

UNIVERSIDAD DE EL SALVADOR
FACULTAD MULTIDISCIPLINARIA ORIENTAL
DEPARTAMENTO DE CIENCIAS Y HUMANIDADES
SECCIÓN DE PSICOLOGÍA



TRABAJO DE GRADO:

“PERFIL DE INTELIGENCIA EMOCIONAL DE ESTUDIANTES DE PRIMER AÑO
DE LA CARRERA LICENCIATURA EN PSICOLOGÍA DE LAS UNIVERSIDADES
DE LA CIUDAD DE SAN MIGUEL, DURANTE EL AÑO DE 2016”

PRESENTADO POR:

MEJÍA ALVAREZ, JOSÉ ANGEL

PARA OPTAR AL TÍTULO DE:

LICENCIADO EN PSICOLOGÍA

DOCENTE DIRECTORA:

LICDA. KALLY JISSELL ZULETA PAREDES

CIUDAD UNIVERSITARIA ORIENTAL, AGOSTO DE 2016.

SAN MIGUEL

EL SALVADOR

CENTRO AMÉRICA.

UNIVERSIDAD DE EL SALVADOR

AUTORIDADES

LIC. JOSÉ LUIS ARGUETA ANTILLÓN

RECTOR INTERINO

LIC. ROGER ARMANDO ARIAS

VICE-RECTOR ACADEMICO INTERINO

ING CARLOS ARMANDO VILLALTA

VICE-RECTOR ADMINISTRATIVO INTERINO

DRA. ANA LETICIA ZA VALETA DE AMAYA

SECRETARIA GENERAL

LICDA. NORA BEATRIZ MELÉNDEZ

FISCAL GENERAL INTERINA

FACULTAD MULTIDISCIPLINARIA ORIENTAL

AUTORIDADES

ING. JOAQUÍN ORLANDO MACHUCA GÓMEZ

DECANO

LIC. CARLOS ALEXANDER DIAZ

VICE- DECANO

LIC. JORGE ALBERTO ORTEZ HERNÁNDEZ

SECRETARIO GENERAL

MSC. JORGE PASTOR FUENTES CABRERA

DIRECTOR GENERAL DE PROCESOS DE GRADUACIÓN

DEPARTAMENTO DE CIENCIAS Y HUMANIDADES

AUTORIDADES

DRA. NORMA AZUCENA FLORES RETANA

JEFA DE DEPARTAMENTO DE CIENCIAS Y HUMANIDADES

LIC. LUIS ROBERTO GRANADOS GOMEZ

COORDINADOR GENERAL DE PROCESOS DE GRADUACIÓN

LIC. NAHUN VASQUEZ NAVARRO

COORDINADOR DE LA SECCIÓN DE PSICOLOGÍA

LICDA. KALLY JISSELL ZULETA PAREDES

DOCENTE DIRECTORA

TRIBUNAL CALIFICADOR

LIC. LUIS ROBERTO GRANADOS GOMEZ

PRESIDENTE

LICDA. KALLY JISELL ZULETA PAREDES

SECRETARIA

LIC. MANUEL DE JESÚS CASTRO ASCENCIO

VOCAL

AGRADECIMIENTOS

En este proceso académico incursionado han surgido muchos acontecimientos que han marcado fundamentalmente mi vida y que a su vez me han hecho crecer consiente y objetivamente en diferentes ámbitos que la componen; agradezco grandemente a todas las personas, amigos, compañeros, familiares; entre otros que me han acompañado en este camino brindándome apoyo y confianza, pero de manera especial agradezco:

A NUESTRO PADRE CELESTIAL

A quien considero una energía pura, bendita, fiel que enriquece, fortalece, guía e ilumina, mi ser y que por medio de esa fuerza divina he podido atender, comprender y regular diversos sucesos de la vida, dirigiendo mis pensamientos, emociones y decisiones adecuadamente logrando con ello obtener este significativo paso en mi formación académica ¡Gracias mi amado padre celestial!

A MIS PADRES

Cándida de Mejía por impulsarme, animarme, cuidarme, confiar en mí; **Miguel Mejía García** por siempre apoyarme y proveerme de ciertas necesidades, en general por ser quienes han dado una excelente dirección a mi vida y ser ejemplo de personas correctas, grandes padres y profesionales, además de su paciencia, dedicación, amor, respeto, compromiso, entre tantas cosas que día a día han brindado a mi vida, Gracias, mis viejos.

A MI TÍA

Amanda García Por enseñarme que una persona puede valerse por sí misma, ser fuerte e independiente cuando se lo propone en la vida; además de su afecto, atenciones, apoyo, respeto, admiración, entre muchas cosas más, Gracias mi viejita.

A MI HERMANO:

José Miguel Mejía, Con quien tengo poca comunicación pero la necesaria para saber el maravilloso ser humano que es, y que a nuestro estilo apreciamos el gran significado de ser hermanos, le agradezco por darme el ejemplo de perseverancia, constancia, seriedad, determinismo en su profesión de Médico que me ha servido como motivación para finalizar este camino emprendido, Gracias Hermano...

A MIS DOCENTES DE EDUCACIÓN BÁSICA Y EDUCACIÓN MEDIA

Por prepararme y desarrollarme para enfrentar el proceso de formación profesional con éxito, porque mucho de lo que me ha permitido convertirme en lo que ahora soy es producto de los procesos de enseñanza brindados por ustedes, Gracias mis Profes.

A MIS DOCENTES DE EDUCACIÓN SUPERIOR

Por ser parte fundamental en este camino brindándome de sus conocimientos para ahora convertirme en otro exponente de esta ciencia tan maravillosa como lo es la Psicología, Gracias Licenciadas y Licenciados.

A MI APRECIABLE LICENCIADA JISELL ZULETA

Porque aparte de orientarme en este proceso de grado como mi asesora, ha sido mi Psicóloga desde mi iniciación en esta profesión, por sus muestras de apoyo y comprensión, Gracias Licenciada.

José Angel Mejía Alvarez.

ÍNDICE

CONTENIDO	PÁG.
AUTORIDADES.....	ii
AGRADECIMIENTOS.....	xxiv
ÍNDICE.....	xxvi
RESUMEN.....	xvii
INTRODUCCIÓN.....	xviii

CAPÍTULO I

1.1 SITUACION PROBLEMÁTICA.	23
1.2. ENUNCIADO DEL PROBLEMA.....	25
1.3. JUSTIFICACIÓN	26
1.4. OBJETIVOS	28

CAPÍTULO II. MARCO TEÓRICO REFERENCIAL

2.1. ANTECEDENTES HISTÓRICOS DE ESTUDIOS DE LA IE EN LATINOAMÉRICA. .	30
2.2.ANTECEDENTES HISTÓRICOS DEL CONCEPTO Y ESTUDIO DE LA INTELIGENCIA EMOCIONAL.	35
2.2.1. ANÁLISIS Y DEFINICIONES DEL CONSTRUCTO INTELIGENCIA EMOCIONAL.....	41
2.2.2. DEFINICIONES DE LA IE POR OTROS AUTORES Y CONSIDERACIONES IMPORTANTES.	45
2.3. IMPORTANCIA DE LA IE EN LA VIDA DIARIA, JUVENTUD, EDUCACIÓN SUPERIOR Y EL ÁMBITO LABORAL	50

2.3.1. HABILIDADES IMPORTANTES DE FOMENTAR ESPECIALMENTE EN LOS JÓVENES.....	53
2.4 PRINCIPALES MODELOS DE LA IE	63
2.4.1 MODELOS MIXTOS.....	67
2.4.1.1 MODELO DE BAR-ON	67
2.4.1.2 MODELO DE DANIEL GOLEMAN.....	76
2.4.2. MODELOS DE HABILIDADES.....	83
2.4.2.1 MODELO DE COOPER Y SAWAF.....	83
2.4.2.2 MODELO DE MAYER Y SALOVEY	92
2.4.2.2.1. MODELO DE INTELIGENCIA EMOCIONAL PERCIBIDA.....	93
2.4.2.2.2. MODELO DE IE COMO PROCESAMIENTO DE LA INFORMCIÓN.....	103
2.5. EVALUACIÓN DE LA IE	113
2.5.1 MÉTODOS DE MEDICIÓN CIENTÍFICOS DE LA INTELIGENCIA EMOCIONAL.....	113
2.5.2. OTRAS CONSIDERACIONES EN CUANTO A LA EVALUACIÓN DE LA IE.	117
2.6. BREVES MANIFESTACIONES EN CUANTO A PERCEPCIONES, SEGÚN PSICÓLOGOS, SOBRE EL PERFIL REAL E IDEAL DE INTELIGENCIA EMOCIONAL, DE ESTUDIANTES DE PRIMER AÑO DE PSICOLOGÍA DE UNIVERSIDADES DE LA CIUDAD DE SAN MIGUEL.	121

CAPÍTULO III. DISEÑO METODOLÓGICO

3.1 MÉTODO CUANTITATIVO	127
3.1.1 TIPO DE INVESTIGACIÓN DESCRIPTIVA	127
3.2 UNIVERSO	127
3.2.1 POBLACIÓN	127
3.2.2 CRITERIOS DE INCLUSIÓN:.....	128
3.2.3 CRITERIOS DE EXCLUSIÓN:.....	128
3.2.4 MUESTRA.....	128

3.2.5 TIPO DE MUESTRA	128
3.2.5.1 MUESTREO POR CONVENIENCIA	129
3.3. DESCRIPCIÓN DE PROFESIONALES ENTREVISTADOS.....	129
3.4. TÉCNICAS E INSTRUMENTOS.	131
3.4.1 ESCALA RASGO DE META CONOCIMIENTOS SOBRE ESTADOS EMOCIONALES (TMMS-24)	131
3.4.2 ESCALA DE INTELIGENCIA EMOCIONAL (EIE).....	132
3.5 PROCEDIMIENTOS.....	140
3.6 CONSIDERACIONES ÉTICAS.....	142

CAPÍTULO IV. ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE RESULTADOS

4.1 CUADROS Y REPRESENTACIONES GRÁFICAS DE INTELIGENCIA EMOCIONAL EN JÓVENES.....	148
4.2 REPRESENTACIONES GRÁFICAS DE LA CARACTERIZACIÓN DE IE POR UNIVERSIDADES, ÁREAS Y COMPONENTES.	149
4.3.REPRESENTACIONES GRÁFICAS GENERALES DE IE POR UNIVERSIDADES	181
4.4.REPRESENTACIONES GRÁFICAS SOBRE DATOS GENERALES DE IE POR CADA INSTRUMENTO.....	189
4.5.REPRESENTACIÓN DE LA CATEGORIZACIÓN DE IE, DE LOS JÓVENES ESTUDIANTES DE PSCOLOGÍA DE LA CIUDAD DE SAN MIGUEL	192
4.6.ANALISIS DE RESULTADOS.....	196
CONCLUSIONES	201
RECOMENDACIONES	203
REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS.	204
GLOSARIO.	210

ANEXOS

ANEXO N° 1 TRAIINT META-MOOD SCALE (TMMS-24).....	215
ANEXO N° 2 ESCALA DE INTELIGENCIA EMOCIONAL (EIE)	218
ANEXO N° 3 SOLICITUD PARA EJECUCION DE LA INVESTIGACION	238
ANEXO N° 4 CONSENTIMIENTO INFORMADO.....	239
ANEXO N° 5 RESULTADOS DE ESCALAS DE IE APLICADAS A JOVENES.....	240
ANEXO N° 6 CRONOGRAMA DE ACTIVIDADES	248

ÍNDICE DE FIGURAS Y CUADROS

Figura 1: Resumen del planteamiento teórico de Bar On.....	75
Figura 2: Organización de los componentes de la IE según Goleman.	81
Figura 3: Resumen de la teoría del modelo de Inteligencia Emocional de Goleman... ..	82
Figura 4: Elementos constitutivos de la IE según Cooper y Sawaf	84
Figura 5: Formulación teórica de la IE percibida.....	102
Figura 6: Relaciones entre las habilidades de la IE y los procesos psicológicos.....	103
Figura 7: Comparación de las distintas teorías de IE.....	112

CUADROS

Cuadro resumen de los procesos de la IE	95
Cuadro sobre puntos de corte de TMMS-24.....	132

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1. Representación de unidad de análisis muestra de jóvenes universitarios.....	148
Tabla 2. Distribución de frecuencias del nivel de autoconciencia de los/as jóvenes.....	149
Tabla 3 Distribución de frecuencias del nivel de autocontrol de los/as jóvenes	150
Tabla 4. Distribución de frecuencias del nivel de motivación de los/as jóvenes	151
Tabla 5 Distribución de frecuencias del nivel de empatía de los/as jóvenes.....	152
Tabla 6 Distribución de frecuencias del nivel de relaciones con los demás de los/as jóvenes ...	153
Tabla 7 Distribución de puntuaciones sobre percepción emocional en las/los jóvenes.	154
Tabla 8 Distribución de puntuaciones sobre comprensión emocional en las/los jóvenes	155
Tabla 9 Distribución de puntuaciones sobre regulación emocional en las/los jóvenes	156
Tabla 10 Distribución de frecuencias del nivel de autoconciencia de los/as jóvenes.....	157
Tabla 11 Distribución de frecuencias del nivel de autocontrol de los/as jóvenes	158
Tabla 12 Distribución de frecuencias del nivel de motivación de los/as jóvenes	159
Tabla 13 Distribución de frecuencias del nivel de empatía de los/as jóvenes.....	160
Tabla 14 Distribución de frecuencias del nivel de relaciones con los demás de los/as jóvenes.	161
Tabla 15 Distribución de puntuaciones sobre percepción emocional en las/los jóvenes.....	162
Tabla 16 Distribución de puntuaciones sobre comprensión emocional en las/los jóvenes	163
Tabla 17 Distribución de puntuaciones sobre regulación emocional en las/los jóvenes	164
Tabla 18 Distribución de frecuencias del nivel de autoconciencia de los/as jóvenes.....	165
Tabla 19 Distribución de frecuencias del nivel de autocontrol de los/as jóvenes	166
Tabla 20 Distribución de frecuencias del nivel de motivación de los/as jóvenes	167
Tabla 21 Distribución de frecuencias del nivel de empatía de los/as jóvenes.....	168
Tabla 22 Distribución de frecuencias del nivel de relaciones con los demás de los/as jóvenes.	169
Tabla 23 Distribución de puntuaciones sobre percepción emocional en las/los jóvenes.....	170
Tabla 24 Distribución de puntuaciones sobre comprensión emocional en las/los jóvenes.....	171

Tabla 25	Distribución de puntuaciones sobre regulación emocional en las/los jóvenes	172
Tabla 26	Distribución de frecuencias del nivel de autoconciencia de los/as jóvenes.....	173
Tabla 27	Distribución de frecuencias del nivel de autocontrol de los/as jóvenes	174
Tabla 28	Distribución de frecuencias del nivel de motivación de los/as jóvenes	175
Tabla 29	Distribución de frecuencias del nivel de empatía de los/as jóvenes.....	176
Tabla 30	Distribución de frecuencias del nivel de relaciones con los demás de los/as jóvenes .	177
Tabla 31	Distribución de puntuaciones sobre percepción emocional en las/los jóvenes.....	178
Tabla 32	Distribución de puntuaciones sobre comprensión emocional en las/los jóvenes	179
Tabla 33	Distribución de puntuaciones sobre regulación emocional en las/los jóvenes	180
Tabla 34	Representación de IE de los/as jóvenes de la Universidad Modular Abierta según la EIE.....	181
Tabla 35	Representación de IE de los/as jóvenes de la Universidad Modular Abierta según la TMMS-24	182
Tabla 36	Representación de IE de los/as jóvenes de la Universidad de Oriente según la EIE.....	183
Tabla 37	Representación de IE de los/as jóvenes de la Universidad de Oriente según la TMMS-24	184
Tabla 38	Representación de IE de los/as jóvenes de la Universidad Gerardo Barrios según la EIE.....	185
Tabla 39	Representación de IE de los/as jóvenes de la Universidad Gerardo Barrios según la TMMS-24.....	186
Tabla 40	Representación de IE de los/as jóvenes de la Universidad de El Salvador Facultad Multidisciplinaria Oriental, según la (EIE).....	187
Tabla 41	Representación de IE de los/as jóvenes de la Universidad de El Salvador, Facultad Multidisciplinaria Oriental, según la TMMS-24	188
Tabla 42	Representación de resultados de IE según la Escala de Inteligencia Emocional	189
Tabla 43	Representación de resultados de IE según la Trait Meta-Mood Scale TMMS-24	190

Tabla 44 Categorizaciones de Inteligencia Emocional.....	192
--	-----

ÍNDICE DE GRÁFICAS

Gráfico 1 Representación de unidad de análisis muestra de jóvenes universitarios.....	148
Gráfico 2 Distribución de frecuencias del nivel de autoconciencia de los/as jóvenes.....	149
Gráfico 3 Distribución de frecuencias del nivel de autocontrol de los/as jóvenes	150
Gráfico 4 Distribución de frecuencias del nivel de motivación de los/as jóvenes	151
Gráfico 5 Distribución de frecuencias del nivel de empatía de los/as jóvenes.....	152
Gráfico 6 Distribución de frecuencias del nivel de relaciones con los demás de los/as jóvenes	153
Gráfico 7 Distribución de puntuaciones sobre percepción emocional en las/los jóvenes	154
Gráfico 8 Distribución de puntuaciones sobre comprensión emocional en las/los jóvenes	155
Gráfico 9 Distribución de puntuaciones sobre regulación emocional en las/los jóvenes	156
Gráfico 10 Distribución de frecuencias del nivel de autoconciencia de los/as jóvenes.....	157
Gráfico 11 Distribución de frecuencias del nivel de autocontrol de los/as jóvenes	158
Gráfico 12 Distribución de frecuencias del nivel de motivación de los/as jóvenes	159
Gráfico 13 Distribución de frecuencias del nivel de empatía de los/as jóvenes.....	160
Gráfico 14 Distribución de frecuencias del nivel de relaciones con los demás de los/as jóvenes....	161
Gráfico 15 Distribución de puntuaciones sobre percepción emocional en las/los jóvenes	162
Gráfico 16 Distribución de puntuaciones sobre comprensión emocional en las/los jóvenes ...	163
Gráfico 17 Distribución de puntuaciones sobre regulación emocional en las/los jóvenes	164
Gráfico 18 Distribución de frecuencias del nivel de autoconciencia de los/as jóvenes.....	165
Gráfico 19 Distribución de frecuencias del nivel de autocontrol de los/as jóvenes	166
Gráfico 20 Distribución de frecuencias del nivel de motivación de los/as jóvenes	167
Gráfico 21 Distribución de frecuencias del nivel de empatía de los/as jóvenes.....	168

Gráfico 22 Distribución de frecuencias del nivel de relaciones con los demás de los/as jóvenes.....	169
Gráfico 23 Distribución de puntuaciones sobre percepción emocional en las/los jóvenes	170
Gráfico 24 Distribución de puntuaciones sobre comprensión emocional en las/los jóvenes ...	171
Gráfico 25 Distribución de puntuaciones sobre regulación emocional en las/los jóvenes	172
Gráfico 26 Distribución de frecuencias del nivel de autoconciencia de los/as jóvenes.....	173
Gráfico 27 Distribución de frecuencias del nivel de autocontrol de los/as jóvenes	174
Gráfico 28 Distribución de frecuencias del nivel de motivación de los/as jóvenes	175
Gráfico 29 Distribución de frecuencias del nivel de empatía de los/as jóvenes.....	176
Gráfico 30 Distribución de frecuencias del nivel de relaciones con los demás de los/as jóvenes ..	177
Gráfico 31 Distribución de puntuaciones sobre percepción emocional en las/los jóvenes	178
Gráfico 32 Distribución de puntuaciones sobre comprensión emocional en las/los jóvenes ...	179
Gráfico 33 Distribución de puntuaciones sobre regulación emocional en las/los jóvenes	180
Gráfico 34 Representación de IE de los/as jóvenes de la Universidad Modular Abierta según la EIE	181
Gráfico 35 Representación de IE de los/las jóvenes de la Universidad Modular Abierta según la TMMS-24	182
Gráfico 36 Representación de IE de los/as jóvenes de la Universidad de Oriente según la EIE	183
Gráfica 37 Representación de IE de los/as jóvenes de la Universidad de Oriente según la (TMMS-24)	184
Gráfico 38 Representación de la IE de los/las jóvenes de la Universidad Gerardo Barrios según la (EIE).....	185
Gráfico 39 Representaciones gráficas de IE de los/las jóvenes de la Universidad Gerardo Barrios según la (TMMS-24).....	186
Gráfico 40 Representación de IE de los/as jóvenes de la Universidad de El Salvador, Facultad Multidisciplinaria Oriental, según la EIE	187

Gráfico 41 Representación de IE de los/as jóvenes de la Universidad de El Salvador, Facultad Multidisciplinaria Oriental, según la TMMS-24	188
Gráfico 42 Representación de resultados de IE según la Escala de Inteligencia.....	189
Gráfico 43 Representación de resultados de IE según la Trait Meta-Mood Scale TMMS-24	190

RESUMEN

El presente estudio, describe un perfil general de Inteligencia Emocional (IE) que tuvo como objetivo principal elaborar un “perfil” de IE, caracterizando y categorizando dimensiones del área emocional cognitiva en estudiantes de primer año de la carrera de Licenciatura en Psicología de las Universidades de la ciudad de San Miguel. En el proceso investigativo participaron 100 estudiantes de las universidades de la ciudad de San Miguel, tres privadas y una pública; que ofertan la carrera de Licenciatura en Psicología. Se empleó un diseño metodológico, cuantitativo descriptivo. Para medir la IE se utilizaron dos escalas; la escala de auto informe Trait Meta Mood Scale-24 (TMMS-24) que mide las dimensiones: percepción emocional, comprensión emocional, regulación emocional y la Escala de Inteligencia Emocional (EIE) que mide las dimensiones, autoconciencia, autocontrol, motivación, empatía y relaciones sociales. En la “TMMS-24”, en *percepción emocional* el 67% posee adecuada percepción, 23% debe mejorar porque presta poca atención a su percepción y 10% debe mejorar porque prestan demasiada atención a su percepción; en cuanto a *comprensión emocional*, 56% cuenta con adecuada comprensión, 25% debe mejorar comprensión y 19% resulto con excelente comprensión, finalmente *regulación emocional*, puntuó 65% con adecuada regulación, 27% con excelente regulación y 8% debe mejorar regulación. En la “EIE”, el 61% se ubico en Nivel Intermedio, 35% en Nivel Bueno, 3% en Nivel bajo, 1% se ubicó en Nivel Excelente de IE, Por lo tanto, se pudo conocer el parámetro real en cuanto a las diferentes áreas en las que se componen la escala EIE y la TMMS-24, teniendo el Perfil de Inteligencia Emocional general con el que cuentan los jóvenes universitarios.

Palabras clave:

Educación Superior, Inteligencia emocional, Universidad pública, Universidades privadas, Juventud, Perfil de inteligencia emocional, Entrevistas, Trait Meta Mood Scale-24, Escala de Inteligencia Emocional (EIE).

INTRODUCCIÓN

Las emociones forman parte importante de nuestra vida psíquica junto con las cogniciones, ya que ambas están íntimamente relacionadas y facilitan tomar decisiones más objetivas y/o adecuadas ante diferentes circunstancias de la vida. La IE comprende muchos factores, peculiaridades, habilidades y /o aptitudes que conforman y hacen único a cada ser humano, que son tan importantes y relevantes para el desarrollo global y para el conocimiento de la personalidad. Por lo tanto, conocer la vida emocional y saber interpretar las “emociones”, con eficacia, podrá aportar un mayor control y dirección a nuestras conductas, comportamientos y decisiones.

En la actualidad, la investigación psicoeducativa se ha interesado en profundizar en capacidades personales que buscan incrementar y potenciar el bienestar emocional, la calidad de las relaciones interpersonales, la salud mental, el rendimiento académico, entre otros. Al enfocarnos en la IE se comprende que es una perspectiva que resalta el desarrollo y la puesta en práctica de habilidades emocionales que son de vital importancia para la adaptación al entorno y a su vez contribuyen significativamente al bienestar psicológico, al crecimiento personal, familiar, social, académico; entre otros ámbitos o áreas importantes de la vida.

La propuesta de IE de John Mayer y Peter Salovey tiene mucha aceptación académica, y a la vez de manera empírica es la que más ha enfatizado en el ámbito educativo. Para estos autores la IE es definida como “la habilidad para percibir, valorar y expresar emociones con exactitud, la habilidad para acceder y/o generar sentimientos que faciliten el pensamiento; la habilidad para comprender emociones y el conocimiento

emocional y la habilidad para regular las emociones promoviendo un crecimiento emocional e intelectual” (Mayer y Salovey, 1997).

En este sentido la investigación profundiza sobre el conocimiento de capacidades emocionales personales de jóvenes que inician su proceso académico superior en Psicología ya que muchos entran a este camino sin conocer concretamente los beneficios que esta inteligencia brinda en su proceso de aprendizaje, desarrollo personal, social, profesional, laboral, y otros; es por ello que conocer el perfil de Inteligencia Emocional resulta importante ya que brinda un parámetro real en cuanto al desarrollo de esta inteligencia en una determinada persona; a su vez resulta importante denotar que esta habilidad en la actualidad se está posicionando en un lugar muy clave e importante en la mayoría de ámbitos que conciernen nuestras vidas y al auto conocerse en cuanto a IE se tienen mayores posibilidades de dirigir la vida hacia un mejor camino, previendo resultados mayormente exitosos.

La investigación está constituida por Cuatro capítulos, que de manera general se describen a continuación, capítulo uno: “Planteamiento del problema” en donde se expone la necesidad de conocer un perfil general de IE para tener un parámetro real en cuanto a la apertura de la formación profesional de los jóvenes, enfatizando en que la IE es una habilidad que al desarrollarse adecuadamente generara capacidad para entender emociones, experimentar con claridad sentimientos y reparar estados de ánimos negativos, entre otros ámbitos que la conciernen, seguido de ello se presenta el enunciado del problema; continuando con la justificación que resalta la importancia de

esta investigación afirmando que conocer habilidades emocionales permite a los jóvenes tener más probabilidades de sentirse satisfechos, ser eficaces en la vida y en dominar los hábitos mentales que favorezcan su propia productividad; seguidamente se enmarcan los objetivos puntuales como la línea o fundamento del trabajo de investigación; con los cuales se busca elaborar el perfil de Inteligencia Emocional; caracterizar el perfil de IE en las áreas de autoconciencia, autocontrol, motivación, empatía, percepción emocional, comprensión de las emociones, regulación de las emociones y relaciones interpersonales que integran la inteligencia emocional, además de categorizar las valoraciones y puntuaciones de los instrumentos de investigación sobre IE en estudiantes de primer año de la carrera Licenciatura en Psicología de las Universidades de la ciudad de San Miguel; culminando con los alcances y limitaciones obtenidos en el transcurso.

En el capítulo dos; “Marco teórico referencial” se desarrolla la respectiva teoría; bajo la cual se fundamenta el trabajo de investigación; puntualizando en antecedentes históricos de estudios de la IE en Latino América, así mismo desarrollando antecedentes históricos y estudios del concepto, también la importancia que este constructo propicia en la vida diaria, juventud, universidad y el ámbito laboral; los principales modelos de IE, la evaluación de la IE, percepciones de profesionales sobre el perfil de IE de jóvenes, entre otros aspectos importantes.

En el capítulo tres; “Diseño metodológico” se presentan el método, tipo de investigación, universo, población, criterios de inclusión, criterios de exclusión, muestra, tipo de muestra, descripción de profesionales entrevistados, técnicas, instrumentos,

procedimientos implementados en la investigación y consideraciones éticas entre las cuales se describen confidencialidad el uso adecuado de Instrumentos de Evaluación Psicológica y ciertos riesgos y beneficios

En el capítulo cuatro; “Análisis e interpretación de resultados” se presentan y describen los resultados obtenidos, plasmándolos por medio de cuadros o tablas y representaciones graficas, junto con interpretaciones cuantitativas y cualitativas, presentando un análisis cualitativo general de los datos obtenidos y finalizando con la caracterización de IE.

“Conclusiones y recomendaciones” Las conclusiones se constituyen como la consumación de la investigación, tomando los objetivos planteados al principio e interpretando conjuntamente con los datos o resultados adquiridos en el transcurso de la investigación, las recomendaciones se establecen como pautas o aspectos importantes a tomar en cuenta, tanto para las instituciones involucradas en el estudio, jóvenes, como también para futuras investigaciones sobre esta cualidad y la sociedad en general; se brinda un glosario de palabras clave y finalmente se exhiben los anexos, como base explicita de aspectos referenciales, determinantes y constitutivos del desarrollo de la investigación del perfil de Inteligencia Emocional en jóvenes.

CAPÍTULO I

PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA.

1.1 SITUACION PROBLEMÁTICA.

Muchas personas suelen sentirse seguras de sí mismas, al obtener altos cocientes intelectuales (CI) determinados por algún test, o por la obtención de buenos resultados en sus carreras u otros ámbitos de la vida. Sin embargo, en muchas ocasiones estas mismas suelen enfrentar dificultades o problemas, y no son capaces de manejarlos adecuadamente debido a que sus emociones se desbordan con facilidad y no cuentan con los mecanismos idóneos para solventarlos o solucionarlos.

Hay varios teóricos que se han encargado de resaltar la importancia de la IE tomando en cuenta el entramado que existe con el cociente intelectual (CI) y el éxito de una persona, afirmando que el CI por sí solo no es suficiente. Tal es el caso de Bressert quien manifiesta “que muchos psicólogos, al igual que “él” están de acuerdo que el CI juega un papel del 10% en el éxito. El resto depende de aspectos y factores relacionados a la inteligencia emocional ". También Seligman, Mischel y Salovey (1997) intervienen, aunque con un porcentaje diferente, pero inclinándose mayormente a las ventajas de la IE; afirmando que el CI interviene sólo en un 20% de los factores que determinan el éxito. El 80% restante corresponde a los factores que se relacionan con lo que se denomina inteligencia emocional.

Con esto se interpreta que la IE es una habilidad que al desarrollarse adecuadamente se tienen mayores probabilidades de entender emociones, experimentar con claridad sentimientos y reparar estados de ánimos negativos, además de que influye significativamente en la salud mental y general de los estudiantes y de todo ser humano,

así mismo contribuye a un buen rendimiento académico y es un buen predictor de éxito en diferentes ámbitos o facetas de la vida.

Lo que se busca con la presente comparación de CI e IE es mostrar el complemento que tienen el uno al otro, pero más allá de eso resaltar que al conocer y hacer un buen uso de la inteligencia emocional habrá un mayor control de las acciones y determinará con claridad y objetividad el rumbo o dirección que se le quieran dar a las diferentes decisiones que se tomen en la vida.

Al enfocarnos en la profesión de psicología se comprende que lo fundamental son las personas a nivel individual y grupal, y es indispensable para los futuros profesionales tomar conciencia de la imagen mental que tienen sobre sí mismos, ya que de ello dependerá un óptimo ejercicio profesional con las personas que consultaran en un futuro inmediato. Al conocer la IE en cuanto a sus áreas, aspectos, factores y beneficios que propicia al desarrollo humano y formación académica superior; se puede comprender que, constituye una gran parte de quienes somos y que con ella se puede alcanzar un correcto balance comportamental y adecuada comprensión en cuanto a éxitos y fracasos, lo que permitirá a una persona ubicarse en un punto de equilibrio, un punto justo donde siempre debe estar una persona sensata y consciente de sus actos.

Por lo tanto, se ve la necesidad de conocer un perfil general de IE con el cual se tenga un parámetro real en cuanto a la apertura de su formación profesional y que también sirva como insumo en otras investigaciones, donde puedan desarrollarse más habilidades y/o mecanismos necesarios para un manejo efectivo de conflictos o dificultades que se

presentan en el diario vivir en ámbitos personales, familiares, profesionales, entre otros; y con ello obtener una buena salud mental y ser capaces de ofrecer orientación adecuada a las demás personas, a través de la utilización de la inteligencia emocional, en lo que respecta al autocontrol, percepción emocional, asertividad, comprensión emocional, empatía, regulación emocional, relaciones sociales, motivación, entre otros aspectos fundamentales que conciernen la IE.

Desde que se ofrece la carrera de Licenciatura en Psicología en las Universidades de la ciudad San Miguel, no se tienen datos o investigaciones formales que indaguen sobre el perfil de Inteligencia emocional en jóvenes de primer año de la carrera de “Psicología”, por lo que no se conoce un perfil claro como base para el desarrollo de la capacidad de entender las emociones, experimentar con claridad los sentimientos y poder reparar los estados de ánimos negativos de los futuros profesionales de la salud mental y de las demás personas; de una manera adecuada y que a su vez sirva como punto de partida para potenciar o desarrollar la Inteligencia Emocional en diversas áreas, en los jóvenes que inician su formación profesional en la Salud Mental.

Es por ello que el enunciado del problema se expone de la siguiente manera:

1.2. ENUNCIADO DEL PROBLEMA

¿Cuál será el perfil de Inteligencia Emocional de los estudiantes de primer año de la carrera Licenciatura en Psicología de las Universidades de la Ciudad de San Miguel durante el año de 2016?

1.3. JUSTIFICACIÓN

Las diferentes universidades de la zona oriental facilitan un perfil general de las competencias básicas a desarrollar en las determinadas carreras que ofrecen. Sin embargo, la formación profesional del área de la psicología es muy amplia y está enfocada en estudiar diversos aspectos biopsicosociales y culturales del comportamiento humano, tanto a nivel social como individual, así mismo del funcionamiento y desarrollo de la mente humana.

En el ámbito académico busca enfatizar en problemáticas sociales, personales, generalmente relacionadas al ámbito familiar que impiden muchas veces el avance o éxito en los procesos de desarrollo y aprendizaje de los jóvenes; partiendo de esto, resulta de mucha importancia elaborar el perfil de IE y de esta manera sentar bases para que en un futuro se puedan desarrollar competencias necesarias para su dominio, así como también, de tomar conciencia de la relevancia e importancia que la IE tiene en la vida personal, social y consecutivamente en el desarrollo profesional.

Cada una de las universidades de la zona oriental que imparten la carrera de psicología se esfuerzan por brindar a los estudiantes, una formación integral e innovadora, de tal manera que les facilitan reconocer, superar, modificar y reorientar aquellos rasgos de personalidad, que puedan afectar su desenvolvimiento académico y posteriormente el ejercicio profesional.

Una adecuada IE repercute enormemente en la adaptación social, sin embargo, cuando no hay un equilibrio de IE se refleja en el poco manejo de emociones, la falta de

asertividad, inadecuadas relaciones interpersonales e intrapersonales; desequilibrado rendimiento académico, entre otros. La IE permite tomar conciencia de las emociones, comprender los sentimientos de los demás, mejorar la tolerancia ante las frustraciones, acentuar la capacidad de trabajar en equipo y adoptar una actitud empática, asertiva y social que brinda más posibilidades de desarrollo personal y éxito.

La importancia de este estudio radica en conocer habilidades emocionales a fin de que los/las jóvenes tengan más probabilidades de sentirse satisfechos, ser eficaces en la vida y en dominar los hábitos mentales que favorezcan su propia productividad. Todo esto se resume en que es importante tener el perfil de IE, como base fundamental para conocer las bondades, facilitaciones, predicciones, entre otros, que esta habilidad genera y/o provee a los jóvenes, para que en un futuro inmediato se puedan dar seguimientos, elaborando programas o ejecutando proyectos que estimulen y desarrollen la IE como parte fundamental en sus funciones profesionales como también en todas las facetas de la vida.

1.4. OBJETIVOS

1.4.1. OBJETIVO GENERAL.

- Elaborar un perfil de Inteligencia Emocional de estudiantes de primer año de la carrera Licenciatura en Psicología de las Universidades de la ciudad de San Miguel, durante el año de 2016.

1.4.2. OBJETIVOS ESPECÍFICOS.

1. Caracterizar el perfil de IE en las áreas de autoconciencia, autocontrol, motivación, empatía, percepción emocional, comprensión de las emociones, regulación de las emociones y relaciones interpersonales que integran la IE.
2. Categorizar valoraciones y puntuaciones de los instrumentos de investigación sobre IE en jóvenes de las distintas universidades.

CAPÍTULO II

MARCO TEÓRICO REFERENCIAL

2.1. ANTECEDENTES HISTÓRICOS DE ESTUDIOS DE LA IE EN LATINO AMÉRICA.

Se tienen datos de investigaciones realizadas con jóvenes universitarios en algunos países de Latinoamérica; que son de mucha importancia y sirven como una guía básica en el desarrollo de esta investigación; entre las generalidades y resultados obtenidos en estas investigaciones están:

La primera investigación realizada en la Universidad Autónoma de Nuevo León, México; en el año de 2005, por los autores: Rodríguez Nieto Ma. C., Sánchez Miranda M. P., Valdivia Vázquez J. A., Padilla Montemayor V. M. con el título de “Perfil de Inteligencia emocional en estudiantes universitarios” obtuvieron los siguientes datos:

La finalidad de esta investigación era detectar el perfil de inteligencia emocional de estudiantes universitarios de la carrera de psicología. En el estudio participaron 208 estudiantes de dos universidades: una pública y otra privada. Los resultados mostraron un alfa de crombach de .90. El perfil indicó más del 75% de los estudiantes poseen un nivel adecuado de inteligencia emocional. Se sugiere una evaluación más completa a estudiantes con áreas de oportunidad en el TMMS24 para confirmar o refutar los resultados obtenidos y que las instituciones de educación ofrezcan espacios para el desarrollo de la Inteligencia emocional¹

¹ Rodríguez Nieto, M., Sánchez Miranda, M., Valdivia Vázquez, J. and Padilla Montemayor, V. (2005). *Perfil de Inteligencia emocional en estudiantes universitarios*. Tesis de Maestría en Ciencias, Facultad de Psicología. Universidad Autónoma de Nuevo León, Mexico.

La segunda investigación; realizada en la Universidad Simón Bolívar, Venezuela; por los autores Salas A. y Hécmey García R., ; en el año de 2010, con el título “ Perfil de inteligencia emocional y carreras universitarias en estudiantes de la Universidad Simón Bolívar”, obtuvieron los siguientes datos:

Esta investigación describe un perfil de habilidades de Inteligencia Emocional (IE) por carreras (Arquitectura, Urbanismo, Ingeniería de Producción e Ingeniería Eléctrica). La muestra se conformó con 126 estudiantes de la Universidad Simón Bolívar (69 Mujeres y 57 Hombres). Para medir las habilidades de IE se utilizó el Trait Meta Mood Scale, evaluando las dimensiones Atención, Claridad y Reparación. El análisis descriptivo mostró la misma estructura en las carreras Urbanismo, Ingeniería Eléctrica y de Producción: Reparación, Atención y Claridad, lo cual sugiere que los estudiantes poseen mayores habilidades para mantener estados emocionales agradables o modificar los desagradables, así como para identificar las emociones experimentadas y una menor habilidad para comprender las mismas. Estos hallazgos sugieren que se orientan a modificar los estados emocionales, sin tener una comprensión real de los mismos, lo cual puede afectar su desempeño académico y profesional.²

El tercer estudio realizado en la Benemérita Universidad Autónoma de Puebla, México; por los autores Anette Gisela Botello Ojeda y Roció Frago Luzuriaga; en el año de 2015, con el título Inteligencia Emocional en estudiantes de Ingeniería Química:

² Salas A., Alejandra; García R., Hécmey *Perfil de inteligencia emocional y carreras universitarias en estudiantes de la Universidad Simón Bolívar*, Revista de Ciencias Sociales (Ve), vol. XVI, núm. 2, mayo-agosto, 2010, pp. 226-238 Maracaibo, Venezuela

El caso de la Benemérita Universidad Autónoma de Puebla. obtuvieron los siguientes datos:

A pesar de que la IE es una habilidad básica para el funcionamiento adaptado de un individuo en su medio, la formación de los ingenieros tiende a enfocarse hacia el lado técnico y analítico, por lo que el objetivo de esta investigación fue determinar el perfil de IE de acuerdo a las habilidades emocionales percibidas de los estudiantes de la facultad de Ingeniería Química de la Benemérita Universidad Autónoma de Puebla México. En el estudio participaron 249 estudiantes a quienes se les aplicó el TMMS-24. Los resultados indicaron que solo el 35.3% de la muestra poseen adecuadas o excelentes habilidades emocionales, por lo que el 64.7% de la muestra requiere mejorar al menos una habilidad. Se recomienda entonces intervenir en la Facultad de Ingeniería Química con programas orientados a mejorar las habilidades emocionales, ya que el campo de trabajo así lo requiere. Las tres habilidades son importantes de acuerdo a Caruso y Salovey (2004) y al querer mejorar una de ellas se podrá lograr con mayor precisión con la ayuda de las otras dos; se espera que este trabajo quede como referente para futuras investigaciones.³

Finalmente (Hernández Castro, 2016, cit., p. 32 - 81). hace mención de una importante investigación sobre los factores psicosociales que inciden en la reducción o

³ Ojeda., A. G. B., & Luzuriaga., R. F. (2015). Inteligencia Emocional en Estudiantes de Ingeniería Química: El caso de la Benemérita Universidad Autónoma de Puebla. *Dilemas Contemporáneos: Educación, Política y Valores*, I(1). Available at:file:///C:/Users/sony/Downloads/Enero%202015,%20art8.%20Inteligencia%20Emocional%20en%20Estudiantes%20de%20Ingenier%C3%ADa..%20(1).pdf [Accessed 15 Feb. 2016].

inadecuado manejo de Inteligencia Emocional en estudiantes de tercero y cuarto año de Licenciatura en Psicología de la Universidad de Oriente, San Miguel El Salvador; a continuación, se plasma la información que expuso en una entrevista que se le efectuó:

“Quisiera referirme a una investigación que se realizó con estudiantes de tercero y cuarto año, producto de dos cosas, una; pues producto de una preocupación que se venía gestando en cuanto a que nuestros estudiantes no estaban como logrando esa integración como grupo, dentro de ellos como estudiantes de Psicología y el otro era el hecho de establecer una investigación como parte de un diplomado que se estaba realizando, entonces se aprovecha la oportunidad en este sentido para hacer la investigación,,,,, en cuanto; a cuáles eran los factores psicosociales que estaban incidiendo en la reducción o inadecuado manejo de la IE en estudiantes de tercero y cuarto año de Psicología y algunos de los indicadores; teníamos lo que era habilidades sociales, la empatía, la motivación, el aislamiento, la discriminación y se estableció un instrumento que nos permitiera medir esos indicadores.

Se encontró a través de los resultados obtenidos que un 80% de nuestros estudiantes no estaban manejando adecuadamente la IE y eso pues realmente nos llevó de alguna manera ha, como implementar algunos mecanismos, algunas estrategias para fortalecer en el estudiante de Psicología la IE.

