

"ID Y ENSEÑAD A TODOS"

[Signature]
LICENCIADO MARCO ANTONIO GARCÍA ENRÍQUEZ
DOCENTE REVISOR

c.c.: Archivo
Docente Revisor / a

MAGE / edr



Guatemala 30 de marzo de 2006.

Licenciada Mayra Luna
Departamento de Tesis
Centro de Investigaciones en Psicología –CIEPs-

Licda. Luna:

Por este medio me permito informarle que he procedido a la asesoría del Informe Final de investigación del trabajo titulado:

“La Inteligencia Emocional en padres y su incidencia en el manejo de sentimientos en relación a su hijo de 3 a 6 años con retraso mental, que asiste al Instituto Neurológico de Guatemala”.

Elaborado por las estudiantes:

Ana Rubí Santizo González	Carné	9311360
Nora Luz Chumil Hernández	Carné	9818174

El Informe en mención cumple con los requisitos establecidos por la Escuela de Ciencias Psicológicas y ha sido realizado previo a la obtención del título de Psicólogo en el grado de Licenciatura, por lo que considero continuar con los trámites correspondientes.

Sin otro particular,

Atentamente



Licda. Rosalinda González Velázquez.
Colegiado 4252

LICDA. ROSALINDA GONZÁLEZ VELÁSQUEZ
PSICOLOGA
COLEGIADO 4252



c.c. Control Académico
CIEPs.
Archivo
Reg. 1186-2003
CODIPs. 519-2006

ESCUELA DE CIENCIAS PSICOLOGICAS

CENTRO UNIVERSITARIO METROPOLITANO -CUM-

9a. Avenida 9-45, Zona 11 Edificio "A"

TEL.: 2485-1910 FAX: 2485-1913 Y 14

e-mail: usacpsic@usac.edu.gt

De Aprobación de Proyecto de Investigación

07 de marzo de 2006

Estudiantes

Ana Rubí Santizo González
Nora Luz Chumil Hernández
Escuela de Ciencias Psicológicas
Edificio

Estudiantes:

Para su conocimiento y efectos consiguientes, transcribo a ustedes el Punto CUARTO (4º) del Acta ONCE GUIÓN DOS MIL SEIS (11-2006) de la sesión celebrada por el Consejo Directivo el 03 de marzo de 2006, que literalmente dice:

"**CUARTO:** El Consejo directivo conoció el expediente que contiene el Proyecto de Investigación titulado: "LA INTELIGENCIA EMOCIONAL EN PADRES Y SU INCIDENCIA EN EL MANEJO DE SENTIMIENTOS EN RELACIÓN A SU HIJO DE 3 A 6 AÑOS CON RETRASO MENTAL, QUE ASISTEN AL INSTITUTO NEUROLÓGICO DE GUATEMALA" de la carrera de: Licenciatura en Psicología, presentado por:

ANA RUBÍ SANTIZO GONZÁLEZ
NORA LUZ CHUMIL HERNÁNDEZ

CARNÉ No. 93-11360
CARNÉ No. 1998-18174

El Consejo Directivo, considerando que el proyecto en referencia satisface los requisitos metodológicos exigidos por el Centro de Investigaciones en Psicología -CIEPs-, resuelve **APROBARLO** y nombrar como asesora a la Licenciada Rosalinda González Vásquez y como revisor al Licenciado Marco Antonio García Enríquez."

Atentamente,

"ID Y ENSEÑAD A TODOS"


Licenciada Blanca Leonor Peralta Yanes
SECRETARIA



/Gladys

25 de octubre de 2005



Licenciada
Mayra Luna
Coordinadora Depto. De Investigación
Escuela de Ciencias Psicológicas
Universidad de San Carlos de Guatemala
Ciudad

Respetable Licenciada Luna:

En nombre del Instituto Neurológico de Guatemala queremos enviarle un cordial saludo, deseándole éxitos en sus actividades diarias.

En esta oportunidad me dirijo a usted para comunicarle que las estudiantes:

Nora Luz Chumil Hernández	con Carné	9818174 y
Ana Rubi Santizo Gonzales	con Carné	9311360

Realizaron el trabajo de campo correspondiente al Proyecto de Investigación titulado: **“La Inteligencia emocional en padres y su incidencia en el manejo de sentimientos acerca de su hijo de 3 a 6 años con Retraso Mental, que asiste al Instituto Neurológico de Guatemala”** a partir del 13 al 25 de octubre del presente año, en la jornada vespertina de esta institución.

Sin otro particular, quedo usted.

Atentamente,


Lic. Eleonora Campos Orellana
Directora Académica



PADRINOS DE GRADUACION

POR ANA RUBÍ SANTIZO GONZALEZ

LICDA. ROSALINDA GONZÁLEZ VELÁSQUEZ

LICENCIADA EN PSICOLOGIA

COLEGIADO ACTIVO: 4252

POR NORA LUZ CHUMIL HERNANDEZ

LIC. GUSTAVO ADOLFO VALENCIA FIGUEROA

LICENCIADO EN PEDAGOGIA Y ADMINISTRACION EDUCATIVA

COLEGIADO ACTIVO: 7590

ACTO QUE DEDICO

- A MI DIOS:** Por iluminar mi vida al decidirme por esta profesión y darme la oportunidad de devolverle todas las bendiciones que he tenido en mi vida.
- A MI MADRE:** Rosalinda González Velázquez, por ser mi ejemplo de lucha, constancia, perseverancia y éxito, brindándome en todo momento amor y su apoyo incondicional.
- A MI PADRE:** Raúl Santizo García por su amor.
- A MI HERMANO:** Manfred Raúl Santizo González por su apoyo y amor en todo momento.
- A MI FAMILIA:** Desde el más pequeño hasta el mayor en edad, por estar conmigo y ser participes en mi deseo de superación.
- A MIS AMIGOS:** Por su compañía incondicional, en especial a Norita Luz, por compartir un triunfo tan importante en mi vida.
- A USTED:** Respetuosamente.

ANA RUBI SANTIZO GONZALEZ

ACTO QUE DEDICO

- A DIOS:** Por darme la vida, guiándome a través de mis seres queridos, por protegerme en todo momento y regalarme una oportunidad más en mi vida de comenzar de nuevo.
- A MIS PADRES:** **JOSÉ BRAULIO CHUMIL**, quien con su trabajo y sabios consejos fue el impulsor de este triunfo y lo seguirá siendo en cada éxito de mi vida; gracias por darme la mejor herencia, *mi educación*.
- PAULINA DE CHUMIL**, gracias a sus cuidados y atenciones en todo instante, por su inmenso amor y apoyo en tiempos de cansancio e impotencia, a usted debo este mérito.
- A MI HIJO:** Samuel, gracias a ti por ser la inspiración y el motivo de mí existir, hoy aún no comprendes este suceso pero cuando crezcas, será un ejemplo para que nada ni nadie detenga tus sueños de superación.
- A MIS HERMANOS:** Juan Francisco (Q.U.E.P.D.), Raúl, y especialmente a *Jorge y Janet*, por el cariño y apoyo incondicional bajo toda circunstancia.
- A MIS PRIMAS:** Cleotilde, Adela, especialmente a Clarita con mucho cariño. Gracias a su interés en velar por el bienestar propio y de mi familia.
- A MIS AMIGOS:** Con quienes comparto este logro; especialmente a Rubí; Byron Paredes, Paula Castañeda y Candice McDonald por su apoyo, motivación y confianza.
- CON CARIÑO A:** Manuel Álvarez por su amor y apoyo incondicional en la finalización de mi carrera.
- A USTED:** Respetuosamente.

NORA LUZ CHUMIL HERNÁNDEZ

AGRADECIMIENTOS

A LA UNIVERSIDAD DE SAN CARLOS DE GUATEMALA

Lugar donde se forman profesionales para servir a Guatemala con ética profesionalismo y entrega.

A LA ESCUELA DE CIENCIAS PSICOLOGICAS

Cuna de formación de profesionales que se van a dedicar a orientar y brindar salud mental a las personas que necesitan mejorar calidad de vida.

AL INSTITUTO NEUROLOGICO DE GUATEMALA

Por abrir sus puertas a la investigación científica en beneficio de las personas que asisten diariamente con esperanza de orientación y ayuda profesional.

A LOS PADRES DE FAMILIA DEL INSTITUTO NEUROLOGICO DE GUATEMALA

En especial a los 29 padres que colaboraron en la investigación.

A NUESTRO REVISOR

Lic. Marco Antonio García, por su orientación profesional.

A NUESTRA ASESORA

Licda. Rosalinda González Velásquez, por su apoyo incondicional.

A NUESTROS PADRINOS DE GRADUACION

A quienes por su ejemplo profesional son personas de éxito.

INDICE

CONTENIDO	PAGINA
PROLOGO	1
CAPITULO I	
• Introducción	3
• Marco Teórico	6
CAPITULO II	
• Técnicas e Instrumentos	28
CAPITULO III	
• Presentación, análisis e interpretación de resultados	29
• Análisis cualitativo	39
CAPITULO IV	
• Conclusiones	40
• Recomendaciones	41
BIBLIOGRAFIA	42
ANEXOS	
• Test de Inteligencia Emocional	45
• Resumen	48

PROLOGO

En una familia en donde se espera el nacimiento de un hijo, se tienen grandes expectativas que surgen en torno a él. Se espera que tenga rasgos del padre, o de la madre, que en el futuro sea un gran profesional o que se dedique a sacar adelante el negocio de familia, por mencionar algunas, pero sobre todo la expectativa principal es que sea un niño "sano".

Desde el momento en que nace "un niño especial" y el doctor da la noticia a los padres, comienza un proceso de duelo y el manejo de una serie de sentimientos encontrados, debido a que humanamente no se está preparado para recibir una noticia que viene a romper las expectativas que se tenían del hijo recién nacido. Al regreso del hogar se inicia la crianza del hijo especial, algunos padres le brindaran afecto y paciencia, otros su actitud será de indiferencia, o lo oculten para el resto de su vida por "vergüenza" o posiblemente manejen sentimiento de culpa y rechazo y vivan en constante depresión.

Lo anterior se observó en el Instituto Neurológico de Guatemala en padres que tienen hijos con retraso mental, comprendidos entre las edades de 3 a 6 años, lo cual nos motivó a investigar sobre el manejo de sentimientos. Se les brindó asesoría con relación a la Inteligencia Emocional, que benefició en primer lugar al Departamento de Psicología del Instituto Neurológico de Guatemala como apoyo para el programa psicológico y a los 29 padres que asistieron diariamente por las tardes, en busca de mejorar su calidad de vida a nivel individual y familiar.

El objetivo general del trabajo de investigación fue el de identificar las diferentes reacciones emocionales de los padres de familia que manifestaron con el nacimiento de un hijo o hija con retraso mental, para luego reconocerlas y por último lograr manejarlas a través del conocimiento práctico de la Inteligencia Emocional. Y los objetivos específicos que se lograron abarcar fueron los de brindar apoyo psicológico a la población atendida para una salud mental adecuada y disminuir las reacciones negativas ante el problema de su hijo o hija, dando a conocer los beneficios de ser una persona emocionalmente inteligente.

La experiencia profesional que tuvimos durante la realización del trabajo de investigación fue muy gratificante, ya que se observaron cambios de conductas en los padres de familia que lograron definir su estado actual en relación a sus sentimientos y tomamos más consciencia de la importancia que es ser una persona emocionalmente inteligente para poder brindar asesoría psicológica en nuestra profesión.

De la presente investigación se benefició también, la Escuela de Ciencias Psicológicas de la Universidad de San Carlos de Guatemala, que cuenta con pocos trabajos de investigación con relación a la Inteligencia Emocional. Y por consiguiente, los futuros profesionales se interesarán por continuar investigando temas relacionados con la misma, y logren mejorar la salud mental de los guatemaltecos que requieran atención.

Agradecemos al Instituto Neurológico de Guatemala por habernos permitido elaborar nuestro trabajo de tesis, al igual que a los padres de familia que colaboraron con el mismo. Y a la Escuela de Psicología, en especial al Lic. Marco Antonio García por su orientación profesional durante todo el proceso de investigación.

CAPITULO I

INTRODUCCION

El Retraso Mental se define por la presencia de un desarrollo mental incompleto o detenido, caracterizado por el deterioro de las funciones concretas de etapa del desarrollo y que contribuyen al nivel global de inteligencia, tales como las funciones cognoscitivas, del lenguaje, motrices y socialización.

