

**“OUTDOOR TRAINING COMO METODOLOGÍA
PARA POTENCIAR LA INTELIGENCIA EMOCIONAL EN NIÑOS DE 1.º CICLO”**

Mário Alberto Silva Santos. Universidade da Madeira. mariofortes1@gmail.com

Maria da Glória Franco. Universidade da Madeira. gloria@uma.pt

Natalie de Nobrega Santos. natalie_nobrega_santos@hotmail.com

Elisabete Porto Silva. elisabete_portosilva@sapo.pt

<http://dx.doi.org/10.17060/ijodaep.2014.n1.v2.458>

Fecha de recepción: 5 de Marzo de 2014

Fecha de admisión: 30 de Marzo de 2014

ABSTRACT

Supported by a change of mentality, which coincides with the entry of the century, the investigations begin to question the intelligence quotient as a predominant factor in achieving social and professional success, going to defend the emotional quotient. Thus, we advocate its improvement in children and young people to equip them with differentiating competencies.

Outdoor Training, which places individuals in natural settings outside their comfort zone, is shown as a methodology to better and faster learning than the traditional model. For this reason, it is being developed at this time a research project that aims to assess whether the methodology of outdoor training, used to work socio-emotional skills in executives, is also valid for working competences in children in basic education. For this, we chose an experimental study, which includes 162 students from two public schools in 1.º cycle of basic education Funchal Council, a group operating as an experimental group (83 students) who participate in outdoor training activities during the academic year 2013/2014, and a control group (79 students). Children will be assessed at two points, at the beginning and end of the school year through the following instruments: the Bar -On Emotional Quotient Inventory test: Youth Version (Candeias & Rebocho, 2007), the Test of Emotional Comprehension (TEC, Ponst , Harris, & de Rosnay, 2004), the questionnaire Socially in Action (Socialmente em Acção, SA, Candeias, 2008), Social Cognitive Test Inteligência (Prueba Cognitiva de Inteligência Social, PCIS, Candeias, 2007); Raven's progressive matrices (Simões , 2000) and the Piers-Harris Children's Self-Concept Scale (PHCSCS -2, Veiga , 2006). By now it was made the first evaluation and are being developed outdoor training activities with the experimental group. In this paper, we present some qualitative results of the developments observed in the students who are participating in these activities.

Keywords: Outdoor Training, Emotional Intelligence, Social Intelligence

“OUTDOOR TRAINING COMO METODOLOGÍA PARA POTENCIAR LA INTELIGENCIA EMOCIONAL...”

RESUMEN

Apoyados por un cambio de mentalidad, que coincide con la entrada del siglo XXI, las investigaciones comienzan a poner en duda el coeficiente de inteligencia como factor predominante para alcanzar éxito social y profesional, pasando a defender el coeficiente emocional. Así, defendemos su perfeccionamiento en niños y jóvenes para dotarlos de competencias diferenciadoras.

El *Outdoor Training*, que coloca a los individuos en contextos naturales fuera de su zona de confort, se ha mostrado como una metodología que permite mayor eficacia y rapidez de aprendizaje que el modelo tradicional. Por esta razón, está siendo desarrollado en este momento un proyecto de investigación que pretende evaluar si la metodología de *outdoor training*, utilizada para trabajar competencias socioemocionales en empresarios, es también válida para trabajar competencia de niños de educación básica. Para tal, optamos por un estudio experimental, que incluye 162 alumnos de dos escuelas públicas de 1.º ciclo de educación básica del Concejó de Funchal, funcionando un grupo como grupo experimental (83 alumnos), que participará en actividades de *outdoor training* durante el año lectivo 2013/2014; y un grupo de control (79 alumnos). Los niños serán evaluados en dos momentos, al inicio y al final del año lectivo a través de los siguientes instrumentos: el test Bar-On Emotional Quotient Inventory: Youth Version (Candeias & Rebocho, 2007); el Test of Emotional Comprehension (TEC, Ponst, Harris, & de Rosnay, 2004); el cuestionario Socialmente em Acção (SA, Candeias, 2008); la Prueba Cognitiva de Inteligência Social (PCIS, Candeias, 2007); las matrices progresivas coloridas de Ravem (MPCR, Simões, 2000) y el Piers-Harris Children's Self-Concept Scale (PHCSCS-2 Veiga, 2006). En este momento ya fue realizada la primera evaluación y están siendo desarrolladas las actividades de *outdoor training* con el grupo experimental. En esta comunicación presentaremos algunos resultados cualitativos de la evolución observada en los alumnos que están participando en estas actividades.