Realmente ha sido un trabajo muy importante, porque este “trabajo” lo hemos unido también a un proyecto de inducción que la universidad tiene como parte institucional, de atender a los estudiantes que han “entendido” la pertinencia del proyecto y se han acogido a este plan”.

Y hemos tenido buenos resultados; por ejemplo en este momento se implementó uno de los mecanismos que se buscaban; era trabajar con los estudiantes de nuevo ingreso de Psicología para darles a conocer el proyecto y fortalecer más que todo en el estudiante de nuevo ingreso la parte de la IE.

Actualmente los estudiantes de Primero, segundo y tercer año, (“que están en este momento en tercer año” estamos hablando de un quinto ciclo), se ha visto la diferencia en cuanto al manejo adecuado de las habilidades sociales no así en el estudiante de cuarto que estaba en tercer año el año pasado y “hoy está en cuarto”, hemos tenido ciertas situaciones en las que hemos tenido que intervenir; trabajar con ellos, ha sido un poquito más difícil.

Entonces ¿qué estamos diciendo con esto?, que es importante un plan de inducción; un proyecto de inducción de Inteligencia Emocional para estudiantes de nuevo ingreso,, puede ser en el curso propedéutico o lo que le llaman el curso preuniversitario, para que los estudiantes de Psicología entiendan y sepan cual es el proceso de formación, como deben de manejarse, como deben de auto

conocerse y cuál debe ser el resultado hacia las personas; entonces pienso que con psicología, con todas las carreras, pero creo que con Psicología es muy importante la implementación de estrategias que permitan que los estudiantes puedan aprender a manejar correctamente las habilidades sociales y sobre todo lo que es la Inteligencia Emocional”.

2.2.ANTECEDENTES HISTÓRICOS DEL CONCEPTO Y ESTUDIO DE LA INTELIGENCIA EMOCIONAL.

Los antecedentes de la inteligencia emocional tienen que rastrearse en las obras que se ocupan de la inteligencia y de la emoción. Estos son los dos componentes básicos de inteligencia emocional, que se está utilizando a partir de la segunda mitad de la década de los noventa.

A continuación se presentan antecedentes centrados en la emoción; entre ellos están los enfoques del counseling (*que en español es definido como asesoramiento y se centra en el asesoramiento de la psicología que se ocupa de lo emocional, social, el trabajo, la escuela y la salud física se refiere a las personas en las diferentes etapas de su vida, enfocándose en las tensiones típicas de la vida y los problemas más graves que pueden enfrentar tanto como individuos y como parte de las familias, los grupos y organizaciones*)⁴ . que han puesto un énfasis en las emociones. Particularmente la psicología humanista, con Gordon Allport, Abraham Maslow y Carl Rogers, que a partir de mediados del siglo XX ponen un énfasis especial en la emoción. Después se dan la psicoterapia racional-

⁴ Apa.org. (2016). [online] Available at: <http://www.apa.org/ed/graduate/specialize/counseling.aspx> [Accessed 15 Feb. 2016].

emotiva de Albert Ellis y muchos otros, que adoptan un modelo de counseling y psicoterapia que toma la emoción del cliente como centro de atención. Este enfoque define que cada persona tiene la necesidad de sentirse bien consigo misma, experimentar las propias emociones y crecer emocionalmente. Cuando se ponen barreras a este objetivo básico pueden derivarse comportamientos desviados. Taylor et al. (1997) al ocuparse de los desórdenes afectivos hacen referencia a algunos aspectos históricos de la inteligencia emocional.

En 1966, B. Leuner publica un artículo en alemán cuya traducción sería «Inteligencia emocional y emancipación» (cit. por Mayer, Salovey y Caruso, 2000). En él se plantea el tema de cómo muchas mujeres rechazan un rol social a causa de su baja inteligencia emocional.

Han de transcurrir veinte años para encontrar otro documento que se refiera a ese concepto. En 1986, W. L. Payne presentó un trabajo con el título de «A study of emotion: Developing emotional intelligence; Self integration; relating to fear, pain and desire» (que en español significa Un estudio de la emoción : El desarrollo de la inteligencia emocional ; la integración de auto; en relación con el miedo , el dolor y el deseo) (cit. por Mayer, Salovey y Caruso, 2000a).

Como podemos observar en el título aparecía «inteligencia emocional». En este documento Payne (1986) plantea el eterno problema entre emoción y razón. Propone integrar emoción e inteligencia de tal forma que en las escuelas se enseñen respuestas emocionales a los estudiantes. La ignorancia emocional puede ser destructiva. Por esto,

los gobiernos deberían ser receptivos y preocuparse de los sentimientos individuales de los jóvenes. Interesa subrayar que este artículo, uno de los primeros sobre inteligencia emocional del que tenemos referencia, enfatiza en la educación de la misma. En este sentido podemos afirmar que la inteligencia emocional ya en sus inicios manifestó una vocación educativa.

Estos dos últimos documentos prácticamente no tuvieron trascendencia y no se citan (con muy contadas excepciones) en los estudios científicos sobre inteligencia emocional. Sin embargo, podemos suponer que tuvieron una influencia sobre el famoso artículo de Salovey y Mayer (1990), puesto que estos autores son de los pocos (tal vez los únicos) que los citan posteriormente (Mayer, Caruso y Salovey, 2000: 93-96).⁵

En 1985, Bar-On utilizó la expresión EQ (Emotional Quotient) en su tesis doctoral. Según explica él mismo, el término EQ fue acuñado en 1980 (Bar-On, 2000: 366). Aunque parece ser que no tuvo una difusión hasta 1997 en que se publicó la primera versión del The Emotional Quotient Inventory (Bar-On, 1997).

El ímpetu del interés por la inteligencia emocional se inició con dos artículos en revistas especializadas (Mayer, DiPaolo y Salovey, 1990; Salovey y Mayer, 1990). Si bien fue este último el que tuvo mayor resonancia, cuyo título era, precisamente: Emotional Intelligence (Salovey y Mayer, 1990).

⁵ Bisquerria R. Grupo de Investigación en Orientación Psicopedagógica
Inteligencia Emocional [en línea], [Fecha de consulta: 19 de Febrero de 2016] Recuperado de <http://www.rafaelbisquerria.com/es/>

A menudo pasa desapercibido que en 1994 se fundó el CASEL (Consortium for the Advancement of Social and Emotional Learning) con objeto de potenciar la educación emocional y social en todo el mundo. Este hecho, claramente educativo, fue anterior a la publicación del libro de Goleman (1995).

Con lo mencionado en el transcurso de los datos e interpretaciones en cuento a la IE ha sido el libro Inteligencia emocional de Daniel Goleman (1995) el que difundió este concepto de forma espectacular, al ser un best seller en muchos países. Goleman reconoce que se basa en el trabajo de Salovey y Mayer (1990). Un análisis del contexto de mediados de los noventa permite entrever que en el éxito de la obra de Goleman intervinieron una serie de factores que es esclarecedor conocer. Entre ellos están los siguientes.

Antes de la publicación del libro de Goleman, había causado un impacto social la publicación de la obra *The Bell Curve* (Herrnstein y Murray, 1994), en la cual se pone el dedo en la llaga de la polémica entre igualitarismo y elitismo. Esta obra justifica la importancia del CI para comprender las clases sociales en América y en otras sociedades. Estos autores defendían la postura elitista. Según ellos, la inteligencia de la gente se distribuye de acuerdo con la curva normal: pocos son muy inteligentes, muchos están en el medio, y unos pocos tienen poca inteligencia. Estas diferencias son difíciles de cambiar. Toman en consideración la relación entre inteligencia y economía, señalando una relación entre baja inteligencia y pobreza o desempleo; mientras que la alta inteligencia se relaciona con empleos bien pagados y con más salud.

Las personas inteligentes consiguen reconocidos títulos universitarios que les permiten acceder a buenos empleos, con buenos sueldos, y como consecuencia son felices. En cambio, las personas poco inteligentes tienen dificultades de aprendizaje, obtienen títulos de bajo nivel o ninguno, tienen dificultades en lograr empleos y los que obtienen son temporales, poco considerados y mal pagados; como consecuencia no pueden ser felices. Poner sobre el papel ideas tan elitistas era provocar la reacción y la controversia. La resonancia fue tan grande, tanto en la prensa, en los medios masivos y en la literatura científica, que hasta se llegó a hablar de The Bell Curve Wars (Fraser, 1995).

En este ambiente llegó la obra de Goleman (1995), *Emotional Intelligence*, adoptando una postura de reacción al elitismo de *The Bell Curve*. Goleman contrasta la inteligencia emocional con la inteligencia general, llegando a afirmar que la primera puede ser tan poderosa o más que la segunda y que el EQ (emotional quotient) en el futuro substituirá al CI. Pero, lo que es más importante: son las competencias emocionales que se pueden aprender. Todas las personas pueden aprender inteligencia emocional. Por tanto, todos pueden ser inteligentes emocionales y ser felices. En este sentido, Goleman tomaba la postura igualitaria, frente al elitismo.

A esto hemos de añadir que Goleman presentó su obra en un momento en que el antagonismo entre razón y emoción empezaba a ser superado. Se acababan de producir aportaciones importantes a favor de la emoción por parte de la investigación científica (psicología cognitiva, psicología social, neurociencia, psiconeuroinmunología, entre

otras.). Esto ayuda a entender mejor la popularización de la inteligencia emocional que se produjo a partir de este momento.

Goleman (1995) plantea la clásica discusión entre cognición y emoción de un modo novedoso. Tradicionalmente se ha asociado lo cognitivo con la razón y el cerebro, y por tanto con lo inteligente, positivo, profesional, científico, académico, masculino, Súper-Yo, principio de realidad, entre otros. Mientras que lo emocional se ha asociado con el corazón, los sentimientos, el Ello, lo femenino, lo familiar, la pasión, los instintos, lo dionisiaco, el principio del placer, entre otros. Es decir, tradicionalmente lo racional se ha considerado de un nivel superior a lo emocional. Goleman plantea el tema dándole la vuelta, en un momento en que la sociedad está receptiva para aceptar este cambio.

Las obras de Matthews (1997) y Dalglish y Power (1999), entre otras, son un indicador de la necesaria complementariedad entre cognición y emoción. Esta receptividad hacia la aceptación del binomio cognición-emoción, se debe a un conjunto de factores, entre los cuales están:

El creciente índice de violencia (con su carga emocional); la evidencia de que lo cognitivo por sí mismo no contribuye a la felicidad; la evidencia de que la motivación y el comportamiento obedecen más a factores emocionales que cognitivos; la constatación de que el rendimiento académico no es un buen predictor del éxito profesional y personal; las aportaciones de la psicología cognitiva, la neurociencia y la psiconeuroinmunología; una creciente preocupación por el bienestar más que por los ingresos económicos (downshifting) que significa: Reducción de marcha y es

un comportamiento social o tendencia en la que los individuos viven vidas más simples para escapar del materialismo obsesivo y reducir la tensión); la creciente preocupación por el estrés y la depresión, con la consiguiente búsqueda de habilidades de afrontamiento, donde los índices de venta de los libros de autoayuda son el indicador de una necesidad social, entre otras.

Desde entonces la inteligencia emocional ha sido definida y redefinida por diversos autores. Mayer, Salovey y Caruso (2000) exponen como se puede concebir la inteligencia emocional, como mínimo de tres formas: como rasgo de personalidad, como habilidad mental y como movimiento cultural (Zeitgeist).

2.2.1. ANÁLISIS Y DEFINICIONES DEL CONSTRUCTO INTELIGENCIA EMOCIONAL⁶

La inteligencia emocional es un constructo que surge con Salovey y Mayer (1990) y se difunde con Goleman (1995). La espectacular difusión de este concepto a partir de la segunda mitad de los años noventa, se debe a una serie de factores que constituyen el contexto que explica su aparición y difusión. El análisis de su contexto es el objetivo de este apartado.

La definición del constructo inteligencia emocional ha acaparado la atención de los investigadores desde el artículo de Salovey y Mayer (1990). Según estos autores, la inteligencia emocional consistía en la habilidad de manejar los sentimientos y

⁶ Bisquerria R. Grupo de Investigación en Orientación Psicopedagógica
Inteligencia Emocional [en línea], [Fecha de consulta: 26 de Febrero de 2016] Recuperado de <http://www.rafaelbisquerria.com/es/>

emociones, discriminar entre ellos y utilizar estos conocimientos para dirigir los propios pensamientos y acciones. Estos autores han ido reformulando el concepto en sucesivas aportaciones (Mayer y Salovey, 1993, 1997; Mayer, Caruso y Salovey, 1999, 2001; Mayer, Salovey y Caruso, 2000). Una de las que se toman como referencia es la siguiente (Mayer y Salovey (1997): «la inteligencia emocional incluye la habilidad de percibir con precisión y exactitud, valorar y expresar emociones; la habilidad de acceder y/o generar sentimientos cuando facilitan pensamientos; la habilidad de comprender la emoción y el conocimiento emocional; y la habilidad para regular las emociones para promover crecimiento emocional, intelectual, social, profesional entre otras».

En aportaciones posteriores, Mayer, Salovey y Caruso (2000) conciben la inteligencia emocional como un modelo de cuatro ramas interrelacionadas:

- 1) Percepción emocional: las emociones son percibidas y expresadas.
- 2) Integración emocional: Las emociones sentidas entran en el sistema cognitivo como señales que influyen la cognición (integración emoción cognición).
- 3) Comprensión emocional: Señales emocionales en relaciones interpersonales son comprendidas, lo cual tiene implicaciones para la misma relación; se consideran las implicaciones de las emociones, desde el sentimiento a su significado; esto implica comprender y razonar sobre las emociones.
- 4) Regulación emocional (emotional management): Los pensamientos promueven el crecimiento emocional, intelectual y personal.

El punto de vista de Goleman (1995) probablemente sea el que se haya difundido más. Recogiendo las aportaciones de Salovey y Mayer (1990), considera que la inteligencia emocional es:⁷

1) Conocer las propias emociones: El principio de Sócrates «conócete a ti mismo» nos habla de esta pieza clave de la inteligencia emocional: tener conciencia de las propias emociones; reconocer un sentimiento en el momento en que ocurre. Una incapacidad en este sentido nos deja a merced de las emociones incontroladas.

2) Manejar las emociones: La habilidad para manejar los propios sentimientos a fin de que se expresen de forma apropiada se fundamenta en la toma de conciencia de las propias emociones. La habilidad para suavizar expresiones de ira, furia o irritabilidad es fundamental en las relaciones interpersonales.

3) Motivarse a sí mismo: Una emoción tiende a impulsar una acción. Por eso las emociones y la motivación están íntimamente interrelacionados. Encaminar las emociones, y la motivación consecuente, hacia el logro de objetivos es esencial para prestar atención, automotivarse, manejarse y realizar actividades creativas. El autocontrol emocional conlleva a demorar gratificaciones y dominar la impulsividad, lo cual suele estar presente en el logro de muchos objetivos. Las personas que poseen estas habilidades tienden a ser más productivas y efectivas en las actividades que emprenden.

⁷ Goleman, D., González Raga, D. and Mora, F. (2009). *Inteligencia emocional*. Barcelona: Kairós

4) Reconocer las emociones de los demás: La cualidad fundamental es la empatía, la cual se basa en el conocimiento de las propias emociones. La empatía es el fundamento del altruismo. Las personas empáticas sintonizan mejor con las sutiles señales que indican lo que los demás necesitan o desean. Esto las hace apropiadas para las profesiones de la ayuda y servicios en sentido amplio (profesores, orientadores, pedagogos, psicólogos, psicopedagogos, médicos, abogados, expertos en ventas, entre otros.).

5) Establecer relaciones: El arte de establecer buenas relaciones con los demás es, en gran medida, la habilidad de manejar sus emociones. La competencia social y las habilidades que conlleva son la base del liderazgo, popularidad y eficiencia interpersonal. Las personas que dominan estas habilidades sociales son capaces de interactuar de forma suave y efectiva con los demás.

La importancia del desarrollo de situaciones favorecedoras para poner en marcha los mecanismos correspondientes a la inteligencia emocional está en que Seligman, Mischel y Salovey (1997) afirman que el cociente intelectual interviene sólo en un 20% de los factores que determinan el éxito. El 80% restante corresponde a los factores que se relacionan con lo que se denomina inteligencia emocional. Por otro lado, para Shapiro (1997)⁸, el término inteligencia emocional se identifica con las cualidades emocionales necesarias para el logro del éxito, entre las cuales se pueden incluir: la empatía, la expresión y la comprensión de los sentimientos, el control del genio, la independencia,

⁸ Shapiro, L. (1997) La inteligencia emocional de los niños. Una guía para padres y maestros. Bilbao: Grupo Zeta.

la capacidad de adaptación, la simpatía, la capacidad de resolver los problemas en forma interpersonal, la persistencia, la cordialidad, la amabilidad y el respeto.

Como avanzamos en las líneas precedentes, el término inteligencia emocional fue aceptado en el año 1995 por la American Dialect Society⁹ (sociedad fundada en 1889 y dedicada al estudio del lenguaje) como una nueva palabra, obteniendo el coeficiente emocional la nominación de terminología más empleada del año. La sociedad dialéctica americana define coeficiente emocional como una habilidad de manejar las propias emociones.

Como se observa, una definición concisa y breve de inteligencia emocional es la definida por la Sociedad Dialéctica, que la concibe como la habilidad de manejar las propias emociones. Partiendo de esta base y a través de las teorías desarrolladas para explicar este concepto (Salovey y Mayer, 1990; Goleman, 1995; Mayer y Salovey, 1997; Cooper y Swaf, 1997; Fernández-Berrocal y Extremera, 2003) nos posicionamos en el punto de partida de entender el cociente emocional como un grado de habilidad de percibir, interpretar utilizar en beneficio propio las emociones de los demás, por un lado, y la capacidad de conocer y manejar las propias emociones, por otro.

2.2.2. DEFINICIONES DE LA IE POR OTROS AUTORES Y CONSIDERACIONES IMPORTANTES.

Entre los diferentes autores que se han ocupado de definir el constructo de inteligencia emocional están: Saarni (2000), Davies, Stankov y Roberts (1998), Epstein

⁹ <http://www.americandialect.org/>

(1998), (1997), Shutte et al. (1998) y muchos otros. Algunos abogan por un marco amplio de la inteligencia emocional, en la cual incluyen todo lo que no queda contemplado en la inteligencia académica, como control del impulso, auto motivación, relaciones sociales, entre otros.

(Goleman, 1995; Bar-On, 1997, 2000). Otros se inclinan más por un concepto restrictivo de inteligencia emocional. En esta última postura están los que consideran que los conceptos científicos son específicos y restrictivos y que en la medida que dejan de serlo pasan a ser divulgaciones acientíficas. Mayer, Salovey y Caruso (2000) están en esa última postura. La conclusión es que hay claras divergencias entre el concepto que se tiene de inteligencia emocional según los autores. El análisis de las definiciones aportadas por Salovey y Mayer (1990), Goleman (1995), Schutte, et al. (1998), Bar-On (1997, 2000), Saarni (2000), Mayer, Salovey y Caruso (2000), entre otros., pone de manifiesto las discrepancias. Por otra parte conviene recordar que las discrepancias sobre el concepto de inteligencia han estado presentes a lo largo de todo el siglo XX (Sternberg, 2000).

Las aportaciones de la neurociencia no permiten dirimir el litigio entre los dos modelos de inteligencia emocional (amplio o restrictivo). Sin embargo, estas investigaciones aportan evidencia que apoyan la existencia de una inteligencia emocional, entendida como un conjunto de habilidades que son distintas de las habilidades cognitivas o CI (Bechara, Tranel, Damasio, 2000).

No han faltado autores que han criticado la propuesta de una inteligencia emocional (Hedlund y Sternberg, 2000). Davies et al. (1998) a partir de una investigación empírica llegan a una conclusión crítica: tal vez el constructor de inteligencia emocional no sea realmente una aptitud mental. Estos autores se cuestionan que se pueda incluir en la tradición psicométrica de inteligencia. Los datos ponen de manifiesto la dificultad de operacionalizar la inteligencia emocional como un constructo diferente.

En contraposición, Mayer, Caruso y Salovey (2001) se han centrado en establecer las propiedades psicométricas del constructo inteligencia emocional. Su objetivo es demostrar que el MEIS (Multifactor Emotional Intelligence Scale) satisface los criterios para ser considerada una prueba psicométrica basada en un marco teórico. Concluyen que la inteligencia emocional se refiere a un «pensador con un corazón» («a thinker with a heart») que percibe, comprende y maneja relaciones sociales.

Desde el punto de vista de la psicología de la personalidad, la inteligencia emocional se puede considerar como un aspecto de la personalidad (McCrae, 2000).

Es importante mencionar que cada aporte u opinión en cuanto a IE fundamenta significativamente este estudio, además permite conocer cómo, cada autor la interpreta y trata de transmitirla a los demás, hay que mencionar que no todos se centran precisamente en lo académico unos la enfocan en vías organizacionales o laborales, escolares, familiares, entre otros ámbitos de la vida, y lo fundamental de esto es que cada manifestación permite generar un mayor análisis además de resaltar la importancia

que tiene consigo la IE en la mayoría de facetas de la vida por no decir que en todos los ámbitos que la componen.

Tal es el caso de ciertos profesionales (Psicólogos) que laboran en universidades de la ciudad de San Miguel que comparten sus ideas, conceptualizaciones e interpretaciones sobre la IE.

El Psicólogo (Hernández Castro, 2016)¹⁰, manifiesta que:

“La mayoría de los autores coinciden en que la IE es la capacidad que una persona, un individuo tiene para poder manejar, comprender, entender aquellas conductas propias; características conductuales de ellas o de las demás personas, permitiéndole esto como poder empatizar poder establecer relaciones adecuadas y que le permiten también adaptarse al medio”.

“La definición más ajustada es la capacidad de poder adaptarse o de poder entender y comprender las conductas tanto personales como las del resto del grupo”.

La Psicóloga (Medrano, 2016)¹¹, Expone lo siguiente:

“De manera general se dice que la IE son aquellas habilidades o aquellas características que nos permiten a nosotros salir de una situación difícil o salir de un problema y tener la capacidad de sobre llevar la situación en las que nos

¹⁰ Hernández Castro, G. (2016) Conociendo percepciones de profesionales de Psicología sobre el perfil de IE de estudiantes, de la carrera “Licenciatura en Psicología”. Sala de docentes UNIVO.

¹¹ Medrano, M. R.(2016), "Conociendo percepciones de profesionales de Psicología sobre el perfil de IE de estudiantes, de la carrera “Licenciatura en Psicología”. Clínica Psicológica UMA, San Miguel.

encontramos, tener el control de nuestras emociones ante una situación adversa”.

El PhD, y maestro,(Campos, 2016)¹², enfatiza en la palabra Inteligencia diciendo que:

“ Para comenzar quizá sería bueno mencionar de que la palabra Inteligencia se ha venido utilizando desde ya hace mucho tiempo, en la actualidad se habla de muchas inteligencias, al inicio pues solamente se conocía el (CI) “Cociente Intelectual” que tiene que ver con la Inteligencia, después se mencionó las Inteligencias Múltiples, después se mencionó la Inteligencia Emocional, y últimamente también se ha hablado de muchas Inteligencias como inteligencia social e inteligencia sexual que han sido unos de los temas que en los últimos tiempos se han mencionado en cuanto a la Inteligencia, de tal manera que la inteligencia en estos casos se ve como una capacidad de la persona de poder actuar en las diferentes áreas según las definiciones que se dan”.

Definitivamente tener diferentes puntos de vista propicia mayores ideas y se desarrolla un criterio más amplio en cuanto a la importancia que esta cualidad genera a la humanidad, esta discusión sobre el constructor de IE sigue abierto. Independientemente de los avances e interpretaciones que se puedan producir en el campo teórico, en si las aplicaciones que se derivan de ello, van en la dirección de la existencia de unas competencias emocionales que pueden ser aprendidas.

¹² Campos, R. (2016). "Conociendo percepciones de profesionales de Psicología sobre el perfil de IE de estudiantes, de la carrera "Licenciatura en Psicología". Aula de educación FMO-UES.

2.3. IMPORTANCIA DE LA IE EN LA VIDA DIARIA, JUVENTUD, EDUCACIÓN SUPERIOR Y EL ÁMBITO LABORAL

- *Inteligencia emocional y competencias emocionales en educación superior*

Fragoso-Luzuriaga, R.¹³ en una revista Iberoamericana de Educación Superior resalta que la Asociación Nacional de Universidades e Instituciones de Educación Superior (anuies, 2000) enfatiza que no es posible desarrollar las competencias que requieren los futuros profesionistas a través de métodos tradicionales, sino que es necesaria una formación integral que englobe aspectos académicos, sociales, culturales y emocionales desde antes del ingreso a las instituciones de educación superior hasta su egreso. Como se puede observar, el bienestar emocional de los estudiantes de educación superior es un objetivo fundamental del nivel educativo.

Por ello es indispensable que se cuente con un marco conceptual sólido que oriente las acciones de los formadores de profesionales del país. Esta solidez teórica sólo es posible revisando las posturas de diferentes autores y elaborando un análisis minucioso para evitar confusiones que repercutan al momento de elaborar investigaciones y programas de intervención, de ahí que a continuación se presentarán los puntos esenciales para comprender la naturaleza de las competencias emocionales y la inteligencia emocional.

Hoy en día existe poca o nula evidencia que confirme a la IE como el mejor predictor de éxito en la vida, a diferencia de lo declarado por Goleman (1995); sin embargo, la IE ayuda a una persona en su vida diaria, ya que permite entender a uno

¹³ Fragoso-Luzuriaga, R. (2015). Inteligencia emocional y competencias emocionales en educación superior, ¿un mismo concepto?. Revista Iberoamericana de Educación Superior, 6(16), pp.110-125.

mismo y a los demás a través de la aproximación de las emociones como señales, mejorando la autogestión y el entendimiento de lo que realmente significa ser; un “humano” (Mayer, 2001).

De acuerdo a Salovey y Mayer (1990), una persona con IE posee al menos una forma limitada de salud mental positiva, esto es, un individuo que pone suficiente atención a sus sentimientos y a los de los otros es una persona que está abierta a los aspectos positivos y negativos de su experiencia interna, además, si es capaz de etiquetar tales experiencias y comunicarlas adecuadamente, será capaz de una regulación efectiva del afecto en él mismo y en los otros, favoreciendo así a su bienestar. Es común que este tipo de personas se sienten bien y hagan sentir bien a los demás.

Una gran variedad de investigadores ha examinado la IE en diferentes contextos como educación, ajuste social, salud, relaciones personales, trabajo; entre otras, (Mayer, Roberts y Barsade, 2008). En la actualidad, la forma de ver la realidad se ha modificado y se ha tomado conciencia de una manera más bien lenta, aunque progresiva de la necesidad de que la educación de los aspectos emocionales y sociales no solo sean de tema de injerencia de la familia sino también sean abordados en la escuela y la sociedad.

Campos, 2016, op. cit., p. 34 - afirma que la IE tiene una gran importancia al igual que la razón, mayormente cuando es fomentada en la educación de las personas y cuando

precisamente se cultivada desde la niñez y en la educación básica; exponiendo lo siguiente:

“En la actualidad lo que se está planteando es que la emoción es tan importante como la razón y en el caso de la importancia a nivel de la formación de los niños y las niñas más que todo en la educación va en ese sentido, en cómo desarrollar la capacidad de identificar o de regular las emociones para que los niños puedan tener una mejor forma de vivir o de convivencia social , entonces en ese caso la importancia quizá va más en la formación de la personalidad o el descubrimiento de estos conceptos y la aplicación para que los niños y las niñas también puedan aplicarlos en su vida cotidiana y al final siempre tener una mejor calidad de vida aparte de que la razón por su puesto es importante pero en este caso la IE se le da una relevancia también mayor en el sentido de lo importante que resulta para la convivencia de las personas entre sí”

Según Mayer (2001), la IE mejora la validez de los tests de IQ, prediciendo mejores y más altas redes sociales o la disminución de violencia y peleas, uso de drogas y otros comportamientos perjudiciales entre aquellos que tienen alta IE. Incluso, se ha identificado que en las áreas de relaciones personales, bienestar psicológico, rendimiento académico y aparición de conductas disruptivas (problemas que interrumpen una actividad o proceso), la falta de IE induce o facilita la aparición de problemas de conducta entre los estudiantes (Fernández Berrocal y Ruiz Aranda, 2008).¹⁴

¹⁴ Fernández Berrocal, P. (2011). *Inteligencia emocional*. Santander: Fundación Botín.

Otra de las formas en que se ha identificado que una elevada IE es valiosa es en las prácticas sociales y culturales, esto es debido a que la IE suministra una razón para tomar las emociones seriamente en contextos educativos y organizacionales, el conocimiento emocional puede ser aprendido como cualquier otro conocimiento, y aumentar este conocimiento puede ayudar a las personas a vivir sus vidas de forma más conectada socialmente. Una sociedad que reconoce la importancia de los sentimientos de sus ciudadanos hace un ambiente más humano, balanceando otros derechos y responsabilidades del individuo y sociedad, haciendo así un mejor lugar para vivir (Mayer, 2001).

2.3.1. HABILIDADES IMPORTANTES DE FOMENTAR ESPECIALMENTE EN LOS JÓVENES

Existen cinco habilidades especiales que integran la inteligencia emocional, Es importante mencionar que en los diferentes modelos y especialmente en los mixtos que se desarrollan más adelante se profundiza significativamente en estas habilidades. Pero con el fin de conocer como se perciben y practican estas habilidades, además de la importancia que tienen en la vida, diversos autores coinciden en que deben ser fomentadas con mucha prioridad en los jóvenes (Brockert S., Braun G., “Test de la inteligencia emocional”, 1997)¹⁵ A continuación se describen:

¹⁵ Brockert S., Braun G. Test de la inteligencia emocional. Ediciones Robinbook, SL. Barcelona España, 1997, 209 págs.

1. Autoconciencia: Se refiere al sentido exacto de la palabra: ser consciente de sí mismo, conocerse, conocer la propia existencia y ante todo el propio sentimiento de vida. El autoconocimiento emocional es la capacidad de reconocer los sentimientos y emociones cuando aparecen. Supone un distanciamiento de la propia experiencia que ayuda a tomar conciencia de la misma desde una perspectiva más reflexiva. Es una habilidad fundamental sobre la que se apoya el autocontrol emocional. Este conocimiento implica ser consciente de los propios estados de ánimo y de los pensamientos que los rodean; es estar atento a los estados internos y juzgarlos, y consiste en conocer las preferencias, los recursos y las instituciones personales.

Tomar conciencia de los sentimientos no implica transformarlos, aunque es cierto que ambas cuestiones están muy relacionadas ya que, detectar estados de ánimo negativos está asociado a un intento de abandonarlos. Identificar las propias emociones al evaluar situaciones pasadas implica una primaria inteligencia emocional y supone la posibilidad de tomar decisiones. Al contrario, la ignorancia emocional produce una incapacidad para asignar valores a cada una de las posibles alternativas. En general, se suelen distinguir tres estilos de personas en cuanto a la forma de gobernar sus emociones:

- Personas que son conscientes de sí mismas. Tienen una vida emocional desarrollada. Son autónomas y están seguras de sus propios límites, mantienen una actitud positiva, tienen y utilizan estrategias para salir con rapidez de los

estados de ánimo negativos. Centran su atención en lo importante y esto les ayuda a controlar sus emociones.

- *Personas desbordadas emocionalmente*. Son incapaces de escapar a sus estados de ánimo. De humor cambiante, no son conscientes de sus emociones. Poco preparadas para remontar situaciones emocionales difíciles por una falta de análisis y comprensión de lo que les está sucediendo. Carecen de control y dirección de su propia existencia. Se pueden hundir en estados de ánimo negativos.
- *Personas resignadas con sus emociones*. Perciben lo que sienten con claridad y lo aceptan sin oposición. No sienten la necesidad de cambiar. Pueden asumir su propia vida de forma negativa o positiva. Cuando se da el primer caso, les invade una sensación de indefensión, y su inactividad les puede sumir en una depresión. Es posible aprender a percibir y conocer las emociones, lo cual ayuda a controlarlas y a reducir sus efectos físicos y psicológicos, en especial si son negativos:
 - *Prestar atención a las sensaciones físicas que las acompañan*. Cuando se notan los primeros signos físicos de una emoción, es más fácil prevenirlos y mitigar su intensidad.
 - *Identificar y distinguir unas emociones de otras*. Cuando se nota la emoción y además se identifica, es posible expresar lo que se siente.
 - *Hablar de las emociones*. Cuando se verbaliza lo que se siente, se aprende también a actuar sobre los sentimientos.

- *Identificar los primeros indicios de una emoción.* Si sólo se notan las emociones intensas, es más difícil controlarlas.

El lenguaje de las emociones.

El conocimiento de las emociones es muy importante, pero no lo es menos la expresión y comunicación de las mismas. Hay que aprender a manifestar las emociones ya que, aunque para algunos autores es un aprendizaje espontáneo favorecido por el contexto, para otros tiene lugar durante toda la vida. Las emociones se expresan de una forma explícita a través del lenguaje verbal. Sin embargo, los sentimientos se manifiestan, aun a pesar de no querer hacerlo, con la conducta. En este sentido, los gestos intervienen como un lenguaje específico de gran riqueza. Se exteriorizan emociones con el rostro a través de la risa, el llanto, la sonrisa, inclinando la cabeza, frunciendo las cejas, levantándolas, entre otros. Igualmente el cuerpo habla a través del movimiento de las manos. Los gestos sirven, entre otras cosas, para expresar emociones, por tanto la riqueza gestual es un indicador de la riqueza afectiva.

2. *Autocontrol:* Controlar las emociones no es fácil. Su aprendizaje dura toda la vida. Es un arte que se adquiere con los años y recurriendo a distintos medios. Intentar dominar las emociones es aprender a charlar con uno mismo y comprender los mensajes negativos que aparecen; supone saber qué es lo que se halla detrás de un determinado sentimiento; implica buscar estrategias para manejar el miedo, la tristeza, la ansiedad, el estrés y la ira, todos ellos sentimientos negativos que provocan malestar emocional. No es posible adivinar

el momento preciso en que aparecerá una emoción; ni descubrir el tipo de emoción que pronto brota dentro de cada persona. Las emociones se pueden representar y describir, y buscar el tipo de respuesta más adecuada que hay que dar para reajustar la situación en que tienen lugar. Se puede aprender también a controlar el tiempo que duran y cuáles son los mecanismos de descarga que ayudan a que el arrebató emocional sea lo más breve posible.

Por ejemplo, cuando se siente hambre hay quien bebe agua, mastica chicle o se enciende un cigarrillo. El objetivo de estos actos es esperar a que el cerebro se desbloquee, evitando así la reactivación de la emoción con pensamientos reiterativos que se retroalimentan y provocan estados emocionales negativos duraderos. La estabilidad emocional consiste en aprender a establecer la adecuada proporción entre las emociones positivas y las negativas para conseguir cierto bienestar emocional. Para ello es necesario disponer de estrategias que ayuden a conseguir serenidad y adecuar las emociones a las circunstancias de cada momento. No supone reprimir lo que siente; sino evitar que los sentimientos que provocan inestabilidad se perpetúen. Además, las personas que saben equilibrar sus sentimientos y librarse de los estados de ánimo negativos, como la ansiedad, la irritación o la melancolía excesiva, se recuperan con mayor rapidez de las contrariedades que las aquejan. De aquí surge la motivación.

3. Motivación: Significa ser aplicado, tenaz, saber permanecer en una tarea, no desanimarse cuando algo no sale bien, no dejarse desalentar. La motivación es el conjunto de razones que se tienen para hacer algo. Es un estado dinámico, con sus orígenes en las percepciones personales y las que provienen del entorno. La motivación incita a realizar una actividad, a comprometerse con ella y a perseverar en su consecución hasta lograr el objetivo propuesto.

La motivación tiene que ver con la activación, la dirección y la persistencia de la conducta. Conocer las virtudes y los defectos, capitalizar los puntos fuertes y compensar o corregir las debilidades son elementos clave para alcanzar las metas y aumentar la motivación, ya que esta es la que activa la voluntad para superar las dificultades, para ver cada meta como un objetivo posible de conseguir. Se nutre de la seguridad en la propia competencia y actúa con un efecto multiplicador sobre las capacidades, estimulando la acción

Quienes se sienten eficaces se recuperan más rápidamente de los fracasos, no se angustian cuando algo les sale mal, procuran hacer las cosas lo mejor que pueden y buscan el modo de mejorar. Es un elemento mágico que estimula otros sentimientos personales, sobre todo los que se refieren a la relación con los demás. La seguridad en uno mismo y el control sobre los procesos necesarios para alcanzar un objetivo son factores que impulsan la conducta, mientras que el

sentimiento de incompetencia y de indefensión provoca que lo mejor que hay en cada persona no se desarrolle.

La automotivación significa querer conseguir algo, marcarse unos objetivos elegidos voluntariamente. Algunas personas encuentran su motivación en fuentes externas, como puede ser el deseo de reconocimiento y las recompensas monetarias; para otras, en cambio, se trata de la propia satisfacción por el trabajo bien hecho. Para conseguir algo hace falta desearlo, tanto si el medio suministra de por sí la suficiente motivación como si no; en el caso en que el objeto del deseo no inspire la fuerza necesaria para lograrlo, habrá que encontrar la manera de auto motivarse.

Cada persona tiene un estilo motivacional que debe conocer, que está condicionado por las diferencias individuales. Para ello es importante:

- Aprender a identificar las propias metas.
- Analizar las causas de los éxitos y los fracasos.
- Conocer cuáles son los mecanismos que activan la conducta, mejoran la autoestima y aumentan la seguridad, haciendo a la persona más autónoma y responsable.
- Conocer los principales errores que frenan la motivación.

Las tres primeras dimensiones de la inteligencia emocional dependen fuertemente de la propia persona y están en comunión con el propio yo: ser consciente de uno mismo, saber controlar en cierto modo los propios estados de ánimo y motivarse a sí mismo; las dos dimensiones restantes se refieren a la relación con las otras personas.

4. Empatía: Significa entender lo que otras personas sienten. Es la facultad de identificar e identificarse con los propósitos de los otros. El conocimiento de esta habilidad se ha extendido gracias a la IE, a través de los datos aportados por investigaciones sobre el desarrollo socio afectivo de los niños, y por los trabajos relacionados con el perspectivismo, o competencia precoz para inferir algunos aspectos del estado mental y emocional de los que nos rodean y ponernos en la perspectiva de los demás.

La empatía es una capacidad humana que aparece y que puede desarrollarse, transformándose en una habilidad, gracias a las múltiples experiencias que exigen adoptar la perspectiva de otra persona. El dominio de esta competencia mejora la escucha, la conversación, la cooperación y permite ir construyendo modelos sobre cómo piensan los demás.

En general, se establece una mayor empatía con las personas conocidas que con las extrañas. La formación previa que se tiene de las primeras (a qué se dedica, su estado civil, si tiene hijos o no, su edad, etc.) permite inferir con mayor

rapidez y precisión sus pensamientos y sentimientos, haciendo más fácil interpretar situaciones y actitudes. La empatía supone que entramos en el mundo del otro y vemos las cosas desde su punto de vista, sentimos sus sentimientos y oímos lo que él oye. Tener empatía con alguien no quiere decir que se compartan sus opiniones, ni que se esté de acuerdo con su manera de interpretar la realidad.

La empatía no supone tampoco simpatía. La simpatía implica una valoración positiva del otro, mientras que la empatía no presupone valoración alguna. Para poder entender a otra persona y entrar en su mundo hay que aprender a ponerse en su lugar, a pensar como ella. Por lo tanto, la empatía presupone una suspensión temporal del mundo propio y de la manera de ver las cosas. Para comprender a los demás es importante saber:

- Escuchar y observar
- Clarificar la información recibida
- Interpretar el comportamiento de los demás

5. Habilidad social: Significa orientarse hacia las personas, no mirar la vida como un espectador, no observar solo a las personas si no hacer algo en común con ellas, entenderse con los demás, sentir la alegría de estar entre la gente. La IE es un recurso para manejar eficazmente las propias emociones, las relaciones interpersonales, las adversidades, los fracasos y los logros. Esta inteligencia determina el potencial de cada persona para adquirir competencia social a través

de la cual establecer relaciones enriquecedoras, reconocer los propios sentimientos y los de los demás, auto motivarse y conectar con los otros.

La inteligencia emocional determina el modo en el que cada persona se relaciona con su entorno a través de los sentimientos. Permite el enriquecimiento personal utilizando la intuición, las emociones y las sensaciones corporales. Las habilidades que favorecen las relaciones sociales están asociadas a la inteligencia emocional que se construye a partir de la capacidad para distinguir diferentes estados de ánimo, temperamentos, motivaciones e intenciones en los otros. Esta inteligencia permite a un adulto hábil leer los deseos de los demás utilizando habilidades adquiridas y aprendidas. El grado de competencia emocional que puede desarrollar una persona no proviene de la memorización de atributos de conducta externos, ajenos y estereotipados. Es el resultado del entrenamiento y el aprendizaje de múltiples experiencias individualizadas y proyectadas a medio y largo plazo. Las lecciones emocionales aprendidas en la infancia van formando los circuitos emocionales, fijando los hábitos afectivos que desarrollan, en mayor o menor medida, la inteligencia emocional de cada persona. Las personas que no pueden poner cierto orden en su vida emocional tienen dificultad para pensar con claridad y concentrarse en la consecución de sus objetivos.

Tener habilidades de interacción social implica:

- Saber escuchar activamente, demostrando a los otros que sus problemas son entendidos.
- Comunicar expresivamente pensamientos y sentimientos.
- Cooperar con los demás, compartiendo situaciones de grupo.
- Negociar la resolución de conflictos considerando todos los factores implicados en el mismo y tomando decisiones que incluyan a todas las personas afectadas.
- Saber decir no, siendo asertivo y evitando presiones.

2.4 PRINCIPALES MODELOS DE LA IE

En los apartados anteriores del presente trabajo, se tienen diversos postulados teóricos en torno a lo que concierne la inteligencia emocional, al hablar de modelos es importante hacer denotar que un modelo es una manera particular de explicar un fenómeno en este sentido,(Campos, 2016, cit., pp. 34 - 43) expone que:

“ En cuento a los modelos hay que mencionar que hay alrededor de unos dos o tres modelos quizá que se pueden identificar a partir de los diferentes autores que los han planteado.

En ocasiones “algunos” autores plantean más de tres factores, cuatro factores y otros simplemente hablan de que en el caso de IE consiste en como las personas manejan sus emociones, las identifican, las controlan o también se motivan a

partir de ellas; pero hay un modelo básico en este caso que es importante mencionarlo que se relaciona con que las emociones provocan o generan el tipo de pensamiento y el tipo de pensamiento genera un comportamiento.