El problema surge desde el momento en que los padres se enfrentan con la realidad de que su hijo o hija tiene retraso mental y que será “diferente a otros” y que tendrán que cambiar repentinamente las expectativas de vida que se habían formado ante la venida de un nuevo ser. Esta realidad conllevará en algunos padres fuerte carga emocional difícil de aceptar, con diversas reacciones de cólera, choque, rechazo, sentimiento de infelicidad, culpabilidad, y posible depresión.

La Inteligencia Emocional es una forma de interactuar con el mundo que tiene muy en cuenta los sentimientos, y engloba habilidades tales como el control de los impulsos, la autoconciencia, la motivación, el entusiasmo, la perseverancia, la empatía, la agilidad mental, etc. Aprovechar la inteligencia emocional no implica estar siempre “bien” o “evitar perturbaciones”, sino aprender a mantener equilibrio emocional cuando exista alguna dificultad, habilidad para poder atravesar malos momentos que depara la vida, reconocer los propios sentimientos y salir adelante sin dañarse y dañar a los que nos rodean.

El motivo de nuestra investigación surgió en el momento en que se escuchó hablar a los padres y madres de niños especiales y se tomó conciencia de lo difícil que es ésta tarea, se observó que sufren mucho, viendo al niño como una verdadera carga. Se reunían en grupo y entre ellos hacían su propia catarsis. Por lo que nos motivó a realizar la investigación acerca de la Inteligencia Emocional y el manejo de sentimientos. La muestra que se tomó fue de padres y madres de niños con retraso mental, comprendidos en las edades de 3 a 6 años que asistieron al Instituto Neurológico de Guatemala, jornada vespertina durante el mes de octubre del 2005. El tamaño de la muestra osciló entre 25-30 padres de familia, en su mayoría fueron mujeres entre 20-45 años de edad, por lo general no

concluyeron sus estudios primarios, perteneciendo a un nivel económico bajo-medio, provenientes de áreas rurales cercanas a la capital (Mixco y Villa Nueva). Se abordó el trabajo de investigación con talleres educativos relacionados con la Inteligencia Emocional y terapias grupales los cuales fueron de gran beneficio para que definieran sus sentimientos, y los reconocieran, para luego aceptarlos, y aplicar estos conocimientos en su núcleo familiar y social.

Se llegó a la conclusión de que cualquier persona que desconozca los beneficios que conlleva poseer Inteligencia Emocional, de ninguna manera logrará manejar sus propios sentimientos; con la cual giró nuestra hipótesis de investigación. Los padres y madres que asistieron al Instituto Neurológico de Guatemala, jornada vespertina, en su mayoría no tenían conocimiento de lo que es ser una persona emocionalmente inteligente. Antes de la orientación psicológica que se les brindó, no podían comprender que los sentimientos con relación a su hijo eran parte del proceso de duelo, que conlleva una serie de sentimientos ante una pérdida; en este caso, la pérdida de un mundo de ilusiones que se tenía antes del nacimiento de su hijo, teniendo que pasar por una serie de etapas de duelo que resolver hasta llegar a la aceptación.

El trabajo de investigación se realizó de la siguiente manera: se realizó un estudio bibliográfico para elaborar fichas, se realizó un proyecto de investigación, se aplicó la técnica de observación directa a la muestra en estudio, se administró el test de Inteligencia Emocional de Daniel Goleman, luego se realizaron talleres educativos y terapias grupales para los padres que asistieron al Instituto Neurológico de Guatemala.

Los antecedentes de los contenidos del concepto de Inteligencia Emocional se remontan mucho más allá del siglo XX. Pero los primeros esfuerzos e intentos sistemáticos y registrados en la bibliografía que nos permiten acercarnos a tal concepto, quizá se remontan a Otto Rank (1884-1939) quien en 1938 indicó en una conferencia que el proceso terapéutico es básicamente una “experiencia emocional”. Uno de sus oyentes, Carl Ramson Rogers (1902-1987) desarrolló posteriormente una serie de ideas que lo convirtieron en quizá el más empático de los terapeutas. Su método psicoterapéutico tiene por objetivo que el paciente

realice su yo y se acelere el proceso de maduración. Indudablemente si buscamos, encontraremos también antecedentes en la bibliografía de Freud, Alfred Adler, Harry Stack Sullivan, Eric Fromm, Víctor Frank y otros. Pero el concepto de Inteligencia Emocional se deriva propiamente del Psicólogo Howard Gardner. Luego de sus investigaciones, publicó el libro: Estructuras de la Mente, la teoría de las inteligencias múltiples; allí se detallan las inteligencias personales: La interpersonal y la intrapersonal las cuales nos permiten el auto y el hetero conocimiento, lo que nos permite tener un buen autoconcepto y buenas relaciones interpersonales. Luego, fueron los psicólogos Peter Salovey y John Mayer quienes acuñaron para estas dos inteligencias el término de Inteligencia Emocional. De allí surgen las demás investigaciones, entre ellas las del conocido autor Daniel Goleman.

MARCO TEORICO

RETRASO MENTAL

EVOLUCION HISTORICA DEL CONCEPTO DE DEFICIENCIA MENTAL

De las culturas griega y romana data la primera referencia escrita conocida sobre el Retraso Mental (Papiro de Tebas, 155 A. C.). Esta época se conoce como "era del exterminio", llamada así por el tratamiento que se daba a estas personas.

Durante la Edad Media pequeños sectores de la sociedad comienzan a darles cobijo, mientras que otros los azotaban creyendo que estaban poseídos por el demonio. Se da la primera definición de Retraso Mental en el decreto de Enrique II de Inglaterra sobre la protección de los "tontos naturales".

En los siglos XVII y XVIII se descarta la teoría de la posesión demoníaca de los retrasados y se utiliza el término idiotismo que engloba un conjunto de trastornos deficitarios.

Durante el siglo XIX Esquirol (1782-1840) diferenció el Retraso Mental de la psicosis y de la demencia, caracterizando la idiocia y la imbecilidad como formas de Retraso Mental y Seguin (1812-1880) se dedicó a crear medios de asistencia y educación para los niños con Retraso Mental.

Ya en el siglo XX, con el trabajo de Binet y Simón, empezó a utilizarse el criterio psicométrico y el concepto de edad mental. W. Stern reemplaza la noción de edad mental por la de cociente de inteligencia (CI). Terman (1916) se refiere a las personas que puntuaban menos de 80 en el Stanford-Binet como retrasados y los clasifica en limítrofes, torpes, imbéciles o idiotas, según sus puntuaciones. Wechsler permite diferenciar un CI verbal y un CI de rendimientos (W.I.S.C.). También se produce el desarrollo progresivo de escalas de conducta adaptativa, escala de Vineland, etc.

“De los últimos 25 años cabe destacar el desarrollo de una visión psicosocial del Retraso Mental (principios de normalización e integración), la creación de asociaciones de padres de niños con Retraso Mental, la fuerte crítica a la utilidad y validez del CI, el desarrollo de técnicas de modificación de conducta

y la importancia progresiva de la estimulación precoz y de la prevención del Retraso Mental".¹

Actualmente la OMS define el retraso mental de la siguiente manera: "Trastorno definido por la presencia de un desarrollo mental incompleto o detenido, caracterizado principalmente por el deterioro de las funciones concretas de cada época del desarrollo y que contribuyen al nivel global de inteligencia, tales como las funciones cognoscitivas, las del lenguaje, las motrices y la socialización. La determinación del grado de desarrollo del nivel intelectual debe basarse en toda la información disponible incluyendo las manifestaciones clínicas, el comportamiento adaptativo del medio cultural del individuo y los hallazgos psicométricos".²

ETIOLOGIA

Las causas del Retardo Mental se desconocen en la mitad de los casos. En la otra mitad podemos sospechar la etiología o realizar un diagnóstico exacto. A modo general podemos decir que las causas pueden ser biológicas, psicológicas y sociales. Habitualmente suelen concurrir varios factores que determinan el enfermar. Las causas pueden actuar al mismo tiempo o a lo largo del mismo.

Siguiendo un criterio temporal podemos clasificarlas en prenatales, perinatales y postnatales dependiendo de cuando actúe el agente causante. Se consideran aparte los factores socioculturales ya que pueden actuar en cualquier período:

Factores prenatales:

Son las causas más frecuentes del Retraso Mental en general. Las primeras ocho semanas de vida son de vital importancia para el desarrollo del niño, ya que es cuando se esbozan los órganos vitales. Es el período de máxima vulnerabilidad, entendiéndose por tal la susceptibilidad a ser afectado o alterado por un incidente traumático (infecciones maternas, tóxicos, malnutrición). Cuando la

¹ Gómez García y M.I España Ríos. www.sepsiquiatria.org/sepsiquiatria/html/información_sociedad/manual/a10n9.htm

² IDEM Gómez García y M.I España Ríos.

afectación es cromosómica la inteligencia se afecta con un retraso mental moderado o severo. Los síndromes asociados al cromosoma X producen un Retraso Mental moderado o ligero. Los errores metabólicos suelen originar deficiencias severas o profundas si no se han detectado a tiempo. Las alteraciones del SNC ocasionan una importante pérdida de inteligencia con vida media corta, aunque hay trastornos como la espina bífida y la hidrocefalia que no siguen esa tendencia.

Se pueden distinguir entre factores genéticos y ambientales, siendo los más frecuentes e importantes los siguientes: *CONGENITOS*: Anomalías cromosómicas como el Síndrome Down y entre los *FACTORES AMBIENTALES* se encuentran el bajo peso al nacer, diabetes materna, Infecciones maternas: rubéola, sífilis, toxoplasmosis, drogas (alcohol), fármacos y las radiaciones.

Factores perinatales:

Las alteraciones son muy variadas, pero en general podemos hablar de un Retraso Mental ligero o moderado. Los efectos de los factores perinatales son difíciles de juzgar aisladamente, ya que los niños que sufren deficiencias del desarrollo debido a factores prenatales, son más propensos a tener problemas durante el nacimiento. Los factores que más frecuentemente pueden influir son: la anoxia como el más importante y frecuente, la duración del período de anoxia cerebral superior a 15 minutos en el período neonatal, ocasiona un Retraso Mental Profundo y por debajo de los 10 minutos la afectación puede ser moderada o severa, los traumatismos mecánicos durante el parto como la mal utilización de los instrumentos empleados durante el mismo, la prematuridad y las infecciones (meningitis bacteriana).

Factores postnatales:

Malnutrición: Deficiencia de yodo, de vitamina A, vitamina B12, vitamina B6.

Infecciones: Meningitis, encefalitis, sarampión, varicela y paperas.

Traumatismos craneales: accidente de tráfico, maltrato físico.

Factores socio-culturales:

Pueden actuar en cualquier momento. Son numerosas las vías por las que es posible que ocurran: la pobreza, la desnutrición, la falta de cuidados sanitarios, la ausencia de padres o la distorsión de las relaciones paterno-filiales, la deprivación, afectiva, etc.

“Para que estos factores puedan ser atribuidos como causales del Retraso Mental deben cumplir los siguientes puntos: debe ser moderado, no deben existir pruebas de patología cerebral y deben existir pruebas de funcionamiento intelectual retrasado en al menos uno de los progenitores y uno o más de los hermanos si estos existen”.³

CLASIFICACION

Las distintas clasificaciones existentes se basan única y exclusivamente en el grado o nivel de inteligencia definido por el cociente intelectual (CI) obtenido mediante una prueba de inteligencia.

La OMS propone la siguiente clasificación en la CIE-10 de la siguiente manera: (1992)

³ IDEM Gómez García y M.I España Ríos.

GRADO DE RETRASO	CI
Leve	50-69
Moderado	35-49
Grave	20-34
Profundo	<20

Las características clínicas y evolutivas que corresponden a los distintos grados del Retraso Mental son las siguientes:

Deficiencia mental ligera:

Los niños afectados de Retraso Mental Leve adquieren tarde el lenguaje, pero la mayoría alcanzan la capacidad de expresarse en la vida cotidiana y de mantener una conversación. Suelen llegar a alcanzar independencia completa para el cuidado de su persona (comer, lavarse, vestirse, controlar esfínteres), para actividades prácticas y para las propias de la vida doméstica, aunque el desarrollo tenga lugar de un modo considerablemente más lento de lo normal. Las mayores dificultades se presentan en las tareas escolares y muchos tienen problemas específicos de lectura y escritura. En general estos niños pueden adquirir en la vida adulta habilidades de tipo social y profesional que les permiten tener una independencia mínima.