Palabras Clave: *Outdoor Training*, Inteligencia Emocional, Inteligencia Social

ANTECEDENTES

Actualmente, cuando tenemos una pequeña conversación con cualquier profesor de educación básica y secundaria sobre las principales necesidades de los alumnos, es curioso verificar que la mayoría define el déficit de valores como la mayor queja que tienen en lo que se refiere a sus alumnos, destacando cuatro valores fundamentales como los más importantes: trabajo de equipo, respeto, espíritu crítico y autoestima (Santos, 2012). Mientas que inicialmente se valorizaba el coeficiente intelectual (CI), una inteligencia lógico-matemática, a finales del siglo XX se registra un cambio de mentalidad que comienza a poner en causa este CI como factor predominante para que se alcance el éxito social y profesional, pasando a defenderse el coeficiente emocional (CE). La inteligencia no facilita la felicidad con los que nos rodean. El CI de las personas no contribuye para nuestro equilibrio emocional, ni para nuestra salud mental. Son las habilidades emocionales y sociales las responsables por nuestra estabilidad emocional y mental, así como de nuestro ajuste social y racional (Goleman, 1995).

Linda Lantieri, en su obra “Inteligencia emocional infantil y juvenil” (2008), defiende que los estudiantes están más dotados para la vida si en su programa de estudios, conjuntamente con los fundamentos académicos, se incluye una preparación de habilidades sociales y emocionales. Así, a lo largo de la vida, conseguirán adquirir diversas capacidades, como la autoconsciencia, dominar emociones perturbadoras, una mayor sensibilidad para tratar con las emociones de los otros, y una mayor habilidad interpersonal, fundamentadas en las aptitudes construidas desde la infancia. A través del *Outdoor Training* podemos trabajar y desarrollar múltiples valores y competencias emocionales (Reinoso, 2009).

Podemos definir *Outdoor Training* como tiempos pasándolo bien fuera del espacio habitual, en el cual podemos practicar modalidades deportivas dentro de un programa apoyado en una metodología específica que trabaja las competencias definidas entre el “cliente” y el equipo de formadores. Es considerado un método efectivo para formar, incentivar y comprometer el capital humano de una institución u organización, independientemente de su categoría laboral y de su responsabilidad, en el cual las personas se envuelven de manera natural en desafíos que suponen, de una forma directa, asegurar y desenvolver la interacción del grupo (Carreras, 2005).

Para Molina (2011) la metodología *Outdoor Training* significa generar un espacio entre los individuos, los grupos y las organizaciones, permitiendo que se conozcan mejor, llevándolos a tomar conciencia de cómo pue-

den mejorar sus competencias, desarrollando para tal un plan de acción constante, coherente y orientado a un objetivo claro y consensual.

Para muchos investigadores, la razón del éxito de este método radica en la aplicación experimental de cuatro elementos básicos del aprendizaje: pensar, observar, hacer y sentir. Tiene la ventaja de trabajar y estimular la emoción y la cognición, lo que permite que las vivencias, profundamente grabadas, puedan ser aplicadas en situaciones posteriores (Cadavid *et al.*, 1999). Las acciones de formación realizadas fuera de salones de aula convencionales, actividades conocidas como *outdoor training*, introducidas en un plan global de formación, permiten mayor eficacia y rapidez de aprendizaje que el modelo tradicional. Permiten que se aprenda actuando en tiempo real, en el cual la asimilación de conocimientos, actitudes y conductas se produzcan de forma más profunda y efectiva. Entre otras ventajas, el participante interioriza lo que le fue enseñado mucho más fácilmente, dado que aprende participando y en un contexto motivador. Con el *outdoor training* conseguimos un cambio de actitud, facilitando el desarrollo personal. Los participantes se encargan de analizar sus propios progresos y el modo como deben aplicarlos (De la Vega, 1999).