Digamos que ese es un modelo que nos explica a nosotros en algún sentido, la importancia que tienen las emociones en las personas en relación con el comportamiento, entonces la idea es que una emoción genera o provoca un determinado pensamiento y los pensamientos al mismo tiempo generan un determinado comportamiento.

Otros autores la explican a partir de diferentes factores relacionados únicamente con el aspecto emocional y hablan de como se regulan las emociones, como se identifican, como se perciben, como se controlan a nivel personal y a nivel en relación con otras personas, entonces a partir de eso podemos sacar otros modelos que “algunos” autores lo han mencionado como aspectos emocionales que les llamamos internos o intrapersonales y las emociones que tienen que ver con lo interpersonal, entonces, a partir de eso podríamos mencionar dos tipos de modelos que se derivan a partir de las teorías que uno puede ver y de la práctica que al respecto se conoce también sobre eso”.

En este sentido interpretativo y con el fin de conocer y obtener una clasificación en cuanto a los modelos; Mayer y Salovey intentan clasificarlos elaborando una distinción entre modelos de capacidad o habilidad y los modelos que observaban tanto variables de capacidad como de personalidad, a los que denominaron modelos mixtos (Petrides y

Furham, 2001)¹⁶. Por tanto, en la literatura científica se presentan dos grandes modelos de inteligencia emocional :

- 1) Modelos mixtos
- 2) Modelos de habilidad o capacidad

Los primeros se caracterizan por unir varias dimensiones relativas a la personalidad (como optimismo, asertividad o empatía) con capacidades mentales y emocionales (Stys y Brown, 2004)¹⁷ mientras que los segundos pertenecen a los modelos de capacidad mental, que se focalizan en el estudio de habilidades para procesar la información afectiva (Roberts, Zeidner y Matthews, 2001).¹⁸

No obstante, existe otra proposición efectuada por Petrides y Furham (2001) basada en los instrumentos de evaluación y no en los supuestos teóricos como lo han hecho Salovey y Mayer. Estos autores diferencian entre la inteligencia emocional como procesamiento de la información e inteligencia emocional como rasgo. Así, la inteligencia emocional como rasgo hace referencia a un conjunto de disposiciones de comportamientos y percepciones relativas a las capacidades propias de reconocer, procesar y emplear los datos con carga emocional influenciado este conjunto por elementos propios de la inteligencia social y de la personalidad como la empatía, impulsividad y asertividad.

¹⁶ Petrides, K. & Furnham, A. (2001). Trait emotional intelligence: Psychometric investigation with reference to established trait taxonomies. *European Journal of Personality*, 15, 425-448

¹⁷ Stys, Y & Brown, S (2004). Rapport de reserche étude de la documentation sur l'intelligence emotionnelle et ses consequences en milieu correctionnel

¹⁸ Roberts, R. Zeidner, M., & Matthews, G. M. (2001). Does Emotional intelligence meet traditional standards for an intelligence? Some new data and conclusions. *Emotion*, 1, 196-231.

Estas dos divisiones son en las que se catalogan los modelos científicos explicativos de la inteligencia emocional y con el objetivo de enfocar la investigación en una significativa caracterización y categorización de IE se toman en cuenta los modelos mixtos y de habilidad, pero de cierta manera analizar con mayor énfasis lo emocional desde la perspectiva de habilidad mental; siguiendo el pensamiento de Fernández-Berrocal y Ramos (2002) ¹⁹ quienes expresan que “La inteligencia emocional, como habilidad, no se puede entender como un rasgo de personalidad o parte del “carácter” de una persona. Observemos a un individuo que tiene como característica de su personalidad ser extrovertido, ¿podremos pronosticar el grado de inteligencia emocional personal o interpersonal que posee? Realmente, no podremos pronosticarlo. Otra cosa es que exista cierta interacción entre la IE y la personalidad, al igual que existe con la inteligencia abstracta: ¿utilizará y desarrollará igual una persona su inteligencia emocional con un CI alto o bajo? En este sentido, las personas con cierto tipo de personalidad desarrollarán con más o menos facilidad, con mayor o menor rapidez, sus habilidades emocionales. Al fin y al cabo, la persona no es la suma de sus partes, sino una fusión que convive milagrosamente de forma integrada”

A continuación se presentan los modelos, explicando en primer lugar los modelos mixtos, para después finalizar con los modelos de habilidad.

¹⁹ Fernández-Berrocal, P. & Ramos Díaz, N. (2002): Evaluando la inteligencia emocional. En Fernández-Berrocal, P. y Ramos Díaz, N. (2002): Corazones Inteligentes. Barcelona: Kairos.

2.4.1 MODELOS MIXTOS

Los modelos mixtos incluyen también modelos basados en rasgos de personalidad, de esta forma, Salovey, Mayer y Caruso (2000), Matthews, Zeidner y Roberts (2002) y Extremera y Fernández-Berrocal (2003)²⁰ señalan que principalmente existen dos modelos conceptuales de inteligencia emocional, siendo uno de ellos los teóricos que adoptan el concepto relacionándolos con rasgos de personalidad. Esta es la clasificación que la literatura establece, pero Mestre y Guil (2006²¹) rechazan la existencia de modelos mixtos porque ellos establecen que los rasgos de personalidad no influyen en la inteligencia emocional.

En si los modelos mixtos consideran la IE como una mezcla de habilidades emocionales y rasgos de personalidad, y las definiciones incluyen conceptos como empatía, asertividad, optimismo, entre otros.

2.4.1.1 MODELO DE BAR-ON

Bar-On define la inteligencia emocional como “un conjunto de capacidades no cognitivas, competencias y habilidades que influyen en uno y en la capacidad para tener éxito y en hacer frente a las demandas y presiones ambientales ” (Bar-On, 1997: 14 Citado por Matthews , Zeidner y Roberts en *Inteligencia Emocional , Ciencia y Mito*²²

²⁰ Extremera, N & Fernández-Berrocal, P (2003). La inteligencia emocional en el contexto educativo: hallazgos científicos de sus efectos en el aula. *Revista de Educación*, 332, 97-116.

²¹ Mestre, J & Guil, R. (2006). Medidas de ejecución versus medidas de autoinformes en inteligencia emocional. *Ansiedad y Estrés*, 12 (2-3), 413- 425.

²² Matthews, G; Zeidner M & Roberts, R (2002). *Emotional intelligence: science and myth*. Massachusetts: Bradford Book

2002: 15; citado por Mayer, Salovey y Caruso en *The Handbook of Emotional Intelligence* 2000: 102).²³

Este modelo proviene de la década de los años 50 del siglo XX. Bar-On diseña su modelo inspirado en los trabajos de Marie Jahoda, quien, en la década de los años 50, estimuló el interés entre los estudiosos de la época por investigar los conceptos y temas de salud mental y bienestar psicológico, restando importancia a los estudios psicopatológicos. Según Grajales (1999)²⁴ es a partir de los seis componentes de bienestar psicológico identificados por Jahoda en el momento en que Bar-On propone una serie de componentes de personalidad vinculados con el bienestar psicológico, a partir de los cuales elabora su concepto de cociente de inteligencia emocional, base de la elaboración de su cuestionario (Bar-On, 1997)²⁵. A partir de aquí comienza a desarrollar su estructura teórica sobre la inteligencia emocional, reconociendo que su fundamentación se basa, además de Jahoda, en los siguientes postulados (Bar-On, 2006)²⁶:

- En la teoría de Darwin, quién destacó la relevancia de las emociones como medio de supervivencia y adaptación
- En la teoría de Thorndike sobre la inteligencia social

²³ Mayer, J. ; Salovey, P & Caruso, D (2000). Models of emotional intelligence. En R.J Sternberg (Ed). *The handbook of intelligence* (pp. 396-420). New York: Cambridge University Press.

²⁴ Grajales, T (1999) Informe de Investigación Inteligencia Emocional entre Maestros de Secundaria de la Ciudad de Monterrey, Nuevo León, México.

²⁵ Bar-On, R. (1997). *The Bar-On Emotional Quotient Inventory (EQ-i): A Test of Emotional Intelligence*. Toronto, Canada: Multi-Health Systems.

²⁶ Bar-On, R (2006). The Bar-On Model of emotional-social intelligence. *Psicothema*, 18, 13-25.

- En la teoría de Weschler sobre la importancia de los factores no intelectuales de la inteligencia.
- Y en la definición de la alexitimia desarrollada por Sifneos (en 1972 Sifneos elabora el constructor de alexitimia para definir la falta de emociones. Este concepto es primordial para explicar la falta de comprensión ante las emociones, no encontrando palabras para expresar el propio estado emocional).

Es de esta manera como Bar-On define la inteligencia emocional como una capacidad no cognitiva, unas competencias y habilidades que tienen poder de influencia en el afrontamiento del ambiente. Como resultado, Bar-On define la inteligencia emocional como un conjunto de habilidades y conocimientos emocionales que se manifiestan en la forma efectiva de afrontar las dificultades que se van presentando en la vida. Este afrontamiento exitoso observado en la relación con los individuos y con el medio ambiente es consecuencia de una capacidad que se centra en comprender, ser consciente, controlar y expresar las emociones de una manera adecuada y esto depende de características de la personalidad.

Este autor vincula la inteligencia emocional con rasgos de comportamiento estables y variables de la personalidad, como por ejemplo, la empatía, la asertividad, el optimismo, la impulsividad. entre otros. Bar-On en el libro *Handbook of Emotional Intelligence* expone la relación entre la inteligencia emocional y elementos de comportamiento, de esta forma encontramos que este autor señala “la relación entre la inteligencia emocional (y construcciones relacionadas) y una variedad de variables de

resultado : factores de la personalidad ; creatividad; la salud mental y física , y la calidad de las relaciones interpersonales en el hogar , la escuela y el trabajo” (Bar-On, 2000:xii)²⁷.

Las competencias pertenecientes a esta inteligencia no cognitiva están constituidas por elementos emocionales, personales y sociales que están interrelacionados entre sí.

Es bajo esta fundamentación teórica que Bar-On comienza a utilizar el concepto de inteligencia emocional y de inteligencia social, con la resultante de la obtención del vocablo inteligencia emocional-social. Este nuevo término hace referencia a una sección representativa de la correlación entre las capacidades emocionales y sociales.

Bar-On (2006) define la inteligencia emocional-social como un cruce de competencias sociales y emocionales interrelacionadas, habilidades y facilitadores que determinan la manera en que la persona se expresa y comprende a sí misma, a los demás y se relaciona con ellos y afronta las demandas de la vida cotidiana.

Las capacidades emocionales según Bar-On se pueden dividir en dos clases que se interrelacionan entre sí: en competencias *básicas* y en competencias *facilitadoras*. Las capacidades básicas se basan en diez factores indispensables para la inteligencia emocional y éstos son: la autoconciencia emocional, la autoevaluación, la empatía, las relaciones sociales, la asertividad, el afrontamiento de presiones, el análisis de la realidad, la flexibilidad, el control de impulsos y la solución de problemas. Por otro lado,

²⁷ Bar-On, R. & Parker, J. (2000). *The Handbook of Emotional Intelligence: Theory, Development, Assessment, and Application at Home, School, and in the Workplace*. San Francisco, California: Jossey-Bass

las capacidades facilitadores están compuestas por los siguientes cinco elementos: optimismo, alegría, independencia emocional, autorrealización y responsabilidad social (Bar-On, 2000).

Las capacidades emocionales relativas a las competencias básicas y facilitadoras el autor las incluye dentro de otra clasificación más específica, dividiéndolas en cinco componentes de la inteligencia no cognitiva (Bar-On, 2000; Mayer, Salovey y Caruso, 2000):

- ✓ Componente intrapersonal: está formado por la autoconsciencia emocional, la asertividad, la independencia emocional, la auto consideración y la autorrealización. La autoconsciencia emocional es la habilidad para reconocer y entender los propios sentimientos; la asertividad es la capacidad de expresar sentimientos, creencias y pensamientos y defender los derechos propios de forma no destructiva. La independencia emocional hace referencia a la capacidad de autocontrol y autodirección del pensamiento y de los comportamientos. La auto consideración consiste en la capacidad para aceptarse y respetarse a uno mismo y para finalizar, la autorrealización o auto-actualización es la capacidad para conocer y darse cuenta de las capacidades potenciales.

- ✓ Componente interpersonal: integrado por la empatía, la responsabilidad social y relación interpersonal. La empatía es la capacidad para entender y apreciar los sentimientos de los demás; la responsabilidad social consiste en la capacidad

para constituir una unidad sistemática constructiva y cooperativa de un grupo. Por último dentro de este factor se encuentra la relación interpersonal, que es la capacidad para establecer y mantener relaciones satisfactorias.

- ✓ Componente de manejo de las emociones: está conformada por la capacidad de tolerar las presiones y por la de control de impulsos. La tolerancia a las presiones o al estrés la define como la capacidad para resistir a fenómenos adversos y a circunstancias estresantes. Y el control de impulsos hace referencia a la capacidad de resistencia o de demora del mismo.

- ✓ Componente de estado de ánimo: relativo al optimismo y a la alegría. El optimismo se entiende como la capacidad de mantener una actitud positiva ante la vida y mirar lo más hermoso de ella. La alegría se concibe como la capacidad para sentirse satisfecho de uno mismo y de los demás.

- ✓ Componente de adaptabilidad-ajuste: vinculado a las capacidades de examen de la realidad, flexibilidad y solución de problemas. El examen de la realidad representa la capacidad de validar las propias emociones, es decir, diferenciar entre lo que se experimentó y lo real. La flexibilidad es la capacidad de adecuarse a emociones, pensamientos y conductas cuando se modifican las situaciones y condiciones. Para finalizar, la solución de problemas se resume en la capacidad para identificar, definir, generar e implementar posibles soluciones.

Se puede observar que el modelo teórico de Bar-On combina la posibilidad de calificar la inteligencia emocional como una habilidad mental (cuando se refiere a autoconciencia emocional) con otras características independientes de la habilidad mental, como es el caso de la seguridad y el optimismo, por ejemplo (Mayer, Salovey y Caruso, 2000).

Con lo mencionado anteriormente se puede concluir que la inteligencia emocional es definida como una serie de capacidades emocionales, personales e interpersonales que intervienen en la capacidad total del individuo de hacer frente a los requisitos y a las presiones del contexto. Como tal, la inteligencia emocional-social es un componente destacado en la determinación del éxito en la vida e influye directamente en el bienestar emocional del individuo (Bar-On y Parker, 2000).

De esta manera, y relacionándolo con las competencias antes mencionadas, una persona emocionalmente inteligente para Bar-On es aquella que posee capacidad de reconocer y expresar las propias emociones, así como entender cómo se sienten los demás y es capaz de crear y mantener relaciones interpersonales de satisfacción mutua, sin caer en la dependencia. La persona emocionalmente inteligente es generalmente optimista, realista, flexible y exitosa ante la resolución de problemas y en el afrontamiento a situaciones de estrés, sin perder el control (Bar-On, 2000).

Bar-On (2006) posteriormente amplía sus postulados teóricos abreviándolos y divide la inteligencia emocional en tres niveles o capacidades:

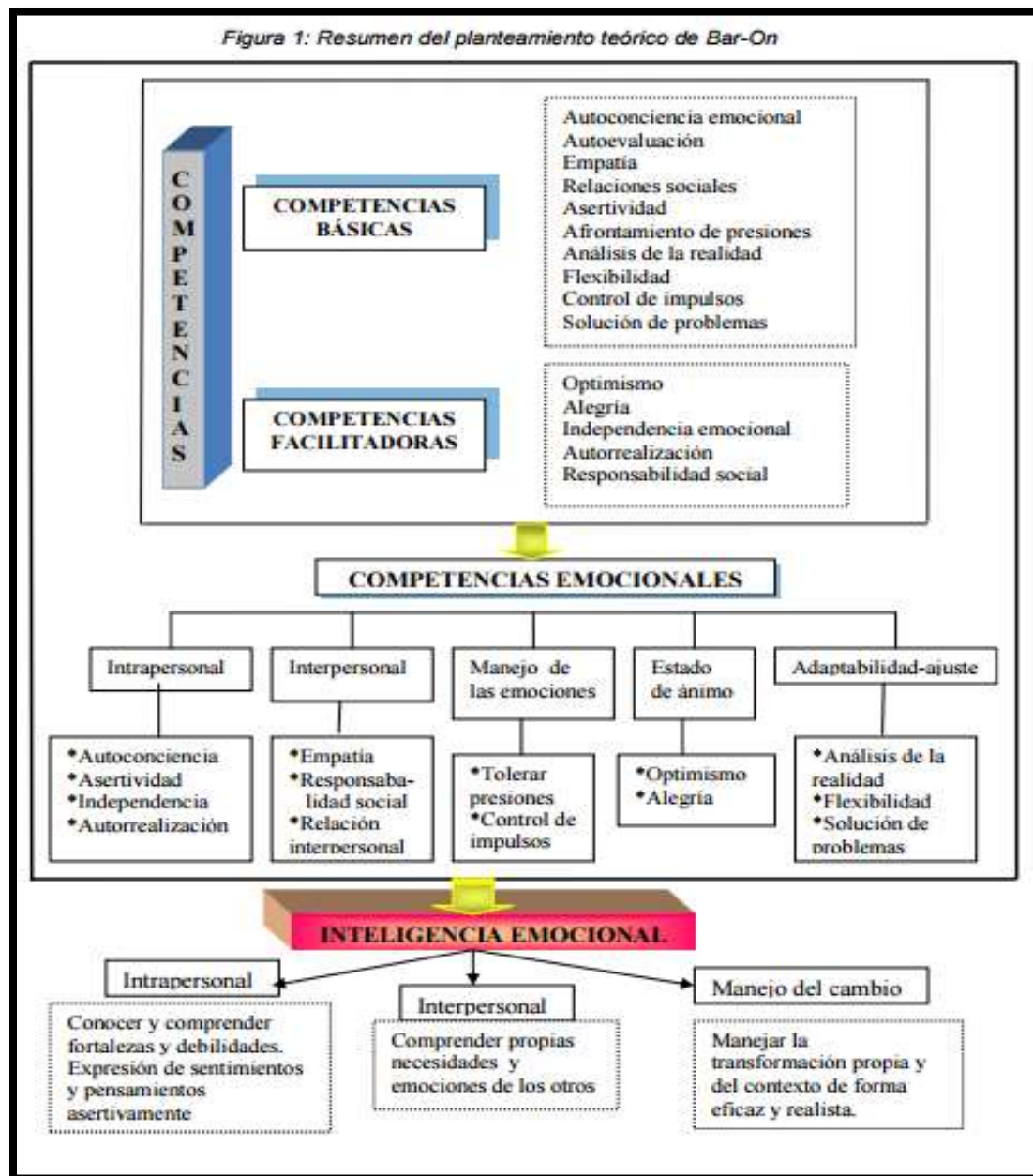
- ✓ Intrapersonal: esta se refiere a la capacidad que tiene el sujeto de ser consciente de uno mismo, esto es, capacidad para conocer y comprender las propias

fortalezas y debilidades, así mismo capacidad de expresar pensamientos y sentimientos de forma asertiva.

- ✓ Interpersonal: este nivel describe la competencia de la persona para entender sus propias necesidades, así como las emociones y los sentimientos de los demás. Estas atribuciones facilitan poder establecer y mantener relaciones cooperativas constructivas y de mútua satisfacción.

- ✓ Manejo del cambio: esta capacidad significa la conducción eficaz, realista y flexible de la transformación personal, social y ambiental, así como la toma de decisiones y la resolución de conflictos.

Figura 1: Resume del planteamiento teórico de Bar On:



2.4.1.2 MODELO DE DANIEL GOLEMAN

Goleman (1995)²⁸ en su libro convertido en best-seller populariza el concepto de inteligencia emocional trabajado por Salovey y Mayer, y presenta la idea de que existe un coeficiente emocional que trabaja conjuntamente con el coeficiente intelectual, sin oponerse a él. Goleman se sitúa en un modelo de inteligencia emocional que acepta los componentes cognitivos y no cognitivos de la inteligencia, en contraposición de Bar-On, que defiende a la inteligencia emocional como una inteligencia no cognitiva. Sin embargo, Goleman defiende la idea de que el cerebro emocional es anterior al cerebro racional, pero reivindica las relaciones entre lo cognitivo y lo emocional, existiendo en primer lugar lo emocional (Gallego, 200)²⁹.

Desde este modelo se concibe la inteligencia emocional como una serie de competencias que facilitan a los individuos el manejo de las emociones de forma centrífuga -hacia los demás- y centrípeta -hacia uno mismo-. Para Candela, Barberá, Ramos y Sarrión (2001) este coeficiente emocional configura características de carácter como por ejemplo, la autodisciplina, el altruismo o la compasión, rasgos que se convierten en herramientas imprescindibles para la adaptación social. A partir de aquí, Goleman (1995) distingue cinco competencias pertenecientes a la inteligencia emocional:

- ✓ Consciencia emocional

²⁸ Goleman, D (1995). *Inteligencia emocional*. Barcelona: Paidós

²⁹ Gallego, J (2007). *Educación en la adolescencia*. Madrid: Paraninfo

- ✓ Autorregulación o capacidad para controlar las propias emociones
- ✓ Motivación
- ✓ Empatía
- ✓ Control de las relaciones

Cada una se describe a continuación:

- ✓ Consciencia Emocional:

Es la denominada consciencia emocional o consciencia de uno mismo. Es la capacidad de reconocer un sentimiento en el mismo momento en que surge, es decir, ser consciente de los propios estados internos, de los recursos y de las intuiciones. Poder hacer una apreciación y dar nombre a las propias emociones es uno de los pilares de la inteligencia emocional, en el que se fundamenta la mayoría de las otras cualidades emocionales. Solo quien sabe porqué se siente y como se siente puede manejar sus emociones, moderarlas y ordenarlas de manera consciente.

Constituye una competencia personal que estipula la forma en la cual el sujeto se relaciona consigo mismo, y a la vez está influida por el factor social. Todas las experiencias personales vividas, observadas o imaginadas pasarán a integrarse como parte del conocimiento previo del sujeto y, acumuladas, le ayudarán a interpretar el ambiente con su memoria personal e influirán en sus emociones. En esta competencia personal, Goleman (1999)³⁰ distingue dos procesos: uno, que hace referencia al reconocimiento de los estímulos del entorno y a las expresiones que producen en el sujeto, para lo que se requiere de atención sobre sí mismo y, a la vez, introspección para

³⁰ - Goleman, D (1999). La práctica de la inteligencia emocional. Barcelona: Paidós

poder verificarse. Y el otro proceso hace referencia a la racionalización de esas manifestaciones emocionales, comprendiéndolas, y que supone distinguir pensamientos, acciones y emociones.

Entre los aspectos relacionados con la consciencia cabe destacar el auto concepto y la autoestima, en la medida en que se configuran como los que tienen más influencia en ella, aunque ambos aspectos pueden considerarse como un todo que es la representación global que cada uno tiene de sí mismo.

✓ Autorregulación o capacidad para controlar las propias emociones

Esta dimensión implica la capacidad de controlar las propias emociones: implica la capacidad de controlar los propios estados emocionales, los impulsos y los recursos internos; en definitiva, un control que moviliza hacia la adaptación de los sentimientos al momento.

Es una capacidad básica para enfocar nuestras vidas y las relaciones con los demás, y requiere la formación del sentido de lo que se hace, donde la persona, de acuerdo con su racionalidad y sensibilidad, planifica sus acciones y persiste en ellas. El individuo que conquista esta habilidad consigue dominar la impulsividad y logra la máxima independencia de lo que le rodea, revelando un equilibrio y ajuste emocional en los distintos escenarios de la realidad.

Goleman afirma que emociones como el miedo, la ira, o como la tristeza son mecanismos de supervivencia que forman parte del bagaje básico emocional y añade que

no se puede seleccionar las emociones. Pero se encuentra en la persona el poder conducir las reacciones emocionales y completar o sustituir el programa de comportamiento congénito primario, como el deseo o la lucha por formar de comportamientos aprendidos. De esta forma, lo que se haga con las propias emociones, el hecho de que se manejen de forma inteligente depende de la inteligencia emocional.

Según Goleman (1999), el manejo de las emociones, el darse cuenta de lo que hay detrás de cualquier sentimiento (por ejemplo, el dolor que provoca enfado), permite aprender formas de manejar la ansiedad, el enojo y la tristeza, entre otros. El autodomínio emocional posterga la gratificación y controla la impulsividad y sirve de base a casi todos los logros.

✓ Motivación

La persona ha de saber motivarse a sí misma y esto es facilitado por la existencia de tendencias emocionales que conducen hacia la consecución de unos objetivos delimitados por el individuo. Ordenar las emociones al servicio de un objetivo es esencial para prestar más atención para la automotivación, el dominio y para la creatividad.

✓ Empatía

Es el reconocimiento de las emociones ajenas, es decir, es la toma de consciencia o el conocimiento de los sentimientos, las necesidades y las preocupaciones ajenas.

✓ Control de las relaciones

Hace referencia a la capacidad de relacionarse adecuadamente con las emociones ajenas. Manejar las relaciones, el “arte” de las relaciones es en gran medida la habilidad de manejar las emociones propias y de los demás, empleando ciertas habilidades específicas que rodean la popularidad, el liderazgo y la eficiencia interpersonal.

Posteriormente, Goleman (1999), introduce el término de influencia, el cual pertenece a la dimensión de aptitudes sociales y la vincula, al igual que Cooper y Sawaf (1998), con la habilidad para convencer a la gente e implementar tácticas de persuasión efectivas. Esta clase de influencia, al igual que como se verá en el modelo de Cooper y Sawaf, propicia relaciones interpersonales efectivas, sentimientos de bienestar, fomenta la autoestima, induce al dialogo abierto y sincero, todo esto contribuye a la solución efectiva de problemas.

Este término de influencia corresponde a una nueva organización que genera Goleman sobre el concepto de inteligencia emocional en donde identifica las competencias que dependen de los estados de ánimo y que provocan un desempeño exitoso de la persona.

Como resultado, Goleman (1998) establece veinticinco habilidades derivadas de las cinco áreas que él formuló basándose en la teoría originaria de Salovey y Mayer (1990): autoconciencia, autorregulación, motivación, empatía y habilidades sociales.

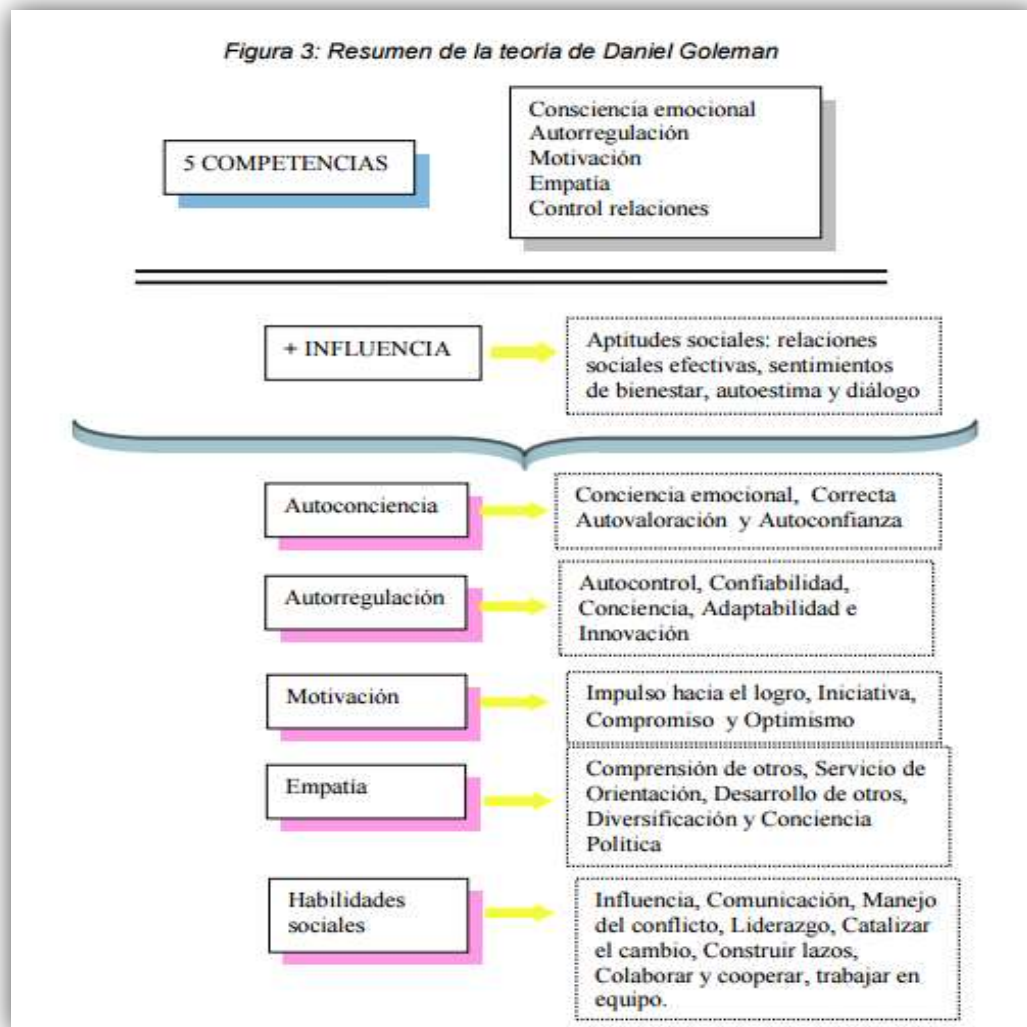
Figura 2: Resumen de la organización de los componentes de la IE según Goleman.

Figura 2: Organización de los componentes de la IE según Goleman

<p>AUTOCONCIENCIA <i>Reconocer los propios estados de ánimos, los recursos y las intuiciones</i></p>	<ul style="list-style-type: none"> • Conciencia emocional: identificar sus propias emociones y sus posibles efectos. • Correcta autovaloración: conocer las propias fortalezas y limitaciones. • Autoconfianza: un fuerte sentido del propio valor y capacidad.
<p>AUTORREGULACIÓN <i>Manejo de los propios estados de ánimo, impulsos y recursos</i></p>	<ul style="list-style-type: none"> • Autocontrol: vigilar los impulsos y las emociones. • Confiabilidad: mantener patrones adecuados de honestidad e integridad. • Conciencia (compromiso consigo mismo): asumir las responsabilidades del desempeño profesional. • Adaptabilidad: flexibilidad en el manejo de las situaciones de cambio. • Innovación: sentirse a gusto con nueva información, nuevas ideas y situaciones.
<p>MOTIVACIÓN <i>Intensidad y dirección de las emociones que facilitan el cumplimiento de los objetivos establecidos</i></p>	<ul style="list-style-type: none"> • Impulso hacia el logro: esfuerzo por perfeccionar o alcanzar un modelo de excelencia laboral. • Compromiso: implicarse con las metas del grupo u organización. • Iniciativa: actuar ante las oportunidades. • Optimismo: persistencia en el logro de objetivos aunque haya obstáculos.
<p>EMPATÍA <i>Conciencia de los sentimientos, vicisitudes e inquietudes de los demás</i></p>	<ul style="list-style-type: none"> • Comprensión de los otros: percibir los sentimientos y perspectivas de los compañeros de trabajo. • Desarrollo de los otros: estar atentos a las necesidades de desarrollo de los otros y reforzar sus habilidades. • Servicio de orientación: anticipar, reconocer y satisfacer las necesidades reales del cliente. • Diversificación: cultivar las oportunidades laborales en los distintos tipos de personas. • Conciencia política: ser capaz de captar y comprender las corrientes emocionales del grupo, así como el poder de las relaciones entre sus miembros.
<p>HABILIDADES SOCIALES <i>Promover respuestas deseadas en los otros</i></p>	<ul style="list-style-type: none"> • Influencia: idear y realizar adecuadamente tácticas efectivas de persuasión. • Comunicación: saber escuchar abiertamente al resto y elaborar mensajes convincentes. • Manejo de conflictos: saber negociar y resolver los desacuerdos que se presenten dentro del equipo de trabajo. • Liderazgo: capacidad de inspirar y guiar a los individuos y al grupo en su conjunto. • Catalizar el cambio: iniciador o administrador de las situaciones nuevas. • Construir lazos: alimentar y reforzar las relaciones interpersonales dentro del grupo. • Colaborar y cooperar: trabajar con otros para alcanzar metas compartidas. • Trabajar en equipo: ser capaz de crear sinergia para la consecución de metas colectivas.

Recientemente Goleman (2001)³¹ emplea más el concepto de competencia emocional, definiéndola como una capacidad aprendida basada en la inteligencia emocional propia de la persona y que influye en los resultados y el rendimiento en el trabajo.

Figura 3: Resumen de la teoría del modelo de Inteligencia Emocional de Goleman:



³¹ Goleman, D (2001). Emotional Intelligence: perspectives on a theory of performance. En C.

2.4.2. MODELOS DE HABILIDADES

Extremera y Fernández-Berrocal (2003) incluyen el modelo de Sawaf y Cooper dentro de los modelos mixtos, los sitúan con los modelos de Goleman (1995) y Bar-On (1997), sin embargo se ha considerado que dicho modelo pertenece a “un modelo de habilidad” ya que estos autores conciben la inteligencia emocional como una habilidad, al igual que el modelo de Mayer y Salovey, como resultado de que el modelo de los cuatro pilares hace referencia a aspectos como el conocimiento, el feedback (realimentación), la reflexividad sobre los acontecimientos, entre otros factores. En esta misma línea de pensamiento, aunque sin incluir este modelo dentro de un modelo de habilidad, Vallés (2003) señala que las conceptualizaciones de Bar-On y de Goleman pertenecen al paradigma de modelo mixto, sin incluir al modelo de Cooper y Sawaf en este paradigma.

En si Los modelos de habilidades tienen su origen en las teorías sobre la inteligencia; conciben la IE como un conjunto de habilidades cognitivas referentes a las emociones con poca relación a factores de la personalidad.

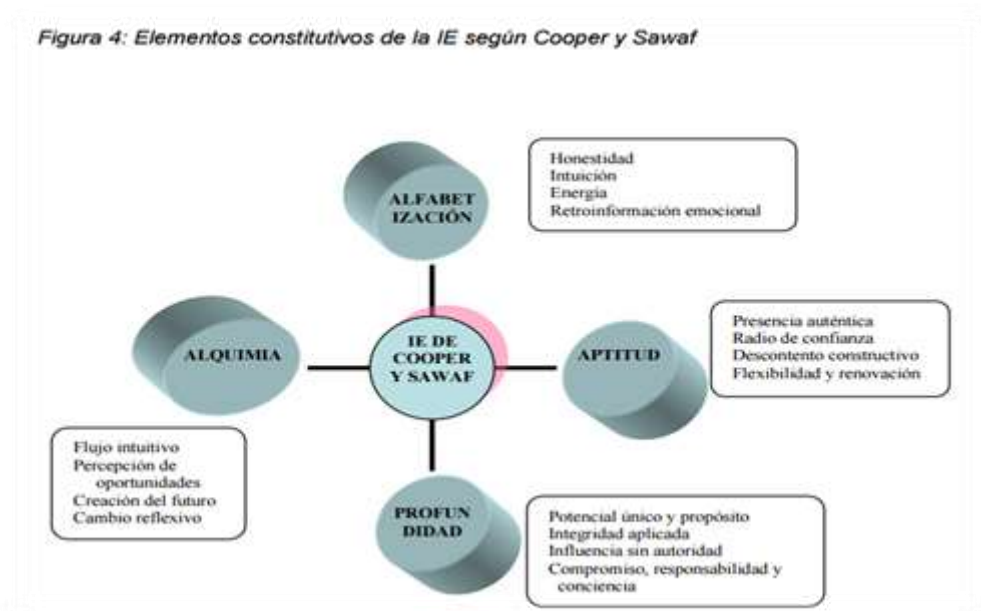
2.4.2.1 MODELO DE COOPER Y SAWAF

Cooper y Sawaf (1997) definen la inteligencia emocional como una actitud que consiste en captar, entender y aplicar de forma eficaz las emociones consideradas como fuente de motivación, información de relaciones e influencia.

Cooper y Sawaf (1997) presentan en su libro Estrategia emocional para ejecutivos³², su modelo de los "Cuatro Pilares" de la Inteligencia Emocional. Los pilares que conforman la IE, según Cooper y Sawaf, son los siguientes:

- ✓ Alfabetización emocional
- ✓ Aptitud emocional
- ✓ Profundidad emocional
- ✓ Alquimia emocional

Figura 4: Representación los elementos constitutivos de la IE según Cooper y Sawaf



- ✓ Alfabetización emocional Cooper y Sawaf (1998), en una de las primeras páginas de su libro Inteligencia emocional aplicada al liderazgo y a las

³² Cooper, R & Sawaf, D (1997). Estrategia emocional para ejecutivos. Barcelona: Martínez-Roca.

organizaciones³³, insisten en que la alfabetización o conciencia emocional no proviene de la inteligencia abstracta, sino que procede directamente del corazón de cada persona

La alfabetización se compone de diversos elementos, como lo son:

- Honestidad emocional: Es “permanecer honesto consigo mismo y respetar la sabiduría tanto del corazón como de la cabeza” (Cooper y Sawaf, 1998: 5). Consiste en la escucha activa de los sentimientos, lo que denominan la verdad interna, mediante la intuición y el conocimiento.
- Intuición: La intuición la entienden siguiendo el planteamiento de Sorokin (Cooper y Sawaf, 1998) para quién la intuición es el fundamento último de la comprensión de la ética, de lo valioso de la vida y del bien. Sería “Ver con el corazón” (Cooper y Sawaf, 1998:46), es la percepción que traspasa las sensaciones físicas.
- La energía: hace referencia a la motivación, al deseo interno del querer.
- Retroinformación emocional: consistiría en proporcionarle atención a las emociones, en las propias palabras de los autores “Toda sensación es una señal”

³³ Cooper, R & Sawaf, D (1998). La inteligencia emocional aplicada al liderazgo y a las organizaciones. Colombia: Norma.

(Cooper y Sawaf, 1998: 35) y a partir de esa atención actuar. Dentro de esta retroalimentación se encuentra el manejo de los impulsos.

Además de la honradez emocional, la energía, el conocimiento, el feedback, y la intuición hay otros dos elementos dentro de este pilar, que son la responsabilidad y la conexión. La alfabetización emocional, comparándola con las teorías expuestas, podemos relacionarla con la capacidad de identificar y discriminar las propias emociones y las de los demás (Candela, Barberá, Ramos y Sarrió, 2001)³⁴.

✓ Aptitud emocional

La aptitud o agilidad emocional proporciona el fomento de la propia autenticidad, credibilidad y flexibilidad, así como ampliar el círculo de confianza y nuestra capacidad para escuchar, asumir conflictos y sacar el máximo partido posible del descontento positivo.

La aptitud emocional se divide en los siguientes 4 factores:

- Presencia auténtica: Esta característica es una dimensión silenciosa de energía que emana no sólo de la mente sino también del corazón, que transmite segundo a segundo la verdad emocional de quién se es en realidad.

- Radio de confianza: La confianza es algo más que una buena idea o actitud. Es una característica emocional que requiere de sentir y actuar a la vez. Cuando el

³⁴ Candela, C; Barberá, E; Ramos, A & Sarrió M (2001). Tendencias psicológicas en la investigación sobre inteligencia emocional. Revista de psicología social aplicada, 11 (3), 5-25

individuo confía en si mismo puede extender esa confianza hacia los demás y recibirla de regreso, se convierte en la cohesión que mantiene unidas las relaciones y consigue que el diálogo sea franco. Por el contrario, la ausencia de confianza genera interrogantes, verificación e inspección.

- Descontento constructivo: El descontento puede ser un auge de ideas creativas y oportunidades de generar más confianza y conexión.
- Flexibilidad y renovación: Supone reflexionar sobre los hechos y a partir de este análisis y reflexión, ejecutar nuevos comportamientos y pautas de interacción.

El conjunto de las variables pertenecientes a la aptitud emocional origina las adecuadas cualidades para poner en funcionamiento las destrezas del conocimiento emocional.

Este pilar de la inteligencia emocional permite potenciar las capacidades y no culpabilizarse cuando se cometen equivocaciones. Además, esta aptitud posibilita el hecho de adaptarse a las situaciones conflictivas de forma más flexible, abierta y honesta, por tanto, promueve tener consciencia del propio conocimiento de uno mismo.

Cabe añadir que este pilar constitutivo de la inteligencia emocional posee cierta equivalencia con la capacidad de manejar y regular las emociones (Candela, Barberá, Ramos y Sarrió, 2001).

- ✓ Profundidad emocional

La profundidad emocional consiste en armonizar la vida y el trabajo con el potencial y las intenciones que le son peculiares, poniendo en ello su integridad, su empeño y su responsabilidad. Este elemento está relacionado con la ética y la moral personal. Todo ser humano posee motivaciones y reflexiona sobre sus aspiraciones, constituyendo el potencial y la intención individual. Para lograrlo se requiere de disposición de esfuerzo, responsabilidad y conciencia. Es en este momento en el que intervienen la moral y la ética personal en las formas que se tienen habitualmente de actuar: se debe de hacer lo adecuado y lo correcto. Esta forma de proseguir atribuirá una «integridad aplicada» a las interrelaciones con el contexto y con los demás. La persona debe de ser capaz de discernir entre lo que es correcto e incorrecto por sí mismo al actuar.

Al igual que los anteriores pilares, la profundidad emocional se divide en:

- Potencial único y propósito: este factor parte de la idea que de que el ser humano quisiera dedicar la vida a las cosas que son importantes. Esto requiere, en primer lugar, llegar a conocer los verdaderos talentos y ponerlos al servicio de la de la vocación. Es lo que recibe el nombre de potencial único.
- Integridad Aplicada: La integridad requiere comprometerse a dialogar y evaluar lo que es correcto, equivale a ser auténtico consigo mismo y con los demás y realizar las cosas que se dicen que se van a hacer. Integridad es un término que describe la más alta forma de inteligencia humana. La integridad aplicada constituye un estado de procesar experiencias en formas que comprenden

creatividad, valores, capacidades intuitivas y emocionales, lo mismo que facultades racionales y analíticas. En este sentido, la integridad puede entenderse como una expansión de la honestidad emocional. A menudo, se anuncia que las emociones no implican juicio pero, por el contrario, las emociones y las pasiones son en sí mismas juicios intuitivos y en los cuales nace y se nutre la integridad. Es decir, las emociones son juicios según los cuales se perfila y estructura la realidad.