Deficiencia mental moderada:

Los individuos que se incluyen en esta categoría presentan una lentitud en el desarrollo de la comprensión y del uso del lenguaje y alcanzan en esta área un dominio limitado. La adquisición de la capacidad de cuidado personal y de las funciones motrices también está retrasada. Aunque los progresos escolares son limitados, algunos aprenden lo esencial para la lectura, la escritura y el cálculo. De adultos, suelen ser capaces de realizar trabajos prácticos sencillos, si las tareas están cuidadosamente estructuradas y se les supervisa de un modo adecuado.

Rara vez pueden conseguir una vida completamente independiente en la edad adulta. Sin embargo, la mayoría alcanza un desarrollo normal de su capacidad social para relacionarse con los demás y para participar en actividades sociales simples.

Deficiencia mental grave:

Durante el período preescolar se observa en los individuos de este grupo un desarrollo motor pobre y el niño adquiere pocas o nulas actividades verbales para la comunicación. Pueden sacar provecho de los aprendizajes preacadémicos, como familiarizarse con el alfabeto y el cálculo elemental, y pueden dominar distintas habilidades. De hecho, en la vida adulta pueden hacer tareas sencillas bajo una estrecha supervisión. Muchos de ellos se adaptan perfectamente a la vida en comunidad, en viviendas protegidas o con sus familias, a menos que tengan alguna dificultad asociada que requiera atención especializada u otro tipo de cuidados.

Deficiencia mental profunda:

Los individuos de este grupo suelen estar totalmente incapacitados para comprender instrucciones o requerimientos o para actuar de acuerdo con ellos, la mayoría tienen una movilidad muy restringida o inexistente, no controlan esfínteres y son capaces en el mejor de los casos sólo de formas muy rudimentarias de comunicación no verbal. Poseen por tanto una muy limitada capacidad para cuidar sus necesidades básicas y requieren ayuda y supervisión constantes.

NACIMIENTO DE UN NIÑO CON RETRASO MENTAL EN LA FAMILIA.

La llegada de un hijo especial a la familia es una experiencia, para muchos muy dolorosa, que lleva consigo una gran carga de sentimientos de culpa, dudas, temores y frustración. La verdad es que nadie está preparado para recibir en su seno a un hijo discapacitado, todos esperan que este nuevo ser cumpla con todas las expectativas que se tenía, por eso al darse cuenta que ese hijo, tiene retraso mental es un duro golpe que sin duda estremece a toda la familia. Igualmente pueden haber pensamientos de "no hice las cosas bien". Existe duda y temor, la vida cambia, se tendrá que adaptar la familia a otro ritmo de vida, a otro sistema de comunicación, a una manera de aprendizaje y desarrollo.

El nacimiento de un niño sano inspira un sentimiento de virilidad en el hombre y un sentido de plenitud y bienestar en la mujer. Otro factor de importancia es el deseo de prolongar su descendencia. Así pues, el nacimiento de un niño no es simplemente la creación de otro ser, sino que puede decirse, en un sentido muy real que los padres se "reproducen" a si mismos cuando traen un hijo al mundo.

Tales expectativas sufren casi inevitablemente alguna modificación cuando nace un hijo discapacitado, porque en la crisis que se plantea tras el descubrimiento de la deficiencia del hijo, el elemento crucial no es el trastorno mismo, sino la derrumbe de las expectativas paternas.

Es natural que los padres tengan sentimientos conflictivos cuando descubre que su hijo presenta alguna alteración al nacer, pero estos sentimientos cambian y evolucionan con el paso del tiempo y a medida que las situaciones varían.

Un hijo discapacitado plantea de inmediato una serie de limitantes en el interior del núcleo familiar ya que los padres nunca esperan a un hijo con alguna limitación, ya que en el niño o niña con Retraso Mental no se da la interacción en forma natural, los padres pueden pensar que no responde, que no los quiere y por esto es la reacción de dejarlos a un lado, por que no hay retroalimentación. El padre o madre se sienten ignorados si no hay respuesta de parte de su pequeño (no lo oye, no lo ve, lo ignora).

El proceso de crisis emocional por el que pasan los padres, se puede concretar en las siguientes etapas:

CHOQUE

La primera reacción de cualquier padre es inevitablemente de impotente aturdimiento. Tal reacción se presenta sobre todo cuando la mala noticia es dada sin ningún tacto o sin preparación alguna. Muchos de los padres lo que recuerdan de los doctores es un: "llévelo a casa y quíéralo por que no hay nada que hacer".

Se trata de ese sentimiento de indiferencia en el que se esta escuchando al especialista, pero en realidad no se siente nada, es como una sensación de flotar, de suspensión.

Los padres que se hallan en esta situación son incapaces de reaccionar con realismo ante las personas y objetos que les rodea. Esta etapa puede ser corta o muy prolongada, ya que algunos padres se dan cuenta desde el nacimiento de su bebé o cuando empiezan a sospechar que no es como sus otros hijos en lo que respecta a su desarrollo, que no hablan cuando deberían, que no camina, que no se asusta al escuchar un sonido fuerte, etc.

RECHAZO

“El rechazo es simplemente la negativa a aceptar la verdad, negar que existe el impedimento o una tendencia a minimizar los efectos de éste en el desarrollo del niño”.⁴ Esta actitud es como una de escape que tienen los padres cuando tratan de sobrellevar sentimientos de culpa junto con el shock que acaban de recibir.

Es otra reacción típica que experimentan algunos padres y dicen: “sólo está cansado”, “es su manera de ser” o “ya se le pasará”. Todos estos son manifestaciones de escape que algunos padres experimentan cuando no quieren aceptar que su hijo tiene una incapacidad. Niegan ese problema, porque no pueden afrontar que su hijo no sea perfecto.

⁴ IDEM. Barberene, J. Benjamín. Pág. 12

Aunque es natural sentirse así, no es conveniente que esta actitud se prolongue; cuanto más tiempo se niegue que exista un problema, el niño tardará más en recibir el cuidado adecuado.

A veces uno de los padres continúa negando que el niño tiene un problema que interferirá con su desarrollo si no se le proporciona la terapia adecuada, en este caso es frecuente que el otro padre lleve al niño a evaluar, para determinar si en verdad existe un problema. Una vez que éste se identifica, es ese padre el que lleva al niño a la terapia. Para éste padre puede ser difícil enfrentarse sólo a ésta situación, pero el niño está recibiendo la terapia necesaria.

Tal situación sucede en el Instituto Neurológico Guatemala, que muchas madres solas han afrontado la condición de su hijo y allí están luchando para que su pequeño siga adelante, en lo que el padre las abandonó desde el nacimiento o simplemente se desentienden de su hijo.

CULPABILIDAD

Sentirse culpables es quitarse un valioso tiempo a los padres y a su hijo especial y además existe un agotamiento emocional muy fuerte.

Los padres se sienten responsables y por eso se culpan del problema del niño y comienzan a pensar “si tan sólo me hubiera tomado las vitaminas que el doctor me dio”, “si hubiera sido más cuidadosa”, “si no hubiera visto ese espectáculo de horror cuando tenía 5 meses de embarazo” y lo peor de todo es que seguramente ningunas de todas éstas cosas originó este problema.

Lo que sigue a veces es culpar a otra persona, aunque en el Instituto Neurológico Guatemala hay muchas madres que se sienten culpables y piensan que ni su esposo tuvo que ver en eso y también como se mencionó, se da el caso que el esposo culpa a la madre de ésta situación, o se culpa al médico, al familiar, al amante, etc.

Es triste que ocurra este tipo de recriminaciones. En algunos casos, los padres no pudieron librarse de éste ciclo de culpabilidad y hoy en día están divorciados. Algunas veces la madre es la desalentada y el esposo es quien infunde ánimos. Otras, el esposo se siente consternado por su destino y la esposa

es quien le proporciona el apoyo que necesita. Este dar y recibir es esencial para la relación: “cuando uno necesita apoyo, lo recibe del otro, y en cualquier momento que él caiga yo le puedo brindar lo mismo que él me dio en algún momento”.

Es importante encontrar el porqué la anomalía del niño, pero esto ya formó parte del pasado y sólo interesa ahora qué hacer de ahora en adelante y dejar de culparse a uno mismo y al otro.

La culpabilidad es una emoción muy singular, es la base de la sobreprotección; y un padre comienza a hacer todo por su hijo, pero eso daña más al niño. La sobreprotección se basa en el sentimiento profundamente arraigado de que uno es el culpable del problema.

ENOJO

Es otro sentimiento normal que genera energía para actuar y hacer algo útil para uno mismo y luego para el niño, como por ejemplo se han dado casos de que madres muy enojadas por no encontrar ayuda para su hijo, comienzan a organizarse y poco a poco han ido fundando centros de asistencia para niños discapacitados. Es decir, canalizaron su enojo en una acción positiva y en beneficio para su niño.

DEPRESIÓN

Una reacción natural que la mayoría de los padres acaban por experimentar antes o después es un sentimiento de profunda pena, puesto que es entonces cuando ellos comienzan a asimilar la condición de su hijo y a cambiar sus expectativas, se centra principalmente en los impedimentos del niño, lo que les hace ver un futuro pesimista.

ACEPTACIÓN

Esta es una etapa muy compleja y muy difícil de definir, porque tal aceptación no tiene nada que ver con el sentimiento de sumisión o resignación frente a la adversidad, el sentido que se da al término de aceptación hace más bien referencia al hecho de que los padres no sienten ya la necesidad de defenderse de la realidad y de su experiencia de dolor. La aceptación no significa que las cosas le tengan que gustar tal como son; significa que uno acepta al niño como tal. El padre debe de llegar a aceptar que su hijo no puede lograr cosas que otros niños hacen, pero se deciden a ayudarlo a superar todos los problemas que se le presenten y que logre avances para su desarrollo.

En conclusión se puede decir que los padres de niños especiales no pasan por etapas, sino una secuencia general de estados emocionales que se experimentan típicamente y éstos son el choque, la negación, la culpabilidad, el enojo y la aceptación.

INTELIGENCIA EMOCIONAL.

“Hemos llegado a creer que una persona es inteligente si tiene títulos académicos o una gran capacidad en alguna disciplina escolástica, (matemáticas, ciencia, vocabulario...). Pero los hospitales psiquiátricos están atiborrados de pacientes con esas credenciales. El verdadero barómetro de la inteligencia es una vida feliz y efectiva, vivida cada día y cada momento de cada día”.⁵ Dr. Wayne W. Dyer.

¿Por qué a algunas personas les va mejor en la vida que a otras?

¿Por qué algunas con alto coeficiente intelectual y que se destacan en su profesión, no pueden aplicar esta inteligencia en su vida privada, que va a la deriva, del sufrimiento al fracaso?

¿Por qué algunas personas tienen más desarrollada que otras, una habilidad especial que les permite relacionarse bien con otros, aunque no sean las que más se destacan por su inteligencia?.

¿Por qué unos son más capaces que otros de enfrentar contratiempos, o superar obstáculos y ver las dificultades de la vida de manera diferente?

El nuevo concepto que da respuesta a ésta y otras interrogantes es la **Inteligencia Emocional**, una parte a menudo negada y desdeñada, opacada por el brillo de la razón, del coeficiente intelectual (CI), más fácil de definir y medir, la misma que viene a ser una destreza que nos permite conocer y manejar nuestros propios sentimientos, interpretar o enfrentar los sentimientos de los demás, sentirse satisfechos y ser eficaces en la vida a la vez que crear hábitos mentales que favorezcan nuestra propia vida.

La Inteligencia Emocional es una forma de interactuar con el mundo que tiene muy en cuenta los sentimientos, y engloba habilidades tales como el control de los impulsos, la autoconciencia, la motivación, el entusiasmo, la perseverancia, la empatía, la agilidad mental, etc. Ellas configuran rasgos de carácter como la autodisciplina, la compasión o el altruismo, que resultan indispensables para una buena y creativa adaptación social.

⁵ Torrabadella, Paz. Cómo desarrollar la Inteligencia Emocional. España. Océano Grupo Editorial S.A. 1997. Página 17.