De esta forma la esencia del *outdoor training* está en conseguir que los participantes sean capaces de transferir los aprendizajes realizados durante el desarrollo de las actividades para su ambiente de día-a-día. Más importante que las actividades propuestas es reflexionar sobre lo que paso durante las mismas, o sea, la actividad se convierte en un medio para determinar conductas y comportamientos que queremos trabajar (Gass, 1990; Iltin, 1999; Kolb, 1984; Priest, 1990).

Los programas de orientación exterior, o “fuera de puertas”, ya demostraron varios beneficios en grupos de empresarios, estudiantes universitarios y recientemente en adolescentes. Uno de los mayores beneficios adquiridos en estos proyectos es el crecimiento personal (Davis-Berman & Berman, 1996), asociado al aumento de la autoeficacia (Hinton, Twilley, & Mittelstaedt, 2007) y la retención de aprendizajes mejorada (Gass, 1990). También tuvieron un papel importante y positiva en la definición de las competencias sociales de los participantes y en el desarrollo de redes sociales (Gass, Garvey, & Sugarman, 2003), de adaptación a las habilidades de pequeños grupos y en la reducción de estereotipos (Galloway, 2000). También se ha demostrado que los comportamientos aprendidos en estos programas persisten cuando los alumnos regresan al ambiente escolar después del periodo de vacaciones (Wielens, Shirilla, & Gass, 2006).

Partiendo de estos estudio, podemos referir que, en los últimos años se han realizados muchos estudios importantes en lo que se refiere a la importancia de estos programas en el desarrollo de competencias socioemocionales. Así, pretendemos apostar en la metodología del *outdoor training* que está científicamente probada como un nuevo método de formación, fundamentado en teorías y modelos educativos ya evaluados, cuyo principal propósito es el desarrollo y trasmisión de valores que, además de desarrollar la inteligencia emocional de los individuos, también desarrolla una educación de alta calidad. Debemos referir que existen estudios empíricos realizados con empresarios y estudiantes universitarios, pero no existen investigaciones con niños en edad escolar de 1.º ciclo¹. Justamente uno de nuestros desafíos es utilizar esta metodología en niños y jóvenes con edades entre los 7 y los 12 años y comprobar, de forma empírica, que es eficaz para desarrollar las competencias socioemocionales.

OBJETIVOS

El principal objetivo de este proyecto de investigación es el de medir el impacto de un programa de *outdoor training* para niños de 1.º ciclo en la adquisición de:

Competencias sociales tales como: comunicación, trabajo de equipo, liderazgo, ayuda y respeto mutuo, responsabilidad, solución de conflictos, y capacidad de adaptación;

Competencias emocionales: identificación de emociones en si propios y en los otros, regulación de estados emocionales, desarrollo del autoconcepto y autoestima;

Hábitos de ciudadanía: preservación del medio ambiente, espíritu crítico;

Rendimiento escolar.

“OUTDOOR TRAINING COMO METODOLOGÍA PARA POTENCIAR LA INTELIGENCIA EMOCIONAL...”

PARTICIPANTES

Los participantes en el programa de *outdoor training* son alumnos de dos escuelas de 1.º ciclo de educación básica del Concelho de Funchal da Região Autónoma da Madeira, Portugal. En el grupo de control están a participar 79 alumnos, 43 de género femenino y 36 del masculino. En el grupo experimental 83 alumnos, 43 del género femenino y 40 del género masculino. En la tabla número 1 son presentados los participantes según el año de escolaridad.