- Influencia sin autoridad: Esta facultad se refiere a la influencia ejercida por el individuo sin abusar ni manipular, generándose relaciones basadas en la obtención de influencias a través de intercambios que estimulan el respeto y valor en las personas. Estas relaciones, basadas en la influencia sin autoridad, son indispensables para resolver problemas.
- Compromiso, responsabilidad y conciencia: La capacidad de introducir esperanza, hacerse cargo de un hecho o situación, por ejemplo, permiten dirigir a los demás y a uno mismo.
- ✓ Alquimia emocional

Con este factor se amplía el instinto y la capacidad de creación aprendiendo a fluir con los problemas y las presiones, y a competir contra el futuro educando nuestras facultades para percibir mejor las soluciones y oportunidades ocultas. En las propias palabras de los autores la alquimia es “cualquier facultad o proceso de transmutar una sustancia común considerada de poco valor, en cosas de gran valor” (Cooper y Sawaf, 1998:219). Por

consiguiente, la persona aprende a corregir y dirigir estados emocionales propios y de los demás, en lugar de rechazarlos.

Este elemento permite la adquisición de la capacidad de aplicar las corazonadas, entusiasmos, descontentos y restantes energías emocionales como catalizadores del cambio y crecimiento, o como antídotos contra la rigidez y la paralización de comportamientos y pensamientos.

Los elementos que constituyen la alquimia emocional son los que se presentan a continuación:

- Flujo intuitivo: En el momento en el que la intuición se emplea ampliamente se genera su activación, de forma que permanece siempre. Es parte de la manera como el corazón reacciona ante toda experiencia y circunstancia.
- Percepción de Oportunidades: Cada problema o posibilidad genera una línea principal de fuerza que, o está encaminada hacia la persona, como es el caso si se trata de un problema, crítica personal o ataque de un competidor, o bien es dirigido por el individuo buscando activamente conocimientos, soluciones u oportunidades.
- Creación del futuro: Hace referencia al incremento, al resultado del análisis racional y a la planeación ordenada, lo que proporciona el crecimiento. El crecimiento es el proceso que unifica los sentimientos, los pensamientos, las

acciones y las energías. El ser humano se determina a sí mismo por la forma en la que decide crecer, en virtud del principio unificador de la transformación.

- Cambio de tipo reflexivo: Este factor se asienta en la idea de la noción en la persona el sentido del tiempo y que empleándolo se puede dirigir a voluntad la intuición creativa, la cual puede transportarla de la experiencia pasada a experiencia futura, y luego a experiencia presente. Con práctica se pueden lograr ajustes sensoriales en cuestión de minutos. Como resultado, el sujeto se convierte en un ser más sensible y adaptable capaz de innovar con mayor facilidad. Cabe añadir que este componente colabora en el proceso del manejo de las emociones de forma adaptativa, al igual que la profundidad emocional (Candela, Barberá, Ramos y Sarrió, 2001).

En síntesis, los sentimientos proporcionan una información vital y profundamente provechosa. Esta retroalimentación que se recibe del corazón, no de la cabeza, es lo que comunica ayudando al alcance de la sinceridad con uno mismo, establece relaciones de mutua confianza, provisiona un camino interior a la vida, orienta hacia posibilidades que no se hubieran pensado. Estos fenómenos son parte de la inteligencia emocional, pero no se queda aquí, sino que va más allá. La IE demanda el aprendizaje de reconocer y a valorar los sentimientos en uno mismo y en los otros, y que se ejecuten comportamientos adecuados a ellos destinando eficazmente la información y la energía de las emociones a nuestra vida cotidiana y nuestro trabajo. De forma que la

definición de Cooper y Sawaf (1997) sería: *La inteligencia emocional es la aptitud para captar, entender y aplicar eficazmente la fuerza y la perspicacia de las emociones en tanto que fuente de energía humana, información, relaciones e influencia.*

2.4.2.2 MODELO DE MAYER Y SALOVEY

El modelo de Salovey y Mayer es el modelo de inteligencia emocional como habilidad por excelencia ya que como afirman (2006:14)³⁵ integra un “conjunto de aptitudes que pueden ser medidas y diferenciadas de la personalidad y de las potencialidades sociales”

A principios de los noventas, Salovey y Mayer acuñaron para la inteligencia personal (en la terminología de Gardner) la designación de inteligencia emocional, a la que puntualizaron como «la capacidad para supervisar los sentimientos y las emociones de uno mismo y de los demás, de discriminar entre ellos y de usar esta información para la orientación de la acción y el pensamiento propios» (Salovey y Mayer, 1990: 189).

Los autores reformularon posteriormente esta definición, ampliándola y no centrándose tanto en la regulación de las emociones y relacionando los sentimientos con el pensamiento. Como resultado propusieron la siguiente definición:

“La inteligencia emocional relaciona la habilidad para percibir con precisión, valorar y expresar emociones, relaciona también la habilidad para acceder y/o generar sentimientos cuando facilitan el pensamiento, también la habilidad

³⁵ Grewal, D & Salovey, P (2006). Inteligencia emocional. *Mente y cerebro*, 16, 10-21.

para entender emoción y conocimiento emocional y la habilidad para regular emociones que promuevan el crecimiento emocional e intelectual” (Mayer y Salovey, 1997:)

Esta concepción teórica incluye cuatro grupos de habilidades: *la percepción emocional, la facilitación emocional, la comprensión emocional y la regulación emocional* que se expresan jerárquicamente.

En el contexto de este modelo de inteligencia emocional como habilidad existen dos líneas de trabajo (Lizeretti, Oberst, Chamarro y Farriols, 2006)³⁶, en primer lugar entender la IE como *inteligencia emocional percibida* y en segundo lugar, *entenderla como habilidad basada en el procesamiento de la información*.

A continuación se expondrán estos dos postulados teóricos que, simplemente, es la misma teoría reformulada.

2.4.2.2.1. MODELO DE INTELIGENCIA EMOCIONAL PERCIBIDA.

En esta investigación para comprender la inteligencia emocional nos posicionamos en este modelo teórico porque es el que tiene más desarrollo empírico y su fundamentación teórica es la más desarrollada (Mayer y Salovey,1997; Mayer, Caruso y Salovey, 2000 y Cabello, Fernández-Berrocal, Ruiz-Aranda y Extremera, 2006).

³⁶ Lizeretti,N; Oberts, U; Chamarro, A & Farriols, N (2006). Evaluación de la inteligencia emocional en pacientes con Psicopatología: resultados preliminares usando el TMMS-24 y el MSCEIT. *Ansiedad y Estrés*, 12 (2- 3), 355-364.

La inteligencia emocional percibida se centra en el metaconocimiento o creencias individuales que poseen las personas con respecto a conceptos propios de la inteligencia emocional como habilidad emocional (Salovey, Mayer, Goldman, Turvey y Palfai, 1995)³⁷. Este abordaje teórico representa el primer planteamiento científico sobre la IE y ésta es definida como la habilidad de las personas para atender y percibir los sentimientos de forma apropiada y precisa, la capacidad de asimilarlos y comprenderlos adecuadamente y la destreza de regular y modificar el propio estado de ánimo y el de los demás.

Desde este modelo la inteligencia emocional es

“un conjunto de destrezas que se supone que contribuyen a una adecuada percepción y expresión de las emociones en uno mismo y en los otros, y en la utilización de las emociones para motivarse, planificar y alcanzar los propios objetivos vitales” (Salovey y Mayer, 1990)

Este modelo de inteligencia emocional se asienta sobre las concepciones de Salovey y Mayer, con la única diferencia entre los modelos mixtos, de que es la inteligencia emocional – propias habilidades emocionales que la persona cree poseer (Salovey, Stroud, Woolery y Epel, 2002)³⁸.

³⁷ Salovey, P; Mayer, J; Turvey, C & Palfai, T (1995). Emotional attention, clarity and repair: Exploring emotional intelligence using the Trait MetaMood Scale. En J. W. Pennebaker (Ed.). *Emotion, Disclosure and health*, Washington: American Psychological Association, pp. 125-151.

³⁸ Salovey, P; Stroud, L; Woolery, A & Epel, E (2002). Perceived emotional intelligence, stress reactivity and symptom report: furthers explorations using the Trait Meta-Mood Scale. *Psychology and Health*, 17, 611-627.

Antes de presentar las tres dimensiones básicas de la inteligencia emocional se considera necesario mencionar que la idea principal de Salovey y colaboradores es que si el elemento que especifica la inteligencia general es el razonamiento abstracto, éste no desarrolla en el vacío, es decir, necesita un input precisa informaciones referidas a su área (la espacial, musical, verbal, etc.). En el caso de la IE, el input lo compone, por una parte, la información vinculada a lo emocional; por otro lado, el razonamiento abstracto, que se complementa mediante el conocimiento base, el cual constituye un cuerpo organizado de

ASPECTOS DE LA INTELIGENCIA	EJEMPLOS DE LA INTELIGENCIA VERBAL	EJEMPLOS DE LA INTELIGENCIA EMOCIONAL
Meta-procesamiento	Saber que escribir sobre algo, ayuda a recordarlo	Saber que ayudar a alguien nos puede hacer sentirnos mejor
Razonamiento Abstracto Comprensión	Ser capaz de identificar el protagonista de una historia y comparar los individuos con otra gente	Ser capaz de analizar una emoción e identificar sus partes y cómo se combinan
Conocimiento base procesamiento	Tener conocimiento y recordar análisis de los ejemplos más importantes de las historias	Tener conocimiento (y recordar análisis) de ejemplos de sentimientos
Input o entrada del procesamiento	Ser capaces de recordar frases amplias en la memoria	Ser capaz de percibir emociones en los rostros

conocimientos. Y, por último, otra de las áreas de especial relevancia hace referencia a la meta cognición, compuesta por estrategias que operan traspasando la esfera mental. Para una mayor clarificación de lo mencionado se presenta un pequeño cuadro resumen (El que se encuentra a la derecha) donde se recogen aspectos de la inteligencia y algunos ejemplos.

Este modelo es constituido por tres elementos primordiales, que son:

- La atención emocional
- La claridad emocional
- La reparación regulación emocional.

Desde este modelo y partiendo de estos conceptos claves se considera que el individuo difiere en las habilidades para identificar sus sentimientos, regularlos y utilizar esa información suministrada para ejecutar una conducta adaptativa. Estos tres componentes mantienen una relación jerárquica, cuya base es la percepción y siguen los otros elementos en orden ascendente, siendo la cúspide de la pirámide la reparación emocional (Cabello, Fernández-Berrocal, Ruiz-Aranda y Extremera, 2006)³⁹.

Los tres ejes centrales de este modelo se explican de la siguiente manera:

- La atención emocional

La atención a los sentimientos es el grado en el cual los individuos creen prestar atención y observar sus emociones y sentimientos. El factor de atención emocional es uno de los componentes más imprescindibles de la inteligencia emocional, ya que es en él en donde se perciben los sentimientos propios en el mismo momento en el que se dan (Salmerón, 2002). Los sentimientos constituyen una información acerca de lo que le gusta o disgusta a la persona, cuya finalidad es poder efectuar modificaciones en el ambiente donde se desarrolla.

La percepción (otorgarle atención) de los estados emocionales es la capacidad más elemental y consiste en el registro de los estímulos emocionales en sí mismo, resultando imprescindible para que pueda desarrollarse la claridad y la reparación emocional (Páez, Fernández, Campus, Zubieta y Casullo, 2006). Si se desconoce la

³⁹ Cabello, R; Fernández-Berrocal, P; Ruiz-Aranda, D & Extremera, N (2006). Una aproximación a la integración de diferentes medidas de regulación emocional. *Ansiedad y Estrés*, 12 (2-3), 155-166.

emoción que gobierna en un momento o situación de la vida no se podrán predecir las acciones y los pensamientos que se podrían tener. Esta atención continua encaminada a los estados emocionales y a la dinámica de los propios sentimientos queda resumida en la autoconciencia emocional (Salmerón, 2002)⁴⁰.

La atención emocional comporta que la persona se posicione en una actividad no reactiva, es decir, que observe, dirija y mantenga la atención sobre uno mismo. Por ejemplo, una persona con esta capacidad desarrollada puede a la vez estar discutiendo violentamente con alguien y poseer la conciencia autorreflexiva de que está discutiendo. Por tanto, se trata de ser consciente de los propios estados de ánimo y de los pensamientos que se tienen de esos estados de ánimo y no buscar estrategias con el fin de evitar experimentar esas emociones, como por ejemplo, ver una película, irse de vacaciones, ir de compras o efectuarse un cambio de look.

Es necesario dejar bien claro que la atención sobre uno mismo no implica la emisión de un juicio evaluativo, si esto sucediera, cuando la atención emocional conlleva a una valoración o juicio de esa emoción sentida, Segal, Williams y Teasdale (2002, citado por Ramos, Hernández y Blanca, 2009)⁴¹ indican que esa evaluación puede llevar a patrones de pensamientos que se distancian de la experiencia ocurrida y como resultado no existe la integración adecuada del suceso acontecido.

⁴⁰ Salmerón, P (2002). Evolución de los conceptos sobre inteligencia. Planteamientos actuales de la inteligencia emocional para la orientación educativa. *Educación XXI: Revista de la Facultad de Educación*, 5, 97- 122.

⁴¹ Ramos, N.; Hernández, S & Blanca, M. (2009). Efecto de un programa integrado de mindfulness e inteligencia emocional sobre las estrategias cognitivas de regulación emocional. *Ansiedad y Estrés*, 15(2/3), 207-216.

La atención emocional también implica la identificación de esa emoción o sentimiento, es decir, experimentar la emoción y poder otorgarle una etiqueta verbal. Es de gran necesidad clarificar el hecho de que la atención emocional hace referencia a la percepción del estado emocional, sin embargo, conocer ese estado emocional que envuelve a la persona no significa necesariamente que identifique y comprenda esa emoción. Esta última habilidad –la comprensión de esa percepción- corresponden al siguiente nivel de inteligencia emocional: la claridad emocional.

Otra de las capacidades que otorga la atención emocional según Extremera y Fernández-Berrocal (2004³)⁴² es la percepción emocional interpersonal que consiste en disponer de una óptima conciencia de las emociones de los demás, es decir, poder identificar las señales corporales de los otros.

- La claridad emocional

La claridad emocional hace referencia a cómo creen los sujetos percibir sus emociones y es la habilidad para comprender los propios estados emocionales. El individuo posee un grado de percepción de sus emociones, y es en esta dimensión en donde se evalúa esa adecuada y óptima percepción de los estados emocionales asumiéndolos como tales y expresándolos adecuadamente. Además, hace referencia a comprender correctamente la naturaleza de esos estados emocionales, es decir, la causa que los genera (Zaccagnini, 2004). Es decir, la claridad emocional es la capacidad de

⁴² Extremera, N & Fernández-Berrocal, P (2004)³ . ¿Cómo mejorar la inteligencia emocional?. En J. Zaccagnini (Comp.) Qué es la inteligencia emocional: la relación entre pensamientos y sentimientos en la vida cotidiana. 147-165.

identificar y comprender los estados emocionales. La claridad emocional es indispensable para poder comprender las causas subyacentes que nos llevan a sentir tales emociones, y en su comprensión fundamentar correctamente los pensamientos que conducen a acciones adecuadas inter- e intra-personales (Caruso y Salovey, 2005)⁴³. Así, la comprensión de las emociones devendrá en una mejora para realizar análisis de emociones futuras

En términos de Páez, Fernández, Campos, Zubieta y Casullo (2006)⁴⁴ la comprensión de emociones se refiere a la capacidad de entender la información emocional y para Salmerón (2002) representa reconocer que se está atrapado en un sentimiento que puede conducir a acciones no deseadas y perjudiciales.

Como se ha visto en atención emocional, según Extremera y Fernández-Berrocal (2004³), la comprensión emocional tiene una competencia personal que es la integración de la emoción y de la razón, y una competencia social que es la empatía.

Si se integra la emoción al razonamiento, esto facilita un razonamiento más inteligente y el hecho de tomar unas decisiones más acertadas. También es posible que si se dispone de una buena capacidad para integrar las emociones en el razonamiento se pueda anticipar los estados emocionales previamente a ejecutar la conducta.

⁴³ Caruso, D & Salovey, P (2005). El directivo emocionalmente inteligente: la inteligencia emocional de la empresa. Madrid: Algaba.

⁴⁴ Páez, D; Fernández, I; Campos, M; Zubieta, E & Casullo, M (2006). Apego seguro, vínculos parentales, clima familiar e inteligencia emocional: socialización, regulación y bienestar. *Ansiedad y Estrés*, 12 (2-3), 329-341.

La empatía es otra de las habilidades vinculadas a la comprensión emocional. Empatizar consiste en posicionarse emocionalmente en el lugar de la otra persona y ser consciente de qué sentimientos tiene así como el origen de ellos y las implicaciones que pudiera tener en su vida. Por ello es necesario que la persona disponga de una serie de bagaje, memoria o experiencia emocional porque si ella no ha experimentado esa emoción o situación personal, le será más dificultoso poder comprender a los demás. A pesar de esta explicación, no todos los individuos sienten lo mismo en una situación similar, y la empatía implica reconocer que cada persona es única, aceptar la individuación y que hay distintos miedos, necesidades, deseos, entre otros

- La reparación regulación emocional.

La reparación o regulación de las emociones está vinculada a la creencia que posee la persona sobre su capacidad de interrumpir estados emocionales negativos y prolongar los positivos, así como regularlos. Este elemento se concibe como la capacidad de manejar las emociones en la que, teniendo en cuenta que se actúa en respuesta al pensamiento y que éste está influenciado por las emociones, es necesario que sean tenidas en cuenta en el razonamiento, en la forma de solucionar problemas, en los juicios y en las conductas.

Zaccagnini (2004)⁴⁵ menciona que en esta regulación de los estados emocionales la persona es capaz de impedir los efectos negativos de esa emoción (por ejemplo, no

⁴⁵ Zaccagnini, J. (2004): Qué es inteligencia emocional. La relación entre pensamientos y sentimientos en la vida cotidiana. Madrid: Biblioteca Nueva.

dejarse envolver y actuar impulsivamente ante una situación que provoca ira) y procurar aprovechar y utilizar los aspectos positivos que permiten conocer y comprender la emoción con la finalidad de actuar sin perjudicarse.

La reparación emocional también se dirige hacia uno mismo y hacia los demás. En consecuencia, existe la regulación emocional personal y la resolución de conflictos interpersonales. Ya se ha explicado que la regulación emocional consiste en la capacidad para no generar respuestas emocionalmente descontroladas, pero no consiste en esconderlos sino en poder manejar esos sentimientos, lo que implica reconocerlo, experimentarlo y manejar esta información de la forma más efectiva. Igualmente, la autorregulación emocional permite tolerar la frustración y también interviene en la auto motivación.

La resolución de problemas interpersonales, es decir, la habilidad para relacionarse con los demás es otra de las habilidades que pertenecen a la regulación emocional. Previamente a poder solucionar conflictos en los que intervengan otras personas, Extremera y Fernández-Berrocal (2004c : 162) señalan que se han de tener una serie de habilidades emocionales como son:

La capacidad para ofrecerse a los otros.

- Saber escuchar y saber responder en el momento adecuado.
- Animar a que la otra persona comunique sus preocupaciones mediante la transmisión de confianza y apoyo.

- Tener honestidad aunque ello implica herir sus sentimientos.
- Emplear la crítica constructiva.
- Llegar a acuerdos, saber defender las ideas y opiniones propias, respetando a los demás.
- Cooperar cuando se trabaja en equipo y cuando se plantean soluciones evitar que éstas perjudiquen a alguna parte involucrada.

Además de estas habilidades se debe de saber identificar los conflictos y su origen y ya conociendo éstos es posible buscar soluciones y decidirse por la más adecuada. En la resolución de conflictos es necesario dotarse de capacidad de negociación y mediación con la finalidad de llegar a un buen entendimiento y a una resolución eficaz..

Figura 5: Formulación teórica de la IE percibida.

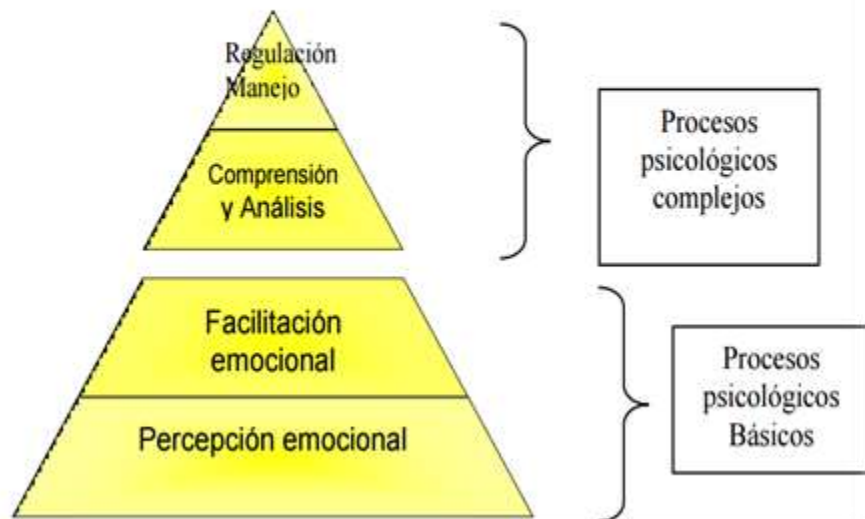
Figura 5: Formulación teórica de la inteligencia emocional percibida

	COMPO- NENTES	DEFINICION	COMPETENCIAS	
			PERSONAL	SOCIAL
I N T E L I G E N C I A	Atención emocional	Capacidad de prestar atención y de identificar las emociones y los sentimientos. Corresponde a la autoconciencia emocional. Incluye la capacidad de reflexionar sobre los pensamientos generados por esos estados de ánimo.	Percepción emocional personal	Percepción emocional interpersonal
	Claridad emocional	Capacidad de comprender e identificar los propios estados de ánimos. Permite conocer las causas que provocan la emoción, el por qué aparece ese sentimiento.	Integración de la emoción y la razón	Empatía
	Reparación emocional	Capacidad de detener emociones negativas y prolongar las positivas. Manejo de las emociones.	Regulación emocional personal	Resolución de conflictos interpersonales

2.4.2.2.2 MODELO DE IE COMO PROCESAMIENTO DE INFORMACIÓN.

Con lo expuesto hasta el momento se puede señalar que la inteligencia emocional hace referencia a la capacidad para reconocer las emociones, instaurar vínculos entre ellas y destinarlas como fundamento para el razonamiento y la solución de problemas. En consecuencia, la inteligencia emocional supone aprovechar las emociones para promover y optimizar las actividades cognitivas (Mayer, Caruso y Salovey, 1999⁴⁶; Mayer, Salovey, Caruso y Sitarenios, 2001⁴⁷). En este procesamiento de la información intervienen procesos psicológicos básicos y procesos psicológicos complejos, que se corresponden de dos a dos, respectivamente, con las cuatro habilidades de este modelo

Figura 6: Relaciones entre las habilidades de la inteligencia emocional y los procesos psicológicos



⁴⁶ Mayer, J., Caruso, D. & Salovey, P. (1999). Emotional intelligence meets traditional standards for an intelligence. *Intelligence*, 27 (4), 267-298.

⁴⁷ Mayer, J; Salovey, P; Caruso, D & Sitarenios, G (2001). Emotional Intelligence as a standard intelligence. *Emotion vol I*, (3), 232-242.

de inteligencia emocional que analizamos en este momento. A través del siguiente gráfico se sintetizan de forma más ilustrativa estas relaciones:

El modelo enumera ascendentemente las habilidades emocionales que integran el concepto de IE, desde los procesos psicológicos básicos (percepción) hasta los procesos más complejos (regulación de los estados afectivos).

El modelo de habilidad de inteligencia emocional se divide en cuatro ramas:

a) Percepción, evaluación y expresión de las emociones

b) Facilitación emocional del pensamiento

c) Comprensión y análisis de la información emocional y empleo del conocimiento emocional

d) Regulación de emociones

a) *Percepción, evaluación y expresión de las emociones.*

La percepción, evaluación y expresión de las emociones conlleva al desarrollo de las siguientes habilidades (Mayer, Salovey y Caruso, 2000)⁴⁸:

- Habilidad para identificar emociones en nuestros estados físicos y psicológicos.
- Habilidad para identificar emociones en otras personas u objetos.

⁴⁸ - Mayer, J. ; Salovey, P & Caruso, D (2000). Models of emotional intelligence. En R.J Sternberg (Ed). The handbook of intelligence (pp. 396-420). New York: Cambridge University Press

La percepción de las emociones es un proceso psicológico básico universal y es una habilidad previa que se requiere para elaborar cualquier estrategia de regulación emocional.

Los sentimientos nos informan sobre cómo nos encontramos, qué nos gusta o qué funciona mal a nuestro alrededor, con la finalidad de realizar cambios en la vida.

Una buena percepción implica saber leer los propios sentimientos y emociones, etiquetarlos y vivenciarlos. Si sabemos reconocer cómo nos sentimos establecemos las bases para posteriormente aprender a controlarnos, moderar nuestras reacciones y no dejarnos arrastrar por impulsos o pasiones exaltadas.

Junto a la percepción de nuestros propios estados afectivos están las emociones evocadas por objetos cargados de sentimientos, reconocer las emociones expresadas, tanto verbal como gestualmente, en el rostro y en el cuerpo de las personas; incluso distinguir el contenido emocional de un evento o situación social.

La única forma de evaluar nuestro grado de conciencia emocional está unida a la capacidad de poder describir las emociones, expresarlas con palabras y darles una etiqueta verbal correcta.

La percepción de las propias emociones y las de los demás genera los comportamientos, el pensamiento, y establece las pautas de relaciones con los otros y las estrategias a seguir en esas vinculaciones.

b) Facilitación emocional del pensamiento

La facilitación emocional del pensamiento implica la puesta en práctica de una serie de habilidades, que son las que se muestran a continuación (Mayer, Salovey y Caruso, 2000):

- Habilidad para redirigir y priorizar el pensamiento basado en los sentimientos asociados a objetos, eventos u otras personas.
- Habilidad para generar y revivir emociones con el objetivo de facilitar juicios o recuerdos.
- Habilidad para usar los estados emocionales para facilitar la solución de problemas y la creatividad.

La inteligencia emocional no solo implica ser consciente de las emociones que se tengan, sino asumir que éstas a su vez actúan sobre los pensamientos y sobre la forma de procesar la información de manera funcional.

Las emociones sirven para modelar y mejorar el pensamiento debido a que las emociones hacen que se preste atención a la información que es significativa de forma más rápida. Las emociones facilitan el cambio de perspectiva, la formación de juicios y la consideración de nuevos puntos de vista de los problemas debido a las continuas variaciones emocionales. Por ejemplo, ser capaz de anticipar cómo nos sentiríamos

frente a un suceso puede ayudar a elegir decisiones acertadas en el momento oportuno (Damasio, 1994)⁴⁹.

Los estados de humor positivos se relacionan con pensamientos creativos y son adecuados para resolver problemas que necesitan de reestructuración, razonamiento inductivo, ruptura del pensamiento convencional y realizar vinculaciones entre conceptos aparentemente no asociados.

En cambio las emociones de tristeza son óptimas para desarrollar labores relacionadas con la detección de errores, atención sistemática de la información, razonar de forma deductiva y solucionar problemas que requieren de un procesamiento lógico de la información (Salovey y Mayer, 1990)⁵⁰.

c) Comprensión y análisis de las emociones:

La comprensión y el análisis de las emociones o también denominado conocimiento emocional responde a dos habilidades (Mayer, Salovey y Caruso, 2000):

- Habilidad para etiquetar las emociones, incluyendo emociones complejas y sentimientos simultáneos.
- Habilidad para entender las relaciones asociadas con las emociones.

Para poder comprender los sentimientos de los otros es necesario que primero se comience por aprender a comprenderse a uno mismo, cuales son las propias necesidades

⁴⁹ Damasio, A. (1994). *Descartes' Error: Emotion, Reason and the Human Brain*. New York: Grosset

⁵⁰ Salovey, P & Mayer, D (1990). Emotional intelligence. *Imagination, cognition and personality*, 9, 185-211.

y deseos, qué cosas, personas o situaciones causan determinados sentimientos, qué pensamientos provocan tales emociones, cómo afectan y qué consecuencias y reacciones provocan.

Si es posible reconocer los propios sentimientos, más fácil será conectar con los otros. Empatizar consiste –simplemente- en ponerse en el lugar del otro y ser consciente de sus sentimientos, sus causas y sus implicaciones personales. En el caso en el que la persona nunca haya sentido el sentimiento expresado por el amigo o conocido, le resultará difícil comprender lo que está pasando. La persona que jamás ha tenido una ruptura de pareja, que nunca ha perdido a un ser querido o que nunca fue alabado por sus padres o por otros ante un trabajo bien hecho, realizará un mayor esfuerzo mental y emocional de la situación, aún a riesgo de no llegar a entenderlo finalmente, para llegar a imaginarse el estado afectivo de la otra persona.

Junto con la existencia de otros factores personales y ambientales, el nivel de IE de un sujeto se relaciona con las experiencias emocionales que haya pasado a lo largo de su ciclo vital. Desarrollar la destreza empática en los niños implica también enseñarles que no todas las personas sienten lo mismo en situaciones semejantes y ante las mismas personas, que la individualidad orienta nuestras vidas y que cada persona tiene distintas necesidades, miedos, deseos y odios.

Por tanto, el conocimiento emocional abarca la capacidad para comprender las propias emociones, unido a una mayor comprensión entre sentimientos y pensamientos, lo que los determina y sus consecuencias.

Si se realiza un análisis desde la conceptualidad de la inteligencia emocional se puede afirmar que existe el supuesto de que de esta forma se retrasa el sentimiento de frustración que crea el ponerse frente a un problema y tener dificultad en resolverlo o no saberlo hacer y salir exitosamente de ese obstáculo y así evitamos el nerviosismo y el sentimiento de impotencia y de negación. La persona actúa, pone en marcha unos mecanismos de defensa, pero no comprende el por qué de esas actuaciones, es decir, no es consciente de las emociones que le asaltan en esa situación y por tanto no las comprende, y actúa de forma racional y piensa y toma las decisiones que afectan al comportamiento pero sin vincular la parte emotiva que siempre está presente.

Por el contrario, podemos encontrar que hay personas que esta dificultad es una fuente de motivación y de superación.

Esta dimensión del modelo que hace referencia al conocimiento emocional comprendería la capacidad para designar o etiquetar las emociones y reconocer las conexiones entre la palabra y el estado emocional.

También incluye la habilidad para reconocer las transiciones de unos estados emocionales a otros (por ejemplo, pasar del enojo a la culpa) y la aparición de sentimientos simultáneos (por ejemplo, sentimientos de amor y odio hacia una misma persona).

En conclusión, reconocer nuestras emociones, entender cómo evolucionan y comprender las implicaciones emocionales, cognitivas y de comportamiento de nuestros propios sentimientos es un elemento esencial en las personas con IE.

d) Regulación de emociones (regulación reflexiva de las emociones)

Es la habilidad más compleja, ya que consiste en manejar nuestra propia reacción emocional ante situaciones intensas, ya sean positivas o negativas. En esta habilidad se distinguen otras dos importantes (Mayer, Salovey y Caruso, 2000):

- Habilidad para abrirse a los sentimientos o emociones
- Habilidad para reflejar y regular emociones que generen crecimiento emocional e intelectual.

La regulación emocional se considera como la capacidad para evitar respuestas emocionales descontroladas en situaciones de ira, provocación o miedo. Esta es una definición muy amplia, y las investigaciones tratan de concretar este concepto porque una cosa es sentir una emoción y otra cosa es dejarse llevar por ella. De esta forma, regular las emociones es algo más que esconder los afectos que pueden ser nocivos, sino que la regulación consiste en percibir, sentir y vivenciar nuestro estado afectivo, pero sin permitir que nos abrume o gobierne de forma que no llegue a nublar nuestra forma de pensar, sino que percibamos el sentimiento, lo sintamos y vivenciamos pero podamos pensar, utilizar la razón y así no generar un pensamiento y un comportamiento basado en el arrebato y la irracionalidad. Modera las emociones negativas e intensifica las positivas sin reprimir o exagerar la información que comunican esas emociones.

Una persona emocionalmente inteligente ante una situación elige bien los pensamientos a los que va a prestar atención con el fin de no dejarse llevar por su primer impulso, e incluso, aprende a generar pensamientos alternativos adaptativos para

controlar posibles alteraciones emocionales. También se le relaciona a la automotivación, a la generación de estados emocionales que favorezcan la propia motivación (esto lo digo yo) porque se tienen más mecanismos de afrontamiento a los obstáculos que puedan ir surgiendo.

Por tanto, la regulación reflexiva de las emociones se manifiesta en la capacidad de percibir, evaluar y expresar nuestros estados afectivos; usar eficazmente nuestras emociones integrándolas en nuestra forma de pensar y comprender cómo se desarrollan y evolucionan.

Esta regulación requiere de un proceso reflexivo caracterizado por estar abierto a los sentimientos agradables o desagradables y reflexionar sobre los mismos para utilizar la información que los acompaña en función de su utilidad.

Además incluiría la habilidad para regular las emociones propias y ajenas, Por ejemplo, saber cómo apaciguar a una persona tras un ataque de furia, ser capaz de manejar la ansiedad de otra persona, tener la capacidad para entusiasmar o animar a los alumnos con una propuesta de trabajo novedosa o hacerlos sentir más precavidos o cautelosos ante un trabajo más duro de lo que parece.

Ésta es una estrategia emocional compleja y es una herramienta muy importante de influencia personal y social.

Figura 7: Comparación de las distintas teorías de IE

Figura 7: Comparación de las distintas teorías de la inteligencia emocional

D E F I N I C I O N	Bar-On (1997)	Es el conjunto de habilidades y competencias no cognitivas que influencia sobre el afrontamiento de dificultades de forma exitosa.
	Goleman (1995)	Es el conjunto de competencias cognitivas y no cognitivas que facilita al sujeto el manejo de las emociones propias y de los demás.
	Cooper y Sawaf (1997)	Es una aptitud consistente en percibir, entender y aplicar eficazmente las emociones.
	Mayer y Salovey (1990)	Es la capacidad para supervisar los sentimientos y emociones propias y de los otros, de discriminar entre ellos y de emplear esa información para guiar la acción y los pensamientos.
	Mayer y Salovey (1997)	Es el conjunto de habilidades que permiten percibir y entender las emociones. Específicamente es la habilidad de percibir y expresar emociones, de asimilar la emoción en los pensamientos, comprender las emociones y regular las propias emociones y las de los demás.
C O M P O N E N T E S O A R E A S	Bar-On (1997)	<ul style="list-style-type: none"> ◆ Intrapersonal: autoconsciencia emocional, asertividad, independencia emocional, autoconsideración y autorrealización. ◆ Interpersonal: empatía, responsabilidad social y relación interpersonal ◆ Manejo de las emociones: tolerancia de presiones y control de impulsos. ◆ Estado de ánimo: optimismo y alegría. ◆ Adaptabilidad-ajuste: examen de la realidad, flexibilidad y solución de problemas.
	Goleman (1995)	<ul style="list-style-type: none"> ◆ Autoconsciencia: conciencia emocional, correcta autovaloración y autoconfianza. ◆ Autorregulación: autocontrol, confiabilidad, conciencia, adaptabilidad e innovación. ◆ Motivación: impulso hacia el logro, compromiso, iniciativa y optimismo. ◆ Empatía: comprensión de los otros, desarrollo de los otros, servicio de orientación, diversificación y conciencia política. ◆ Habilidades sociales: influencia, comunicación, manejo de conflicto, liderazgo, catalizar cambio, construir lazos, colaborar y cooperar y trabajar en equipo.
	Cooper y Sawaf (1997)	<ul style="list-style-type: none"> ◆ Alfabetización emocional: honestidad, intuición, energía, retroinformación. ◆ Aptitud emocional: presencia auténtica, radio de confianza, descontento constructivo y flexibilidad y renovación. ◆ Profundidad emocional: potencial único y propósito, integridad aplicada, influencia sin autoridad y compromiso, responsabilidad y conciencia. ◆ Alquimia emocional: flujo intuitivo, percepción de oportunidades, creación del futuro y cambio de tipo reflexivo.
	Mayer y Salovey (1990)	<ul style="list-style-type: none"> ◆ Atención emocional: a) percepción emocional personal y b) percepción emocional interpersonal. ◆ Claridad emocional: a) integración de la emoción y la razón, y b) empatía. ◆ Reparación emocional: a) regulación emocional personal y b) resolución de conflictos interpersonales.

	Mayer y Salovey (1997)	<ul style="list-style-type: none"> ◆ Percepción y expresión de las emociones: a) identificar y expresar emociones sobre los propios estados físicos, sentimientos y pensamientos e b) identificar y expresar emociones en otra persona. ◆ Facilitación emocional del pensamiento: habilidad para redirigir y priorizar el pensamiento basado en los sentimientos asociados a objetos, eventos u otras personas, b) habilidad para generar y revivir emociones con el objetivo de facilitar juicios o recuerdos y c) habilidad para usar los estados emocionales para facilitar la solución de problemas y la creatividad. ◆ Comprensión y análisis emocional: a) habilidad para etiquetar las emociones, incluyendo emociones complejas y simultáneas y b) habilidad para entender las relaciones asociadas con las emociones. ◆ Regulación reflexiva de las emociones: a) habilidad para abrirse a las emociones y b) habilidad para reflejar y regular emociones generadoras de desarrollo integral.
--	-------------------------------	--

2.5. EVALUACIÓN DE LA IE

2.5.1 MÉTODOS DE MEDICIÓN CIENTÍFICOS DE LA INTELIGENCIA EMOCIONAL

Tras explicar el planteamiento teórico que ha originado la mayoría de los estudios empíricos, se va a detallar qué instrumentos de medida han sido empleados en la difícil tarea de probar la existencia de esta contemporánea inteligencia.

En los inicios del concepto, donde la existencia de herramientas psicométricas estandarizadas sobre IE era más un propósito de intenciones que una realidad, los investigadores empleaban medidas que evaluaban aspectos que se presuponían relacionados con la IE (por ejemplo, autoestima, la empatía, la asertividad, motivación,

las habilidades sociales, la alexitimia, la creatividad, entre otros.) (Campos, 2016, cit., pp. 34 -.) explica que:

“En cuanto a la medición de la IE pues ha existido una variedad de elementos que han tratado de medirla unos en sus aspectos más elementales hacen un fraccionamiento de lo que se ha considerado la IE en sus componentes como el caso por ejemplo de tener instrumentos que midan la autoestima la motivación la forma de como uno se relaciona con las demás personas y en este caso se ha planteado quizá en su desarrollo una serie de escalas que tratan de medir en sus factores o sus componentes a la IE, pero hay autores también que han logrado establecer algunas evaluaciones con unos instrumentos que evalúan la IE de una forma que nosotros pudiéramos llamar global o integral donde el concepto que al final resulta es, los diferentes elementos en términos de los niveles que puede tener la IE en una persona y no en sus componentes como lo que mencione antes sobre autoestima la motivación y otros factores que son positivos en el desarrollo de las personas”.

Hernández Castro, cit., pp. 33 - explica que:

“La IE como es una variable no cuantificable, es una variable no probabilística entonces podemos hablar de mediciones a nivel de instrumentos que son elaborados, hemos estado revisando con los estudiantes el modelo de Mayer o de Meyer, que es un modelo que mide percepción no verbal, hay un modelo Toronto alexitimia que es la dificultad para poder entender o medir o asimilar los

sentimientos y los pensamientos,, hay un cuestionario de la empatía emocional también que mide la habilidad para controlar emociones en diferentes circunstancias, entonces aquí en nuestro medio realmente los modelos son aplicados cuando se quiere realizar algunas investigaciones ya sean de cátedra o investigaciones propiamente de grado.

Entonces con las manifestaciones anteriores se puede comprender que desde ya hace mucho se ha intentado explorar esta cualidad desde diferentes puntos de vista, teniendo una amplia exploración de medidas de IE, pero que no todas cumplen los criterios estadísticos y psicométricos necesarios para ser considerados como tales. Aquí se revisan los instrumentos de evaluación de la IE que muestran suficiente soporte científico y que son utilizados en investigaciones relacionadas con el contexto escolar (Ciarrochi, Chan, Caputi y Roberts, 2001; Salovey, Woolery y Mayer, 2001).

En las investigaciones educativas se emplean tres procedimientos de evaluación de la IE: el primer grupo incluye los instrumentos clásicos de medidas basados en cuestionarios y auto-informes complementados por el propio alumno; el segundo grupo incluye medidas para observadores externos basadas en cuestionarios que son rellenados por compañeros del alumno o el propio profesor; el tercer grupo son las llamadas medidas de habilidad o de ejecución de IE.

En el primero, los instrumentos están compuestos por enunciados verbales cortos en los que el alumno evalúa su IE mediante la propia estimación de sus niveles en

determinadas habilidades emocionales. Este indicador se denomina «Índice de inteligencia emocional percibida o auto-informada» y nos informa de las creencias de los alumnos sobre si pueden percibir, discriminar y controlar sus emociones. Existen varios cuestionarios sobre inteligencia emocional percibida como el TMMS (Salovey, Mayer, Goldman, Turvey y Palfai, 1995, adaptación al castellano por Fernández-Berrocal, Alcaide, Domínguez, Fernández-McNally, Ramos y Ravira, 1998) la escala delE de Schutte (Schutte, Malouff, Hall, Haggerty, Cooper, Golden y Dornheim, 1998, adaptación al castellano por Chico, 1999), el inventario EQ-i de Bar-On (1997, adaptado al castellano por Mus, Toronto, Canadá) o el CIE (Cuestionario de Inteligencia Emocional; Mestre, 2003).

El segundo grupo de medidas consiste en instrumentos basados en la observación externa; en este sentido se solicita la evaluación por parte de los compañeros de clase o el profesor para que nos dé su opinión sobre cómo el alumno es percibido con respecto a su interacción con el resto de compañeros, su manera de resolver los conflictos en el aula o bien su forma de afrontar las situaciones de estrés. Esta forma de evaluación es complementaria al primer grupo de medidas y sirve de información adicional y como medida para evitar posibles sesgos de deseabilidad social. Algunos cuestionarios, como EQ-i de Bar-On (1997), incluyen un instrumento de observación externa complementario al cuestionario que debe complementar el alumno. En otras ocasiones, se emplean técnicas sociométricas para que el alumnado y profesorado valoren al resto de la clase en diferentes adjetivos emocionales y estilos de comportamiento habituales.

El tercer grupo, más novedoso en su procedimiento y formato, evalúa cómo un estudiante resuelve determinados problemas emocionales comparando sus respuestas con criterios de puntuación predeterminados y objetivos (Mayer et al., 1999; Mayer, 2001). Por ejemplo, si queremos evaluar la percepción o la regulación emocional se examina si el adolescente es capaz de reconocer emociones en ciertas expresiones faciales o, mediante la presentación de un conflicto interpersonal, se valora la idoneidad de la estrategia de manejo emocional utilizada para resolverlo. Existen dos medidas de habilidad para evaluar inteligencia emocional, el MEIS (Mayer, Caruso y Salovey, 1999) basado en el modelo de Salovey y Mayer (1990) y su versión mejorada el MSCEIT (Mayer, Salovey y Caruso, 2002; Mayer, et al., 1999).