Aprovechar la inteligencia emocional no implica estar siempre contento o evitar las perturbaciones, sino mantener el equilibrio: saber atravesar los malos momentos que nos depara la vida, reconocer los propios sentimientos y salir airoso de esas situaciones sin dañarse ni dañar a los demás.

EL MAPA CEREBRAL DE LA EMOCION

Este sistema emocional de reacción instantánea, casi reflejo, que parece imponerse a nuestra voluntad consciente, está bien guardado en las capas más profundas del cerebro. Su base de operaciones se encuentra en lo que los neurólogos conocen como sistema límbico, compuesto a su vez por la amígdala, que se podría definir como el asiento de toda pasión, y el hipocampo. Allí surgen las emociones de placer, disgusto, ira, miedo y se guardan los “recuerdos emocionales” asociados con ellos.

Este núcleo primitivo está rodeado por el neocortex, responsable del razonamiento, la reflexión, la capacidad de prever y de imaginar. Allí también se procesan las informaciones que llegan desde los órganos de los sentidos y se producen las percepciones conscientes; en otras palabras se puede decir que el impulso sexual corresponde al sistema límbico y el amor al neocortex. Normalmente el neocortex puede prever las reacciones emocionales, elaborarlas, controlarlas y hasta reflexionar sobre ellas. Pero existen ciertos circuitos cerebrales que van directamente de los órganos de los sentidos a la amígdala, “punteando” la supervisión racional. Cuando estos recorridos neuronales se encienden se produce un estallido emocional: actuamos sin pensar.

“Algunos pacientes que carecen de conexión entre la amígdala y el neocortex muestran una inteligencia normal y razonan como la gente sana, sin embargo su vida es una sucesión de elecciones desafortunadas que los lleva de un fracaso a otro esto se da en pacientes neurológicos los cuales carecen de la guía del aprendizaje emocional, componente indispensable para evaluar las circunstancias y tomar las decisiones apropiadas.”⁶

⁶ Pérez, Juan. Seminario INTELIGENCIA EMOCIONAL. Guatemala. Panamerican Consulting Group. 2005. Página 5.

CARACTERÍSTICAS BÁSICAS DE LA PERSONA EMOCIONALMENTE INTELIGENTE

- Poseer suficiente grado de autoestima.
- Ser personas positivas.
- Saber dar y recibir.
- Empatía.
- Reconocer los propios sentimientos.
- Ser capaz de expresar los sentimientos positivos como los negativos y ser capaz también de controlarlos.
- Motivación, ilusión, interés.
- Superación de las dificultades y de las frustraciones.
- Encontrar equilibrio entre exigencia y tolerancia.

Goleman explica que “La Inteligencia Emocional es el conjunto de habilidades que sirven para expresar y controlar los sentimientos de la manera más adecuada en el terreno personal y social. Incluye, por tanto, un buen manejo de los sentimientos, motivación, perseverancia, empatía o agilidad mental. Justo las cualidades que configuran un carácter con una buena adaptación social”.⁷

COMPONENTES DE LA INTELIGENCIA EMOCIONAL

1. Conocer las propias emociones: la conciencia de uno mismo es la clave de la inteligencia emocional, es decir un reconocer un sentimiento mientras ocurre. Una mayor certidumbre con respecto a nuestras emociones es una buena guía para las elecciones vitales, desde casarse hasta optar entre un trabajo u otro.

⁷Broch, E. <http://www.psicoadictiva.com/emocion.htm>

1. **Manejar las emociones:** se basa en la capacidad anterior, las personas que saben serenarse y librarse de la ansiedad, irritación excesiva se recupera con mayor rapidez de los reveses de la vida.
2. **Automotivación:** las personas que saben controlar la impulsividad y esperar para obtener su recompensa cumplen con sus objetivos y están conformes con sus logros.
3. **Empatía:** la capacidad para reconocer las emociones de los demás, saber qué quieren y qué necesitan es la habilidad fundamental para establecer relaciones sociales y vínculos personales.
4. **Manejar las relaciones:** esto significa saber actuar de acuerdo con las emociones de los demás.

LAS EMOCIONES.

La palabra emoción viene del latín *emovere*, que significa agitar. Las emociones son respuestas de agitación, que implican una conmoción física. Existen emociones positivas como la alegría y el afecto, que nos proporcionan vivencias de bienestar y las negativas como el miedo, ira y tristeza que son buenas también en algunos momentos, ya que nos mueven a alejarnos o a intentar cambiar las situaciones que nos perjudican, nos mueven a actuar atacando, huyendo o buscando alguna solución, aunque son desagradables, también son necesarias. “Las emociones tienen una utilidad ancestral adaptativa, es decir, favorecen la autodefensa y la supervivencia”.⁸ Por ejemplo, la tristeza en los niños despierta una respuesta de protección en los adultos.

Durante mucho tiempo las emociones han estado consideradas poco importantes y siempre se le ha dado más relevancia a la parte más racional del ser humano. Pero las emociones, al ser estados afectivos, indican estados internos personales, motivaciones, deseos, necesidades e incluso objetivos. De todas formas, es difícil saber a partir de la emoción cual será la conducta futura del individuo, aunque nos puede ayudar a intuirlo. Apenas tenemos unos meses de

⁸ (6) op.cit. Torrabadella, Paz. Página 26.

vida, adquirimos emociones básicas como el miedo, el enfado o la alegría. Algunos animales comparten con nosotros esas emociones tan básicas, que en los humanos se van haciendo más complejas gracias al lenguaje. Cada individuo experimenta una emoción de forma particular, dependiendo de sus experiencias anteriores, aprendizaje, carácter y de la situación concreta. Algunas de las reacciones fisiológicas y comportamentales que desencadenan las emociones son innatas, mientras que otras pueden adquirirse. Por lo tanto, se entiende por emoción, a las activaciones físicas breves que se desencadenan en nosotros como respuesta a algo, interrumpiendo el flujo normal de nuestra conducta. Se puede mencionar las siguientes emociones primarias:

Ira: la sangre fluye a las manos y así resulta más fácil tomar un arma o golpear un enemigo. El ritmo cardíaco se eleva, lo mismo que el nivel de adrenalina lo que garantiza que se podrá cumplir cualquier acción vigorosa.

Miedo: la sangre va a los músculos esqueléticos en especial a los de las piernas, para facilitar la huida. El organismo se pone en un estado de alerta general y la atención se fija en la amenaza cercana.

Felicidad: aumenta la actividad de los centros cerebrales que inhiben los sentimientos negativos y pensamientos inquietantes. El organismo está mejor preparado para encarar cualquier tarea, con buena disposición y estado de descanso general.

Amor: se trata del opuesto fisiológico al estado de “lucha o huye” que comparten la ira y el miedo. Las reacciones parasimpáticas generan un estado de calma y satisfacción que facilita la cooperación.

Sorpresa: el levantar las cejas permite un mayor alcance visual y mayor iluminación en la retina, lo que ofrece más información ante un suceso inesperado.

Disgusto: su expresión facial es igual en todo el mundo (el labio superior torcido y la nariz fruncida) y se trataría de un intento primordial por bloquear las fosas nasales para evitar un olor nocivo.

Tristeza: el descenso de energía tiene como objeto contribuir a adaptarse a una pérdida significativa (resignación).

Las emociones son como los colores básicos que componen los **sentimientos**: “pueden combinarse dando lugar a infinidad de sentimientos compuestos”⁹. Por ejemplo:

- Revancha (ira + alegría)
- Ternura (afecto + alegría)
- Odio (ira + miedo)
- Duelo (tristeza + miedo)

Los sentimientos son como las “tonalidades” afectivas que combinan varias emociones. Estos a su vez, conforman en estado de ánimo, *la afectividad*. Por ejemplo, con la emoción de la rabia se puede crear un sentimiento de injusticia y frustración y por lo tanto un estado afectivo irritable. Con la emoción de la tristeza, los sentimientos de pena o los de desconsuelo, se puede generar un estado afectivo depresivo; mientras que con la emoción del miedo se produce un sentimiento de peligro y tensión que cause un estado afectivo de angustia.

Los sentimientos, que engloban varias emociones, les añaden duración, asociándolas a un pensamiento, imponiéndoles un significado psicológico, se ve más claro en la siguiente fórmula:

$$\text{EMOCIONES + PENSAMIENTO = SENTIMIENTO EMOCIONAL.}$$

Por ejemplo, cuando uno entra a un salón donde hay un grupo y todos se ríen, uno tendrá una respuesta física emocional (activación) y según lo que uno piense, se desencadenará un sentimiento:

- “He hecho el ridículo”. Sentimiento de miedo.
- “Se están divirtiendo, vamos a pasarlo bien”. Sentimiento de alegría.
- “Son mal educados”. Sentimiento de enfado.
- “Creo que les gusto porque nada más al entrar ya se han alegrado”. Sentimiento de aprecio.

⁹ (6) IDEM Torrabadella, Paz. Página 23.

Cuando una emoción es muy fuerte o constante, necesitamos restablecer el equilibrio y aquietar nuestro estado de excitación para, de esta forma, sentirnos satisfechos. Tenemos tres alternativas:

1. **Cambiar la causa** actuar directamente sobre la situación, por ejemplo si en el trabajo hay un maltrato y uno se siente rabioso, se debe cambiar de trabajo, pero esto implica disponer de poder o de recursos. O pensar que hay otros trabajadores que están peor que uno y que de todos modos el pago esta mejor que en otros lados y así uno desvía la atención de la causa de la emoción.
2. **Cambiar la emoción** actuar para cambiar las sensaciones internas, no las situaciones externas, por ejemplo realizando ejercicios físicos de respiración y relajación que ayuden a recuperar el equilibrio deseado.
3. **Negar la emoción** es la menos recomendable pues implica engañarse a uno mismo, pero es una opción que muchos la toman.

EXPRESIÓN DE LA EMOCIÓN

No importa la lengua, la cultura, que sea primitiva o industrial, las expresiones faciales que sirven para una misma emoción son para todos las mismas. Tensan exactamente los mismos músculos faciales un guatemalteco o un coreano cuando se le pide que recuerde un momento de rabia, o que piensen en la persona que aman, o en la muerte de un ser querido. Popularmente se dice que la cara es el espejo del alma y en cierta medida es verdadero pues ella misma refleja el carácter dado que las expresiones más habituales suelen ser reveladoras y dejan huellas en los rostros. Si una emoción tiene lugar muy a menudo, la arruga causada por los músculos que tantas veces se ha contraído, dejará huella en la piel. “A los veinte años se tiene la belleza que la suerte nos deparó, pero cumplidos los cuarenta la que nos hemos merecido”.

Las caras van cambiando constantemente, dando mensajes que son contestados en presencia de los demás. Se puede llegar a ver en el rostro de una persona muchas expresiones que para ella son inconscientes así como también

reaccionamos a las caras de los demás constantemente a una velocidad de vértigo y sin ser conscientes de ello.

En un experimento de Ernest y Kenneth Isaac observaron que en cámara lenta existían las expresiones en un rostro que desaparecían inmediatamente en fracciones de segundo, y esto no era casualidad sino que ocurrían cuando la persona estaba en conflicto; revelaban un sentimiento que contradecía lo que ella expresaba verbalmente, estas expresiones les llamó "micromomentáneas."

Las expresiones fugaces no son mensajes conscientes, sino filtraciones de sentimientos verdaderos (a menudo sentimientos no aceptados).

Las premisas de la investigación fueron las siguientes:

1. “Reconocer, sentir y expresar nuestras propias emociones equivale a comunicarnos bien con nosotros mismos y esto implica: notar lo que uno siente (emociones), ser consciente de lo que uno siente (pensamientos) y controlar las reacciones (control)”.

(Paz Torrabadella)

2. “Sólidamente cimentada y aplicable desde el momento en que el niño sale del vientre de la madre, la inteligencia emocional fue quizá la gran revelación del siglo XX en cuanto a la comprensión de las capacidades infinitas del cerebro humano, pues más allá de su posibilidad de adquirir y procesar conocimientos, hoy por hoy se sabe que en el mundo de las emociones se esconde el mayor potencial a explotar de los seres humanos”.

(Blas Pascal)

3. “La inteligencia intrapersonal es la capacidad que tiene el individuo de poder entender e identificar sus emociones, además de saber cómo se mueve subjetivamente en torno a sus emociones”.