Tabla 1. Participantes del estudio en función del grado de escolaridad y grupo de estudio

	Grupo Experimental		Grupo de control	
	n	%	n	%
1.º Grado	21	25.3	21	26.6
2.º Grado	21	25.3	15	19.0
3.º Grado	22	26.5	21	26.6
4.º Grado	19	22.9	22	27.8

MÉTODO

Para medir el impacto de la metodología de *outdoor training* utilizada para la adquisición de competencias socioemocionales será utilizada una metodología cuantitativa y optaremos por un diseño casi experimental, una vez que éticamente dentro del contexto socioeducativo no podemos constituir aleatoriamente clases que permitan controlar algunas variables que ya se demostraron como importantes para el desarrollo de competencias socioemocionales, como son la edad y el nivel socioeconómico.

INSTRUMENTOS

Para evaluar el impacto del programa de *outdoor training* y de acuerdo con nuestros objetivos, iremos utilizar los siguientes instrumentos que se encuentran estudiados en la población portuguesa.

Para la evaluación de los alumnos serán utilizados:

El cuestionario socialmente en acción (Socialmente em Acção, SA, Candeias, 2008) y la Prova Cognitiva de Inteligência Social (PCIS, Candeia, 2007) para evaluar las competencias sociales;

El cuestionario de inteligencia emocional de Bar-On (Candeia & Rebocho, 2007) y el Test of Emotional Comprehension (TEC, Pons, Harris, & de Rosnay, 2004, traducida por Roazzi et al., 2008) para medir las competencias emocionales;

El PHSCS-2 Questionario de Autoconceito (Veiga, 2006) para medir el desarrollo del autoconcepto;

Para medir las capacidades cognitivas fueron utilizadas las matrices progresivas coloridas de Raven (MPCR, Simões, 2000);

Y para evaluar el rendimiento escolar fueron utilizadas las evaluaciones de los profesores del último periodo escolar del momento en que se realiza la evaluación.

Los padres y profesores evaluarán a sus hijos a través de los siguientes instrumentos:

El cuestionario de inteligencia emocional de Bar-On, versión para padres y profesores (adaptado por Pires, Candeias & Rebocho, 2007);

El cuestionario de Socialmente en Acción (Socialmente em Acção), versión para padres y profesores de (Candeias, 2008).

FUNDAMENTACIÓN DEL PROGRAMA

El propósito principal del programa es desarrollar valores y principios (de carácter personal, social, moral y medio ambiental) que garanticen y viabilicen la convivencia social, para que cuando surjan diferencias, consigamos reflexionar, discutir y conseguir obtener soluciones que beneficien al grupo o al equipo, así como entender que ante diferencias, se requiere el respeto a la diversidad (Reinoso, 2009). Clarificamos los valores y las actividades que son trabajados en este tipo de programas para comprender mejor las razones de su aplicabilidad en el desarrollo de competencias en niños y jóvenes (Santos, 2012):

Aptitudes y valores de crecimiento personal: Autoestima, autoconcepto, motivación, superación personal, combatir el estrese, creatividad y confianza, gestión de riesgos, estrategias de planificación y organización.

Aptitudes y valores centrados en el grupo: habilidades de comunicación, capacidad creativa en la solución de problemas, trabajo de equipo, liderazgo, toma de decisiones, gestión de conflictos, capacidad de delegar competencias, sensibilidad interpersonal.

De acuerdo con Priest (2001), el *outdoor training* presenta las siguientes características:

Es innovador: las actividades pueden ser consideradas inéditas dado que es un programa realizado fuera del salón de clases;

Es experimental: se trabaja en situaciones completamente diferentes, fuera del contexto convencional de su día a día, con un elevado grado de retención de aprendizajes (hasta un 75%).

Es real: trabaja desde las necesidades diagnosticadas, existen una realidad de lo que se pretende alcanzar.

Es seguro: trabajando situaciones análogas a las que están acostumbrados con actividades realizadas en máxima seguridad, con técnicos especializados controlando toda la actividad.

Elevado impacto: el grado de retención de aprendizajes es bastante elevado porque estas actividades requieren mucha atención por parte de los participantes, puesto que traen situaciones innovadoras que provocan una participación activa.

Es divertido: La variedad de actividades disponibles, junto con la atmosfera informal y relajada del programa, generan una experiencia de aprendizaje agradable y divertida.