2.5.2. OTRAS CONSIDERACIONES EN CUANTO A LA EVALUACIÓN DE LA IE.

El avance en cualquier área científica requiere de instrumentos que puedan operacionalizar las dimensiones y que nos permitan demostrar que existen diferencias individuales significativas entre unas personas y otras en ese constructo. En este sentido, siguiendo la polémica sobre la conceptualización teórica, los instrumentos de medición de la IE han seguido la misma suerte y han sido muchas las herramientas de medición desarrolladas, tantos como modelos sobre IE se plantearon. No obstante, cualquier instrumento debe cumplir una serie de criterios psicométricos validados. En especial, además de indicadores claros de fiabilidad y validez, cuando surge un nuevo constructo, las herramientas desarrolladas deben mostrar que no valoran simplemente otras

dimensiones psicológicas ya conocidas como los rasgos de personalidad, la inteligencia cognitiva o las habilidades sociales.

Resumidamente, tres son los acercamientos (como se mencionaba anteriormente) que más se han empleado en la evaluación de la IE: los instrumentos de *auto-informe*, *los informes de observadores externos* y *los test de ejecución*. Concretamente, el grupo de Mayer y Salovey está utilizando en sus últimas investigaciones las medidas de ejecución, que será el abordaje de medición que se detallara con más profundidad. Las ventajas y desventajas que presentan unos y otros métodos ya han sido debatidas en otro lugar (Extremera y Fernández-Berrocal, 2004¹)⁵¹.

El primer acercamiento de medición consistió en el uso de las medidas auto informadas, no obstante, sus múltiples desventajas relacionadas con los sesgos de deseabilidad social, su solapamiento con medidas de personalidad o el posible sesgo de varianza compartida con diversas variables dependientes evaluadas también de forma auto-informada (e.g., depresión, ansiedad, etc.) llevó al grupo de Mayer a desarrollar otras formas de medición que evitaran estas críticas y fuese acorde a su conceptualización de la IE como una habilidad cognitiva. Para estos autores, un test que desea medir esta inteligencia debe centrarse específicamente en dimensiones emocionales relevantes y debe implementar tareas que evalúan las respuestas emocionales y el conocimiento emocional de los individuos más que auto-percepciones

⁵¹ Extremera, N & Fernández-Berrocal, P (2004)¹ . El uso de las medidas de habilidad en el ámbito de la inteligencia emocional: ventajas e inconvenientes con las medidas de auto-informe. *Boletín de Psicología*, 80, 59-77.

afectivas. Esta ha sido la postura planteada por John Mayer, Peter Salovey y David Caruso, quienes fueron los primeros que apostaron por la necesidad de elaborar medidas de IE basada en un acercamiento más práctico y dirigido a medir la IE mediante tareas de ejecución.

Aunque han existido intentos previos de evaluación de la IE con medidas de ejecución –MEIS (Mayer, Caruso Y Salovey, 1999)–, la medida actualmente más utilizada y mejor validada es el “Mayer-Salovey-Caruso Emotional Intelligence Test” (MSCEIT)⁵²

Esta metodología proporciona un indicador más objetivo que las medidas de auto-informe y, según los autores, está menos sujeta a problemas de deseabilidad social, aunque no totalmente exenta. Aún más importante, los test de ejecución emocional miden destrezas emocionales que, a diferencia de los auto-informes de IE, se muestran como relativamente distintas de constructos de personalidad clásicos (Lopes, Salovey y Straus, 2003) y se relacionan moderadamente con otras formas de inteligencia como el razonamiento verbal (Brackett y Mayer, 2003).

El MSCEIT v. 2.0 es un instrumento compuesto por 141 ítems, y diseñado para medir los cuatro factores del modelo: a) percibir emociones de manera eficaz, b) usar emociones para facilitar el pensamiento, c) comprender las emociones y d) manejar emociones (Mayer Y Salovey, 1997). A los participantes se les pide que complementen un total de ocho tareas emocionales de diversa índole que recogen las habilidades del

⁵² Mayer, Salovey y Caruso (2002). para la adaptación al castellano, ver Extremera, Fernández-berrocal Y Salovey (2006).

modelo. En general, el MSCEIT proporciona una puntuación total, dos puntuaciones referidas a las áreas (experiencial y estratégica), las puntuaciones referidas a las cuatro habilidades del modelo y, finalmente, las puntuaciones en cada una de sus sub escalas. Cada una de estas puntuaciones es obtenida mediante dos criterios: experto y consenso. El criterio experto implica el grado de acuerdo de la respuesta de los participantes con la opinión de 21 expertos e investigadores en el campo emocional. El criterio consenso se refiere al acuerdo de las respuestas de los participantes con la respuesta de una muestra amplia y heterogénea de más de 5.000 individuos.

Cada una de las cuatro habilidades son evaluadas a través de dos tareas. La capacidad para percibir emociones es evaluada mediante tareas de percepción de emociones en rostros faciales y fotografías; el factor de asimilación emocional es medido a través de la tarea de sensación y facilitación; la capacidad de comprensión de emociones es evaluada a través de una tarea de combinación de emociones y otra de cambios o transformaciones emocionales; y, finalmente, la capacidad para manejar emociones es evaluada mediante una tarea de manejo emocional y otra tarea de relaciones emocionales.

2.6. BREVES MANIFESTACIONES EN CUANTO A PERCEPCIONES, SEGÚN PSICÓLOGOS, SOBRE EL PERFIL REAL E IDEAL DE INTELIGENCIA EMOCIONAL, DE ESTUDIANTES DE PRIMER AÑO DE PSICOLOGÍA DE UNIVERSIDADES DE LA CIUDAD DE SAN MIGUEL.

Teniendo en cuenta que un perfil es una representación de características y/o resultados obtenidos en distintas pruebas psicotécnicas o test es importante mencionar que las entrevistas efectuadas a profesionales con el objetivo de conocer percepciones sobre el perfil de IE que se desarrolla con jóvenes de primer año de Psicología, se recopilan datos e interpretaciones significativas, de lo que realmente es en cuanto a lo que se percibe u observa en los jóvenes (“real”), como también lo que debería ser (ideal) se exponen a continuación diferentes relatos facilitados por Psicólogos:

Campos, 2016 op. cit., pp. 34- hace una distinción entre lo real e ideal:

“En cuanto al perfil hay que hacer la diferencia entre el perfil real que es “el perfil” como algo natural que por la misma educación y la formación cultural uno va teniendo y el perfil ideal que corresponde al “ideal” que cada quien en su aspecto profesional desea lograr.

Por ejemplo, uno de los problemas que nosotros observamos en los estudiantes es el problema de la estima, decíamos anteriormente que la autoestima forma parte de la IE así como la motivación también, y nosotros en el área observamos un perfil bastante bajo en relación con estos conceptos.

Cuando se realizan algunas investigaciones en relación con la autoestima, encontramos que hay un buen porcentaje de estudiantes que aspiran a ser profesionales en Psicología que presentan una baja autoestima fuerte.

En cuanto a la motivación también,, habría que mencionar que hay motivación interna y externa; en este caso uno desearía que la motivación interna sea la que mas predomine, pero es lo que más bajo encontramos también en estos perfiles.

De ahí hay otros componentes que forman parte de estos perfiles reales que tienen que irse superando en la medida en que los perfiles ideales se vayan también aumentando, el ideal en todo caso de todo profesional es que tanto el perfil real como el ideal vayan coincidiendo cada vez más, por eso es que uno hace alusión de que entre más avanzan en una carrera el perfil ideal se debe de ir manifestando a partir de la formación y el perfil real que es, el que tenemos como seres humanos vaya disminuyendo”.

Hernandez, 2016⁵³ se enfoca en la importancia del perfil psicológico del estudiante haciendo alusión en el método científico e importancia de la IE en su desarrollo, manifestando que:

“En el perfil real de los estudiantes de Psicología, hay un desconocimiento real de sí mismos, en la mayoría de los casos al menos al principio no hay una idea clara del porque gusta esta carrera, hay pasión por la lectura, pasión por el

⁵³ Hernandez, R. (2016). Conociendo percepciones de profesionales de Psicología sobre el perfil de IE de los estudiantes, de la carrera “Licenciatura en Psicología”. Clínica Psicológica de UGB, San Miguel.

método científico, pero algunos les cuesta hacer conexión en que, tienen que ver lo científico con la carrera de psicología; no ven el nexo entre la investigación y la parte psicológica y de los fenómenos psicológicos, tampoco se ve el nexo entre, el trabajarse emocionalmente como profesional, como persona y estar inmerso también en la carrera de psicología; esto dentro de los parámetros del perfil del estudiante de Psicología actual.

Dentro del perfil del estudiante de Psicología Ideal,, estamos hablando de otra forma, por ejemplo, primero; pasión por lo científico, la lectura, la investigación, madurez y autoconocimiento, porque definitivamente, la carrera es un eslabón dentro de algo que nos va a beneficiar contra un trauma personal, pero evidentemente hay otras cosas también, el hecho de exteriorizar los problemas y el origen, también ayuda; normalmente se nos olvida.

También es importante destacar que dentro del ideal esto es una carrera científica ante todo busca ser objetiva partiendo de un criterio clínico subjetivo, pero se intenta ser objetivo .

Entonces parte del método científico en la aplicación de la conducta, para mí esa diferencia está muy clara”.

Hernández Castro, 2016, cit., pp. 33 - describe una serie de características que un estudiante de Psicología y/o profesional de psicología debe cumplir como un perfil ideal, en los cuales incluye aspectos propios de IE, exponiendo lo siguiente:

“Cual sería como el perfil ideal, pues yo pienso que un perfil ideal sería una persona muy integradora, una persona que tenga la capacidad de trabajar en equipo o este en la disponibilidad de aprender a trabajar en equipo, la parte de la empatía hacia las personas, las habilidades sociales, la parte de la no discriminación a las personas; o sea elementos que vengan como a integrar el proceso de apoyo de ayuda y aceptación y de tolerancia hacia las personas, el estudiante de Psicología o el Psicólogo, tiene que ser una persona muy empática, una persona que tenga habilidades sociales bien establecidas; o en el proceso de su formación el estudiante puede adquirirlas, y si existe un nivel de competencia, que sea un “nivel” de competencia sano, no un nivel de competencia donde tengamos que echar zancada al otro para nosotros salir bien. Entonces digo, ya en el proceso como profesionales igual; pero considero que serían como los elementos del perfil ideal del estudiante en un principio entenderse a si mismo conocerse así mismo para poder también lógicamente conocer a los demás”

Para La Psicóloga (Medrano, 2016, cit., p. 34 -) un perfil psicológico ideal en un estudiante de “Psicología” debe cumplir características propias de la IE, tal como lo menciona (Hernández Castro) anteriormente, ella expresa que:

“Considero que el perfil ideal de un estudiante de Psicología debe de llenar aspectos como la motivación, la autonomía que debe de tener para desempeñarse o desarrollarse porque hablar de ser un profesional en la carrera de Psicología no es decir voy a aprender a leer nada más, si no que es poder desempeñarme en

el futuro, ser visionero , ser una persona que tiene objetivos y planes no para mañana, si no, para un largo plazo, ¡qué voy hacer después de que sea psicólogo! ¿qué voy a ser para la sociedad?, como yo me voy a desarrollar en la sociedad.

También debe de tener aquella empatía que le permite entender a muchas personas, entender a esta persona aunque tal vez no me agrade, pero tenemos que tener empatía con las personas.

Creo que una característica que debe incorporarse podría ser también la humildad como un valor ¿Por qué? Porque como profesionales tenemos que tener aquella “humildad” de ayudar a la persona que lo necesita a no darnos el lujo de sentirnos más que otras personas y no olvidar lo que somos, eso es lo más importante, y que creo que lo fundamental es sentirnos siempre con la capacidad de poder desarrollarnos, de poder salir adelante y de poder ejecutar nuestras funciones como debe de ser”

CAPÍTULO III

DISEÑO METODOLÓGICO

3.1 MÉTODO CUANTITATIVO

Se refiere a la investigación empírica sistemática de los fenómenos sociales a través de técnicas estadísticas, matemáticas o informáticas (en este caso aplicación de instrumentos siguiendo un proceso específico de tabulación).

3.1.1 TIPO DE INVESTIGACIÓN DESCRIPTIVA

Se refiere a la etapa preparatoria del trabajo científico que permite ordenar los resultados de las observaciones de las conductas, las características, los factores, los procedimientos y otras variables de fenómenos y hechos. “La investigación descriptiva busca especificar propiedades, características y rasgos importantes de cualquier fenómeno que se analice” (Hernández, Fernández y Baptista, 2003, p. 119).

3.2 UNIVERSO

El universo lo conformaron jóvenes estudiantes de Primer año de Psicología de cuatro universidades “una pública y tres privadas” de la ciudad de San Miguel que ofertan la carrera de Licenciatura en Psicología teniendo así un total de **837**.

3.2.1 POBLACIÓN

La población que se tomó fue; todos los jóvenes que actualmente se encuentran estudiando primer año de la carrera de Psicología de cuatro de las universidades de la ciudad de San Miguel, teniendo así un total de **231**.

3.2.2 CRITERIOS DE INCLUSIÓN:

- Ser de primer año, y/o nuevo ingreso de la carrera de Licenciatura en Psicología.
- Estar inscrito y activo en su primer año de la carrera de Psicología.
- Ambos sexos.

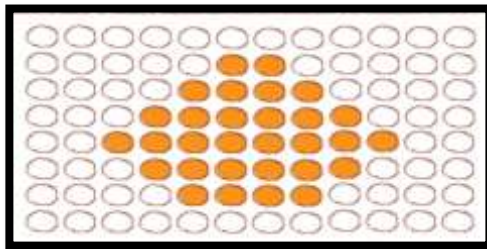
3.2.3 CRITERIOS DE EXCLUSIÓN:

- Que no sean estudiantes de la carrera de Licenciatura en Psicología.
- Que no sean de primer año de la carrera.

3.2.4 MUESTRA,

Se tomaron 100 jóvenes de la carrera Licenciatura en Psicología en donde se dividieron de la siguiente manera, 40 de la Facultad Multidisciplinaria Oriental, Universidad de El Salvador, (FMO-UES), 25 de la universidad de Oriente (UNIVO), 25 de la Universidad Gerardo Barrios, (UGB) y 10 de la Universidad Modular Abierta, (UMA).

3.2.5 TIPO DE MUESTRA



NO probabilística, que consiste en que las muestras se recogen en un proceso que no brinda a todos los individuos de la población iguales oportunidades de ser seleccionados.

A diferencia del muestreo probabilístico, la muestra no probabilística no es un producto de un proceso de selección aleatorio. Los sujetos en una muestra no probabilística generalmente son seleccionados en función de su accesibilidad o a criterio personal e intencional del investigador.

3.2.5.1 MUESTREO POR CONVENIENCIA

El muestreo por conveniencia es probablemente la técnica de muestreo más común, aquí las muestras son seleccionadas porque son accesibles para el investigador. Los sujetos son elegidos simplemente porque son fáciles de reclutar. Esta técnica es considerada la más fácil, la más barata y la que menos tiempo lleva. Una muestra de conveniencia es o bien una selección de sujetos que son accesibles para el investigador o una selección de personas que deseen participar como voluntarios.

La representatividad de la muestra no está en función de un número, sino en que los sujetos investigados poseen las características que le interesa investigar

3.3. DESCRIPCIÓN DE PROFESIONALES ENTREVISTADOS

Los profesionales que participaron en las entrevistas efectuadas con el objetivo de conocer sus percepciones sobre el perfil de Inteligencia Emocional en estudiantes de Licenciatura en Psicología fueron cuatro, el procedimiento que se desarrolló fue el siguiente; en cada universidad que formó parte de la muestra se solicitó un profesional (Psicólogo/a) para que compartiera diferentes impresiones, conceptualizaciones,

importancia, estudios, y otros aspectos que engloban la IE, con el fin de elaborar un pequeño documental explicativo en cuanto al perfil de Inteligencia Emocional que se procesó en jóvenes, recolectando con ello aspectos importantes como características e importancia que trae consigo la IE en áreas personales, familiares, sociales, académicas, profesionales entre otras; que ellos perciben en los universitarios y que son de vital importancia en el desarrollo la vida de jóvenes y todas las personas en general, como también se busco fundamentar significativamente la investigación.

Los participantes se describen a continuación:

El Psicólogo René Hernández, se desempeña en la Psicología Clínica y la académica, en la Universidad Gerardo Barrios de la Ciudad de San Miguel actualmente es el Psicólogo a cargo de la Clínica Psicológica de dicha entidad.

El PhD, y maestro, René Campos, se desempeña como catedrático de la Facultad Multidisciplinaria Oriental, Universidad de El Salvador.

El Psicólogo Gilberto Hernández Castro, quien en sus funciones profesionales ha tenido oportunidad de formar jóvenes en niveles de educación básica, media y actualmente funge como catedrático en la Universidad de Oriente, y como coordinador de la carrera de Psicología en dicha entidad.

La Psicóloga Meybel Rocío Medrano quien a lo largo de su profesión ha trabajado en lucha sobre los derechos de la niñez, adolescencia y mujeres, y tiene a cargo la clínica Psicológica de la Universidad Modular Abierta, de la ciudad de San Miguel.

3.4. TÉCNICAS E INSTRUMENTOS.

Breve descripción de los instrumentos utilizados en la investigación Perfil de IE en jóvenes que estudian primer año de la carrera de Licenciatura en Psicología de las universidades de la ciudad de San Miguel durante el año de 2016.

3.4.1 ESCALA RASGO DE META CONOCIMIENTOS SOBRE ESTADOS EMOCIONALES (TMMS-24)

La TMMS-24 está basada en Trait Meta-Mood Scale (TMMS) del grupo de investigación de Salovey y Mayer. La escala original es una escala rasgo que evalúa el meta conocimiento de los estados emocionales mediante 48 ítems. En concreto, las destrezas con las que podemos ser conscientes de nuestras propias emociones así como de nuestra capacidad para regularlas. La TMMS-24 contiene tres dimensiones claves de la IE con 8 ítems cada una de ellas: Percepción emocional, Comprensión de sentimientos y Regulación emocional.

Para corregir y obtener una puntuación en cada uno de los factores, se suman los ítems del 1 al 8 para el factor atención emocional, los ítems del 9 al 16 para el factor claridad emocional y del 17 al 24 para el factor reparación de las emociones. Luego se observa la puntuación en cada uno de los factores. En la tabla que se

Puntos de corte

Subescala		Hombres	Mujeres
Atención	Escasa	< 21	< 24
	Adecuada	22 a 33	25 a 35
	Excesiva	> 33	> 36
Claridad	Escasa	< 25	< 23
	Adecuada	26 a 35	24 a 34
	Excelente	> 36	> 35
Reparación	Escasa	< 23	< 23
	Adecuada	24 a 35	24 a 34
	Excelente	> 36	> 35

presenta se muestran los puntos de corte para hombres y mujeres, pues existen diferencias en las puntuaciones para cada uno de ellos.

Cabe destacar en este tipo de test, que los resultados obtenidos siempre dependen su veracidad y confianza, de lo sincera que haya sido cada persona al responderlos.

La puntuación obtenida en cada una de las tres subescalas debe ser comparada con la información presentada en la tabla presentada a continuación. Si se obtienen valores clasificados como "escasos" o "excesivos" hay que entender que ese factor debería ser mejorado o corregido. Para obtener mayor descripción (**Véase Anexo N°1**).

3.4.2 ESCALA DE INTELIGENCIA EMOCIONAL (EIE)

La escala de Inteligencia Emocional implementada, fue desarrollada por un grupo de investigadores del campo de la psicología de la FMO-UES en el año (2012)⁵⁴ En este

⁵⁴ Amaya ortiz, n., cabrera reyes, r. And medina ramos, j. (2012). "aplicación de programa psicoterapéutico para el desarrollo de la inteligencia emocional en los estudiantes de bachillerato general en el instituto nacional "Isidro

instrumento de medición se ha seguido el respectivo procedimiento, de los “*test de la inteligencia emocional*” de Siegfried Brockert y Gabriele Braun (1997). Estos autores presentan 52 tests que se agrupan en las cinco habilidades que determinan la IE, y cada uno de ellos tiene una forma distinta de calificación, valoración e interpretación y consiste en una serie de 75 afirmaciones agrupadas en 5 categorías o áreas de la inteligencia Emocional (IE) autoconciencia, autocontrol, motivación, empatía y relaciones con los demás. Cada una de las categorías, autoconciencia, autocontrol, motivación, empatía y relaciones con los demás contienen 15 ítems

También, dentro de cada categoría de la escala se establecen para facilitar la evaluación y darle más especificidad unas sub-categorías; con el orden siguiente:

Para la categoría o área de ***Autoconciencia*** están las sub-categorías de Conciencia Emocional, Autoestima, Capacidad de Autoevaluarse y la sub-categoría, Importancia de los Sentimientos.

Para la categoría o área de ***Autocontrol***: están las sub-categorías de Autocontrol del estrés, Control de pensamientos y concentración, Autocontrol de Emociones, Tolerancia y la sub-categoría de Autodominio

En la categoría o área de **motivación** están las sub-categorías de Autodisciplina, Éxito relacionado con el Esfuerzo o con la Suerte, Perseverancia en los Objetivos, Orientación Motivacional Intrínseca y la sub-categoría, Responsabilidad en el Compromiso.

Menéndez” del departamento de San Miguel en el año dos mil doce”. Licenciatura en psicología. Universidad de el salvador facultad multidisciplinaria oriental departamento de ciencias y humanidades sección de psicología.

Para la categoría o área de la **empatía** están las sub-categorías de Atención a los Otros, de Agrado en el Trato Social, Comprensión de los Otros, y la sub-categoría de Generosidad.

Y en la categoría o área de **relaciones con los demás** están las sub-categorías de Capacidad de Liderar, Percepción de las Personas, Asertividad, Habilidad en relaciones sociales y la sub-categoría, Atención al otro Interlocutor.

Formas en las que se puede administrar y valorizaciones de la escala de inteligencia

emocional:

- **Formas**

Grupal: La administración de la escala de inteligencia emocional es grupal, sin embargo puede también aplicarse de manera individual.

Tiempo: El tiempo que los estudiantes administraran para contestar la escala es de veinticinco minutos, sin embargo, si excede esta cantidad de tiempo siempre se espera a que la persona lo conteste en su totalidad.

Ambiente: El contexto debe reunir las condiciones adecuadas, es decir, el espacio tienen que ser lo suficientemente grande, ventilado y sin interferencia de ningún tipo de ruido o sonido que pueda alterar la concentración de las personas o individuo que se someta a dicha prueba para la inteligencia emocional.

- **VALORIZACIÓN Y CALIFICACIÓN:**

Cada una de las 75 afirmaciones que contiene la escala ofrece cinco opciones o alternativas de respuesta:

Nunca ó No = 1

Rara vez =2

Algunas veces =3

Con bastante frecuencia =4

Muy frecuente = 5

Las opciones de respuesta aparecen a la derecha de cada afirmación

Puntaje por cada afirmación:

En las afirmaciones de los ítems “1”, “4”, “7”, “13”, “16”, “19”, “22”, “29”, “37”, “40”, “41”, “45”, “47”, “48”, “52 al 54”, “58 al 61”, “66”, “67”, “69 y 70”, “72” y “75” las opciones de respuesta tendrán la siguiente ponderación:

Nunca ó No= - 1 puntos

Rara vez = 1punto

Algunas veces = 2puntos

Con bastante frecuencia = 3puntos y

Muy frecuente = 4 puntos

En las afirmaciones de los ítems “2”, “3”, “5”, “6”, “8 al 12”, “14”, “15”, “17”, “18”, “20”, “21”, “23 al 28”, “30 al 36”, “38”, “39”, “42 al 44”, “46”, “49 al 51”, “55 al 57”, “62 al 65”, “68”, “71”, “73” y “74” cada opción de respuesta tendrá la siguiente ponderación:

Nunca ó No = 4puntos

Rara vez = 3puntos

Algunas veces = 2puntos

Con bastante frecuencia = 1punto

Muy frecuente = - 1 puntos

EVALUACIÓN DE LAS ÁREAS O CATEGORÍAS

1- La categoría de *Autoconciencia* se evalúa así: los ítems 1, 2, 3, 6, 12 y 13 conforman la sub-categoría **Conciencia Emocional** (6 ítems); los ítems 5, 10 y 11 evalúan la sub-categoría de la **Autoestima** (3 ítem); los ítems 7, 8 y 9 evalúan la sub-categoría **Capacidad de Autoevaluarse** (3 ítems); los ítems 4,14 y 15 evalúan la sub-categoría **Importancia de los Sentimientos** (3 ítems).

2- El *Autocontrol*: esta categoría se evalúa mediante: la sub-categoría del **Autocontrol del estrés** (3 ítems) que comprende los ítems 16, 24 y 30; la sub-

categoría de **Control de pensamientos y concentración** (2 ítems) comprendida por los ítems 17 y 26; la sub-categoría de **Autocontrol de Emociones** (5 ítems) que la conforman los ítems 18, 19, 20, 23 y 29; y la sub-categoría de la **Tolerancia** (2 ítems) conformada por los ítems 21 y 25; y la sub-categoría de **Autodominio** (3 ítems) y comprende los ítems 22, 27 y 28.

3- La motivación: Esta categoría se explora con los indicadores: la sub-categoría de la **Autodisciplina** (4 ítems), conformada por los ítems 31, 32, 37 y 39; la sub-categoría de el **Éxito relacionado con el Esfuerzo o con la Suerte** (3 ítems), evaluada por los ítems 33, 38 y 41; la sub-categoría **Perseverancia en los Objetivos** (4 ítems), evaluada por los ítems 34, 35, 44 y 45; la sub-escala **Orientación Motivacional Intrínseca** (2 ítems), evaluada por los ítems 36 y 42; y la sub-categoría del **Responsabilidad en el Compromiso** (2 ítems) evaluada por los ítems 40 y 43.

4- La habilidad de la Empatía: esta categoría se indaga mediante los siguientes indicadores: la sub-categoría de la **Atención a los Otros** (5 ítems), conformada por los ítems 46, 51, 52, 57 y 59; la sub-categoría denominada **de Agrado en el Trato Social** (4 ítems) evaluada por los ítems 47, 48, 50 y 55; y la sub-categoría **Comprensión de los Otros** (4 ítems) evaluada por los ítems 49, 53, 56 y 58; y la sub-categoría **Generosidad** (2 ítems) evaluada por los ítems 54 y 60.

5- Las relaciones con los demás esta categoría se evalúan así: la sub-categoría **Capacidad de Liderar** (2 ítems), evaluada por los ítems 61 y 67; la sub-categoría **Percepción de las Personas** (3 ítems), evaluado por los ítems 62, 69 y 71; la sub-categoría de **Asertividad** (3 ítems), evaluada por los ítems 63, 68 y 70; la sub-categoría de la **Habilidad en relaciones sociales** (4 ítems), se evalúa con los ítems 64, 66, 73 y 75; y la sub-categoría de **Atención al otro Interlocutor** (3 ítems) conformada por los ítems 65, 72 y 74.

Los niveles de inteligencia emocional (IE) se obtendrán de acuerdo a la siguiente valoración, primeramente por cada una de las cinco categorías; **autoconciencia, autocontrol, motivación, empatía y relaciones con los demás**; y después se hará una valoración general sumando los distintos puntajes de cada categoría, (**Véase Anexo N° 2**). Ante esto resulta fundamental aclarar que ambas escalas contienen áreas o componentes, valoraciones y puntuaciones diferentes; que cada uno de los autores han asignado para la calificación y evaluación de IE y al contrastarlos con las teorías que se manejan de Inteligencia Emocional, e interpretar los resultados, se ve un considerable acoplamiento generando con ello un perfil de IE con información más significativa ya que la caracterización y categorización que se planteo como objetivos principales de la investigación brindan mayor información; debido a que se representan las características más relevantes y significativas; entre las cuales se tienen; aceptable conciencia emocional, muy buena capacidad de autoevaluarse, considerable importancia a los sentimientos, manifestación de adecuada conciencia de lo que hacen, control de

pensamientos y concentración, autocontrol de emociones, tolerancia a lo solicitado, perseverancia en los objetivos planteados, orientación motivacional intrínseca, responsabilidad en lo solicitado, compromiso, comprensión de los otros, generosidad, sentimiento de participación, manifestación de capacidad para escuchar, buenas conductas asertivas, muy buenas habilidades en cuanto a relaciones sociales, buena expresión y/o comunicación, asimilación oportuna, muy analíticos al momento de resolver lo encomendado, entre otras.

Sin embargo en su momento podrían asignarse las siguientes interpretaciones utilizando los resultados cuantitativos; escaso o bajo nivel de IE, cuando los jóvenes resultaran con menos de 150 puntos; Adecuado nivel de IE, cuando los jóvenes logaran entre 151 a 250 puntos y Excelente nivel de IE, cuando se obtuviera 251 a 300 puntos, entonces estas podrían ser agrupadas tomando las puntuaciones cuantitativas de ambos instrumentos para asignar las siguientes consideraciones:

Escasa o baja Inteligencia Emocional: La cual es catalogada a los jóvenes cuyos resultados, de acuerdo a la EIE, se posicionan en: Nivel negativo o insuficiente de IE y bajo nivel de IE; así mismo según la TMMS-24 se han colocado en: Debe mejorar percepción, porque presta poca atención (DMP,PA), Debe mejorar comprensión y Debe mejorar regulación.

Adecuada Inteligencia Emocional: La cual es catalogada a los jóvenes cuyos resultados, de acuerdo a la EIE, se posicionan en Nivel intermedio de IE y nivel bueno

de IE; así mismo según la TMMS-24 se han colocado en: Adecuada percepción, Adecuada comprensión y Adecuada regulación.

Excelente Inteligencia Emocional: La cual es catalogada a los jóvenes cuyos resultados, de acuerdo a la EIE, se posicionan en Nivel Excelente de IE; así mismo según la TMMS-24 se han colocado en: Excelente comprensión y Excelente regulación.

Todo ello catalogándose en los diferentes jóvenes que han sido parte del estudio y que cursan primer año de Licenciatura en Psicología, de las universidades de la ciudad de San Miguel.

3.5 PROCEDIMIENTOS.

La investigación fue desarrollada durante seis meses, de febrero a agosto del 2016, tiempo que abarco la elaboración del perfil de investigación; elaboración del protocolo, recolección de resultados, análisis, interpretación, presentación y exposición del trabajo de investigación. Desarrollando seis fases descritas a continuación .

- **1. Fase de selección aprobación e inscripción del trabajo de grado:** Fase inicial en la cual se definió el tema de investigación, se continuo con la aprobación por la Junta Directiva de la Facultad Multidisciplinaria oriental para la inscripción y ejecución de la investigación.

- **2. Fase diseño de protocolo:** Es la fase en la cual se formulo el problema de investigación, se definió claramente la variable y objetivos de la investigación, se hizo la respectiva recopilación de información teórica referencial que sustenta la realidad y antecedentes de la investigación sobre perfiles de Inteligencia Emocional en estudiantes de primer año de Licenciatura en Psicología. Posterior a ello, se definió la metodología de investigación, las técnicas e instrumentos aplicados, el universo, población y muestra con la que se desarrollo la investigación.

- **3. Fase de aprobación del protocolo de investigación:** se realizo durante la primera y segunda semana de Abril del 2016, donde se entrego el protocolo a la asesora del proceso de grado.

- **4. Fase de la ejecución del protocolo de investigación.** En esta fase se requirió la colaboración de jefaturas, coordinadores o decanatos de las diferentes universidades para designar y seleccionar a los jóvenes que cumplieran con las características según la descripción del perfil de investigación (que estudien primer año de Licenciatura en Psicología) para realizar la aplicación de los instrumentos durante la primera y tercera semana de mayo de 2016

- **5. Fase de integración y análisis de datos:** según la aplicación de los instrumentos se recopilaron los resultados representados a través de estadísticas y análisis cuantitativos y cualitativos durante el mes de junio de 2016.

- **6. Fase de aprobación y exposición del trabajo de investigación:** se presentó el trabajo final para su respectiva revisión y aprobación en la tercera semana de Agosto y la exposición del trabajo de grado durante la última semana de agosto del 2016.

3.6 CONSIDERACIONES ÉTICAS

Confidencialidad

- a. Proteger con celo profesional la confidencialidad individual y grupal de toda información obtenida en el proceso de atención.

- b. Actuar con discreción al comunicar datos confidenciales, a quienes estén relacionados con el caso; de ser necesario se hará solamente con propósitos profesionales, o cuando exista algún peligro para un individuo o para un grupo.

- c. Informar al usuario de los límites del secreto profesional, asegurándole que sólo con su autorización se puede dar información a personas involucradas en su bienestar; excepto en casos que sea requerido por disposición legal.

- d. Velar porque se guarde la información confidencial, cuando participa en un trabajo profesional conjunto de dos o más psicólogos o de un equipo multidisciplinario; hay una responsabilidad compartida en la obligatoriedad del secreto profesional.
- e. Actuar con prudencia cuando utiliza información privada de los usuarios, con fines científicos, didácticos, publicaciones, investigación, foros; evita revelar datos que puedan identificar a personas o instituciones involucradas, excepto cuando ellos lo autoricen por escrito; procura siempre, en este caso, no causar daños personales o institucionales.
- f. Tomar las precauciones necesarias para guardar la información, cuidar la privacidad en el proceso de atención, y en la conservación de expedientes y documentos. Exige honestidad del equipo de trabajo que participa en el manejo de información confidencial.

Uso de Instrumentos de Evaluación Psicológica

Como investigador con humanos.

- a. Asumir responsabilidad de realizar investigaciones que sean útiles al progreso de la Psicología y al fomento del bienestar humano.
- b. Respetar los principios éticos y científicos de la investigación, la cual debe realizarse en función de los derechos humanos de los participantes.

- c. Compartir la responsabilidad legal y ética con todos los participantes en la investigación, quienes deben tener la adecuada capacidad técnica y científica.
- d. Especificar con claridad las responsabilidades entre investigador y sujetos de la investigación mediante un acuerdo justo que delimita los compromisos de cada uno.
- e. Informar a los sujetos de la investigación todas las características y procedimientos, y explicar otros aspectos que pregunten, excepto aquellas situaciones que puedan alterar los resultados.
- f. Asegurar que el sujeto de la investigación comprende los motivos que exige retener información cuando los requerimientos metodológicos de un estudio lo justifican.
- g. Respetar la libre aceptación, declinación o retiro de los sujetos de la investigación; esta libertad es vigilada constantemente en el proceso de investigación.
- h. Cuando se detecta la posibilidad de que se produzcan efectos negativos posteriores, suspender el proceso de investigación de manera inmediata, con el fin de proteger el bienestar y dignidad de los sujetos; en caso de existir riesgos de algún daño les informa y obtiene su consentimiento.
- i. Proteger la confidencialidad de los sujetos sobre datos obtenidos durante la investigación y cuando exista la posibilidad de que terceros tengan acceso a esa información.

- j. Delegar responsabilidades a sus auxiliares o ayudantes en tareas que estén capacitados para realizarlas, sin descuidar su vigilancia, dirección y control ético y científico.
- k. Consultar a especialistas en determinada población, para el desarrollo y aplicación del proyecto de investigación, y tomar las medidas necesarias para que las personas involucradas no resulten afectadas.
- l. Dirigir la investigación de acuerdo con el protocolo propuesto y aceptado por la institución u organización que lo apoya y autoriza para realizarla
- m. Evitar coacción a los participantes en la investigación mediante actitudes autoritarias, ofrecimiento de retribuciones financieras o de otro tipo.
- n. Considerando la naturaleza de la investigación, es recomendable que la población investigada conozca los resultados de la misma.

CAPÍTULO IV

ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE

RESULTADOS

Este capítulo muestra los resultados obtenidos a través de la aplicación de los instrumentos, todo con el fin de mostrar veracidad y confiabilidad a la investigación, cada instrumento posee su importancia y proporciona una gama de características que son de ayuda para elaborar el perfil de Inteligencia Emocional.

Los porcentajes son significativos en este apartado, ya que se presentan tanto altos y bajos, es decir se muestran mayores y menores números de frecuencia que obtuvieron los jóvenes evaluados con el fin de tener un parámetro claro en cuanto a la caracterización de las áreas en que se componen los instrumentos ejecutados. Los datos se despliegan en seis partes; desarrollándose a través de cuadros y representaciones gráficas; la primera parte refleja representaciones de la unidad de análisis muestra de jóvenes universitarios, así mismo la segunda parte indica representaciones gráficas de la caracterización de IE por universidades, áreas y componentes.

Además en la tercera parte se plasman representaciones gráficas generales de IE por universidades, como también en la cuarta parte se encuentran representaciones gráficas sobre datos generales de IE por cada instrumento, siguiendo con la quinta parte donde se desarrolla la representación de la categorización de IE, de los jóvenes estudiantes de primer año de psicología de la ciudad de san miguel que han aceptado ser parte de la unidad de análisis o muestra del presente estudio, finalizando con la sexta parte que representa un análisis general de los resultados obtenidos.

Cinco de las seis (a excepción de la sexta “análisis”) partes tiene su tabla de frecuencias donde se ostentan tanto la “frecuencia” de cada indicador como el porcentaje que le corresponde. Estas tablas a su vez se acompañan de su respectiva grafica, para facilitar el entendimiento de los resultados que se han obtenido.

Como complemento final, se adjuntan dos pequeños análisis: uno cuantitativo, que explica los aspectos numéricos de cada herramienta y en conjunto un breve análisis cualitativo con el cual se describen las puntuaciones obtenidas de cada área en que se componen los instrumentos que se utilizaron. Que a continuación se presentan:

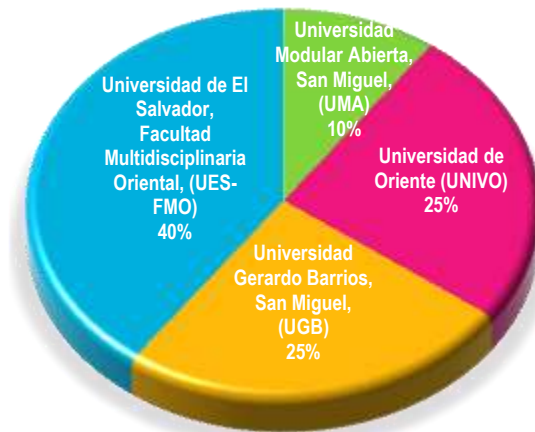
4.1 CUADROS Y REPRESENTACIONES GRÁFICAS DE INTELIGENCIA EMOCIONAL EN JÓVENES.

Tabla 1. Representación de unidad de análisis muestra de jóvenes universitarios

Universidades	Frecuencia de estudiantes	%
Universidad Modular Abierta, San Miguel, (UMA)	10	10%
Universidad de Oriente (UNIVO)	25	25%
Universidad Gerardo Barrios, San Miguel, (UGB)	25	25%
Universidad de El Salvador, Facultad Multidisciplinaria Oriental, (UES-FMO)	40	40%
Totales	100	100%

Gráfico 1 Representación de unidad de análisis muestra de jóvenes universitarios

REPRESENTACIÓN GRÁFICA DE UNIDAD DE ANALISIS, MUESTRA.



En el gráfico 1 se muestra a todos los jóvenes que conformaron la muestra, que hace referencia a 40 estudiantes de la Universidad de El Salvador, Facultad Multidisciplinaria Oriental, (UES-FMO), que conforman un 40%, 25 de la Universidad de Oriente (UNIVO) teniendo con ello 25%, así mismo otros 25 de la Universidad Gerardo Barrios, San Miguel, (UGB) facilitando otro 25% y 10 estudiantes de la Universidad Modular Abierta, San Miguel, (UMA) que son el 10% , y que en conjunto hacen el 100 % de la unidad de análisis de tal investigación.

4.2 REPRESENTACIONES GRÁFICAS DE LA CARACTERIZACIÓN DE IE POR UNIVERSIDADES, ÁREAS Y COMPONENTES.

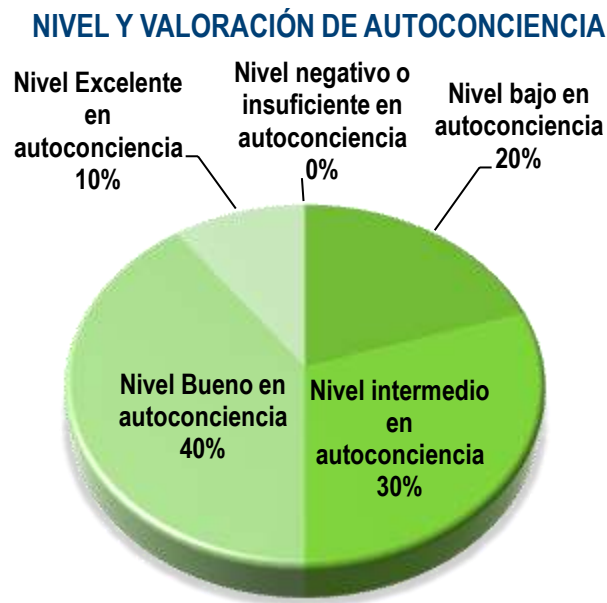
Representaciones de la Universidad Modular Abierta, San Miguel, (UMA)

Tabla 2. Distribución de frecuencias del nivel de autoconciencia de los/as jóvenes

NIVEL Y VALORACIÓN DE AUTOCONCIENCIA	FRECUENCIA	PORCENTAJES
Nivel negativo o insuficiente en autoconciencia	0	0%
Nivel bajo en autoconciencia	2	20%
Nivel intermedio en autoconciencia	3	30%
Nivel Bueno en autoconciencia	4	40%
Nivel Excelente en autoconciencia	1	10%
Total	10	100%

Fuente: Escala de Inteligencia Emocional.

Gráfico 2 Distribución de frecuencias del nivel de autoconciencia de los/as jóvenes



En el gráfico 2 se observa; 40% en buen nivel, 30% en intermedio, 20% nivel bajo, 10 % se ubica en un nivel excelente, y un 0%, nivel negativo o insuficiente.