(Leon Alcides)

4. “La educación emocionalmente inteligente utiliza técnicas especializadas, simples e importantes que pueden ofrecer una gran contribución a la paz y armonía del hogar. El concepto se basa en que los padres trabajen sus propias emociones y las de sus hijos de una forma inteligente, constructiva, positiva y creativa, respetando las realidades biológicas y el papel de los sentimientos en la naturaleza humana”.

(Daniel Goleman)

5. “Los cinco principios básicos de una crianza emocionalmente inteligente son:

- * Sea consciente de sus propios sentimientos y de los demás.
- * Muestre empatía y comprenda los puntos de vista de los demás.
- * Haga frente de forma positiva a los impulsos emocionales y de conducta y regúlelos.
- * Plantéese objetivo positivo y trace planes para alcanzarlos.

* Utilice los dotes sociales positivos a la hora de manejar relaciones.”

(Daniel Goleman)

6. “La empatía es la capacidad de compartir los sentimientos de otro. Para hacerlo, primero uno debe ser consciente tanto de los sentimientos propios como de los de la otra persona, pues cuanto mejor uno se conozca, mejor va a conocer a los demás. También implica saber escuchar con cautela y saber interpretar las pistas no verbales.”

(Daniel Goleman)

7. “La llegada de un hijo especial a la familia es una experiencia para muchos muy dolorosa, que lleva consigo una gran carga de sentimientos de culpa, duda, temores y frustración”

(Diahann Saez)

8. “Es natural que los padres tengan sentimientos conflictivos cuando descubre que su hijo presenta alguna alteración al nacer, pero estos sentimientos cambian y evolucionan con el paso del tiempo y a medida que las situaciones varían; en conclusión se puede decir que los padres de niños especiales no pasan por etapas, sino una secuencia general de estados emocionales que se experimentan típicamente y éstos son el choque, la negación, la culpabilidad, el enojo y la aceptación”

(Benjamín Barberene)

9. “ Es en el corazón como vemos correctamente; lo esencial es invisible a los ojos”

(Antoine de Saint-Exuperu)

10. “El hombre es mitad mente y mitad corazón y siempre existe una dicotomía emocional – racional”.

(Daniel Goleman)

La hipótesis del trabajo de investigación consistió en “A menor conocimiento de la Inteligencia Emocional tenga un padre/ madre de un niño con retraso mental, más difícil resultará el manejo de sentimientos en relación su hijo”.

La variable independiente fue “A menor conocimiento de la Inteligencia Emocional
Tenga un padre / madre de un niño con retraso mental.”. La variable dependiente fue “más difícil resultará el manejo de sentimientos en relación a su hijo.”

Los indicadores para la variable independiente fueron:

- Ausencia de conocimientos prácticos de la Inteligencia Emocional.
- Falta de contacto con el Departamento de Psicología en el Instituto Neurológico Guatemala, por parte de la mayoría de padres.
- Mitos manejados por la población de padres de niños con retraso mental.
- Falta de programas para orientar a los padres de estos niños.
- Poco apoyo social y rechazo de los guatemaltecos hacia la familia que tiene un niño con retraso mental, es decir, falta de sensibilización social en el país.

Los indicadores para la variable dependiente fueron:

- Ausencia de salud mental en el ámbito individual y familiar un hogar que tiene un niño con retraso mental.
- Sentimientos de rechazo hacia su niño con retraso mental.
- Maltrato psicológico, físico o por negligencia de parte de los padres hacia su hijo especial.
- Sentimientos de vergüenza hacia los seres que le rodean por no manejar adecuadamente los sentimientos acerca del nacimiento de un niño especial.
- Baja autoestima en los padres.
- No darle un sentido a su vida, es decir, sentir un vacío existencial.

CAPITULO II

TECNICAS E INSTRUMENTOS

En el Instituto Neurológico de Guatemala, jornada vespertina durante el mes de octubre del 2,005 la asistencia de los padres osciló entre 90-95.

En la investigación que se realizó se tomó una muestra de 29 padres familia de niños con retraso mental entre las edades de 3 a 6 años. La muestra que se utilizó fue de tipo probalístico, ya que todos los elementos de la población tuvieron la misma probabilidad de haber sido escogidos a través de una selección aleatoria.

Las unidades de análisis que se evaluaron fueron: manejo de sentimientos e inteligencia emocional.

Técnicas y procedimientos de trabajo:

La investigación se realizó de la siguiente manera: Se comenzó con un proceso de fichero, el cual fue de gran importancia para la recopilación de datos teóricos; se utilizó bibliografía específica del tema y se consultó Internet para actualizar información. Posteriormente se visitó el Instituto Neurológico de Guatemala para una observación de los padres realizando report con la muestra y presentación de las investigadoras para brindarles información general del trabajo que se iba a realizar con ellos. Se les aplicó la prueba para medir rasgos del coeficiente emocional. Y por último se realizaron 5 talleres en donde se abordaron temas acerca de manejo de sentimientos y de inteligencia emocional, dándose en algunos, espacio para terapias grupales, en donde expresaron sus sentimientos.

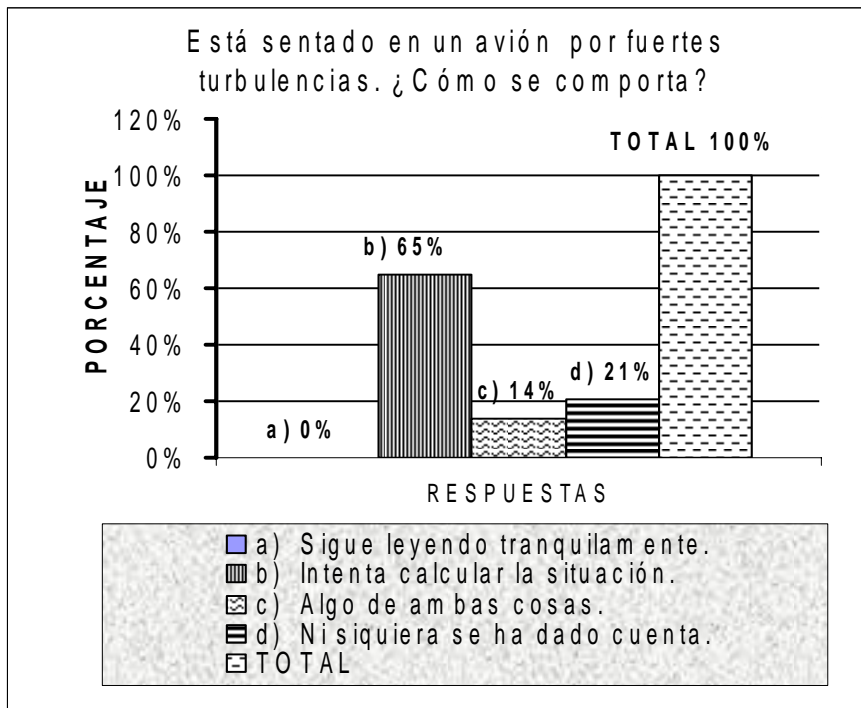
Los resultados obtenidos en el Test de inteligencia emocional se analizaron por medio de la gráfica de barras, con su respectivo análisis cualitativo el cual se podrá apreciar en el siguiente capítulo.

CAPITULO III

PRESENTACION, ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE RESULTADOS

A continuación se presenta el análisis e interpretación del Test de Inteligencia Emocional que se aplicó a 29 padres de familia del Instituto Neurológico de Guatemala.

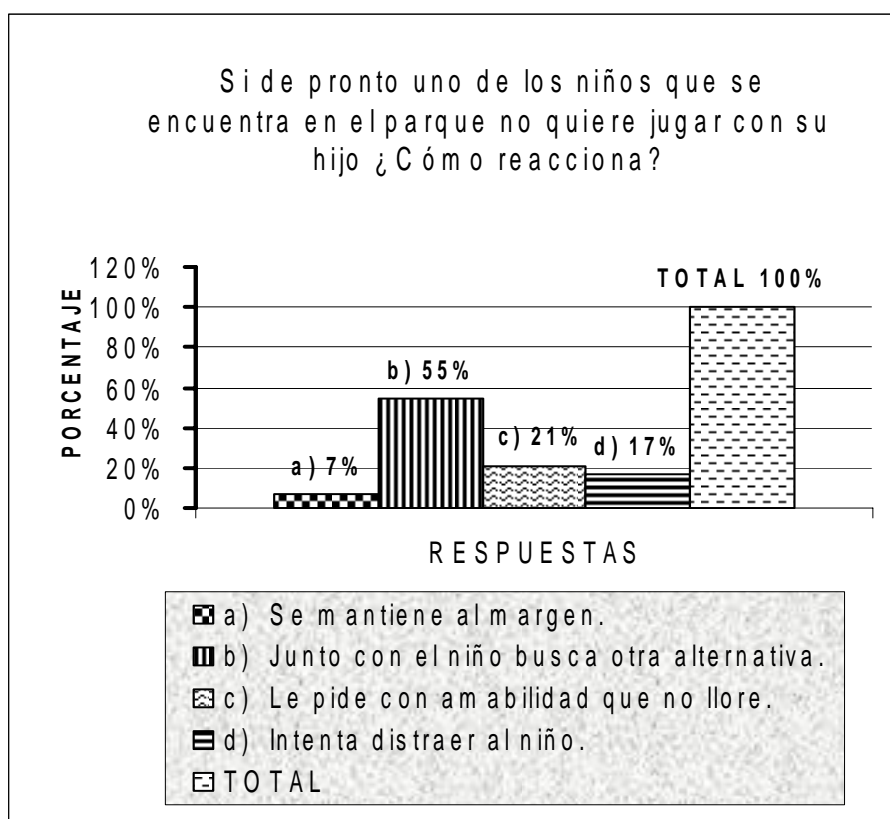
GRAFICA 1



FUENTE: DATOS OBTENIDOS DEL INSTITUTO NEUROLÓGICO DE GUATEMALA, DURANTE OCTUBRE DE 2,005

ANÁLISIS E INTERPRETACION: esta pregunta le da un valor de 20 puntos a las respuestas *a*, *b*, y *c*, en cuanto al inciso *d* pone de manifiesto un puntaje de 0 puntos el cual indica que al responder esta alternativa reflejan no tener consciencia de sus propias reacciones ante el estrés. Por lo que se concluye que el 21% de la muestra no es consciente de sus propias reacciones ante el estrés. Mientras que 79% de la muestra si es consciente de sus propias reacciones ante el estrés.

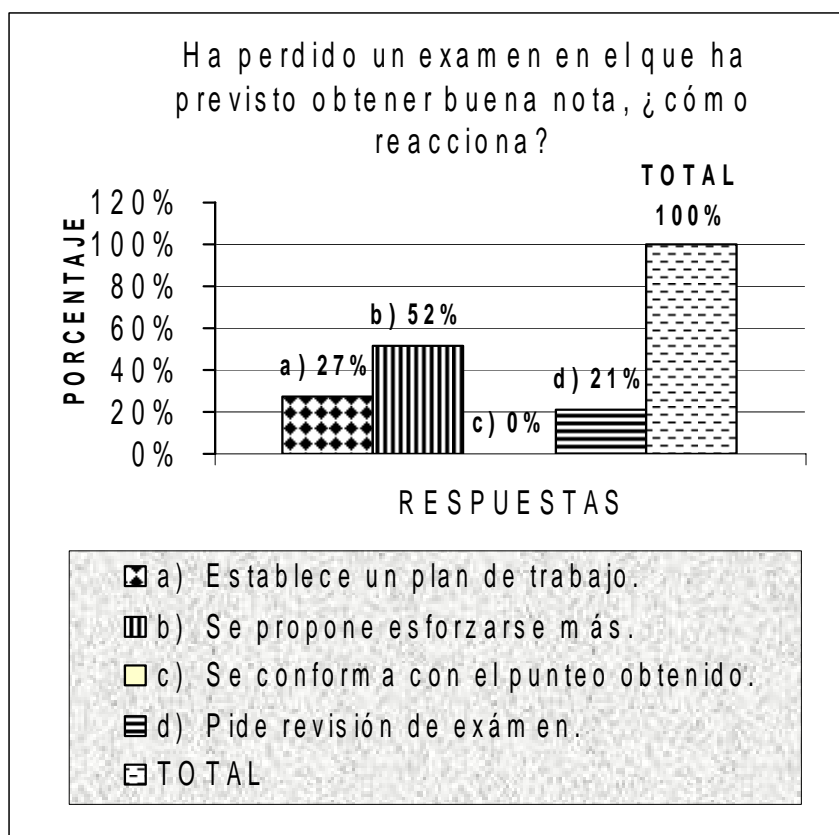
GRAFICA 2



FUENTE: DATOS OBTENIDOS DEL INSTITUTO NEUROLÓGICO DE GUATEMA, DURANTE OCTUBRE 2,005.