Motivante: El nivel de entrega y entusiasmo es tan elevado que de hecho provoca en los participantes motivación en el comportamiento, aprendizaje, solución de problemas y alteraciones en el propio grupo.

Feedbacks: permite que los participantes expresen sus experiencias y reconozcan su manera de actuar. Esta forma de actuar facilita un diagnóstico al nivel de individual y de grupo, para que podamos establecer un plan de acción (desarrollado a medio plazo), con el objetivo de mejorar comportamientos y habilidades referenciados en este programa

Es transferible: diferentes estudios comprueban que los participantes, cuando llegan a sus locales de trabajo, muestran mudanzas acentuadas en sus comportamientos diarios.

PROCEDIMIENTOS

El programa fue iniciado en julio de 2013 con un conjunto de sesiones de sensibilización a profesores y padres. En esas sesiones fue expuesto el programa desarrollado, cómo este se encuadra en el proyecto educativo de la escuela y cómo se encuentra debidamente autorizado por Secretaría Regional de Educação. Fueron presentados los objetivos de la actividad, la metodología de *outdoor training*, las ventajas del programa y fue solicitado el apoyo y la autorización de los padres.

Una vez presentado el programa, se procedió a la evaluación inicial del grupo experimental y el grupo de control. Profesores y padres respondieron a los cuestionarios de evaluación sobre las competencias emocionales y sociales de cada uno de los alumnos. Posteriormente, en octubre de 2013 fue iniciado el programa de *outdoor training* a los niños del grupo experimental, mientras el grupo de control continuo con sus actividades curriculares normales. Las actividades del programa están proyectadas hasta la última semana de mayo de 2014.

Protocolo del programa

Las sesiones de *indoor* y *outdoor* se desarrollan de acuerdo con un protocolo específico, en tres momentos distintos, que serán gravadas para efectos de evaluación continua y cualitativa del programa:

Briefing: que tiene como objetivo preparar a los participantes para iniciar las actividades. Se desarrollan actividades de conocimiento de grupo y se comunican los objetivos de las actividades. Duración: 10 min.

Desarrollo de las actividades: donde son dinamizadas las actividades programadas. Duración: 45 min.

Debrief: que consiste en un momento reflexivo sobre lo que ocurrió durante la actividad, con el análisis de cuáles fueron las competencias desarrolladas, así como la identificación de los puntos fuertes y las vulnerabilidades de cada alumno en la realización de las actividades. Duración: 10 min.

“OUTDOOR TRAINING COMO METODOLOGÍA PARA POTENCIAR LA INTELIGENCIA EMOCIONAL...”

El desarrollo anual de las actividades seguirá la siguiente planificación:

Actividades de presentación del programa a los alumnos y conocimiento del grupo, consistente en una actividad *indoor*.

Actividad de reconocimiento de las emociones, consistente en una actividad *indoor*.

Actividades para el desarrollo de competencias de comunicación, consistentes en cuatro sesiones: una *outdoor* de experimentación; una *indoor* de reflexión, una *outdoor* para aplicar conocimientos adquiridos y una *indoor* de consolidación de aprendizaje.

Actividades para el desarrollo de competencias de liderazgo, consistentes en cuatro sesiones: una *outdoor* de experimentación; una *indoor* de reflexión, una *outdoor* para aplicar conocimientos adquiridos y una *indoor* de consolidación de aprendizaje.

Actividades para el desarrollo de competencias de gestión de stress, consistentes en cuatro sesiones: una *outdoor* de experimentación; una *indoor* de reflexión, una *outdoor* para aplicar conocimientos adquiridos y una *indoor* de consolidación de aprendizaje.

Actividades para el desarrollo de competencias de gestión de humor, consistentes en cuatro sesiones: una *outdoor* de experimentación; una *indoor* de reflexión, una *outdoor* para aplicar conocimientos adquiridos y una *indoor* de consolidación de aprendizaje.