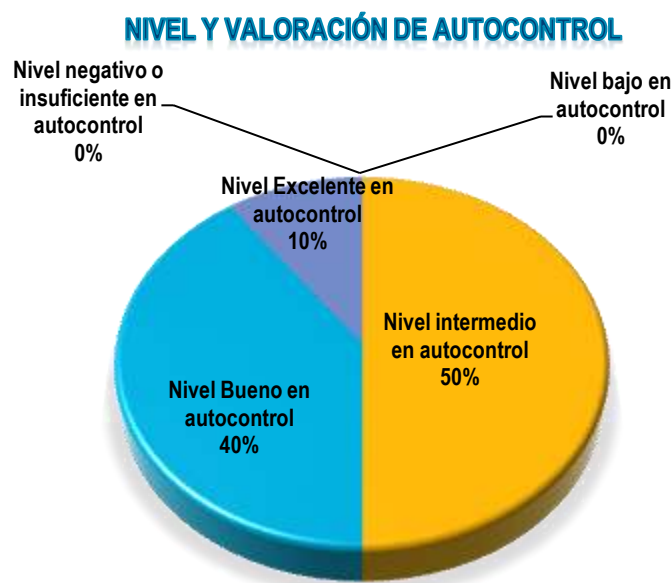
Al analizar estos resultados puede decirse que la mayoría de los jóvenes, poseen un nivel aceptable de autoconciencia, lo cual es muy productivo y enriquecedor en el proceso de formación profesional que desarrollan.

Tabla 3 Distribución de frecuencias del nivel de autocontrol de los/as jóvenes

NIVEL Y VALORACIÓN DE AUTOCONTROL	FRECUENCIA	PORCENTAJES
Nivel negativo o insuficiente en autocontrol	0	0%
Nivel bajo en autocontrol	0	0%
Nivel intermedio en autocontrol	5	50%
Nivel Bueno en autocontrol	4	40%
Nivel Excelente en autocontrol	1	10%
Total	10	100%

Fuente: Escala de Inteligencia Emocional.

Gráfico 3 Distribución de frecuencias del nivel de autocontrol de los/as jóvenes



En el gráfico 3 se logra apreciar un 50% en nivel intermedio, 40% en nivel bueno, 10% nivel excelente y las valoraciones nivel negativo o insuficiente y nivel bajo reflejan 0%. Con estos resultados se puede decir que los jóvenes tienen un aceptable nivel de autoconciencia, y a su vez es una cualidad que permite al joven autoanalizar diversos aspectos de la vida y contribuye a dirigir el comportamiento hacia un rumbo más objetivo, como también es clave en la formación profesional que desarrollan.

Tabla 4. Distribución de frecuencias del nivel de motivación de los/as jóvenes

NIVEL Y VALORACIÓN DE MOTIVACIÓN	FRECUENCIA	PORCENTAJES
Nivel negativo o insuficiente en motivación	0	0%
Nivel bajo en motivación	1	10%
Nivel intermedio en motivación	2	20%
Nivel Bueno en motivación	6	60%
Nivel Excelente en motivación	1	10%
Total	10	100%

Fuente: Escala de Inteligencia Emocional.

Gráfico 4 Distribución de frecuencias del nivel de motivación de los/as jóvenes



El gráfico 4 representa un 60% de jóvenes que se posiciona en nivel bueno, un 20% en el nivel intermedio, 10% en las valoraciones nivel bajo y nivel excelente y 0% nivel negativo o insuficiente.

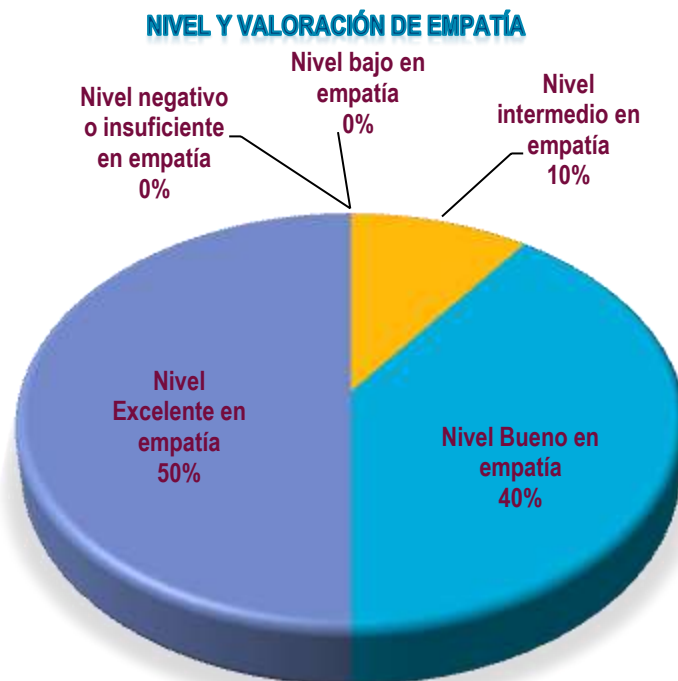
Al analizar cada una de las valoraciones se puede decir que un porcentaje considerable se posiciona en un nivel intermedio en motivación lo cual es un dato considerado adecuado; esta cualidad es importante para un futuro profesional de la salud mental ya que debe ser capaz de transmitirla y sobre todo trabajarla con los demás contantemente con el fin de conducir a cambios emocionales positivos.

Tabla 5 Distribución de frecuencias del nivel de empatía de los/as jóvenes

NIVEL Y VALORACIÓN DE EMPATÍA	FRECUENCIA	PORCENTAJES
Nivel negativo o insuficiente en empatía	0	0%
Nivel bajo en empatía	0	0%
Nivel intermedio en empatía	1	10%
Nivel Bueno en empatía	4	40%
Nivel Excelente en empatía	5	50%
Total	10	100%

Fuente: Escala de Inteligencia Emocional.

Gráfico 5 Distribución de frecuencias del nivel de empatía de los/as jóvenes



En el gráfico 5 se aprecia un 50 % en nivel excelente, 40% en nivel bueno, 10% en el nivel intermedio, 0% en las valoraciones nivel negativo o insuficiente y el nivel bajo. Con los resultados presentados se interpreta que los jóvenes cuentan con un adecuado nivel de empatía pues desde que se ubican en una valoración intermedia hacia arriba va indicando tal consideración lo cual es aceptable en su formación.

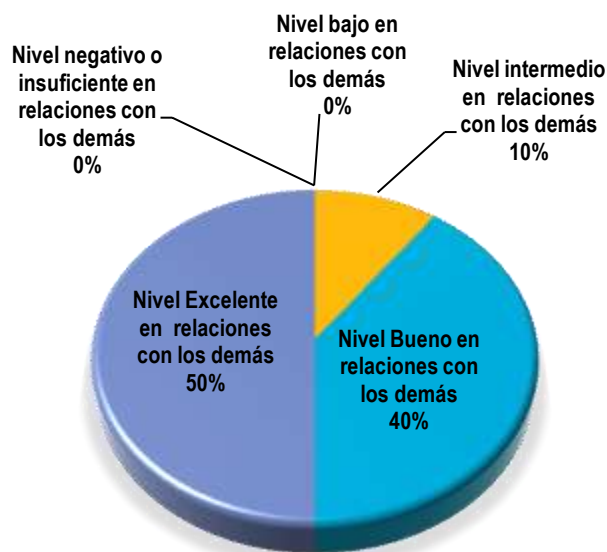
Tabla 6 Distribución de frecuencias del nivel de relaciones con los demás de los/as jóvenes

NIVEL Y VALORACIÓN DE RELACIONES SOCIALES	FRECUENCIA	PORCENTAJES
Nivel negativo o insuficiente en relaciones sociales	0	0%
Nivel bajo en relaciones sociales	0	0%
Nivel intermedio en relaciones sociales	1	10%
Nivel Bueno en relaciones sociales	4	40%
Nivel Excelente en relaciones sociales	5	50%
Total	10	100%

Fuente: Escala de Inteligencia Emocional.

Gráfico 6 Distribución de frecuencias del nivel de relaciones con los demás de los/as jóvenes

NIVEL Y VALORACIÓN DE RELACIONES CON LOS DEMÁS



En el gráfico 6 se observa un 50% en nivel excelente, 40% en nivel bueno, 10% en nivel intermedio 0% en las valoraciones nivel negativo o insuficiente y el nivel bajo. Al interpretar estos datos se puede decir que los jóvenes cuentan con un nivel adecuado de relaciones con los demás; esta cualidad facilita grandemente una buena comunicación y entendimiento hacia otros que se torna indispensable en la formación profesional.

Tabla 7 Distribución de puntuaciones sobre percepción emocional en las/los jóvenes.

PUNTUACIONES DE PERCEPCIÓN EMOCIONAL	FRECUENCIA	PORCENTAJES
Debe mejorar percepción, presta poca atención	3	30%
Adecuada percepción	7	70%
Debe mejorar percepción, presta demasiada atención	0	0%
Total	10	100%

Fuente: TMMS-24

Gráfico 7 Distribución de puntuaciones sobre percepción emocional en las/los jóvenes
PUNTUACIONES DE PERCEPCIÓN EMOCIONAL



En el gráfico 7 se tiene un 70%, en adecuada percepción, 30% en la puntuación debe mejorar percepción presta poca atención, 0% en la puntuación debe mejorar percepción, presta demasiada atención.

Esto indica que la percepción que los jóvenes poseen es la oportuna y a la vez es importante mencionar que ese aspecto es muy importante en la formación profesional que ejecutan ya que saber percibir emociones facilitan mayores comprensiones y por ende mejores resoluciones a dificultades.

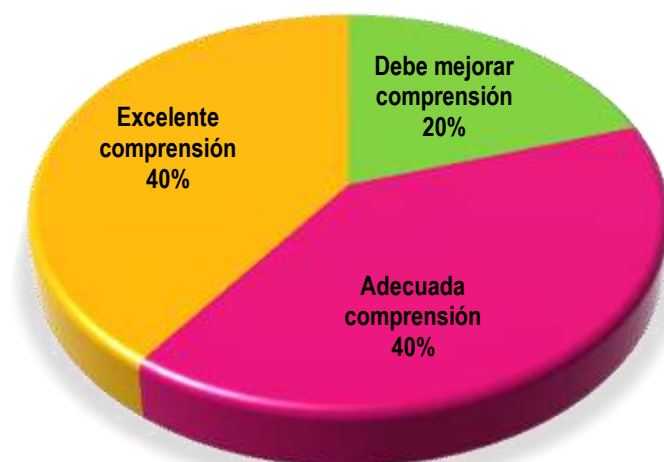
Tabla 8 Distribución de puntuaciones sobre comprensión emocional en las/los jóvenes

PUNTUACIONES DE COMPRENSIÓN EMOCIONAL	FRECUENCIA	PORCENTAJES
Debe mejorar comprensión	2	20%
Adecuada comprensión	4	40%
Excelente comprensión	4	40%
Total	10	100%

Fuente: Escala TMMS-24

Gráfico 8 Distribución de puntuaciones sobre comprensión emocional en las/los jóvenes

PUNTUACIONES DE COMPRENSIÓN EMOCIONAL



En el gráfico 8 se observa un 40% en excelente comprensión, 40% puntuación adecuada y 20% en la puntuación debe mejorar.

La interpretación para esta área meta cognitiva , es favorable ya que refleja un porcentaje considerable ubicándose en adecuada y excelente lo que determina una buena percepción en cuanto a la IE.

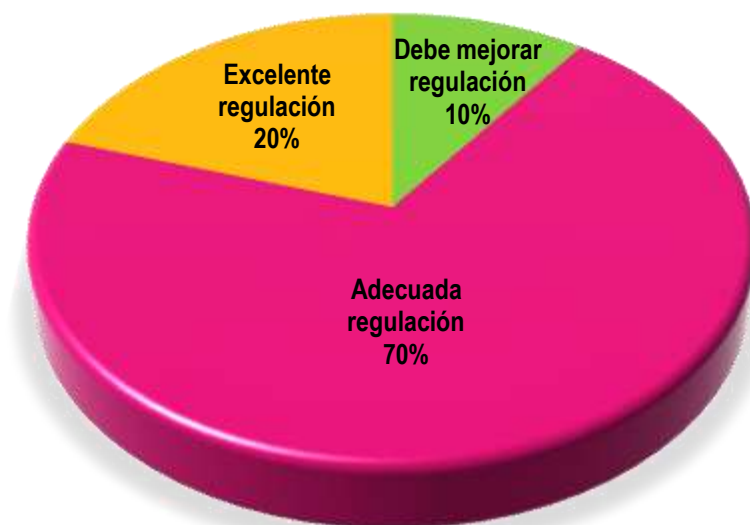
Tabla 9 Distribución de puntuaciones sobre regulación emocional en las/los jóvenes

PUNTUACIONES DE REGULACIÓN EMOCIONAL	FRECUENCIA	PORCENTAJES
Debe mejorar regulación	1	10%
Adecuada regulación	7	70%
Excelente regulación	2	20%
Total	10	100%

Fuente: Escala TMMS-24

Gráfico 9 Distribución de puntuaciones sobre regulación emocional en las/los jóvenes

PUNTUACIONES DE REGULACIÓN EMOCIONAL



En el gráfico 9 se observa un 70% ubicado en adecuada regulación, 20% en excelente regulación, y un 10% se ubica en la puntuación debe mejorar.

Según los datos se interpreta que la mayoría de jóvenes poseen un nivel adecuado de regulación, lo cual es muy productivo ya que la regulación permite orientar la vida hacia una buena dirección.

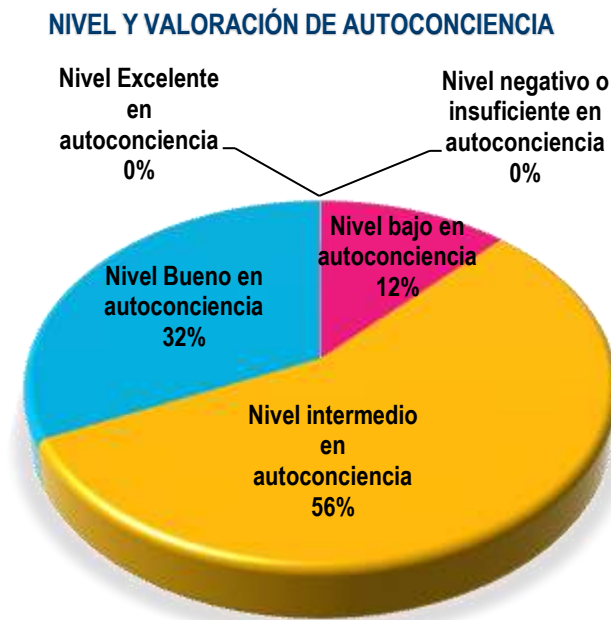
Universidad de Oriente (UNIVO)

Tabla 10 Distribución de frecuencias del nivel de autoconciencia de los/as jóvenes

NIVEL Y VALORACIÓN DE AUTOCONCIENCIA	FRECUENCIA	PORCENTAJES
Nivel negativo o insuficiente en autoconciencia	0	0%
Nivel bajo en autoconciencia	3	12%
Nivel intermedio en autoconciencia	14	56%
Nivel Bueno en autoconciencia	8	32%
Nivel Excelente en autoconciencia	0	0%
Total	25	100%

Fuente: Escala de Inteligencia Emocional.

Gráfico 10 Distribución de frecuencias del nivel de autoconciencia de los/as jóvenes



En el gráfico 10 se observa un 56% en nivel intermedio, 32% en el nivel bueno, 12% en el nivel bajo, 0% en nivel excelente, también otro 0% en el nivel negativo o insuficiente.

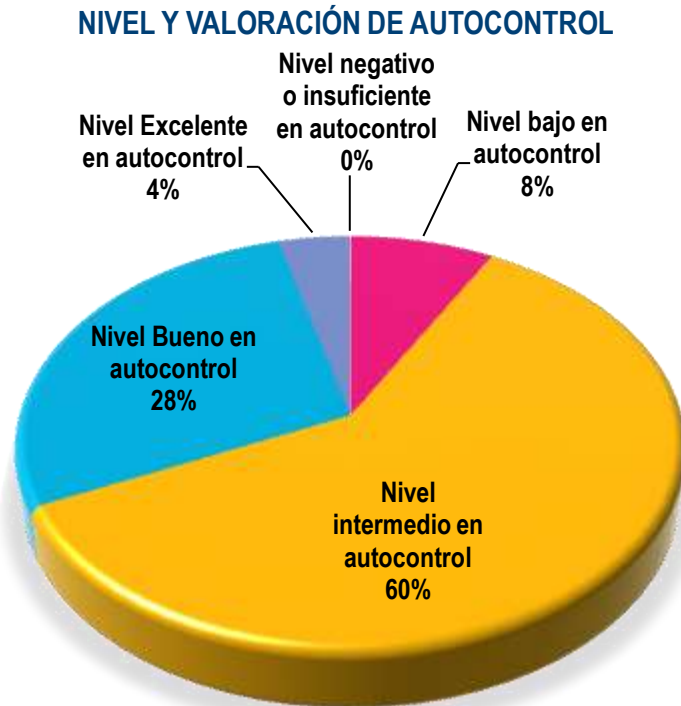
Según estos resultados se interpreta que una buena proporción de jóvenes cuenta con un, aceptable nivel de autoconciencia.

Tabla 11 Distribución de frecuencias del nivel de autocontrol de los/as jóvenes

NIVEL Y VALORACIÓN DE AUTOCONTROL	FRECUENCIA	PORCENTAJES
Nivel negativo o insuficiente en autocontrol	0	0%
Nivel bajo en autocontrol	2	8%
Nivel intermedio en autocontrol	15	60%
Nivel Bueno en autocontrol	7	28%
Nivel Excelente en autocontrol	1	4%
Total	25	100%

Fuente: Escala de Inteligencia Emocional.

Gráfico 11 Distribución de frecuencias del nivel de autocontrol de los/as jóvenes



En el gráfico 11 se observa un 60% en nivel intermedio, 28% en nivel bueno, 8% en nivel bajo, 4% en nivel excelente y 0% en nivel negativo o insuficiente.

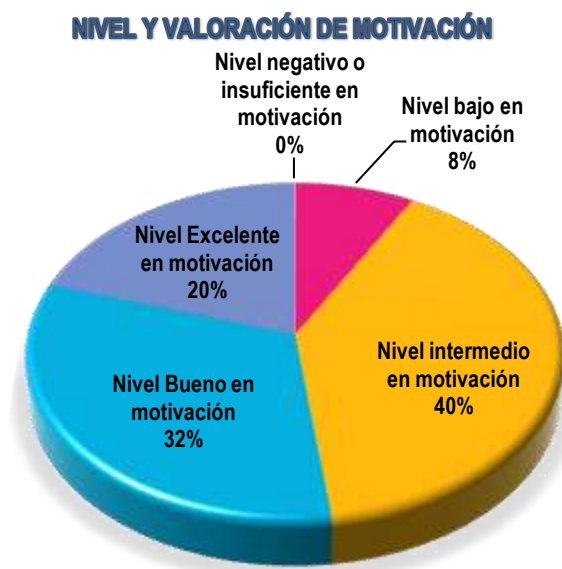
Para lo cual se interpreta que un buen porcentaje se posiciona en las valoraciones intermedia y buena de IE, que significa un adecuado nivel de autocontrol.

Tabla 12 Distribución de frecuencias del nivel de motivación de los/as jóvenes

NIVEL Y VALORACIÓN DE MOTIVACIÓN	FRECUENCIA	PORCENTAJES
Nivel negativo o insuficiente en motivación	0	0%
Nivel bajo en motivación	2	8%
Nivel intermedio en motivación	10	40%
Nivel Bueno en motivación	8	32%
Nivel Excelente en motivación	5	20%
Total	25	100%

Fuente: Escala de Inteligencia Emocional.

Gráfico 12 Distribución de frecuencias del nivel de motivación de los/as jóvenes



En el gráfico 12 se observan los porcentajes en cuanto al área de motivación de IE, entre los datos se tienen: 40% en nivel intermedio, 32% en nivel bueno, 20% en nivel excelente, 8% en nivel bajo y 0% en nivel negativo o insuficiente.

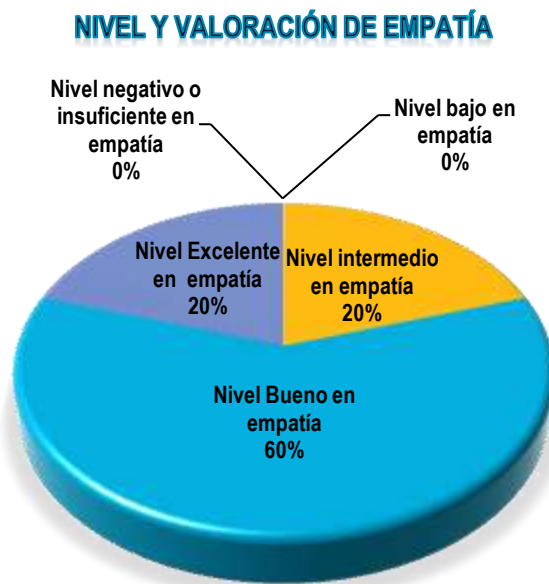
Con los datos anteriores se interpreta que los jóvenes en cuanto a motivación se encuentran en un parámetro adecuado considerando que desde el nivel intermedio hasta el excelente, con las puntuaciones obtenidas se han colocado en un noventa y dos por ciento, lo cual es muy productivo y beneficioso para ellos y los demás ya que tal aspecto contribuye a una buena IE.

Tabla 13 Distribución de frecuencias del nivel de empatía de los/as jóvenes

NIVEL Y VALORACIÓN DE EMPATÍA	FRECUENCIA	PORCENTAJES
Nivel negativo o insuficiente en empatía	0	0%
Nivel bajo en empatía	0	0%
Nivel intermedio en empatía	5	20%
Nivel Bueno en empatía	15	60%
Nivel Excelente en empatía	5	20%
Total	25	100%

Fuente: Escala de Inteligencia Emocional.

Gráfica 13 Distribución de frecuencias del nivel de empatía de los/as jóvenes



En el gráfico 13 se aprecian los datos porcentuales por cada una de las valoraciones que conciernen el nivel de empatía, entre los cuales se tienen; 60% en nivel bueno, 20% en el nivel intermedio, otro 20% en el nivel excelente 0% en el nivel negativo o insuficiente, otro 0% en el nivel bajo.

Interpretando los presentes resultados se dice que buena cantidad de jóvenes se ubica en las valoraciones que se considerada adecuada, en cuanto al nivel de empatía, lo cual es muy productivo para ellos y demás personas que les rodean partiendo que esta es una de las principales características que debe irradiar un profesional de la salud mental.

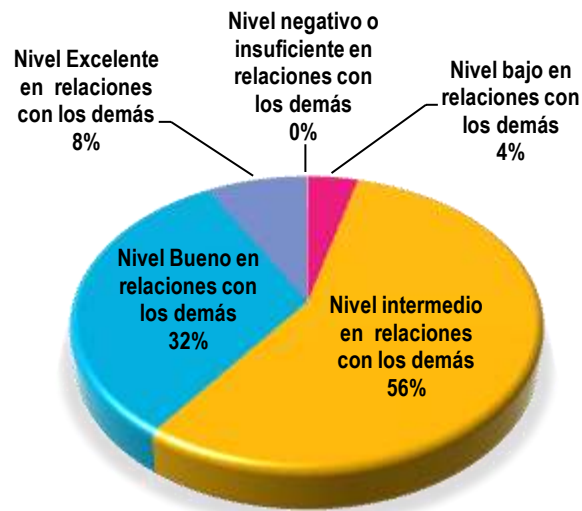
Tabla 14 Distribución de frecuencias del nivel de relaciones con los demás de los/as jóvenes

NIVEL Y VALORACIÓN DERELACIONES SOCIALES	FRECUENCIA	PORCENTAJES
Nivel negativo o insuficiente en relaciones sociales	0	0%
Nivel bajo en relaciones sociales	1	4%
Nivel intermedio en relaciones sociales	14	56%
Nivel Bueno en relaciones sociales	8	32%
Nivel Excelente en relaciones sociales	2	8%
Total	25	100%

Fuente: Escala de Inteligencia Emocional.

Gráfico 14 Distribución de frecuencias del nivel de relaciones con los demás de los/as jóvenes.

NIVEL Y VALORACIÓN DE RELACIONES CON LOS DEMÁS



En el gráfico 14 representa los datos en cuanto a relaciones con los demás teniendo un 56% en nivel intermedio, 32% en nivel bueno, 8% en nivel excelente, 4% en nivel bajo y un 0% se posiciona en nivel negativo o insuficiente.

Para lo cual se interpreta que los resultados de acuerdo a las valoraciones establecidas en tal instrumento, teniendo buena proporción en nivel intermedio se determinan adecuadas relaciones con los demás.

Tabla 15 Distribución de puntuaciones sobre percepción emocional en las/los jóvenes.

PUNTUACIONES DE PERCPCIÓN EMOCIONAL	FRECUENCIA	PORCENTAJES
Debe mejorar percepción, presta poca atención	4	16%
Adecuada percepción	17	68%
Debe mejorar percepción , presta demasiada atención	4	16%
Total	25	100%

Fuente: Escala TMMS-24

Gráfico 15 Distribución de puntuaciones sobre percepción emocional en las/los jóvenes



En el gráfico 15 se observan los datos porcentuales con respecto a la categoría percepción emocional, entre las que se tienen las siguientes puntuaciones; 68% se posiciona en adecuada percepción, 16% que debe mejorar, porque presta demasiada atención y otro 16% que debe mejorar porque presta poca atención.

Para lo que se interpreta que poseen “adecuada “ percepción emocional la mayor parte de los jóvenes y tal cualidad es muy importante en un buen desarrollo de IE en los mismos.

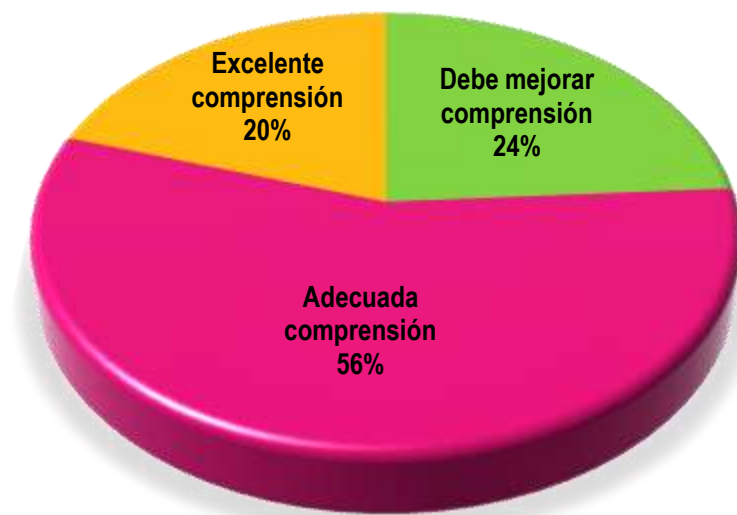
Tabla 16 Distribución de puntuaciones sobre comprensión emocional en las/los jóvenes

PUNTUACIONES DE COMPRENSIÓN EMOCIONAL	FRECUENCIA	PORCENTAJES
Debe mejorar comprensión	6	24%
Adecuada comprensión	14	56%
Excelente comprensión	5	20%
Total	25	100%

Fuente: Escala TMMS-24

Gráfico 16 Distribución de puntuaciones sobre comprensión emocional en las/los jóvenes

PUNTUACIONES DE COMPRENSIÓN EMOCIONAL



En la gráfica 16 se observa las puntuaciones en cuanto a comprensión emocional entre las cuales se tienen; 56% adecuado, 24% debe mejorar y 20% en excelente comprensión.

Con los cuales se puede decir que un rango considerable de jóvenes se ubican en la categoría adecuada lo cual es muy importante tanto en su formación profesional como también en los diferentes ámbitos de la vida ya que esto permite asimilar las diferentes circunstancias que se dan en la vida con mayor objetividad.

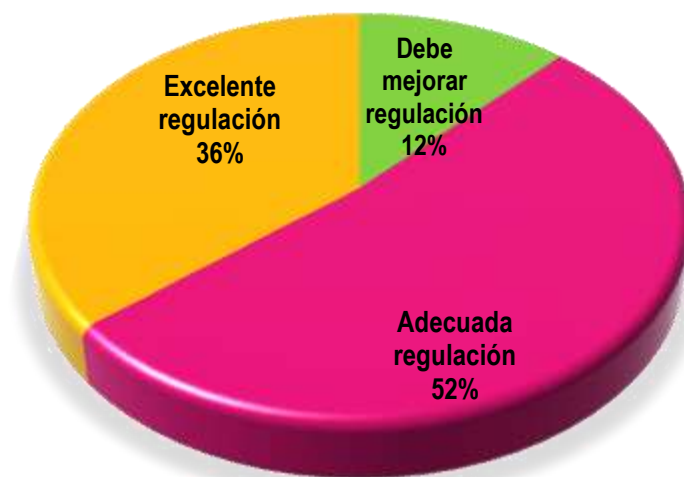
Tabla 17 Distribución de puntuaciones sobre regulación emocional en las/los jóvenes

PUNTUACIONES DE REGULACIÓN EMOCIONAL	FRECUENCIA	PORCENTAJES
Debe mejorar regulación	3	12%
Adecuada regulación	13	52%
Excelente regulación	9	36%
Total	25	100%

Fuente: Escala TMMS-24

Gráfico 17 Distribución de puntuaciones sobre regulación emocional en las/los jóvenes

PUNTUACIONES DE REGULACIÓN EMOCIONAL



En el gráfico 17 se observan los datos porcentuales en cuanto a la regulación emocional entre los cuales se tienen; 52% en adecuada, 36% en excelente y 12% en la categoría debe mejorar.

Según los datos se interpreta que la mayoría de jóvenes tiene una adecuada regulación emocional, lo que indica un criterio oportuno y muy propositivo para ellos y los demás.

Universidad Gerardo Barrios, San Miguel, (UGB)

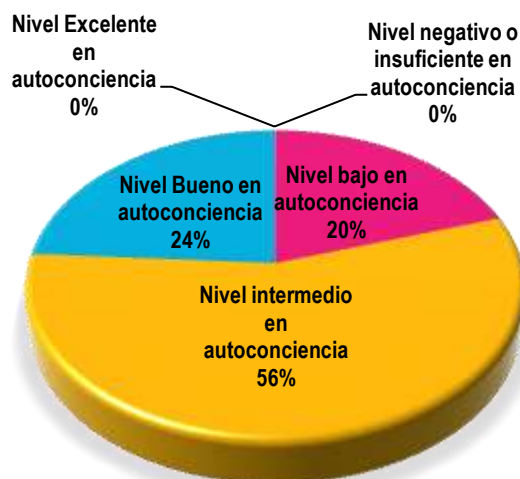
Tabla 18 Distribución de frecuencias del nivel de autoconciencia de los/as jóvenes

NIVEL Y VALORACIÓN DE AUTOCONCIENCIA	FRECUENCIA	PORCENTAJES
Nivel negativo o insuficiente en autoconciencia	0	0%
Nivel bajo en autoconciencia	5	20%
Nivel intermedio en autoconciencia	14	56%
Nivel Bueno en autoconciencia	6	24%
Nivel Excelente en autoconciencia	0	0%
Total	25	100%

Fuente: Escala de Inteligencia Emocional.

Gráfico 18 Distribución de frecuencias del nivel de autoconciencia de los/as jóvenes

NIVEL Y VALORACIÓN DE AUTOCONCIENCIA



En el gráfico 18 se observan los datos porcentuales con respecto al nivel de autoconciencia y se tiene que; el 56% se ubica en nivel intermedio, 24% nivel bueno, 20% nivel bajo, 0% se coloca en nivel excelente, otro 0% en nivel negativo o insuficiente.

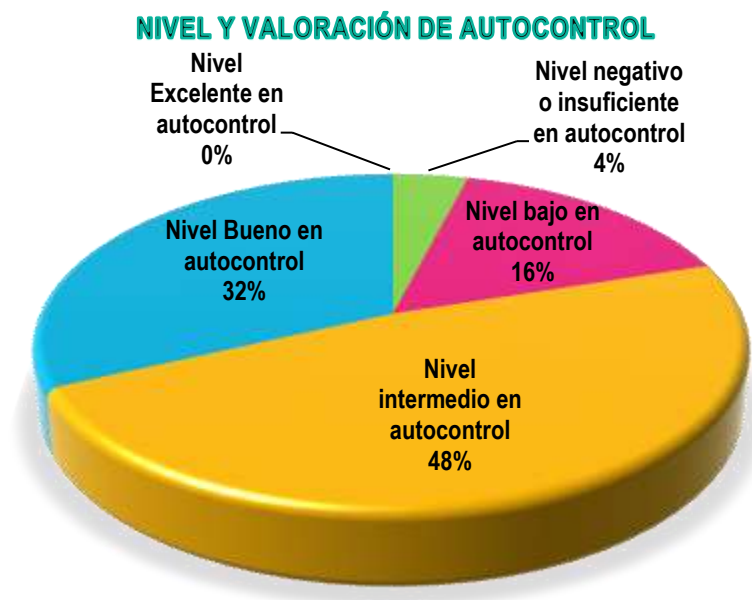
Con estos datos se interpreta que la mayor parte de jóvenes cuenta con autoconciencia aceptable partiendo que las valoraciones intermedia y buena apuntan claramente a esa consideración

Tabla 19 Distribución de frecuencias del nivel de autocontrol de los/as jóvenes

NIVEL Y VALORACIÓN DE AUTOCONTROL	FRECUENCIA	PORCENTAJES
Nivel negativo o insuficiente en autocontrol	1	4%
Nivel bajo en autocontrol	4	16%
Nivel intermedio en autocontrol	12	48%
Nivel Bueno en autocontrol	8	32%
Nivel Excelente en autocontrol	0	0%
Total	25	100%

Fuente: Escala de Inteligencia Emocional.

Gráfico 19 Distribución de frecuencias del nivel de autocontrol de los/as jóvenes



En el gráfico 19 se presentan los datos porcentuales con respecto al nivel de autocontrol, teniendo un 48% en nivel intermedio, 32% en buen nivel, 16% en nivel bajo, 4% en nivel negativo o insuficiente 0% se ubica en el nivel excelente.

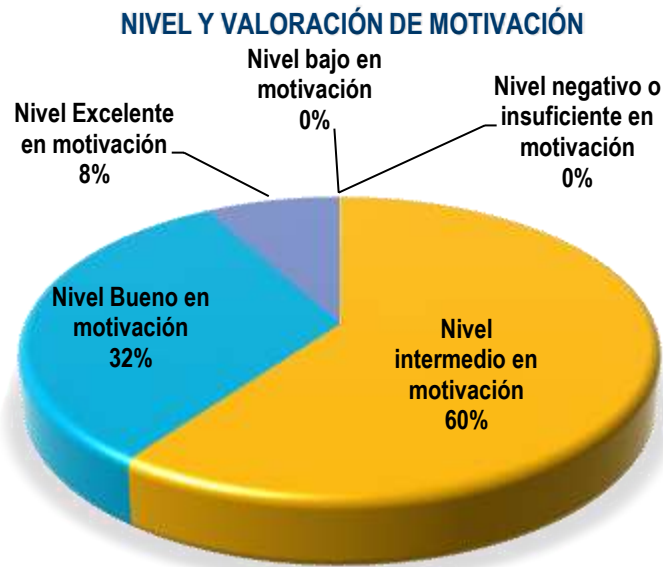
Con los datos anteriores se puede interpretar que una considerable proporción de jóvenes se ubica en las valoraciones intermedia y buena, lo que indica un adecuado nivel de autocontrol, sin embargo hay que mejorar esta área que es muy importante tanto inter como intra personal debido a que se observan datos que son poco positivos en los jóvenes.

Tabla 20 Distribución de frecuencias del nivel de motivación de los/as jóvenes

NIVEL Y VALORACIÓN DE MOTIVACIÓN	FRECUENCIA	PORCENTAJES
Nivel negativo o insuficiente en motivación	0	0%
Nivel bajo en motivación	0	0%
Nivel intermedio en motivación	15	60%
Nivel Bueno en motivación	8	32%
Nivel Excelente en motivación	2	8%
Total	25	100%

Fuente: Escala de Inteligencia Emocional.

Gráfico 20 Distribución de frecuencias del nivel de motivación de los/as jóvenes



En el gráfico 20 se observan los porcentajes en cuanto al nivel de motivación que presentan los jóvenes, entre los datos que se tienen están; 60% en nivel intermedio, 32% en nivel bueno, 8% en nivel excelente un 0% se ubica en nivel negativo o insuficiente, otro 0% en nivel bajo.

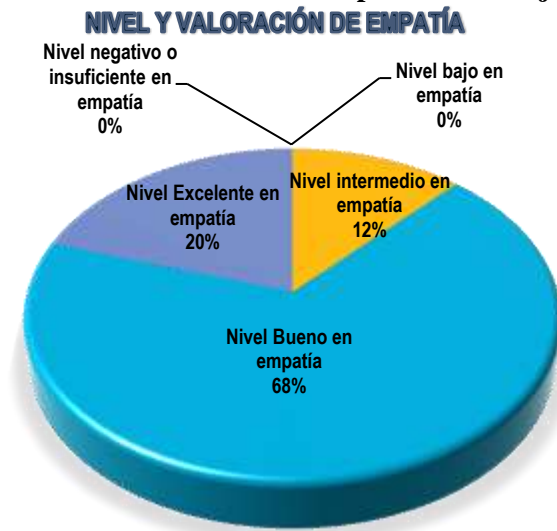
Con los datos anteriores se interpreta que la mayoría de jóvenes cuenta con un nivel adecuado de motivación ya que desde que se posicionan en las valoraciones intermedia hasta excelente, es un buen indicador de desarrollo de tal área que conforma la IE y que por lo tanto es oportuno resaltar.

Tabla 21 Distribución de frecuencias del nivel de empatía de los/as jóvenes

NIVEL Y VALORACIÓN DE EMPATÍA	FRECUENCIA	PORCENTAJES
Nivel negativo o insuficiente en empatía	0	0%
Nivel bajo en empatía	0	0%
Nivel intermedio en empatía	3	12%
Nivel Bueno en empatía	17	68%
Nivel Excelente en empatía	5	20%
Total	25	100%

Fuente: Escala de Inteligencia Emocional.

Gráfico 21 Distribución de frecuencias del nivel de empatía de los/as jóvenes



El gráfico 21 hace referencia al nivel de empatía, donde se observa 68% en nivel bueno, 20% en nivel excelente, 12% en el nivel intermedio, 0% en las valoraciones nivel negativo o insuficiente y nivel bajo.

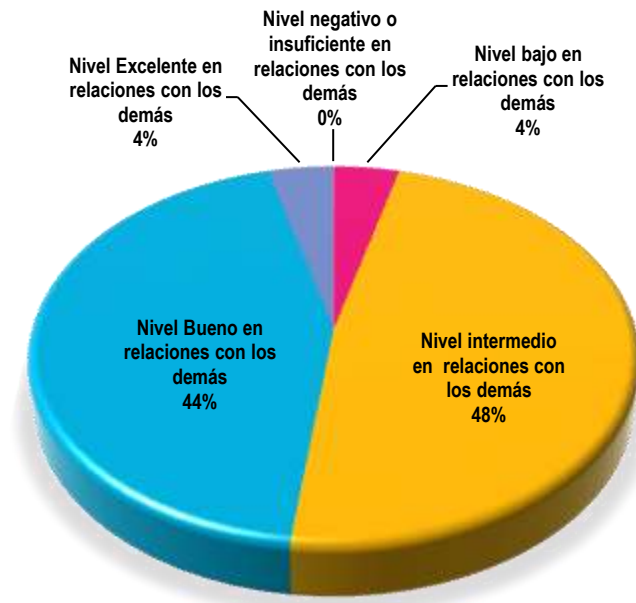
Con los datos anteriores se interpreta que el cien por ciento de los jóvenes posee un adecuado nivel de empatía puesto de se ubican entre las categorías intermedia y excelente, lo cual es un indicador muy apremiante con respecto a la IE que deben poseer, cabe mencionar que esta consideración se hace tomando parámetros generales y sobre todo tomando lo intermedio como lo básico o adecuado en esta investigación que puede ser aun mejor si se potencia significativamente el área en otros ámbitos .

Tabla 22 Distribución de frecuencias del nivel de relaciones con los demás de los/as jóvenes

NIVEL Y VALORACIÓN DE RELACIONES SOCIALES	FRECUENCIA	PORCENTAJES
Nivel negativo o insuficiente en relaciones sociales	0	0%
Nivel bajo en relaciones sociales	1	4%
Nivel intermedio en relaciones sociales	12	48%
Nivel Bueno en relaciones sociales	11	44%
Nivel Excelente en relaciones sociales	1	4%
Total	25	100%

Fuente: Escala de Inteligencia Emocional.

Gráfico 22 Distribución de frecuencias del nivel de relaciones con los demás de los/as jóvenes
NIVEL Y VALORACIÓN DE RELACIONES CON LOS DEMÁS



El gráfico 22 hace referencia a los datos obtenidos sobre las relaciones con los demás, observando 44% nivel bueno, 4% se posiciona en nivel bajo, otro 4% en nivel excelente, 0% en la valoración nivel negativo o insuficiente.

Con la información anterior se interpreta que un porcentaje considerable cuenta con adecuadas relaciones con los demás.

Tabla 23 Distribución de puntuaciones sobre percepción emocional en las/los jóvenes.

PUNTUACIONES DE PERCPCIÓN EMOCIONAL	FRECUENCIA	PORCENTAJES
Debe mejorar percepción, presta poca atención	7	28%
Adecuada percepción	16	64%
Debe mejorar percepción, presta demasiada atención	2	8%
Total	25	100%

Fuente: Escala TMMS-24

Gráfico 23 Distribución de puntuaciones sobre percepción emocional en las/los jóvenes



En el gráfico 23 se representan los porcentajes de percepción emocional, entre los cuales están; 64% en adecuada, 28% debe mejorar presta poca atención y 8% en la puntuación debe mejorar, presta demasiada atención.

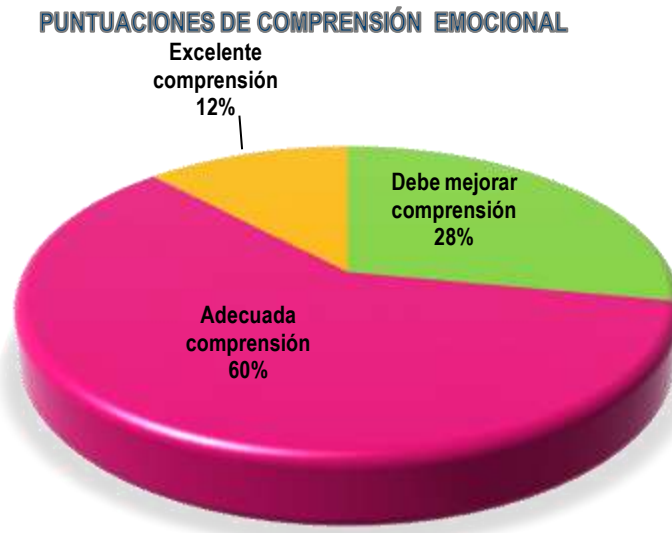
Con los datos reflejados anteriormente se interpreta que un buen número de jóvenes presentan una adecuada Percepción emocional.