ANÁLISIS E INTERPRETACION: esta pregunta le da un valor de 0 puntos a las respuestas de los incisos *a*, *c*, y *d*, en cuanto al inciso *b* pone de manifiesto un punteo de 20 puntos, por lo que es la mejor respuesta. Los padres que disponen de una inteligencia emocional utilizan los sentimientos negativos de sus hijos como ocasión para un entrenamiento emocional. Ayudan a sus hijos a comprender el motivo de su alteración, a percibir sus emociones y a buscar posibilidades de actuación alternativas. Se concluye que el 55% de la muestra utiliza los sentimientos negativos como un entrenamiento emocional y buscan posibilidades de ellos para actuar otras alternativas, mientras que el 45% restante de la muestra no utiliza esta actitud.

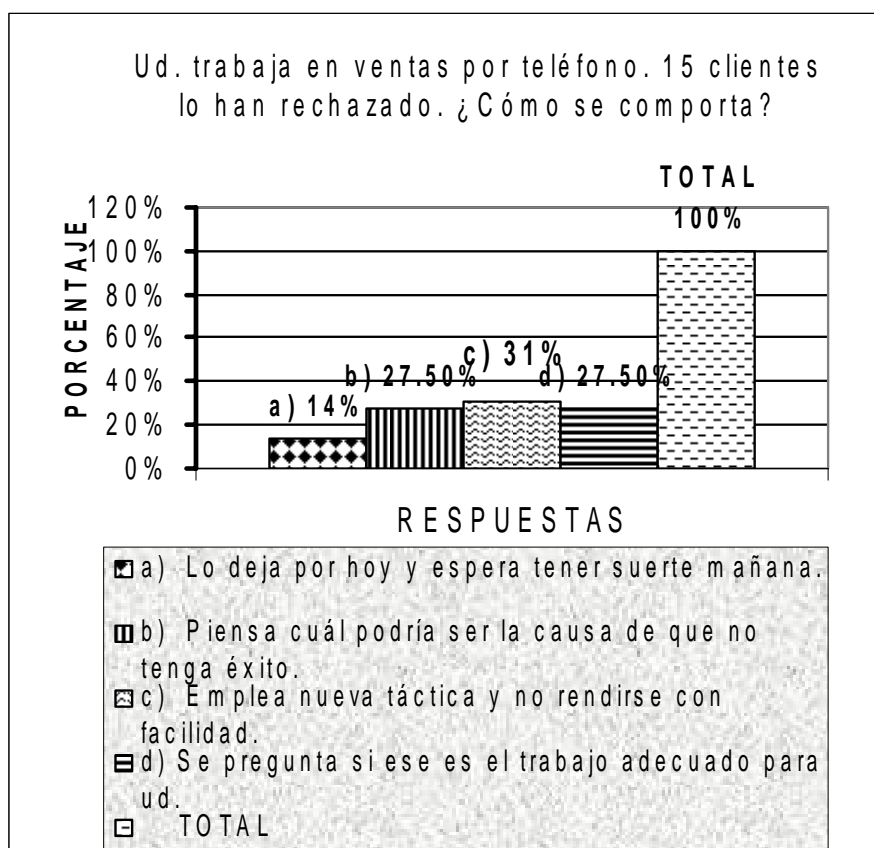
GRAFICA 3



FUENTE: DATOS OBTENIDOS DEL INSTITUTO NEUROLÓGICO DE GUATEMA, DURANTE OCTUBRE 2,005.

ANÁLISIS E INTERPRETACION: esta pregunta le da un valor de 0 puntos a las respuestas de los incisos *b*, *c*, y *d*. y un valor de 20 puntos a la respuesta del inciso *a*, la mejor respuesta es *a* lo cual significa que la capacidad de motivarse a si mismo se manifiesta, entre otras cosas; la persona tiene la capacidad de desarrollar un plan de acción y llevarlo a cabo. Se concluye que solo el 27% de la muestra tiene la capacidad de motivarse a si mismo y por ende tiene la capacidad de desarrollar un plan de acción y llevarlo a cabo. Mientras que el 73% restante no tiene esta capacidad o no la sabe utilizar.

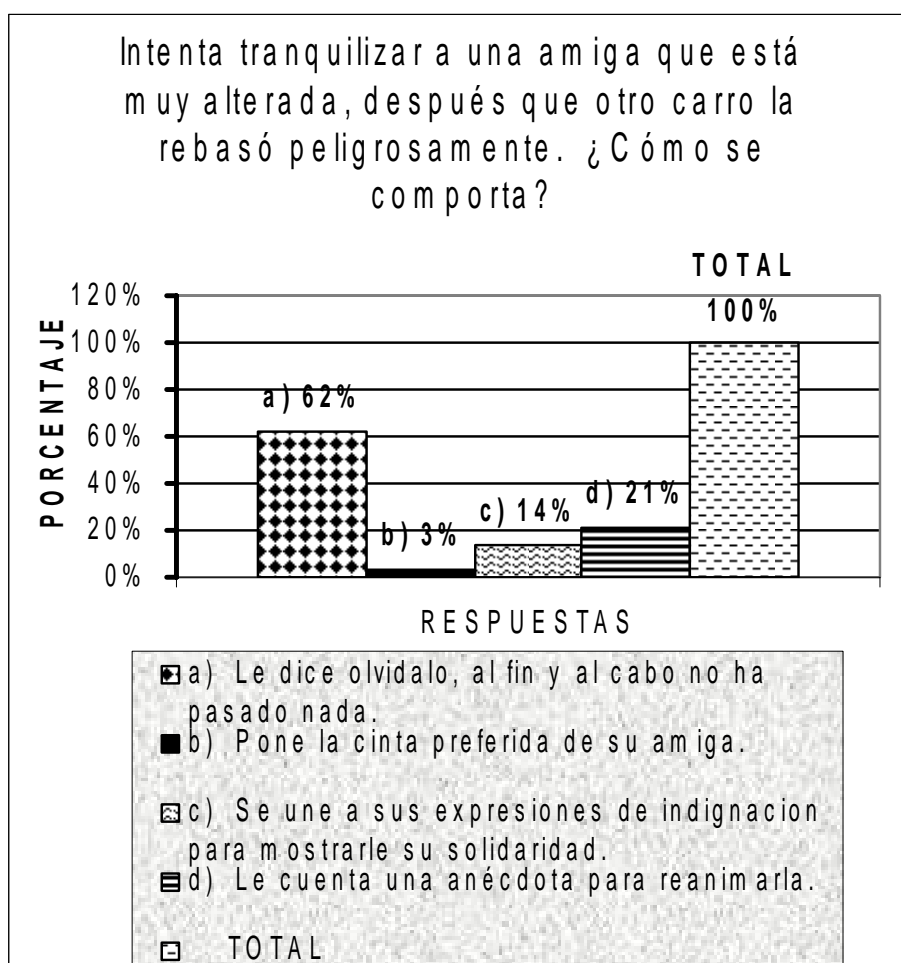
GRAFICA 4



FUENTE: DATOS OBTENIDOS DEL INSTITUTO NEUROLÓGICO DE GUATEMA, DURANTE OCTUBRE 2,005.

ANÁLISIS E INTERPRETACION: esta pregunta le da un valor de 0 a las respuestas de los incisos *a*, *b*, y *d*, mientras que la mejor respuesta es la del inciso *c* con un valor de 20 puntos; el optimismo es señal de inteligencia emocional. Lo que significa que los optimistas ven las derrotas como desafíos de los que pueden aprender, en lugar de autoinculparse y desesperarse se mantienen firmes e intentan algo nuevo. Se concluye que en un 31% de la muestra existe una señal de Inteligencia emocional, son optimistas e intentan algo nuevo. Mientras que el 69% restante no poseen este signo de inteligencia emocional.

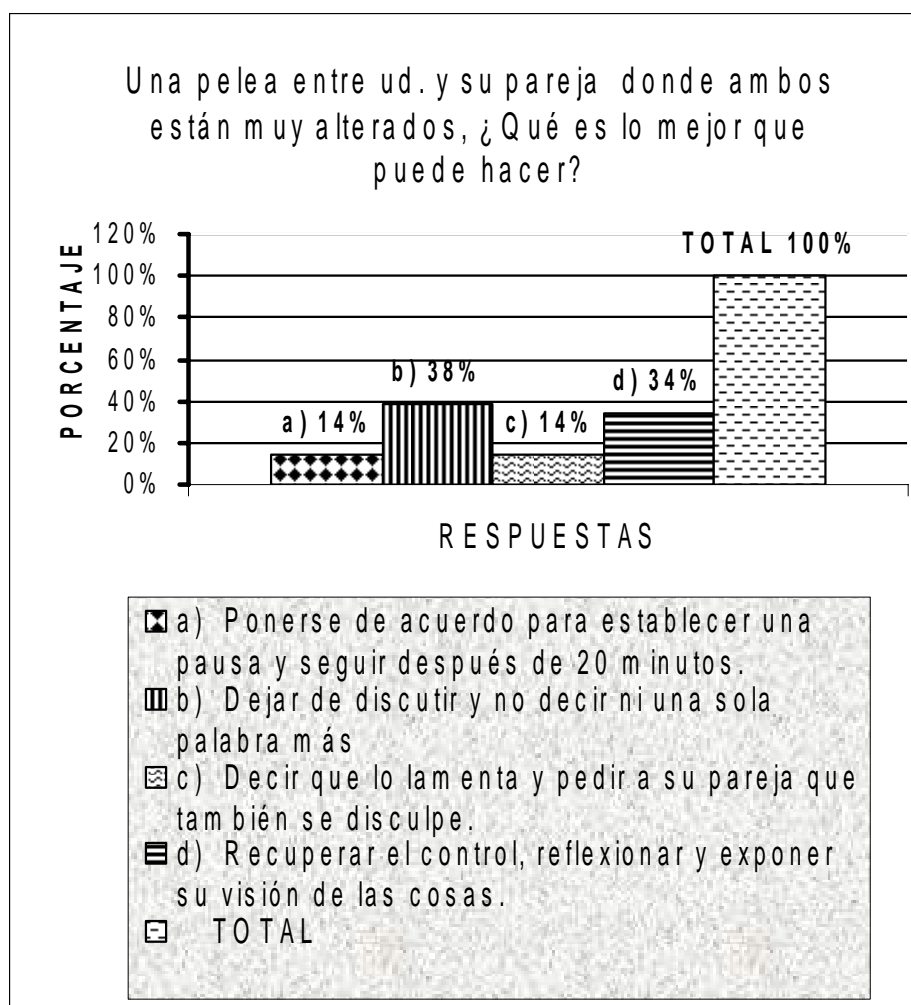
GRAFICA 5



FUENTE: DATOS OBTENIDOS DEL INSTITUTO NEUROLÓGICO DE GUATEMA, DURANTE OCTUBRE 2005

ANÁLISIS E INTERPRETACION: esta pregunta le da un valor de 0 puntos a las respuestas de los incisos *a*, *b*, y *d*; mientras que el inciso *c* es la mejor respuesta, con un valor de 20 puntos, lo que indica que una persona furiosa se tranquiliza con mayor rapidez cuando se le ofrece una explicación para su indignación. Por lo que se concluye que solo el 21% de la muestra logra tranquilizarse o tranquilizar a otra persona con mayor rapidez después de ofrecerle una explicación de lo sucedido, mientras que el 79% no goza de esta característica.