Actividades para el desarrollo de competencias de resiliencia, consistentes en cuatro sesiones: una *outdoor* de experimentación; una *indoor* de reflexión, una *outdoor* para aplicar conocimientos adquiridos y una *indoor* de consolidación de aprendizaje.

Finalizado el programa, será realizada nuevamente la evaluación de las competencias emocionales y sociales tanto de los alumnos del grupo experimental como de los alumnos del grupo de control. Estos resultados serán introducidos en una base de datos creada para tal efecto utilizando el software SPSS, versión 22 para Windows. Las grabaciones de los *debrief* serán transcritos para posterior análisis de contenido.

Cronograma de actividades

La intervención será focalizada en una escuela de 1.º ciclo de educación básica del consejo de Funchal. En esta escuela existe un espacio extracurricular dedicado a clubs. El programa de *outdoor training* será implementado en este espacio extracurricular y funcionará como uno de los clubs (actividad de *outdoor*) y también en algunas horas de espacio curricular (actividades *indoor*). Así, una sección por año escolar participará en actividades de *outdoor training*, los cuales constituirán el grupo experimental, y otra sección de la escuela irá a servir de grupo de control (continuarán a participar en los clubs en actividades ya existentes y sus aulas curriculares funcionaran normalmente). De esta forma el plano experimental tendrá la configuración presentada en el cuadro 1.

Cuadro 1. Cronograma de actividades anual

Mes	Actividades		
	Presentación	Evaluación del programa	Programa <i>Outdoor Training</i> ¹
Julio	Presentación del programa a profesores y directores		
Septiembre	Presentación del programa a padres y alumnos	Pre-teste (padres, profesores y alumnos)	
Octubre		Evaluación cualitativa continua (alumnos y profesores)	Competencias emocionales
Diciembre			Competencias de comunicación
Enero			Competencias de liderazgo
Febrero			Competencias de gestión de estrese
Marzo			Competencias de gestión de estrese
Abril			Competencias de gestión de humor
Mayo			Competencias de resiliencia
Junio		Post-teste (padres, profesores y alumnos)	
Julio			
Agosto		Evaluación final del programa	
Septiembre	Presentación de los resultados del programa		

Nota. 1. Programa aplicado al grupo experimental mientras el grupo de control continúa a participar en sus aulas curriculares normalmente.

RESULTADOS

Hasta este momento han sido realizadas 13 sesiones, 7 *indoor* y 6 *outdoor*. En las primeras sesiones los alumnos tuvieron dificultad en trabajar en equipo y comunicarse de forma efectiva, siendo esta la primera competencia trabajada en las actividades *indoor*.

En las actividades *indoor* es visualizado un video de las actividades realizadas en la sesión anterior, siendo colocadas cuatro preguntas clave: ¿Qué sucedió durante la actividad?, ¿Cómo explicar lo sucedido?, en el salón de clases, ¿suele suceder lo mismo?, ¿Qué podemos hacer para mejorar la situación? Los alumnos diagnosticaron algunos puntos negativos como, por ejemplo: Hablar muy alto, no trabajar en equipo, ser egoístas, hacer trampas, no saber las reglas, no escuchar a los compañeros, no respetar la opinión de los amigos, y no respetar al líder. Observamos que los alumnos de estas edades toman conciencia de sus errores y son capaces de hacer un análisis de su desempeño durante la tarea. Ellos propios concluyeron que, a través del análisis de sus errores y de los errores de los otros, podían aprender más y mejorar su desempeño.

Precisamente, durante las actividades *outdoor* se observa que los participantes comienzan a aplicar las competencias utilizadas en los primeros desafíos, se escuchan cuando hablan, planifican, comienzan a tomar conciencia de las competencias necesarias para desarrollar las actividades. Los alumnos comienzan a prestar atención a los errores cometidos en los desafíos anteriores, a los *feedbacks* realizados por los facilitadores, a los análisis realizados en las actividades *indoor*, transformando las debilidades en fortalezas.