Tabla 24 Distribución de puntuaciones sobre comprensión emocional en las/los jóvenes

PUNTUACIONES DE COMPRENSIÓN EMOCIONAL	FRECUENCIA	PORCENTAJES
Debe mejorar comprensión	7	28%
Adecuada comprensión	15	60%
Excelente comprensión	3	12%
Total	25	100%

Fuente: Escala TMMS-24

Gráfico 24 Distribución de puntuaciones sobre comprensión emocional en las/los jóvenes



En el gráfico 24 se observan los datos porcentuales con respecto a la comprensión emocional, entre los cuales se tiene; 60% que se posiciona en la puntuación adecuada, 28% que debe mejorar y 12% en la puntuación excelente.

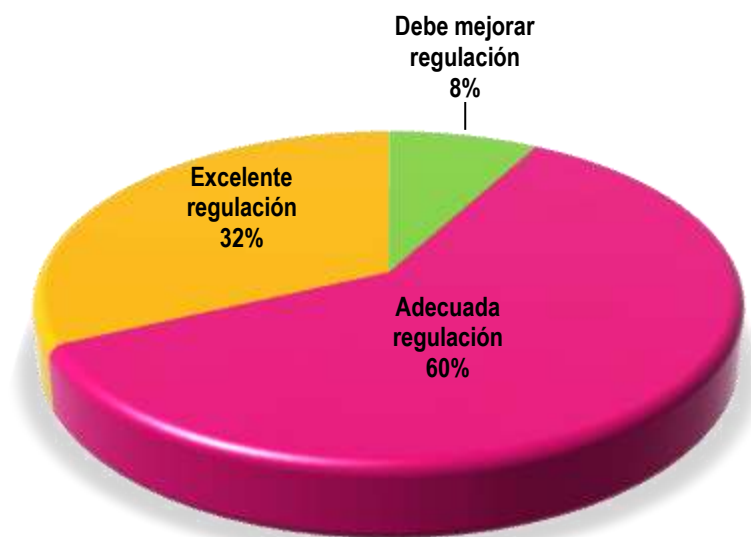
Con los datos anteriores se interpreta que los jóvenes poseen adecuada comprensión emocional, y a su vez es un aspecto de la IE que debe estar equilibrado pues es parte del proceso de toma de decisiones en la vida y por lo tanto debe andar por estas consideraciones emocionales y/o aumentar los niveles de la misma puesto que es una competencia indispensable en un profesional de la salud mental.

Tabla 25 Distribución de puntuaciones sobre regulación emocional en las/los jóvenes

PUNTUACIONES DE REGULACIÓN EMOCIONAL	FRECUENCIA	PORCENTAJES
Debe mejorar regulación	2	8%
Adecuada regulación	15	60%
Excelente regulación	8	32%
Total	25	100%

Fuente: Escala TMMS-24

Gráfico 25 Distribución de puntuaciones sobre regulación emocional en las/los jóvenes
PUNTUACIONES DE REGULACIÓN EMOCIONAL



En el gráfico 25 se logran apreciar los porcentajes con respecto a la regulación emocional, y entre los datos se tienen: 60% en adecuada regulación, 32% en excelente regulación y 8% en la puntuación debe mejorar.

Lo que se interpreta una adecuada regulación emocional; y por lo tanto un porcentaje optimo de esta área que compone la IE.

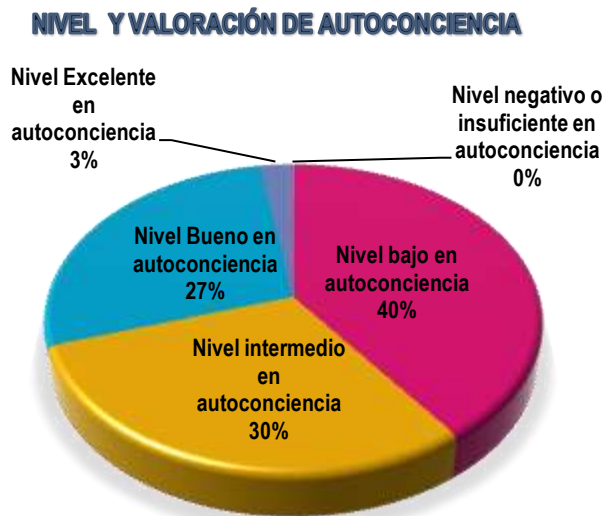
Universidad de El Salvador, Facultad Multidisciplinaria Oriental, (UES-FMO)

Tabla 26 Distribución de frecuencias del nivel de autoconciencia de los/as jóvenes

NIVEL Y VALORACIÓN DE AUTOCONCIENCIA	FRECUENCIA	PORCENTAJES
Nivel negativo o insuficiente en autoconciencia.	0	0%
Nivel bajo en autoconciencia.	16	40%
Nivel intermedio en autoconciencia	12	30%
Nivel Bueno en autoconciencia	11	27%
Nivel Excelente en autoconciencia	1	3%
Total	40	100%

Fuente: Escala de Inteligencia Emocional.

Gráfico 26 Distribución de frecuencias del nivel de autoconciencia de los/as jóvenes



En el gráfico 26 se reflejan los datos porcentuales de autoconciencia, entre los que se tienen: 40% en nivel bajo, 30% nivel intermedio, 27% nivel bueno, 3% nivel excelente y 0% en nivel negativo o insuficiente.

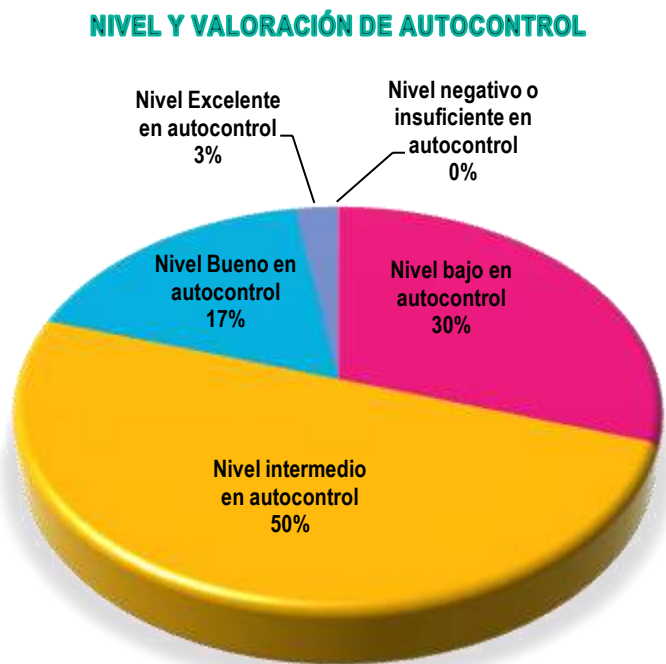
Con los resultados se interpreta una cantidad de jóvenes que andan en rangos considerables en autoconciencia. Sin embargo es importante denotar que hay que potenciar más esta área para tener un mayor equilibrio en lo que concierne a la IE y las áreas que las componen.

Tabla 27 Distribución de frecuencias del nivel de autocontrol de los/as jóvenes

NIVEL Y VALORACIÓN DE AUTOCONTROL	FRECUENCIA	PORCENTAJES
Nivel negativo o insuficiente en autocontrol	0	0%
Nivel bajo en autocontrol	12	30%
Nivel intermedio en autocontrol	20	50%
Nivel Bueno en autocontrol	7	17%
Nivel Excelente en autocontrol	1	3%
Total	40	100%

Fuente: Escala de Inteligencia Emocional.

Gráfico 27 Distribución de frecuencias del nivel de autocontrol de los/as jóvenes



En el gráfico 27 se visualizan los porcentajes sobre autocontrol, entre los cuales se tienen; 50% en nivel intermedio, 30% en nivel bajo, 17% en nivel bueno, 3% en nivel excelente y 0% en nivel negativo o insuficiente.

Para lo cual con los datos se interpreta un considerable autocontrol, aunque hay jóvenes que no corren con la misma ventaja y por lo tanto sería muy fundamental profundizar más en ello.

Tabla 28 Distribución de frecuencias del nivel de motivación de los/as jóvenes

NIVEL Y VALORACIÓN DE MOTIVACIÓN	FRECUENCIA	PORCENTAJES
Nivel negativo o insuficiente en motivación	0	0%
Nivel bajo en motivación	7	17%
Nivel intermedio en motivación	21	53%
Nivel Bueno en motivación	8	20%
Nivel Excelente en motivación	4	10%
Total	40	100%

Fuente: Escala de Inteligencia Emocional.

Gráfico 28 Distribución de frecuencias del nivel de motivación de los/as jóvenes



En el gráfico 28 se observan los datos porcentuales con respecto a motivación, y entre ellos se tienen; 53% en nivel intermedio, 20% en nivel bueno, 17% nivel bajo, 10% en nivel excelente 0% en nivel negativo o insuficiente.

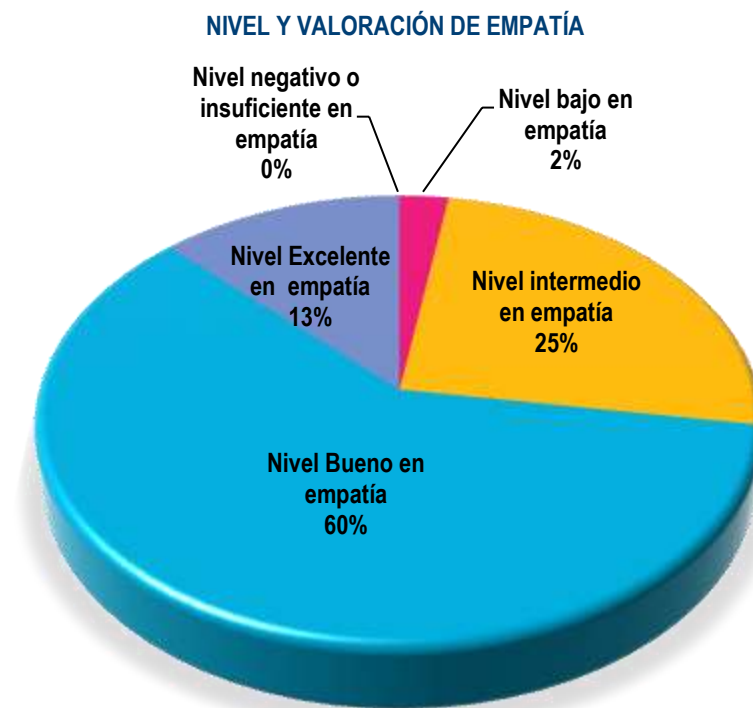
Con estos datos se considera que una buena proporción cuenta con adecuado nivel en motivación que se torna un aspecto importante en la vida de los futuros Psicólogos, tanto para las funciones laborales o profesionales a desempeñar como también para la vida personal.

Tabla 29 Distribución de frecuencias del nivel de empatía de los/as jóvenes

NIVEL Y VALORACIÓN DE EMPATÍA	FRECUENCIA	PORCENTAJES
Nivel negativo o insuficiente en empatía	0	0%
Nivel bajo en empatía	1	2%
Nivel intermedio en empatía	10	25%
Nivel Bueno en empatía	24	60%
Nivel Excelente en empatía	5	13%
Total	40	100%

Fuente: Escala de Inteligencia Emocional.

Gráfico 29 Distribución de frecuencias del nivel de empatía de los/as jóvenes



En el gráfico 29 se reflejan los porcentajes referentes al nivel de empatía los cuales son: 60% nivel bueno, 25% nivel intermedio, 13% en nivel excelente, 2% en nivel bajo 0% nivel negativo o insuficiente.

Con los datos plasmados anteriormente se interpreta que los jóvenes cuentan con un nivel adecuado de empatía

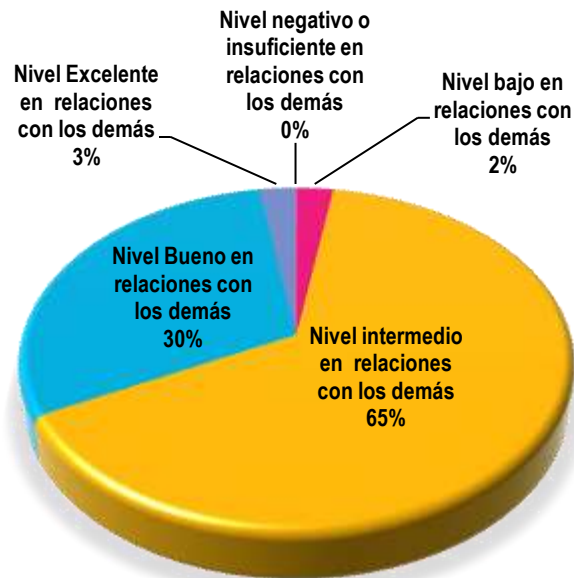
Tabla 30 Distribución de frecuencias del nivel de relaciones con los demás de los/as jóvenes

NIVEL Y VALORACIÓN DE RELACIONES SOCIALES	FRECUENCIA	PORCENTAJES
Nivel negativo o insuficiente en relaciones sociales	0	0%
Nivel bajo en relaciones sociales	1	2%
Nivel intermedio en relaciones sociales	26	65%
Nivel Bueno en relaciones sociales	12	30%
Nivel Excelente en relaciones sociales	1	3%
Total	40	100%

Fuente: Escala de Inteligencia Emocional.

Gráfico 30 Distribución de frecuencias del nivel de relaciones con los demás de los/as jóvenes

NIVEL Y VALORACIÓN DE RELACIONES CON LOS DEMÁS



En el gráfico 30 se reflejan los datos porcentuales sobre las relaciones con los demás y entre los porcentajes se tienen; 65% en nivel intermedio, 30% nivel bueno, 3% en nivel excelente, 2% en nivel bajo y 0% en nivel negativo o insuficiente.

Con tales datos se interpreta que la mayoría de jóvenes cuenta con un nivel adecuado de relaciones con los demás, lo cual es un área indispensable en la formación de los jóvenes y especialmente en la IE

Tabla 31 Distribución de puntuaciones sobre percepción emocional en las/los jóvenes.

PUNTUACIONES DE PERCPCIÓN EMOCIONAL	FRECUENCIA	PORCENTAJES
Debe mejorar percepción, presta poca atención	9	22%
Adecuada percepción	27	68%
Debe mejorar percepción , presta demasiada atención	4	10%
Total	40	100%

Fuente: Escala TMMS-24

Gráfico 31 Distribución de puntuaciones sobre percepción emocional en las/los jóvenes



En el gráfico 31 se observan los datos porcentuales con respecto a la percepción emocional; entre los que se tienen; 68% adecuada, 22% debe mejorar porque presta poca atención 10% en la puntuación debe mejorar, presta demasiada atención.

Lo que permite interpretarse como una adecuada percepción emocional ya que más de la mitad se ubica en esta puntuación.

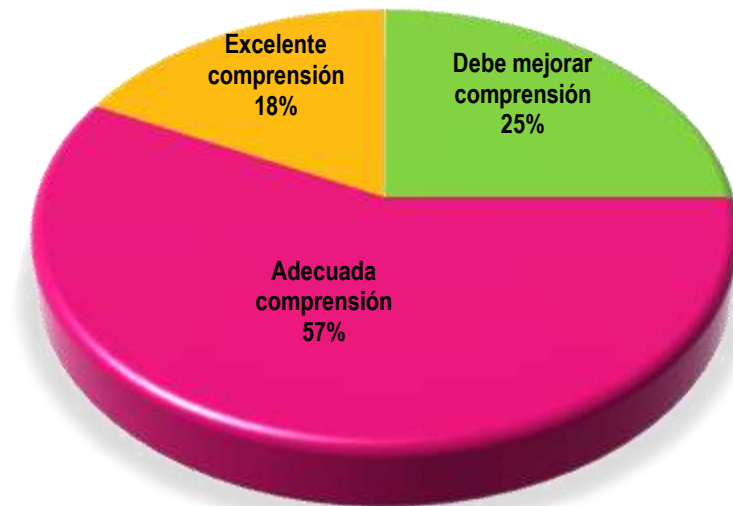
Tabla 32 Distribución de puntuaciones sobre comprensión emocional en las/los jóvenes

PUNTUACIONES DE COMPRENSIÓN EMOCIONAL	FRECUENCIA	PORCENTAJES
Debe mejorar comprensión	10	25%
Adecuada comprensión	23	57%
Excelente comprensión	7	18%
Total	40	100%

Fuente: Escala TMMS-24

Gráfico 32 Distribución de puntuaciones sobre comprensión emocional en las/los jóvenes

PUNTUACIONES DE COMPRENSIÓN EMOCIONAL



En el gráfico 32 se observa los porcentajes del área comprensión emocional, los cuales son; 57% adecuada, 25% debe mejorar y 18% excelente.

Con los datos representados se infiere que una considerable proporción de jóvenes cuenta con adecuada comprensión emocional, pero también hay una pequeña proporción que debe mejorar para equilibrar mejor su IE.

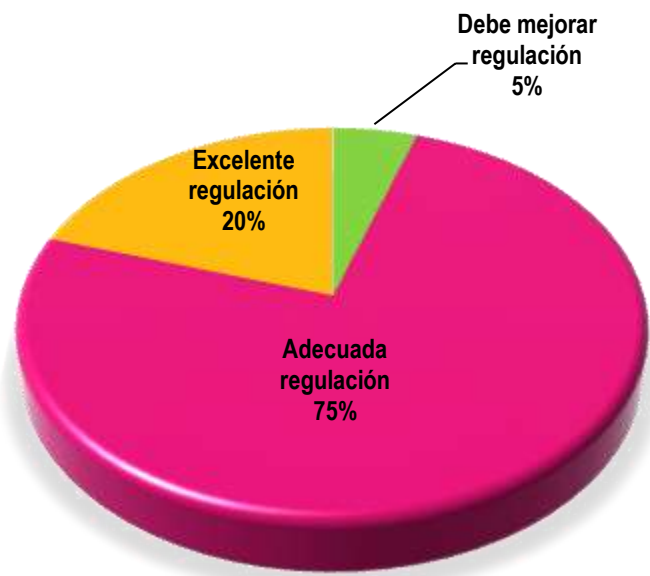
Tabla 33 Distribución de puntuaciones sobre regulación emocional en las/los jóvenes

PUNTUACIONES DE REGULACIÓN EMOCIONAL	FRECUENCIA	PORCENTAJES
Debe mejorar regulación	2	5%
Adecuada regulación	30	75%
Excelente regulación	8	20%
Total	40	100%

Fuente: Escala TMMS-24

Gráfico 33 Distribución de puntuaciones sobre regulación emocional en las/los jóvenes

PUNTUACIONES DE REGULACIÓN EMOCIONAL



En el gráfico 33 se tienen los datos porcentuales con respecto a la regulación emocional, y entre ellos están; que el 75% se ubica en adecuada regulación, 20% en excelente y 5% debe mejorar.

Para lo cual se interpreta que una proporción óptima se ubica en la puntuación adecuada y que por lo tanto se está haciendo buen uso de este aspecto meta cognitivo.

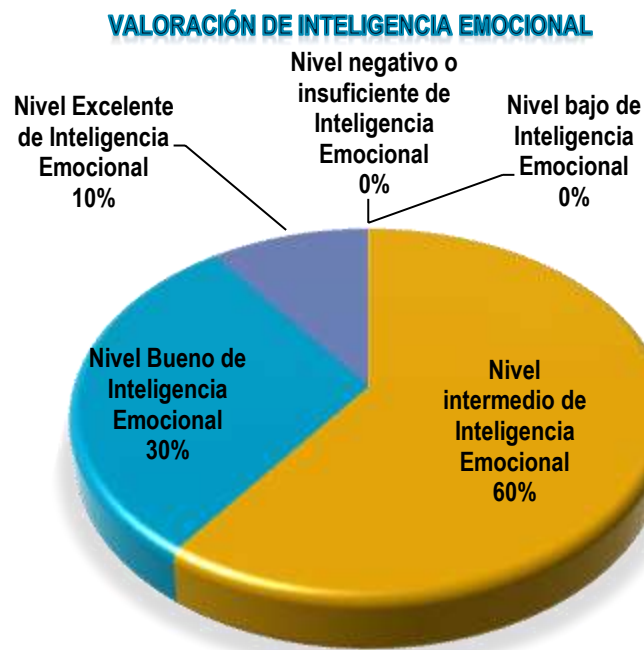
4.3. REPRESENTACIONES GRÁFICAS GENERALES DE IE POR UNIVERSIDADES

Tabla 34. Representación de IE de los/as jóvenes de la Universidad Modular Abierta, según la EIE

VALORACIONES	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Nivel negativo o insuficiente de Inteligencia Emocional	0	0%
Nivel bajo de Inteligencia Emocional	0	0%
Nivel intermedio de Inteligencia Emocional	6	60%
Nivel Bueno de Inteligencia Emocional	3	30%
Nivel Excelente de Inteligencia Emocional	1	10%
Total	10	100%

Fuente: Escala de Inteligencia Emocional.

Gráfico 34. Representación de IE de los/as jóvenes de la Universidad Modular Abierta, según la EIE



En el gráfico 34 se reflejan los datos porcentuales en cuanto a los niveles de IE en que se conforma la EIE que obtuvieron los jóvenes de la UMA, entre los cuales se tienen, 60% Nivel Intermedio, 30% Nivel Bueno y 10% Nivel Excelente.

Lo que se interpreta que buena proporción de los jóvenes poseen nivel intermedio de IE y por ende cuentan con un nivel adecuado de IE.

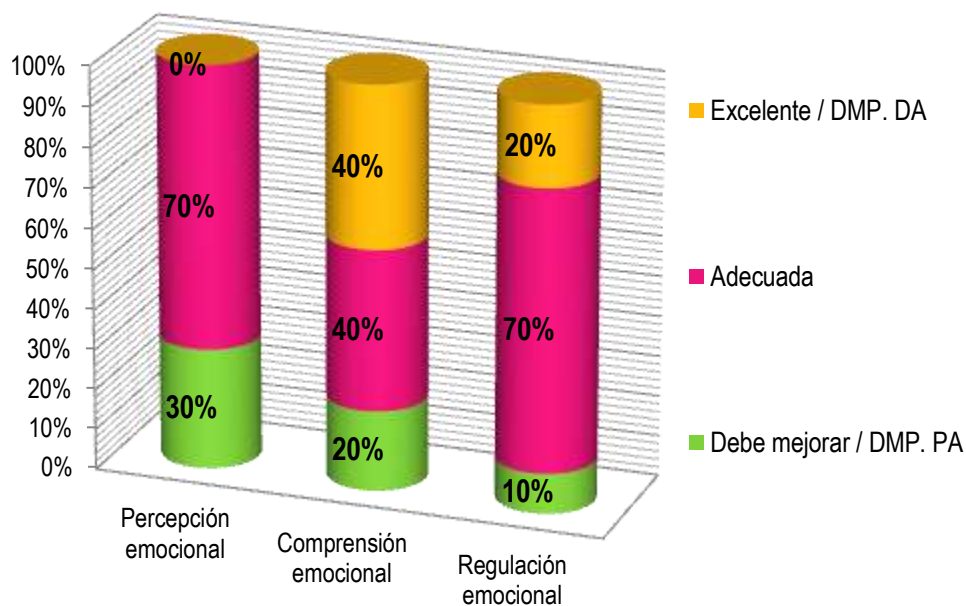
Tabla 35. Representación de IE de los/as jóvenes de la Universidad Modular Abierta, según la TMMS-24

PUNTUACIONES	Percepción emocional		Comprensión emocional		Regulación emocional	
	F	%	F	%	F	%
Debe mejorar / DMP. PA	3	30%	2	20%	1	10%
Adecuada	7	70%	4	40%	7	70%
Excelente / DMP. DA	0	0%	4	40%	2	20%
Totales	10	100%	10	100%	10	100%

Fuente: Escala TMMS-24

Gráfico 35 Representación de IE de los/as jóvenes de la Universidad Modular Abierta, según la TMMS-24

COMPONENTES DE INTELIGENCIA EMOCIONAL



En el gráfico 35 se reflejan las puntuaciones en cuanto a las categorías que constituye la (TMMS-24), y entre las puntuaciones se tienen: que en *percepción emocional* el 70% posee adecuada percepción 30% debe mejorar porque presta poca atención, y; en cuanto al componente *comprensión emocional*, un 40% adecuada y otro 40% en excelente, 20% debe mejorar, y finalmente *regulación emocional*, refleja que el 70% posee adecuada regulación, el 20% se ubica en el aspecto excelente 10% debe mejorar.

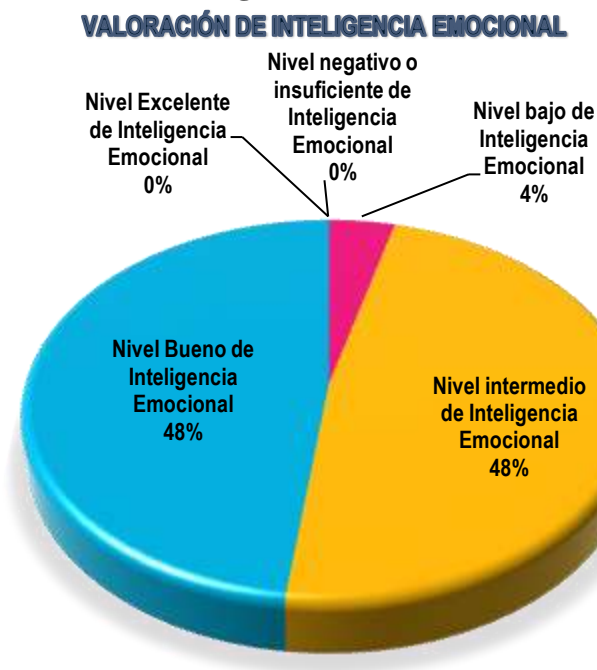
Para lo cual con los datos anteriores se dice que de manera general los jóvenes de la UMA, cuentan con Adecuada IE.

Tabla 36. Representación de IE de los/as jóvenes de la Universidad de Oriente según la EIE

VALORACIONES	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Nivel negativo o insuficiente de Inteligencia Emocional	0	0%
Nivel bajo de Inteligencia Emocional	1	4%
Nivel intermedio de Inteligencia Emocional	12	48%
Nivel Bueno de Inteligencia Emocional	12	48%
Nivel Excelente de Inteligencia Emocional	0	0%
Total	25	100%

Fuente: Escala de Inteligencia Emocional.

Gráfico 36 Representación de IE de los/as jóvenes de la Universidad de Oriente según la EIE



En el gráfico 36 se reflejan los datos porcentuales en cuanto a los niveles de IE en que se conforma la EIE, entre los cuales se tienen 48% Nivel Bueno, otro 48% en Nivel Intermedio y 4% Nivel bajo.

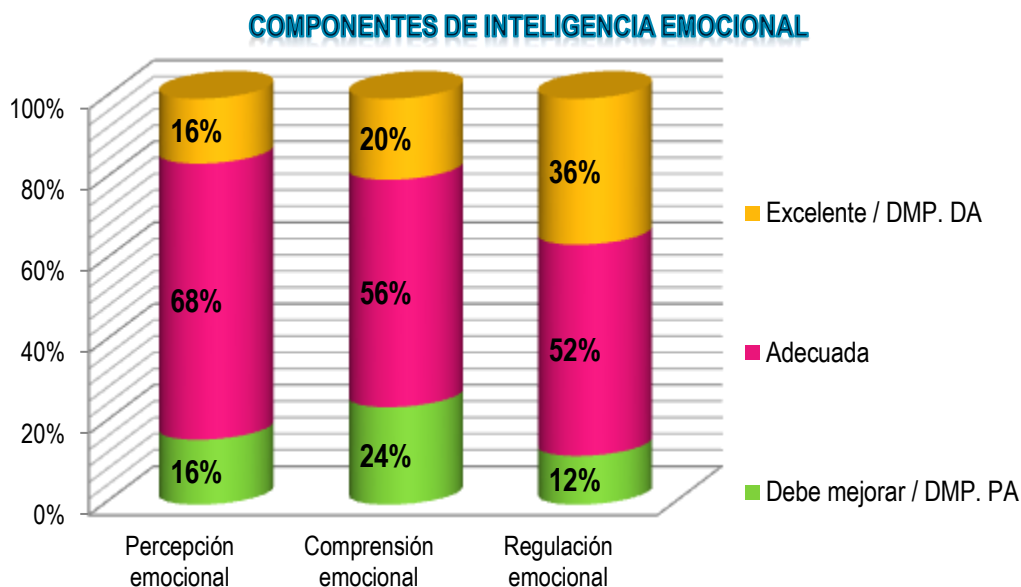
Lo que se interpreta que los jóvenes cuentan con un nivel adecuado de IE, ya que la mayor proporción se coloca en las valoraciones intermedia y buena.

Tabla 37 Representación de IE de los/as jóvenes de la Universidad de Oriente según la TMMS-24

PUNTUACIONES	Percepción emocional		Comprensión emocional		Regulación emocional	
	F	%	F	%	F	%
Debe mejorar / DMP. PA	4	16%	6	24%	3	12%
Adecuada	17	68%	14	56%	13	52%
Excelente / DMP. DA	4	16%	5	20%	9	36%
Totales	25	100%	25	100%	25	100%

Fuente: Escala TMMS-24

Gráfico 37 Representación de IE de los/as jóvenes de la Universidad de Oriente según la TMMS-24



En el gráfico 37 se reflejan las puntuaciones en cuanto a las categorías que constituye la (TMMS-24), y entre las puntuaciones se tienen: que en *percepción emocional* el 68% posee adecuada percepción, 16% debe mejorar porque presta poca atención, otro 16% debe mejorar porque presta demasiada atención y; en cuanto al componente *comprensión emocional*, el 56% se ubica en adecuada, 24% debe mejorar y 20% se ubica en el aspecto Excelente y finalmente *regulación emocional*, refleja que el 52% posee adecuada regulación, el 36% se ubica en el aspecto excelente y 12% debe mejorar.

Para lo cual con los datos anteriores se dice que de manera general los jóvenes de la UNIVO, representan una Adecuada IE.

Tabla 38 Representación de IE de los/as jóvenes de la Universidad Gerardo Barrios, según la EIE

VALORACIONES	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Nivel negativo o insuficiente de Inteligencia Emocional	0	0%
Nivel bajo de Inteligencia Emocional	0	0%
Nivel intermedio de Inteligencia Emocional	15	60%
Nivel Bueno de Inteligencia Emocional	10	40%
Nivel Excelente de Inteligencia Emocional	0	0%
Total	25	100%

Fuente: Escala de Inteligencia Emocional.

Gráfico 38 Representación de IE de los/as jóvenes de la Universidad Gerardo Barrios, según la EIE



En el gráfico 38 se reflejan los datos porcentuales de los niveles de IE en que se conforma la EIE, entre los cuales se tienen 60% Nivel Intermedio y 40% Nivel Bueno.

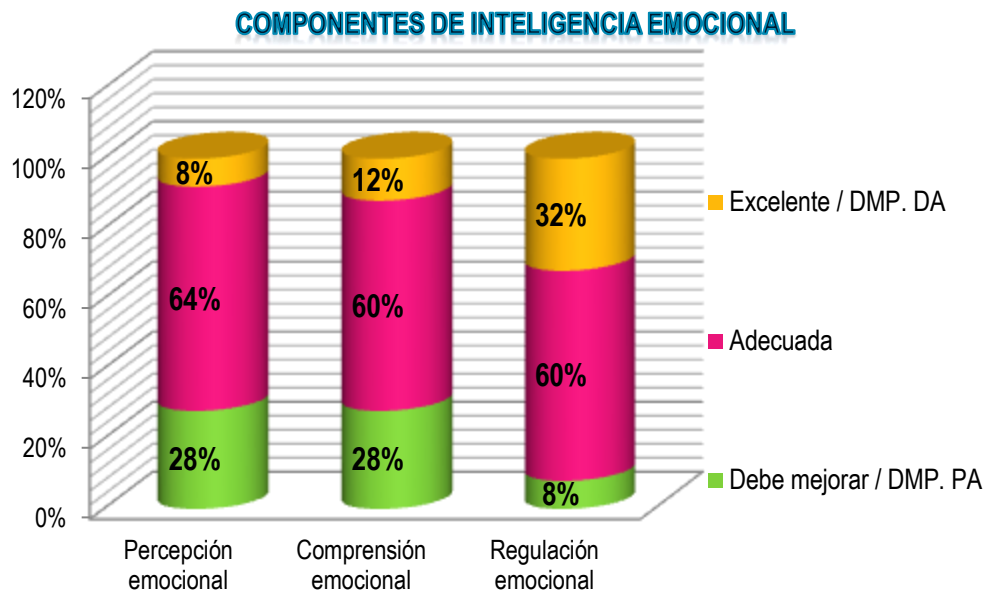
Lo que se interpreta que los jóvenes cuentan con un nivel adecuado de IE, ya que el cien por ciento de la población evaluada en esta universidad se coloca entre las valoraciones intermedia y buena.

Tabla 39 Representación de IE de los/as jóvenes de la Universidad Gerardo Barrios, según la TMMS-24

PUNTUACIONES	Percepción emocional		Comprensión emocional		Regulación emocional	
	F	%	F	%	F	%
Debe mejorar / DMP. PA	7	28%	7	28%	2	8%
Adecuada	16	64%	15	60%	15	60%
Excelente / DMP. DA	2	8%	3	12%	8	32%
Totales	25	100%	25	100%	25	100%

Fuente: Escala TMMS-24

Gráfico 39 Representación de IE de los/as jóvenes de la Universidad Gerardo Barrios, según la TMMS-24



En el gráfico 39 se reflejan las puntuaciones en cuanto a las categorías que constituye la (TMMS-24), y entre las puntuaciones se tienen: que en *percepción emocional* el 64% posee adecuada percepción, 28% debe mejorar porque presta poca atención, 8% debe mejorar porque presta demasiada atención; en cuanto al componente *comprensión emocional*, el 60% se posiciona en adecuada, 28% debe mejorar y 12% se ubica en el aspecto excelente, finalmente *regulación emocional*, refleja que el 60% posee adecuada regulación, 32% se ubica en el aspecto excelente y 8% debe mejorar.

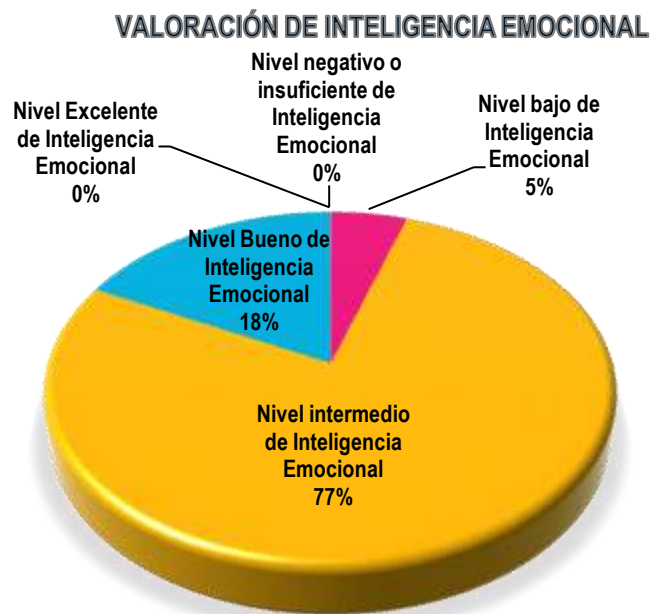
Por lo tanto con los datos anteriores se dice que de manera general los jóvenes de la UGB, cuentan con Adecuada IE.

Tabla 40 Representación de IE de los/as jóvenes de la Universidad de El Salvador, Facultad Multidisciplinaria Oriental, según la (EIE)

VALORACIONES	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Nivel negativo o insuficiente de Inteligencia Emocional	0	0%
Nivel bajo de Inteligencia Emocional	2	5%
Nivel intermedio de Inteligencia Emocional	31	78%
Nivel Bueno de Inteligencia Emocional	7	18%
Nivel Excelente de Inteligencia Emocional	0	0%
Total	40	100%

Fuente: Escala de Inteligencia Emocional.

Gráfico 40 Representación de IE de los/as jóvenes de la Universidad de El Salvador, Facultad Multidisciplinaria Oriental, según la EIE



En el gráfico 40 se reflejan los datos porcentuales de los niveles de IE en que se conforma la EIE, entre los cuales se tienen 77% Nivel Intermedio, 18% Nivel Bueno y 5% Nivel bajo.

Lo que se interpreta que los jóvenes cuentan con un nivel adecuado de IE, ya que la mayor proporción se coloca en las valoraciones intermedia y buena y con más prevalencia en la “intermedia”.

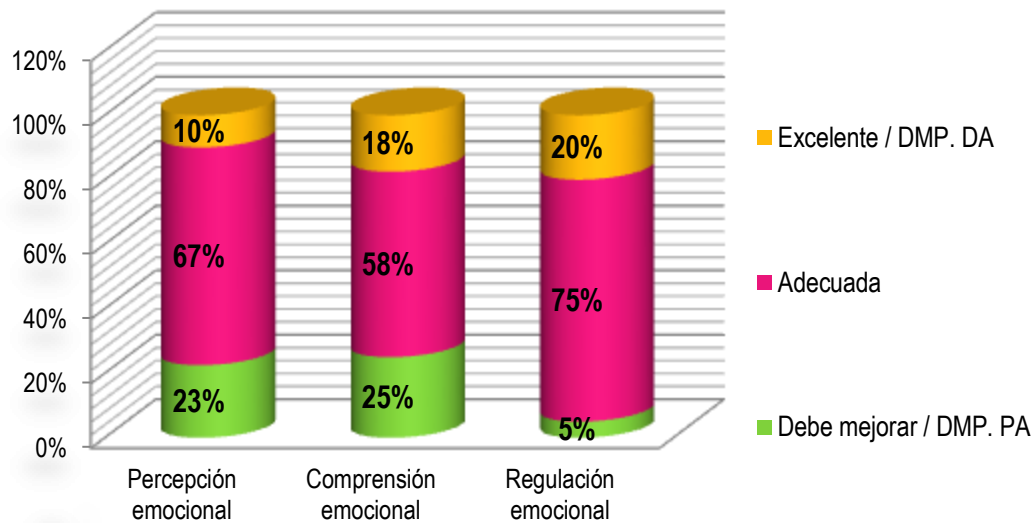
Tabla 41 Representación de IE de los/as jóvenes de la Universidad de El Salvador, Facultad Multidisciplinaria Oriental, según la TMMS-24

PUNTUACIONES	Percepción emocional		Comprensión emocional		Regulación emocional	
	F	%	F	%	F	%
Debe mejorar / DMP. PA	9	23%	10	25%	2	5%
Adecuada	27	67%	23	58%	30	75%
Excelente / DMP. DA	4	10%	7	18%	8	20%
Totales	40	100%	40	100%	40	100%

Fuente: Escala TMMS-24

Gráfico 41 Representación de IE de los/as jóvenes de la Universidad de El Salvador, Facultad Multidisciplinaria Oriental, según la TMMS-24

COMPONENTES DE INTELIGENCIA EMOCIONAL



En el gráfico 41 se reflejan las puntuaciones en cuanto a las categorías que constituye la (TMMS-24), entre las puntuaciones se tienen: que en percepción emocional 67% posee adecuada percepción, 23% debe mejorar porque presta poca atención el 10% debe mejorar porque presta demasiada atención; en cuanto al componente comprensión emocional, el 58% en adecuada, 25% debe mejorar y 18% se ubica en el aspecto excelente, finalmente regulación emocional, refleja que el 75% posee adecuada regulación, 20% se ubica en el aspecto excelente y el 5% debe mejorar.

Para lo cual con los datos anteriores se dice que de manera general los jóvenes de la UES-FMO, cuentan con Adecuada IE.

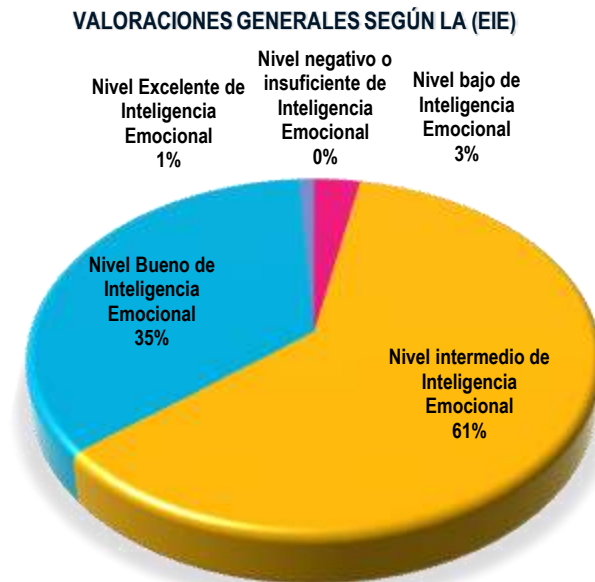
4.4. REPRESENTACIONES GRÁFICAS SOBRE DATOS GENERALES DE IE POR CADA INSTRUMENTO.

Tabla 42 Representación de resultados de IE según la Escala de Inteligencia Emocional

VALORACIONES GENERALES SEGÚN LA EIE	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Nivel negativo o insuficiente de Inteligencia Emocional	0	0%
Nivel bajo de Inteligencia Emocional	3	3%
Nivel intermedio de Inteligencia Emocional	61	61%
Nivel Bueno de Inteligencia Emocional	35	35%
Nivel Excelente de Inteligencia Emocional	1	1%
Total	100	100%

Fuente: Escala de Inteligencia Emocional.

Gráfico 42 Representación de resultados de IE según la Escala de Inteligencia Emocional



En el gráfico 42 se reflejan los resultados obtenidos sobre niveles de IE de los jóvenes que fueron parte de la muestra según la EIE, entre los cuales se tienen 61% Nivel Intermedio, 35% Nivel Bueno, 3% Nivel bajo, 1% Nivel Excelente.