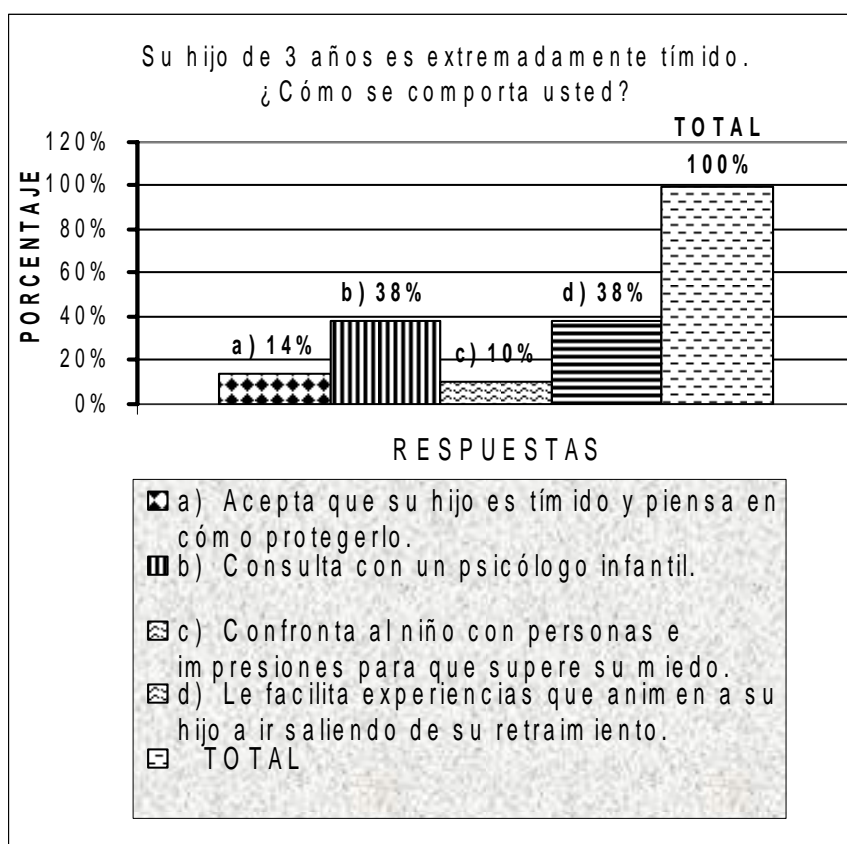
GRAFICA 6



FUENTE: DATOS OBTENIDOS DEL INSTITUTO NEUROLÓGICO DE GUATEMA, DURANTE OCTUBRE 2005

ANÁLISIS E INTERPRETACION: esta pregunta le da un valor de 0 puntos a las respuestas de los incisos *b*, *c*, y *d*. La mejor respuesta es el inciso *a*, que le da un valor de 20 puntos, lo que indica que es recomendable establecer una pausa de 20 minutos o más prolongada en la discusión, porque ése es el tiempo que el cuerpo necesita para que se tranquilice. Mientras el pulso de uno o de ambos oponentes se encuentre a 180 pulsaciones, la capacidad de percepción para los sentimientos y argumentos del otro están bloqueadas. Por lo que se concluye que solo el 14% de la muestra opta asertivamente por darse una pausa para seguir la discusión, mientras que el 86% restante no resuelve las discusiones de una forma satisfactoria.

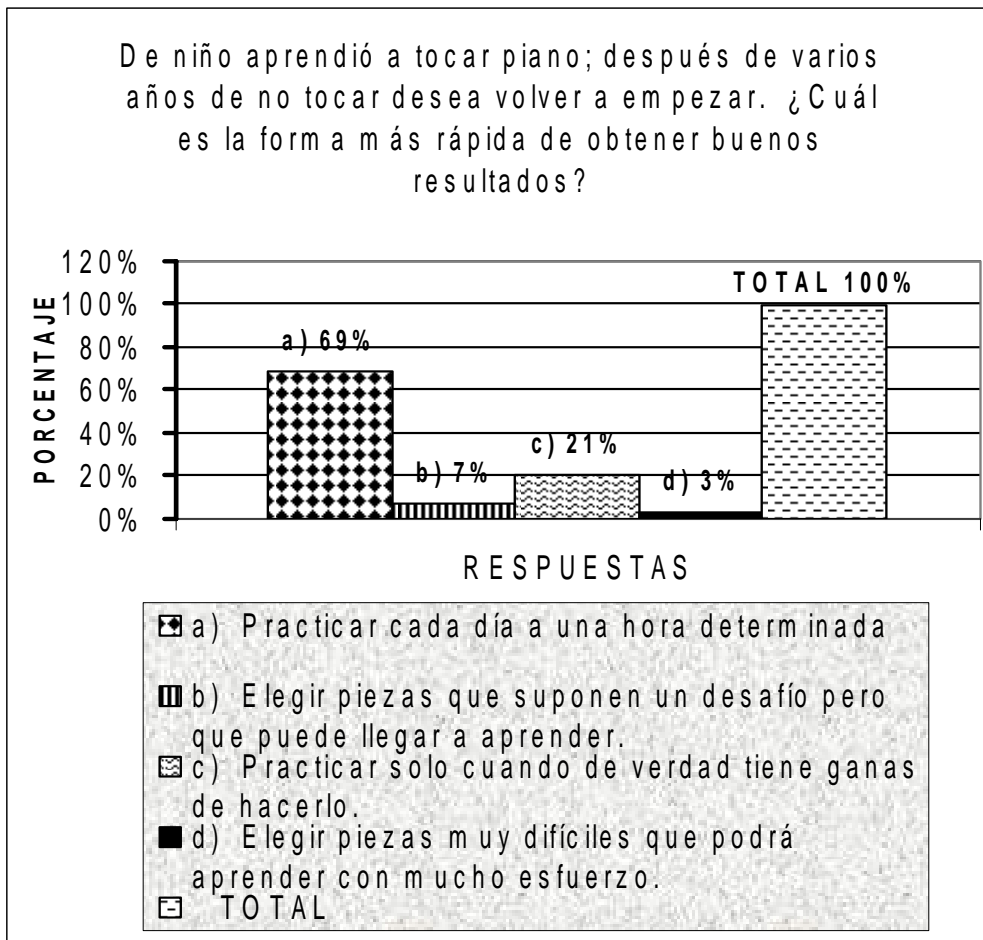
GRAFICA 7



FUENTE: DATOS OBTENIDOS DEL INSTITUTO NEUROLÓGICO DE GUATEMA, DURANTE OCTUBRE 2005

ANÁLISIS E INTERPRETACION: la pregunta le da un valor de 0 puntos a las respuestas de los incisos a y c; 5 puntos a la respuesta del inciso b, y 20 puntos a la respuesta del inciso d. Los niños que por naturaleza son tímidos pierden sus inhibiciones con mayor facilidad si son confrontados paso a paso con las situaciones que desencadenan su miedo. Por lo que se concluye que el 38% de la muestra facilita a sus hijos a enfrentar situaciones que provocan miedo a sus hijos; se muestra también que el 38% de la muestra opta por enviarlo con un especialista, no siendo esta opción un signo de inteligencia emocional pero es una alternativa que eligen positivamente y el 24% de la muestra restante no facilita estas actitudes.

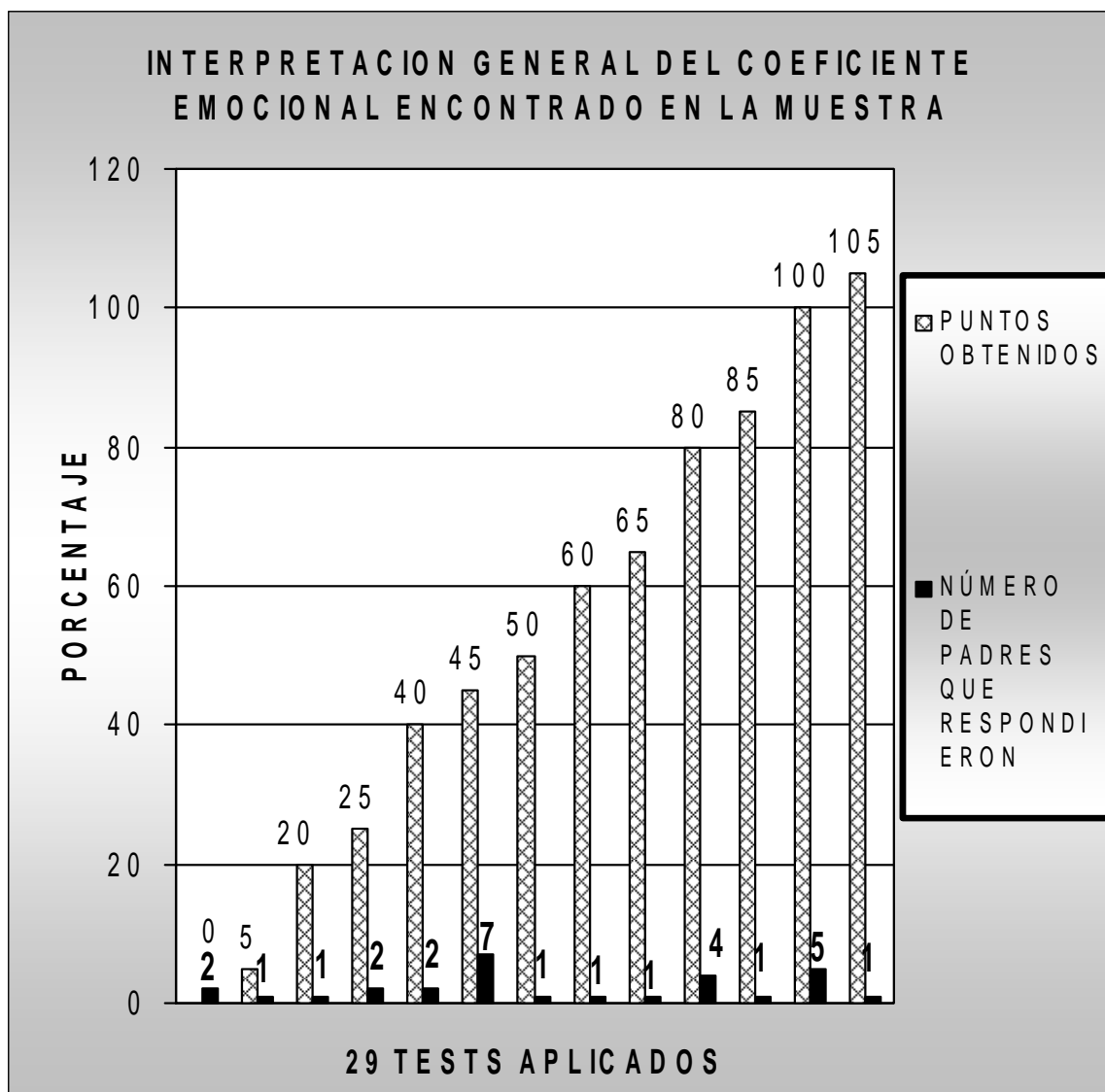
GRAFICA 8



FUENTE: DATOS OBTENIDOS DEL INSTITUTO NEUROLÓGICO DE GUATEMA, DURANTE OCTUBRE 2005

ANÁLISIS E INTERPRETACION: esta pregunta le da un valor de 0 puntos a las respuestas de los incisos *a*, *c*, y *d*. Mientras que la mejor respuesta es el inciso *a* con un valor de 20 puntos. Lo que refiere que en el caso de desafíos factibles es cuando puede desarrollarse mejor el potencial de rendimiento existente. Por lo que se concluye que el 69% de la muestra adquieren desafíos que le ayudan a desarrollarse mejor el potencial de su rendimiento, mientras que el 31% de la muestra restante es conforme con lo que se le presenta.

GRAFICA 9



FUENTE: DATOS OBTENIDOS DEL INSTITUTO NEUROLÓGICO DE GUATEMA, DURANTE OCTUBRE 2005

ANÁLISIS E INTERPRETACION:

DE 0 A 60 PUNTOS: *Nivel Bajo*, el coeficiente emocional puede mejorarse con orientación.

DE 60 A 80 PUNTOS: *Nivel Medio*, su competencia emocional se encuentra dentro de los márgenes emocionales.

DE 80 A 120 y más puntos: Nivel Alto, se las arregla muy bien consigo mismo, controla sus emociones y trata a los demás de forma consciente y sensible.