Diagnosticamos una evolución positiva de su comportamiento a nivel de comunicación, trabajo en equipo y planificación de estrategias. Actualmente están siendo trabajadas competencias de gestión de estrese y humor y, aunque todavía los alumnos tienen dificultad para controlar su frustración, comienzan a tener conciencia de sus propias emociones, que es el primer paso para la regulación emocional.

“OUTDOOR TRAINING COMO METODOLOGÍA PARA POTENCIAR LA INTELIGENCIA EMOCIONAL...”

Esperamos que durante el programa los participantes continúen a mejorar sus capacidades de comunicación, trabajo en equipo, liderazgo y gestión de humor y estrese, y que en el futuro sean capaces de transferir este aprendizaje para los contextos educativos donde estén involucrados. Ya Santos (2012) había encontrado evidencias de que la metodología de *outdoor training* aplicada a jóvenes de 12 y 13 años tenía efectos significativos en la mejora de las competencias emocionales como adaptabilidad, relaciones interpersonales y en la gestión de estrese. Esperamos que a través de los resultados de este estudio queden claras las ventajas de la metodología *outdoor training* para la promoción de competencias socioemocionales en jóvenes y adolescentes.

CONCLUSIONES

Es patente la necesidad de que la inteligencia emocional sea incluida en el día a día de los niños y jóvenes, tanto mediante la institución escolar, como a través de otros medios sociales. El desarrollo de los niños y adolescentes presupone, en primer lugar, la dimensión personal de su existencia, la cual se consolida en la adquisición de competencias que permiten el establecimiento de sentido de su identidad. Implica también considerar la dimensión social de su existencia, con la adquisición de competencias que posibiliten establecer comportamientos relacionados proactivos para la inserción en la vida social y escolar. Esta prerrogativa se refiere a la aptitud de inteligencia emocional para mantener relaciones personales e interpersonales significativas con los demás, expresado por la máxima “aprender a vivir consigo mismo y con los otros”.

Así, y teniendo en cuenta investigaciones recientes, cabe resaltar que los niños y adolescentes con una inteligencia emocional aprenden mejor, tienen menos problemas de conducta, son menos violentos, resuelven mejor los conflictos, tienen menos probabilidad de tener una conducta autodestructiva, gozan de una mayor capacidad para controlar los impulsos, se sienten mejor consigo mismo, poseen mayor facilidad para resistir presiones, se caracterizan por ser más empáticos, más amigos, son más felices y saludables, teniendo mayor éxito en sus actividades.

Consideramos que el *Outdoor Training* proporciona patrones de aprendizaje de relaciones personales e interpersonales maduros y que desarrollan la personalidad. En este contexto, viene a perfeccionar sobre todo las aptitudes relativas a la comunicación asertiva, al establecimiento y cultivo de los lazos de amistad, la comunicación auténtica, la gestión de la presión de resolución de problemas y la capacidad de superar conflictos o stress. Sabiendo esto, sugerimos que se realicen trabajos futuros sobre la duración de estos cambios y en el desarrollo de programas específicos. Claramente es necesario realizar más estudios sobre el proceso, contenido y calidad de las experiencias de los participantes en actividades de *outdoor*, que van a continuar a revelarse como un área útil de investigación, teniendo en cuenta la popularidad de las experiencias y la tasa de participación, que continúa a subir.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Cadavid, J.C., Calleja, A., Olave, T., Moreno, A., & Quiñones, A. (1999). *Outdoor Training: Entrenamiento de Habilidades y Fortalecimiento de Actitudes para el Liderazgo y Trabajo en Equipo*. Paipa: Funlibre Eje Cafetero.
- Candeia, A. (2007). *PCIS – Prova Cognitiva de Inteligência Social*. Lisboa: Cegoc-Tea.
- Candeias, A. (2008). *Prova de Avaliação de Competência Social PACS. Manual Experimental*. Lisboa: CEGOC-TEA, Lda.
- Candeias, A., & Rebocho, M. (2007). *Questionário de Inteligência Emocional de Bar-On (Instrumento não publicado de avaliação psicológica)*.
- Carreras, M. (2005). La identificación de los roles de equipo en Warner Bros Park. *Capital Humano*, 187, 24.
- Davis-Berman, J. L., & Berman, D. (1996). Using the wilderness to facilitate adjustment to college: An updated description of wilderness orientation programs. *Journal of Experiential Education*, 19(1), 22-28. doi: 10.1177/105382599601900104
- De La Vega, I. (1999). *Outdoor training: Aprendiendo en tiempo real*. *Capital Humano*, 126, 59-62.

- Galloway, S.P. (2000). Assessment in wilderness orientation programs: Efforts to improve college student retention. *Journal of Experiential Education*, 23 (2), 75-84. doi: 10.1177/105382590002300205
- Gass, M. (1990). The longitudinal effects of an adventure orientation program on the retention of students. *Journal of College Student Development*, 31 (1), 33-38.
- Gass, M., Garvey, D. & Sugarman, D. (2003). The long-term effects of a first-year student wilderness orientation program. *Journal of Experimental Education*, 26 (1), 30-40. doi: 10.1177/105382590302600106
- Goleman, D. (1995). *Inteligência Emocional*. Rio de Janeiro: Objetiva.
- Hinton, J. L., Twilley, D. L., & Mittelstaedt, R. D. (2007). An investigation of self-efficacy in a freshman wilderness experience program. *Research in Outdoor Education*, 8, 105-118.
- Itin, C. (1999). Reasserting the philosophy of experiential education as a vehicle for change in the 21 century. *Journal of experiential Education*, 22(2), 91-98. doi: 10.1177/105382599902200206
- Kolb, D. A. (1984). *Experiential learning: Experience as the source of learning and development*. Englewood Cliffs, NJ: Prentice-Hall.
- Lantieri, L. (2008). *Inteligencia emocional infantil y juvenil*. Madrid: Aguilar
- Molina, J. (2011). *Gestaltentum, desarrollo de competencias emocionales en alumnus universitarios bajo la metodología de formación «Outdoor Training»*. (Tesis doctoral). Universidad de Málaga, Malaga.
- Pons, F., Harris, P. L., & Rosnay, M. (2004) Emotion comprehension between 3 and 11 years: Developmental periods and hierarchical organization. *European Journal of Developmental Psychology*, 1, 127-151. doi: 10.1080/17405620344000022
- Priest, S. (1990). The semantics of adventure education. In J. C. Miles & S. Priest (Eds.), *Adventure Education*. State College, PA: Venture.
- Priest, S. (2001). A program evaluation Primer. *The Journal of experiential education*, 24 (1), 34-40. doi: 10.1177/105382590102400108
- Reinoso, M. (2009). *Outdoor Training y la Educación en Valores*. Sevilla: Wanceulen Editorial Deportiva, S.L.
- Roazzi, A., Dias, M., Minervino, C., Roazzi, M., & Pons, F. (2008). Compreensão das emoções em crianças: estudo transcultural sobre a validação do teste de compreensão da emoção TEC (testo f emotion comprehension). In A. Noronha, C. Machado, L. Almeida, M. Gonçalves, S. Martins, & V. Ramalho (Coord.), *Actas da XIII Conferência Internacional Avaliação Psicológica: Formas e Contextos (CD)*. Braga: Psiquilibrios.
- Santos, M.A. (2012). *Outdoor Training como metodologia para mejorar la inteligência emocional de niños y jóvenes (Disertación de doctorado)*. Universidad de Malaga, Malaga.
- Simões, M. (2000). *Investigações no âmbito da aferição nacional do teste das matrizes progressivas coloridas de Raven (MPCR)*. Lisboa: Fundação Calouste Gulbenkian.
- Veiga, F.H. (2006). Uma nova versão da escala de autoconceito Piers-Harris Children's Self-Concept Scale (PHCSCS-2). *Psicologia e Educação*, 1 (1), 39-48.
- Wielens, A., Shirilla, P., & Gass, M. (2006, November). Social skill development in residential outdoor education programming. Paper presented at the Symposium on Experiential Education Research (SEER), St. Paul, Minnesota.

¹ Designación que se da a los primeros 4 años de educación básica en Portugal.