Por lo que se concluye que el 59% de la muestra se encuentra dentro del Nivel Bajo, esto indica que el coeficiente emocional puede mejorarse con orientación. Solo el 41% de la muestra se encuentra dentro del Nivel Medio, manifestando que su competencia emocional se encuentra dentro de los márgenes emocionales. Esto refleja la falta de estimulación o la carencia de los conocimientos de los principios básicos de la inteligencia emocional

ANÁLISIS CUALITATIVO

Según los resultados del Test de Inteligencia Emocional de Daniel Goleman, demostraron que de los 29 padres de la muestra de investigación obtenida, que asisten al Instituto Neurológico de Guatemala, jornada vespertina durante el mes de octubre del 2005, el 79% de la muestra son conscientes de sus propias reacciones ante el estrés, esto se deduce de las respuestas en la pregunta No. 1 donde se evaluó la reacción ante un evento amenazante. A través de la pregunta No. 2 el 55% de la muestra reflejó que utilizan los sentimientos negativos como un entrenamiento emocional para que sus hijos aprendan comportamientos adecuados. Ambas son cualidades de ser una persona emocionalmente inteligente, teniendo también la capacidad del aprovechamiento de cualquier desafío lo que desarrolla un mayor potencial de inteligencia emocional, como se reflejó en las respuestas obtenidas de la pregunta No. 8 con un porcentaje de 69% en la muestra.

Se obtuvieron datos donde se demostró carencia en la capacidad de motivarse a si mismo, esto se expresó en las respuestas de la pregunta No. 3 donde el 73% de la muestra no tiene o no sabe aprovechar esta capacidad. En la pregunta No. 4 refleja que el 69% de la muestra no tiene la capacidad de optimismo, una de las principales características de la Inteligencia Emocional. La capacidad de autocontrol tampoco prevaleció según respuestas en la pregunta No. 5 ya que únicamente el 21% de la muestra reflejó tenerla. Igualmente en la pregunta No. 6 que evaluó control de impulsos, únicamente el 14% de la muestra respondió satisfactoriamente. La pregunta No. 7 evaluó la forma de cómo los padres manejan situaciones donde deben actuar asertivamente en resolución de problemas de sus hijos; aquí solamente el 38% de la muestra facilita positivamente estas actitudes.

En conclusión general el 59% de la muestra se encontró con un bajo coeficiente de inteligencia emocional, pero con orientación psicológica se puede mejorar, como se demostró en la gráfica No. 9.

CAPITULO IV

CONCLUSIONES

- En los resultados de nuestra investigación se aceptó la hipótesis planteada que literalmente dice: “A menor conocimiento de la Inteligencia Emocional tenga un padre o una madre de un niño con retraso mental, más difícil resultará el manejo de sentimientos en relación a su hijo.” Por lo tanto, la mayoría de los padres que asistieron al Instituto Neurológico de Guatemala carecían del control de las emociones por lo que se les dificultó manejar sus sentimientos hacia el hijo (a) con retraso mental. El 59% de ellos se encontró dentro del nivel bajo y el 41% dentro del nivel medio de coeficiente emocional.
- Los resultados del test de Inteligencia Emocional reflejaron en la muestra, carencia en la capacidad de motivarse a sí mismo, en la capacidad de autocontrol y de optimismo, manejando sentimientos de culpabilidad y desesperación
- A través de las terapias grupales se logró disminuir en los padres de familia las reacciones negativas tales como choque, enojo, rechazo, sentimiento de infelicidad, culpabilidad y depresión que enfrentaron desde el nacimiento de su hijo o hija con retraso mental.
- El conocimiento de la Inteligencia Emocional en los padres de familia, les brindó una nueva expectativa de patrones de crianza con sus hijos especiales y les permitió gozar de buenas relaciones interpersonales con la familia.
- Por falta de conocimiento de La Inteligencia Emocional en algunos profesionales de la Salud, para dar la noticia a los padres que su hijo es “diferente, provocará un proceso de duelo difícil de resolver.

RECOMENDACIONES

- **Para la Institución:**

Que se incluya dentro de la orientación psicológica que se les brinda a los padres que asisten al Instituto Neurológico Guatemala, programas relacionados con Inteligencia Emocional.

- **Para la Población:**

Que continúen explorando su potencial de Inteligencia Emocional, para gozar de salud mental.

- **Para la Escuela de Psicología:**

Que se incluyan cursos de Inteligencia Emocional en el Pensúm de estudios y también dentro de la Facultad de Ciencias Médicas, para que los estudiantes tomen conciencia de la importancia de gozar de un coeficiente emocional para obtener beneficios propios y estar en la capacidad de brindar buena atención a sus pacientes.

- **Para los estudiantes de Psicología:**

Futuros profesionales de la conducta, para que realicen nuevas investigaciones debido a que es un tema poco investigado en nuestro país, y que podría beneficiar la salud mental de la población guatemalteca.

- **Para los lectores de nuestra investigación:**

Que se conviertan en autodidactas y cultiven conocimientos actualizados de la Inteligencia Emocional para lograr un adecuado control de sus emociones y se conviertan en personas emocionalmente estables.

BIBLIOGRAFIA

1. Aranda, Elisa
Inteligencia Emocional
http://64.87.35.251/articulos/aranda/intelemo/inteligencia_emocional.htm
España. pp. 2
2. Barberene, J. Benjamín.
Un niño especial en la familia. Guía para padres. México. 1998. Editorial Trillas. Paginas 85.
3. Broch, E.
Inteligencia Emocional.
<http://www.psicoadactiva.com/emocion.htm> México. pp. 4.
4. Coth, Marta.
Vida Práctica con Inteligencia Emocional.
<http://www.nichcy.org/pubs/spanish/fs8stxt.htm> España. pp. 3.
5. Daez Troncoso, Diahann
La familia
<http://www.sordoceguera.org/Para%20padres/Familia.htm>
Chile. pp. 15.
6. Goleman, Daniel
Educación con Inteligencia Emocional.
Patricia, Antón. España. 2,001.10ma. edición. Editorial Limpergraf. pp.271.
7. Goleman, Daniel.
La inteligencia Emocional.
Elsa Mateo. México. 1997. 5ta. Edición. Edit. Javier Vergara. pp. 397.
8. Gómez Cardoso, Ángel.
Niños especiales en la familia.
<http://www.fcscd.org/cas/forums/publica006.htm>

9. Gómez García y M.I España Ríos.
Deficiencia Mental
www.sepsiquiatria.org/sepsiquiatria/html/informacion_sociedad/manua/a10n9.htm
España. pp. 21.
10. León, Alcides.
Inteligencia Emocional
<http://www.producto-light.com.ve/actitudes/inteligenciaemocional.html>
Venezuela. pp.12
11. Torrabadella, Paz.
Cómo desarrollar la Inteligencia Emocional.
España. 2,001. 4ta. Edición. Editorial Océano Grupo pp. 264.
12. Dorra, Saúl; Sebilla, Carlos.
Guía de Procedimiento y Recursos para Técnicas de Investigación
1era. Edición, Editorial Trillas, México Año 1977, pp. 362
13. Roberto Hernández Sampieri,
Metodología de la Investigación
3era. Edición, Editorial MacGraw-Hill Interamericana, México, Año 2003,
pp. 705
14. Pérez, Juan.
Seminario INTELIGENCIA EMOCIONAL.
Guatemala. Panamerican Consulting Group. 2005. Pp. 22.

ANEXOS

ANEXOS

TEST DE INTELIGENCIA EMOCIONAL

Marque en cada caso la respuesta que se aproxime más a su comportamiento:

1. Esta sentado en un avión por fuertes turbulencias. ¿Cómo se comporta?

- a. Sigue leyendo tan tranquilo su libro sin dar gran importancia a las turbulencias?
- b. Intenta calcular la gravedad de la situación observando el comportamiento de las azafatas y en previsión de lo que pueda pasar, comprueba que tiene su salvavidas.
- c. Algo de ambas cosas.
- d. Ni idea; ni siquiera me he dado cuenta.

2. Ha ido al parque con su hija y unos cuantos niños del vecindario. De pronto, uno de los niños se echa a llorar porque los otros no quieren jugar con él. ¿Cómo reacciona?

- a. Se mantiene al margen; los niños deben arreglar sus diferencias.
- b. Junto con el niño busca el modo de convencer a los otros para que le permitan jugar.
- c. Le pide con amabilidad que no llore.
- d. Intenta distraer al niño que juega con un juguete.

3. Ha perdido un examen en el que había previsto obtener una buena nota. ¿Cómo reacciona?

- a. Establece un plan de trabajo para mejorar la nota en el siguiente examen y se propone seguir al pie de la letra el plan.
- b. Se propone esforzarse más en el futuro.

- c. Se dice que la nota en esta asignatura no es tan importante y se concentra, en lugar de en ella, en otras asignaturas en las que ha sacado mejor nota.
- d. Habla con el profesor y le pide una revisión de examen.

4. Usted trabaja en ventas por teléfono. Quince clientes con los que ha contactado han rechazado su llamada. Poco a poco se ve desanimando.

¿Cómo se comporta?

- a. Lo deja por hoy y espera tener más suerte mañana.
- b. Se detiene a pensar cual podría ser la causa de que hoy no tenga éxito.
- c. En la siguiente llamada lo intenta empleando una nueva táctica y se dice que hoy no hay que rendirse con facilidad.
- d. Se pregunta si ese es el trabajo adecuado para usted.

5. Intenta tranquilizar a una amiga que esta muy alterada después que el conductor de otro carro haya invadido peligrosamente su carril, sin respetar las distancias, después de haberla adelantado. ¿Cómo se comporta?

- a. Le dice: olvídale, al fin y al cabo no ha pasado nada.
- b. Pone la cinta preferida de su amiga.
- c. Se une a sus expresiones de indignación para mostrarle su solidaridad.
- d. Le cuenta que hace poco, en una situación semejante, reacciono igual pero que luego vio que el otro carro era una ambulancia.

6. Una pelea entre usted y su pareja ha ido subiendo de tono. Ambos están muy alterados y se atacan el uno al otro con reproches que no vienen al caso. ¿Qué es lo mejor que puede hacer?

- a. Ponerse de acuerdo para establecer una pausa de veinte minutos y seguir discutiendo luego.

- b. Dejar de discutir y no decir ni una sola palabra más...
- c. Decir que lo lamenta y pedir a su pareja que también se disculpe.
- d. Recuperar el control, reflexionar un momento y exponer entonces su visión de las cosas lo mejor que pueda.

7. Su hijo de tres años es extremadamente tímido y desde que nació reacciona con miedo ante las personas y los lugares desconocidos.

¿Cómo se comporta usted?

- a. Acepta que su hijo es tímido por naturaleza y piensa en como poder protegerlo de situaciones que lo alteran.
- b. Consulta con un psicólogo infantil.
- c. Confronta de forma consciente al niño con el mayor número posible de personas e impresiones desconocidas para que supere su miedo.
- d. Le facilita a su hijo experiencias que lo animen a ir saliendo de su retraimiento.

8. De niño aprendió a tocar el piano, pero durante años no ha vuelto a tocar. Ahora quiere por fin volver a empezar. ¿Cuál es la forma más rápida de obtener buenos resultados?

- a. Practicar cada día a una hora determinada.
- b. Elegir piezas que suponen un desafío pero que puede llegar a aprender.
- c. Practicar solo cuando de verdad tiene ganas de hacerlo.
- d. Elegir piezas muy difíciles que solo podrá aprender con el correspondiente esfuerzo.

RESUMEN

Un alto porcentaje de padres con hijos con Retraso Mental carecen del control de las emociones y se les dificulta manejar sus sentimientos en relación a su hijo, especialmente entre las edades de 3 a 6 años, es una etapa difícil de superar y lleva un proceso largo en el cual uno o ambos padres logra asimilar esta situación positivamente, manifestándose antes una cadena de sentimientos: choque, negación, rechazo, culpabilidad, enojo, depresión, aceptación.

El problema se observó en el Instituto Neurológico de Guatemala, donde los padres de niños con Retraso Mental, experimentaban sentimientos antes mencionados. Por lo mismo se observó que la población desconocía lo que era la Inteligencia Emocional y lo fácil y eficaz que es tenerla para llevar con mejor calidad un estilo de vida. En este caso, si se tiene Inteligencia Emocional, los padres podrán afrontar todas estas clases de sentimientos de una manera favorable tanto para ellos como para sus hijos.

Se determinó que a menor conocimiento de la Inteligencia Emocional tenga un padre/ madre de un niño con Retraso Mental, más difícil resultará el manejo de sentimientos acerca del mismo.

Recomendamos incluir la Inteligencia Emocional como técnica de apoyo psicológico en el trabajo grupal de padres especialmente del Instituto Neurológico de Guatemala, para que se tenga una visión diferente y dinámica en la resolución de problemas, con esto se incrementarían beneficios a los niños con retraso mental a través de la salud mental de sus padres.