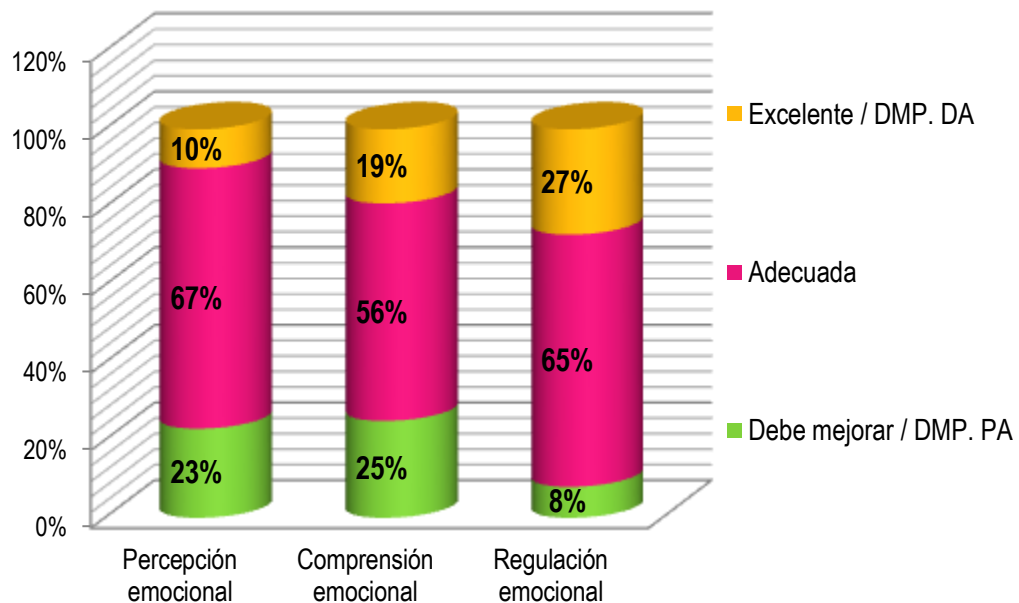
Al realizar la respectiva interpretación según los datos obtenidos se dice que los jóvenes cuentan con características que apuntan a una adecuada IE, ya que la mayor proporción se coloca en las valoraciones intermedia, buena y excelente”, teniendo así un noventa y siete por ciento, lo cual es muy fundamental en la formación profesional que desarrollan.

Tabla 43 Representación de resultados de IE según la Trait Meta-Mood Scale TMMS-24

PUNTUACIONES GENERALES SEGÚN LA (TMMS-24)	Percepción emocional		Comprensión emocional		Regulación emocional	
	F	%	F	%	F	%
Debe mejorar / DMP. PA	23	23%	25	25%	8	8%
Adecuada	67	67%	56	56%	65	65%
Excelente / DMP. DA	10	10%	19	19%	27	27%
Totales	100	100%	100	100%	100	100%

Fuente: Escala TMMS-24

Gráfico 43 Representación de resultados de IE según la Trait Meta-Mood Scale TMMS-24 COMPONENTES GENERALES SEGÚN LA (TMMS-24)



En el gráfico 43 se reflejan las puntuaciones en cuanto a las categorías que constituye la (TMMS-24), entre las puntuaciones se tienen: que en *percepción emocional* el 67% posee adecuada percepción, 23% debe mejorar porque presta poca atención y 10% debe mejorar porque presta demasiada atención, como se puede observar la mayoría de sujetos presentan una adecuada capacidad de sentir y expresar los sentimientos de forma apropiada. En cuanto al componente *comprensión emocional*, 56% en adecuada, 25% debe mejorar y 19% se ubica en el aspecto excelente, de tal manera que un considerable porcentaje de los jóvenes sobrepasa la mitad; lo que determina que son capaces de

Interpretar racionalmente las emociones que les permiten comprender adecuadamente estados emocionales individuales y de los demás.

En cuanto a regulación emocional, refleja que el 65% posee adecuada regulación, el 27% se ubica en el aspecto excelente y 8% debe mejorar; lo cual demuestra capacidad de percibir comprender y sobrellevar tanto emociones propias y de los demás adecuadamente.

Es importante mencionar que los datos porcentuales de los tres componentes que constituyen la escala varían, sin embargo, hay una marcada ubicación o puntuación de más del cincuenta por ciento de jóvenes en el componente adecuado.

**4.5. REPRESENTACIÓN DE LA CATEGORIZACIÓN DE IE, DE LOS
JÓVENES ESTUDIANTES DE PSCOLOGÍA DE LA CIUDAD DE SAN
MIGUEL**

Tabla 44 Categorizaciones de Inteligencia Emocional.

Categorías evaluadas.	Definiciones.	Interpretaciones	Características perfiladas y observadas generales.
A U T O C O N C I E N C I A	<p>Conocimiento en cuanto a estados emocionales negativos o positivos, propios y de los demás.</p> <p>Se refiere al sentido exacto de la palabra: ser consciente de sí mismo, conocerse, conocer la propia existencia y ante todo el propio sentimiento de vida</p> <p>En si autoconciencia se refiere a reconocer los propios estados de ánimo, los recursos y las intuiciones, Goleman (1998).</p>	<p>Se ha obtenido aceptable conocimiento de estados emocionales negativos o positivos, propios y de los demás.</p>	<p>Aceptable conciencia Emocional</p> <p>Considerable autoestima</p> <p>Muy buena capacidad de autoevaluarse.</p> <p>Le dan considerable importancia a los sentimientos.</p> <p>Manifiestan adecuada conciencia de lo que hacen.</p> <p>Manifestación de atención a los detalles.</p> <p>Organización</p>
A U T O C O N T R O L	<p>El autocontrol ha sido definido por primera vez en 1973 por la American Psychological Association como la habilidad para reprimir o la práctica de represión de reacciones impulsivas de un comportamiento, deseos o emociones.</p>	<p>Se refleja una aceptable capacidad para actuar adecuadamente en diferentes ámbitos de la vida independiente- mente del estímulo o situación en el que se puedan encontrar los</p>	<p>Buen autodomnio</p> <p>Control de pensamientos y concentración</p> <p>Autocontrol de emociones</p> <p>Tolerancia a lo solicitado</p> <p>Dedicación</p>

		jóvenes.	
M O T I V A C I Ó N	<p>Stoner (1996) define la motivación como “Una característica de la Psicología humana, incluye los factores que ocasionan, canalizan y sostienen la conducta humana.</p> <p>Para Goleman (1998), la motivación es la intensidad y dirección de las emociones que facilitan el cumplimiento de los objetivos establecidos</p>	<p>Se muestra una adecuada valoración en cuanto a la intensidad y dirección de las emociones que facilitan el cumplimiento de los objetivos establecidos en los jóvenes.</p>	<p>Autodisciplina</p> <p>Perseverancia en los objetivos planteados.</p> <p>Orientación motivacional intrínseca.</p> <p>Responsabilidad en lo solicitado</p> <p>Compromiso</p> <p>Se observaron resistencias de parte de algunos jóvenes.</p>
E M P A T Í A	<p>Aspecto importante de poner en práctica en diferentes situaciones de la vida con el fin de proyectar o producir en otro comprensión y apoyo para contribuir a una mejor estabilidad emocional.</p> <p>“La empatía es un conjunto de constructos que incluyen los procesos de ponerse en el lugar del otro y respuestas tanto afectivas como no afectivas que resultan de esos procesos” (Davis, 1996 pg. 12)</p> <p>Conciencia de los sentimientos vicisitudes e inquietudes de los demás, Goleman (1998).</p>	<p>Se ha obtenido adecuada consideración en cuanto a la práctica de empatía en diferentes situaciones de la vida con el fin de proyectar o producir en otro comprensión y apoyo, para contribuir a una mejor estabilidad emocional.</p>	<p>Agrado o aceptación en cuanto al trato social brindado</p> <p>Comprensión de los otros</p> <p>Generosidad</p> <p>sentimiento de participación afectiva</p> <p>Manifestación de capacidad para escuchar</p> <p>Hay consideración con los demás</p>

<p>RELACIONES</p> <p>CON</p> <p>LOS</p> <p>DEMÁS</p>	<p>Habilidad indispensable de toda persona para que pueda desarrollarse óptimamente como persona y ser social que es.</p> <p>Según Alejandro López Flores una relación humana es cualquier interacción que se desarrolla entre dos o más seres humanos, ya sea de forma directa o indirecta.</p> <p>Para Goleman (1998), significa promover respuestas deseadas en los otros.</p>	<p>Se observa una adecuada habilidad en los jóvenes para desarrollarse óptimamente como personas y seres social que son, así mismo sobre promover respuestas deseadas en los otros</p>	<p>Se observaron buenos indicadores sobre capacidad de Liderar</p> <p>Buen manifiesto de conductas asertivas</p> <p>Muy buenas habilidades en cuanto a relaciones sociales</p> <p>Confianza en los demás</p> <p>“Sociables”</p>
<p>PERCEPCIÓN</p> <p>EMOCIONAL</p>	<p>Capacidad de sentir y expresar los sentimientos de forma adecuada.</p> <p>La percepción (otorgarle atención) de los estados emocionales es la capacidad más elemental y consiste en el registro de los estímulos emocionales en sí mismo, resultando imprescindible para que pueda desarrollarse la claridad y la reparación emocional (Páez, Fernández, Campus, Zubieta y Casullo, 2006).</p>	<p>Se ha observado una adecuada capacidad de sentir y expresar los sentimientos.</p>	<p>Muy buena percepción</p> <p>Muy buena expresión y/o comunicación</p> <p>Control de emociones</p>
<p>COMPREENSIÓN</p> <p>EMOCIONAL</p>	<p>Interpretación racional de las emociones que permiten comprender adecuadamente estados emocionales individuales y de otros.</p> <p>Para Extremera y Fernández-Berrocal (2004), la comprensión emocional debe cumplir dos competencias; una competencia personal que es la integración de la emoción y de la razón, y una competencia social que es la</p>	<p>Se tiene adecuada interpretación racional de las emociones lo que permite comprender adecuadamente estados emocionales individuales y de los demás.</p>	<p>Asimilación oportuna</p> <p>Comprensión adecuada</p>

	empatía, lo que determina que la unión de estas competencias generan la comprensión emocional.		
REGULACIÓN EMOCIONAL	<p>Capacidad de percibir comprender y sobrellevar emociones propias y de los demás adecuada objetiva y conscientemente.</p> <p>Zaccagnini (2004) Regulación emocional es la capacidad para no generar respuestas emocionalmente descontroladas, pero no consiste en esconderlos sino en poder manejar esos sentimientos, lo que implica reconocerlo, experimentarlo y manejar esta información de la forma más efectiva.</p>	<p>Hay una adecuada capacidad de percibir comprender y sobrellevar emociones propias y de los demás objetiva y conscientemente.</p>	<p>Buen desenvolvimiento o regulación</p> <p>Muy analíticos al momento de resolver lo encomendado</p>

4.6. ANALISIS DE RESULTADOS.

Se estudió la IE, con el fin de perfilar características propias de este constructo para luego categorizarlas, ya que resultan de gran importancia porque trae consigo grandes implicaciones en la vida diaria; en la actualidad este constructo se está valorando significativamente debido a que el conocimiento y la regulación de las propias emociones son indispensables para el desarrollo cognitivo, afectivo y emocional de los/as jóvenes en diversos ámbitos.

Con las interpretaciones de las valoraciones y categorías en las que se componen los instrumentos aplicados a los jóvenes, se destacan diversos aspectos que deben de prestársele la debida atención y tratar de proyectarlos en el diario vivir ya que esto propicia una mejor salud mental tal como lo manifiesta Mayer y Salovey (1990) exponiendo que una persona con IE posee al menos una forma limitada de salud mental positiva, esto es un individuo que pone suficiente atención a sus sentimientos y a los de otros, y es en sí una persona que está abierta a los aspectos positivos y negativos de su experiencia interna, además si es capaz de etiquetar tales experiencias y comunicarlas correctamente, será capaz de una regulación adecuada del afecto en él mismo y en los otros, favoreciendo así a su bienestar.

Para Bar-On (2000), que considera la IE como una inteligencia que toma aspectos de personalidad, sociales y cognitivos; en su teoría expone dos clases de competencias que se interrelacionan entre sí: que son las competencias *básicas* y *facilitadoras*. Las básicas se basan en diez factores indispensables para la inteligencia emocional: la autoconciencia emocional, la autoevaluación, la empatía, las relaciones sociales, la asertividad, el afrontamiento de presiones, el análisis de la realidad, la flexibilidad, el control de impulsos y la solución de problemas. Por otro lado, las facilitadoras están compuestas por cinco elementos: optimismo, alegría, independencia emocional, autorrealización y responsabilidad social.

Relacionando la teoría de Bar-on con Goleman (1998) se ve cierta similitud en cuanto a los aspectos sociales y cognitivos que desde sus teorías buscan explicar la IE en este caso “Goleman” establece veinticinco habilidades derivadas de las cinco áreas que él formuló basándose en la teoría originaria de Salovey y Mayer (1990); y al relacionarlo como aspecto mixto se destacan los resultados obtenidos en el estudio donde se tiene que en las áreas que él formula, en este caso autoconciencia las características destacadas son: aceptable conciencia emocional, considerable autoestima, muy buena capacidad de autoevaluarse, considerable importancia en cuanto a los sentimientos, manifestación adecuada de conciencia sobre lo que hacen, atención a los detalles y proyección de buena organización. En el área de autocontrol se obtiene: buen autodomínio, control de pensamientos y concentración, autocontrol de emociones, tolerancia a lo solicitado y dedicación.

En el área de motivación se asume: buena autodisciplina, perseverancia en los objetivos planteados, orientación motivacional intrínseca, responsabilidad en lo solicitado, compromiso, y levemente se observaron resistencias de parte de algunos jóvenes. En el área de empatía se destacó agrado o aceptación en cuanto al trato social brindado, comprensión de los otros, generosidad, sentimiento de participación afectiva, manifestación de capacidad para escuchar, y notorias consideraciones con los demás. En cuanto al área de relaciones con los demás se obtuvieron buenos indicadores sobre capacidad de liderar, buen manifiesto de conductas asertivas, muy buenas habilidades en cuanto a relaciones sociales, confianza en los demás y generalmente sociables.

Al interpretar los resultados desde la perspectiva de habilidad (o modelos de habilidad) se considera que una persona difiere significativamente para identificar sus sentimientos, regularlos y utilizar esa información suministrada para ejecutar una conducta adaptativa. Estos tres componentes (percepción, comprensión y regulación) mantienen una relación jerárquica, cuya base es la percepción y siguen los otros elementos en orden ascendente, siendo la cúspide de la pirámide la reparación emocional

(Caballo, Fernández-Berrocal, Ruiz-Aranda y Extremera, 2006). Se puede decir que los jóvenes cuentan con un parámetro interesante en cuanto a percepción emocional, ya que puntúan una adecuada percepción, control de emociones y muy buena expresión y/o comunicación, además de ello se interrelaciona con la regulación emocional, ya que sobre sale buen desenvolvimiento o regulación y capacidades analíticas al momento de resolver lo encomendado. Teniendo la comprensión emocional, con una puntuación menos proporcional que las anteriores pero siempre considerándose adecuada ya que presentan asimilación oportuna y/o comprensión adecuada.

Una gran variedad de investigadores ha examinado la IE en diferentes contextos, (Mayer, Roberts y Barsade, 2008). En la actualidad, la forma de ver la realidad se ha modificado y se ha tomado conciencia de una manera más bien lenta, aunque progresiva de la necesidad de que la educación de los aspectos emocionales y sociales no solo sean de tema de injerencia de la familia sino también sean abordados en el ámbito educativo y la sociedad.

Cabe destacar que para hacer una interpretación más significativa a los datos obtenidos, resulta importante hacer mención que en el diseño metodológico de esta investigación, se exponen tres consideraciones básicas en cuanto a la interpretación de resultados, en donde es evidente que los datos obtenidos en los instrumentos, facilitados por los jóvenes que fueron parte de la unidad de análisis o muestra se ubican en una consideración que hace referencia a una “**Adecuada Inteligencia Emocional**”, lo que está determinando un correcto o equilibrado perfil de Inteligencia Emocional, que resulta muy oportuno en su formación profesional,

Finalmente hay que enfatizar en las áreas más sobresalientes, en donde se tiene que las relaciones con los demás, es una de las categorías cuya aplicación o desarrollo es muy positiva en los jóvenes, (Goleman 1997) describe que este aspecto hace referencia a la capacidad de relacionarse adecuadamente con las emociones ajenas. Manejar las

relaciones, es la habilidad de manejar las emociones propias y de los demás, empleando ciertas habilidades específicas que rodean la popularidad, el liderazgo y la eficiencia interpersonal, que los jóvenes ponen de manifiesto cotidianamente con poco esfuerzo. Mostrando facilidad de entablar conversaciones, y una marcada facilidad de comunicación y desenvolvimiento, así mismo es importante enfatizar que otras áreas como; la regulación emocional que se centra en la resolución de problemas interpersonales, es decir, la habilidad para relacionarse con los demás es otra de las habilidades que pertenecen a la regulación emocional. Previamente a poder solucionar conflictos en los que intervengan otras personas, para lo cual en los jóvenes evaluados sobresale buen desenvolvimiento o regulación y capacidades analíticas al momento de resolver lo encomendado (Extremera y Fernández-Berrocal 2004) entre otras de las áreas evaluadas también sobresale la empatía, y comprensión como otras de las que obtuvieron mayores puntuaciones.

Sin embargo hay áreas como autoconciencia y autocontrol que las puntuaciones no fueron similares pero no ha sido mucho la diferencia, sin embargo es importante que los jóvenes se enfoquen en equilibrar estas habilidades al igual que las otras donde obtuvieron una puntuación adecuada ya que es fundamental en la formación profesional que llevan y sobre todo en el ejercicio profesional de la salud mental que están próximos a desarrollar, mantener un equilibrio en todas las áreas que componen la IE.

Pero, más allá de resaltar esto hay que mencionar que el perfil que se presenta resulta de mucha importancia tanto para los jóvenes evaluados como para la sociedad en general, ya que propicia un parámetro real en cuanto a la IE que puede servir como insumo para otras investigaciones y/o referencia para potenciar aún más esta cualidad en las diferentes áreas o facetas de la vida.

CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

CONCLUSIONES

De acuerdo a los resultados obtenidos y a la interpretación analítica respectiva desarrollada en este estudio, es posible concluir lo siguiente:

- Se pudo caracterizar las áreas de autoconciencia, autocontrol, motivación, empatía, percepción emocional, comprensión de las emociones, regulación de las emociones y relaciones interpersonales en las que están conformados los instrumentos aplicados, que integran la inteligencia emocional, haciéndose de manera individual; por cada área; luego directamente por universidades y finalizando de manera general por cada instrumento.
- Los resultados obtenidos por medio de Trait Meta Mood Scale-24 (TMMS-24) fueron: en *percepción emocional* el 67% posee adecuada percepción, 23% debe mejorar porque presta poca atención a su percepción y 10% debe mejorar porque prestan demasiada atención a su percepción; en cuanto a *comprensión emocional*, 56% cuenta con adecuada comprensión, 25% debe mejorar comprensión y 19% resulto con excelente comprensión, finalmente *regulación emocional*, puntuó 65% con adecuada regulación, 27% con excelente regulación y 8% debe mejorar regulación
- Los resultados brindados por la Escala de Inteligencia Emocional (EIE). Fueron: en la “EIE”, el 61% Nivel Intermedio, 35% Nivel Bueno, 3% Nivel bajo, 1% se ubicó en Nivel excelente de IE.
- Se pudo categorizar la IE, donde se resaltaron interpretaciones, características de las áreas perfiladas y observadas de IE en estudiantes; con los cuales se pudieron conocer los datos finales de tal estudio, entre ellos están; aceptable conciencia emocional, buen control de pensamientos y concentración; orientación motivacional Intrínseca, comprensión de los otros, muy buenas habilidades en cuanto a relaciones sociales, muy

buena percepción, comprensión adecuada y adecuado desenvolvimiento o regulación emocional.

- El perfil de Inteligencia Emocional con el que cuentan los estudiantes de primer año de Licenciatura en Psicología de las universidades de la ciudad de San Miguel es adecuado según las puntuaciones y valoraciones de los instrumentos.

- Este perfil de inteligencia emocional se convierte en un valioso aporte para las instituciones educativas universitarias y personas que se interesan en el área, ya que brinda un parámetro general en cuanto a la constitución de esta cualidad en los estudiantes de primer año de Licenciatura en Psicología de las universidades de la ciudad de San Miguel y además resalta la importancia de que al equilibrarse adecuadamente en IE permite un buen desarrollo en las diferentes facetas que conciernen la vida.

RECOMENDACIONES

A continuación, se ofrecen una serie de recomendaciones generales dirigidas a las entidades involucradas en el proceso de investigación:

A las instituciones:

- Que las autoridades de las diferentes universidades promuevan y desarrollen la Inteligencia Emocional en los/las estudiantes, facilitándoles programas, talleres u otras actividades que cultiven la IE.
- Que las dirigencias de las distintas universidades promuevan seminarios sobre el desarrollo de la Inteligencia Emocional con el objetivo de que los jóvenes tengan acceso a esta información, puedan capacitarse y mejorar los niveles de Inteligencia Emocional y así formar estudiantes más integrales y capaces de ver las adversidades o diferentes sucesos que ocurren en la vida, conscientemente logrando con ello saber solventarlos, y/o regularlos con éxito.

A jóvenes que están en formación profesional o que están por graduarse del área de Psicología:

- Los resultados perfilados pueden servir como insumo para otras propuestas de investigación, que permitan expandir o dar a conocer lo importante que es cultivar la Inteligencia Emocional para la vida.

A la sociedad en general.

- Hacerles ver la importancia que aporta la IE para la vida, y partiendo de ello incentivar a que hagamos crecer este constructo buscando información, y/o investigando rigurosamente sobre él, y así aplicarlo a nuestras vidas y transmitirlo a los demás.

REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS.

- Amaya Ortiz, N., Cabrera Reyes, R. And Medina Ramos, J. (2012). *“Aplicación de Programa Psicoterapéutico para el desarrollo de la Inteligencia Emocional en los Estudiantes de Bachillerato General en El Instituto Nacional “Isidro Menéndez” del departamento de San Miguel en el año dos mil doce”*. Licenciatura en Psicología. Universidad de El Salvador Facultad Multidisciplinaria Oriental Departamento de Ciencias y Humanidades Sección de Psicología.
- Apa.org. (2016). [online] Available at: <http://www.apa.org/ed/graduate/specialize/counseling.aspx> [Accessed 15 Feb. 2016].
- Bar-On, R (2000). Emotional and social intelligence: insights from the Emotional Quotient Inventory. In R. Bar-On, & J. D. A. Parker (Eds.). *The Handbook of Emotional Intelligence*, 363–388. San Francisco: Jossey Bass
- Bar-On, R (2006). The Bar-On Model of emotional-social intelligence. *Psicothema*, 18, 13-25.
- Bar-On, R. (1997). *The Bar-On Emotional Quotient Inventory (EQ-i): A Test of Emotional Intelligence*. Toronto, Canada: Multi-Health Systems.
- Bar-On, R. & Parker, J. (2000). *The Handbook of Emotional Intelligence: Theory, Development, Assessment, and Application at Home, School, and in the Workplace*. San Francisco, California: Jossey-Bass
- Berrocal, P. and Pacheco, N. (2009). La Inteligencia Emocional y el estudio de la felicidad. *Revista Interuniversitaria de Formación del Profesorado*, [online](66(23,3),pp.9597. Available at: http://emotional.intelligence.uma.es/documentos/PDF35estudio_felicidad.pdf [Accessed 5 Mar. 2016].
- Bisquerria R. *Grupo de Investigación en Orientación Psicopedagógica Inteligencia Emocional* Recuperado de <http://www.rafaelbisquerria.com/es/> [Accessed 24 Feb. 2016]
- Blanco Jiménez, A., Pérez López, S. And Yanes Cruz, R. (2010). *Características de la Inteligencia Emocional de los/as adolescentes, estudiantes de Primer Año de bachillerato Técnico Vocacional Opción “Contador” Del Instituto Nacional “Francisco Gavidia” de la ciudad de San Miguel, durante el año 2010.*. Grado de Licenciatura en Psicología. Universidad de

El Salvador Facultad Multidisciplinaria Oriental Departamento de Ciencias y Humanidades sección de Psicología.

BROCKERT S., BRAUN G. Test de la inteligencia emocional. Ediciones Robinbook, SL. Barcelona España, 1997, 209 págs.

Campos, R. (2016). "Conociendo percepciones de profesionales de Psicología sobre el perfil de IE de estudiantes, de la carrera "Licenciatura en Psicología". Aula de la FMO-UES.

Candela, C; Barberá, E; Ramos, A & Sarrió M (2001). Tendencias psicológicas en la investigación sobre inteligencia emocional. Revista de psicología social aplicada, 11 (3), 5-25

Cabello, R; Fernández-Berrocal, P; Ruiz-Aranda, D & Extremera, N (2006). Una aproximación a la integración de diferentes medidas de regulación emocional. Ansiedad y Estrés, 12 (2-3), 155-166.

Consuegra Anaya, Natalia. Diccionario de psicología / Natalia Consuegra Anaya. - 2a. ed. -- Bogotá : Ecoe Ediciones, 2010. 374 p. ; 24 cm.

Caruso, D & Salovey, P (2005). El directivo emocionalmente inteligente: la inteligencia emocional de la empresa. Madrid: Algaba.

Cooper, R & Sawaf, D (1998). La inteligencia emocional aplicada al liderazgo y a las organizaciones. Colombia: Norma.

Cooper, R & Sawaf, D (1997). Estrategia emocional para ejecutivos. Barcelona: Martínez-Roca.

Domínguez-Garrido, María Concepción, Cacheiro-González, María Luz, Segura-Martín, Jesús Marcos, Estudio sobre las habilidades emocionales de estudiantes venezolanos de bachillerato y formación técnica superior Educación y Educadores [en línea] 2015, 18 (Enero-Abril) : [Fecha de consulta: 5 de marzo de 2016] Disponible en:<<http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=83439194001>> ISSN 0123-1294

- Extremera, N & Fernández-Berrocal, P (2004)¹. El uso de las medidas de habilidad en el ámbito de la inteligencia emocional: ventajas e inconvenientes con las medidas de auto-informe. *Boletín de Psicología*, 80, 59-77.
- Extremera, N & Fernández-Berrocal, P (2004)³. ¿Cómo mejorar la inteligencia emocional?. En J. Zacagnini (Comp.) *Qué es la inteligencia emocional: la relación entre pensamientos y sentimientos en la vida cotidiana*. 147-165.
- Extremera, N & Fernández-Berrocal, P (2003a). La inteligencia emocional en el contexto educativo: hallazgos científicos de sus efectos en el aula. *Revista de Educación*, 332, 97-116
- Fernández Berrocal, P. (2011). *Inteligencia emocional*. Santander: Fundación Botín.
- Fernández-Berrocal, P. & Ramos Díaz, N. (2002): Evaluando la inteligencia emocional.
Fernández-Berrocal, P. y Ramos Díaz, N. (2002): *Corazones Inteligentes*. Barcelona: Kairos.
- Fragoso-Luzuriaga, R. (2015). Inteligencia emocional y competencias emocionales en educación superior, ¿un mismo concepto?. *Revista Iberoamericana de Educación Superior*, 6(16), pp.110-125. [Fecha de consulta: 22 de Febrero de 2016]
- Fulquez Castro, S. (2011). *La inteligencia emocional y el ajuste psicológico: un Estudio Transcultural*. Tesis Doctoral. Universidad Ramón Llull. Barcelona, Departament de psicologia. [en línea] Recuperado de: http://www.tesisenred.net/bitstream/handle/10803/9284/Tesis_Sandra_Carina_Fulquez_Castro_parte_2.pdf?sequence=2 [Fecha de consulta: 22 de Enero de 2016]
- Goleman, D., González Raga, D. and Mora, F. (2009). *Inteligencia emocional*. Barcelona: Kairós.
- Gallego, J (2007). *Educación en la adolescencia*. Madrid: Paraninfo
- Goleman, D (1995). *Inteligencia emocional*. Barcelona: Paidós

- Goleman, D (1999). *La práctica de la inteligencia emocional*. Barcelona: Paidós.
- Goleman, D (2001). *Emotional Intelligence: perspectives on a theory of performance*. En C.
- Grajales, T (1999) *Informe de Investigación Inteligencia Emocional entre Maestros de Secundaria de la Ciudad de Monterrey, Nuevo León, México*.
- Grewal, D & Salovey, P (2006). *Inteligencia emocional*. *Mente y cerebro*, 16, 10-21.
- Hernandez, R. (2016). *Conociendo percepciones de profesionales de Psicología sobre el perfil de IE de los estudiantes, de la carrera "Licenciatura en Psicología"*. Clínica Psicológica UGB, San Miguel.
- Hernandez Castro, G. (2016) *Conociendo percepciones de profesionales de Psicología sobre el perfil de IE de estudiantes, de la carrera "Licenciatura en Psicología"*. Sala de docentes UNIVO.
- Lizeretti, N; Oberts, U; Chamarro, A & Farriols, N (2006). *Evaluación de la inteligencia emocional en pacientes con Psicopatología: resultados preliminares usando el TMMS-24 y el MSCEIT*. *Ansiedad y Estrés*, 12 (2-3), 355-364.
- Martin, D. And Boeck, K. (2004). *EQ Qué es inteligencia emocional*. 2nd ed. España, Madrid: Jorge Juan, p.www.edaf.net.
- Mcgraw-HILL / INTERAMERICANA EDITORES, S.A. DE C.V.
A Subsidiary of The McGraw-Hill Companies, Inc. METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN Quinta Edición
- Medrano, M. R.(2016), "Conociendo percepciones de profesionales de Psicología sobre el perfil de IE de estudiantes, de la carrera "Licenciatura en Psicología". Clínica Psicológica UMA, San Miguel.
- Mayer, J. ; Salovey, P & Caruso, D (2000). *Models of emotional intelligence*. En R.J Sternberg (Ed). *The handbook of intelligence* (pp. 396-420). New York: Cambridge University Press.

- Mayer, J; Salovey, P; Caruso, D & Sitarenios, G (2001). Emotional Intelligence as a standard intelligence. *Emotion* vol I ,(3), 232-242.
- Mayer, J., Caruso, D. & Salovey, P. (1999). Emotional intelligence meets traditional standards for an intelligence. *Intelligence*, 27 (4), 267-298.
- Mestre, J & Guil, R. (2006). Medidas de ejecución versus medidas de auto informes en inteligencia emocional. *Ansiedad y Estrés*, 12 (2-3), 413- 425.
- Ojeda., A. G. B., & Luzuriaga., R. F. (2015). Inteligencia Emocional en Estudiantes de Ingeniería Química: El caso de la Benemérita Universidad Autónoma de Puebla. *Dilemas Contemporáneos: Educación, Política y Valores*, I(1). Available at: file:///C:/Users/sony/Downloads/Enero%202015,%20art8.%20Inteligencia%20Emocional%20en%20Estudiantes%20de%20Ingenier%C3%ADa..%20(1).pdf [Accessed 15 Feb. 2016].
- Páez, D; Fernández, I; Campos, M; Zubieta, E & Casullo, M (2006). Apego seguro, vínculos parentales, clima familiar e inteligencia emocional: socialización, regulación y bienestar. *Ansiedad y Estrés*, 12 (2-3), 329-341.
- Petrides, K. & Furnham, A. (2001). Trait emotional intelligence: Psychometric investigation with reference to established trait taxonomies. *European Journal of Personality*, 15, 425-448
- Roberts, R. Zeidner, M., & Matthews, G. M. (2001). Does Emotional intelligence meet traditional standards for an intelligence? Some new data and conclusions. *Emotion*, 1, 196-231.
- Ramos, N.; Hernández, S & Blanca, M. (2009). Efecto de un programa integrado de mindfulness e inteligencia emocional sobre las estrategias cognitivas de regulación emocional. *Ansiedad y Estrés*, 15(2/3), 207-216.
- Rodríguez Nieto, M., Sánchez Miranda, M., Valdivia Vázquez, J. and Padilla Montemayor, V. (2005). *Perfil de Inteligencia emocional en estudiantes universitarios*. Tesis de Maestría en Ciencias, Facultad de Psicología. Universidad Autónoma de Nuevo León, Mexico. [en línea]Recuperado de

https://www.academia.edu/2954807/Perfil_de_Inteligencia_emocional_en_estudiantes_universitarios : [Fecha de consulta: 18 de Enero de 2016]

Salas A., Alejandra; García R., Hécmey *Perfil de inteligencia emocional y carreras universitarias en estudiantes de la Universidad Simón Bolívar*, Revista de Ciencias Sociales (Ve), vol. XVI, núm. 2, mayo-agosto, 2010, pp. 226-238 Universidad del Zulia Maracaibo, Venezuela

Shapiro, L. (1997) *La inteligencia emocional de los niños. Una guía para padres y maestros*. Bilbao: Grupo Zeta.

Salmerón, P (2002). Evolución de los conceptos sobre inteligencia. Planteamientos actuales de la inteligencia emocional para la orientación educativa. Educación XXI: Revista de la Facultad de Educación, 5, 97- 122.

Salovey, P & Mayer, D (1990). Emotional intelligence. *Imagination, cognition and personality*, 9, 185-211.

Salovey, P; Mayer, J; Turvey, C & Palfai, T (1995). Emotional attention, clarity and repair: Exploring emotional intelligence using the Trait MetaMood Scale. En J. W. Pennebaker (Ed.). *Emotion, Disclosure and health*, Washington: American Psychological Association, pp. 125-151.

Salovey, P; Stroud, L; Woolery, A & Epel, E (2002). Perceived emotional intelligence, stress reactivity and symptom report: furthers explorations using the Trait Meta-Mood Scale. *Psychology and Health*, 17, 611-627.

Stys, Y & Brown, S (2004). *Raport de reserche étude de la documentation sur l'intelligence emotionnelle et ses consequences en milieu correctionnel*

Trujillo, M. & Rivas, L. (2005). Orígenes, evolución y modelos de inteligencia emocional. *Innovar*, 25

Zacagnini, J. (2004): *Qué es inteligencia emocional. La relación entre pensamientos y sentimientos en la vida cotidiana*. Madrid: Biblioteca Nueva.

GLOSARIO.

Adaptación:

Estado en el que el sujeto establece una relación de equilibrio y carente de conflictos con su ambiente social. Término acuñado por Piaget para explicar la manera como una persona maneja nueva información. Es la interacción efectiva con el medio (resolución de problemas) a través de los procesos complementarios de asimilación y acomodación.

Asertividad

Expresión de los pensamientos, sentimientos y creencias de manera directa, honesta y apropiada, respetando los derechos de las demás personas. Sentir que es apropiado o correcto ser asertiva. Esto porque los sistemas de valores de algunas personas no motivan la asertividad.

Atención emocional:

La atención a los sentimientos es el grado en el cual los individuos creen prestar atención y observar sus emociones y sentimientos. El factor de atención emocional es uno de los componentes más imprescindibles de la inteligencia emocional, ya que es en él en donde se perciben los sentimientos propios en el mismo momento en el que se dan

Autocontrol

Conceptualizado como un proceso mediante el cual una persona se convierte en el agente primario en la dirección y regulación de aquellos aspectos de su comportamiento, que conduce a resultados y/o consecuencias comporta mentales específicos y planificados. / Capacidad de una persona de ajustar lo que hace a lo que es socialmente aceptado. Terapia de autocontrol.

Autoconciencia:

Se refiere al sentido exacto de la palabra: ser consciente de sí mismo, conocerse, conocer la propia existencia y ante todo el propio sentimiento de vida. El autoconocimiento emocional es la capacidad de reconocer los sentimientos y emociones cuando aparecen.

Autorregulación o capacidad para controlar las propias emociones:

Esta dimensión implica la capacidad de controlar las propias emociones: implica la capacidad de controlar los propios estados emocionales, los impulsos y los recursos internos; en definitiva, un control que moviliza hacia la adaptación de los sentimientos al momento. Es una capacidad básica para enfocar nuestras vidas y las relaciones con los demás, y requiere la formación del sentido de lo que se hace, donde la persona, de acuerdo con su racionalidad y sensibilidad, planifica sus acciones y persiste en ellas. El individuo que conquista esta habilidad consigue dominar la impulsividad y logra la máxima independencia de lo que le rodea, revelando un equilibrio y ajuste emocional en los distintos escenarios de la realidad.

Claridad emocional

La claridad emocional hace referencia a cómo creen los sujetos percibir sus emociones y es la habilidad para comprender los propios estados emocionales. El individuo posee un grado de percepción de sus emociones, y es en esta dimensión en donde se evalúa esa adecuada y óptima percepción de los estados emocionales asumiéndolos como tales y expresándolos adecuadamente.

Consciencia Emocional:

Es la denominada consciencia emocional o consciencia de uno mismo. Es la capacidad de reconocer un sentimiento en el mismo momento en que surge, es decir, ser consciente de los propios estados internos, de los recursos y de las intuiciones. Poder hacer una apreciación y dar nombre a las propias emociones es uno de los pilares de la inteligencia emocional, en el que se fundamenta la mayoría de las otras cualidades emocionales. Solo quien sabe porqué se siente y como se siente puede manejar sus emociones, moderarlas y ordenarlas de manera consciente.

Cociente Intelectual

(C. I.). Número índice resultado de la división entre la edad medida por diferentes tests y la edad cronológica. Es una cifra indicadora del nivel de inteligencia que posee un individuo en relación con otros sujetos de su misma edad. El CI tiende a permanecer relativamente estable a lo largo del tiempo.

Conciencia emocional

Podemos definir la conciencia emocional como la capacidad para tomar conciencia de las propias emociones y de las emociones de los demás, incluyendo la habilidad para captar el clima emocional de un contexto determinado.

Educación Superior

Se entiende por educación universitaria a aquel tipo de educación superior que se lleva a cabo cuando la persona ha terminado la educación básica y secundaria. Este tipo de educación se caracteriza además por la especialización en una carrera, lo cual significa que ya no se comparten conocimientos comunes en todo el grupo etario sino que cada uno elige una carrera particular donde se especializará sobre algunos conocimientos (por ejemplo, conocimientos de política, de abogacía, de medicina, de idiomas, de lenguaje, de historia, de ciencia, entre otros).

Ejercicio Profesional

Un profesional es quien ejerce una profesión (un empleo o trabajo que requiere de conocimientos formales y especializados). Para convertirse en profesional, una persona debe cursar estudios (por lo general, terciarios o universitarios) y contar con un diploma o título que avale los conocimientos adquiridos y la idoneidad para el ejercicio de la profesión.

Empatía:

Significa entender lo que otras personas sienten. Es la facultad de identificar e identificarse con los propósitos de los otros. El conocimiento de esta habilidad se ha extendido gracias a la IE, a través de los datos aportados por investigaciones sobre el desarrollo socio afectivo de los niños, y por los trabajos relacionados con el perspectivismo, o competencia precoz para inferir algunos aspectos del estado mental y emocional de los que nos rodean y ponernos en la perspectiva de los demás.

Habilidad social:

Significa orientarse hacia las personas, no mirar la vida como un espectador, no observar solo a las personas si no hacer algo en común con ellas, entenderse con los demás, sentir la alegría de estar entre la gente. La IE es un recurso para manejar eficazmente las propias emociones, las relaciones interpersonales, las adversidades, los fracasos y los logros. Esta inteligencia determina el potencial de cada persona para adquirir competencia social a través de la cual establecer relaciones enriquecedoras, reconocer los propios sentimientos y los de los demás, auto motivarse y conectar con los otros

Hábito

Tendencia a actuar de una manera mecánica, especialmente cuando el hábito se ha adquirido por ejercicio o experiencia. Se caracteriza por estar muy arraigado y porque puede ejecutarse de forma automática. / Unidad de aprendizaje básica y molar (de gran tamaño), postulada por Hull; pauta de conducta adquirida mediante el aprendizaje que se manifiesta a sí misma mediante una mayor facilidad o frecuencia de desempeño

Inteligencia.

En líneas generales, capacidad mental para entender, recordar y emplear de un modo práctico y constructivo, los conocimientos en situaciones nuevas.

Inteligencia emocional

Comprende cinco esferas principales: conocer las propias emociones, manejar las emociones, la propia motivación, reconocer las emociones de los demás, y manejar las relaciones.

Motivación:

La motivación es el conjunto de razones que se tienen para hacer algo. Es un estado dinámico, con sus orígenes en las percepciones personales y las que provienen del entorno.

Percepción

Continuación fisiológica del proceso de sensación, que implica la transformación del mundo físico en imágenes mentales. Estas imágenes mentales tienen características diferentes de la realidad física externa, pues se forman únicamente de la información pertinente, con la exclusión de datos redundantes, de ahí que se hable de la existencia de un filtrado en la información. La percepción no

es un proceso pasivo, pues el organismo vivo que percibe está poniendo algo de sí para lograrlo adecuadamente. / El principio de organización de la percepción es un fenómeno totalmente a priori, que se adquiere durante el aprendizaje natural infantil y tiene fines adaptativos. El intento de analizar los componentes sensoriales de una entidad percibida siempre requiere un esfuerzo introspectivo y al principio incluso un aprendizaje, un entrenamiento para invertir el proceso inconsciente y automático de organizar.

Perfil

Representación gráfica de los resultados de un test o batería de tests. / Rasgos particulares que caracterizan a una persona y, por supuesto, le sirven para diferenciarse de otras. / En lo que respecta al perfil profesional, se habla de los requerimientos básicos o fundamentales (condiciones indispensables sin las cuales será imposible un rendimiento “normal” en un puesto o cargo) y de los requerimientos adicionales o complementarios (características que, combinadas con los requisitos básicos, permitirían un “rendimiento superior”

Percepción de Oportunidades:

Cada problema o posibilidad genera una línea principal de fuerza que, o está encaminada hacia la persona, como es el caso si se trata de un problema, crítica personal o ataque de un competidor, o bien es dirigido por el individuo buscando activamente conocimientos, soluciones u oportunidades.

Regulación de emociones (regulación reflexiva de las emociones).

La regulación emocional se considera como la capacidad para evitar respuestas emocionales descontroladas en situaciones de ira, provocación o miedo. Esta es una definición muy amplia, y las investigaciones tratan de concretar este concepto porque una cosa es sentir una emoción y otra cosa es dejarse llevar por ella. De esta forma, regular las emociones es algo más que esconder los afectos que pueden ser nocivos, sino que la regulación consiste en percibir, sentir y vivenciar nuestro estado afectivo, pero sin permitir que nos abrume o gobierne de forma que no llegue a nublar nuestra forma de pensar, sino que percibamos el sentimiento, lo sintamos y vivenciamos pero podamos pensar, utilizar la razón y así no generar un pensamiento y un comportamiento basado en el arrebato y la irracionalidad. Modera las emociones negativas e intensifica las positivas sin reprimir o exagerar la información que comunican esas emociones.

ANEXOS

ANEXO N° 1
ESCALA TRAIT META-MOOD SCALE (TMMS-24)
TRAIT META-MOOD SCALE (TMMS-24)

Nombre: _____ Fecha: _____

Sexo: _____ Edad: _____ Nivel académico: _____

Institución: _____

INSTRUCCIONES:

A continuación encontrará algunas afirmaciones sobre sus emociones y sentimientos. Lea atentamente cada frase y decida la frecuencia con la que usted cree que se produce cada una de ellas. Señale con una "X" la respuesta que más se aproxime a sus preferencias.

No hay respuestas correctas o incorrectas, ni buenas o malas. No emplee mucho tiempo en cada respuesta.

1	2	3	4	5
NUNCA	RARAMENTE	ALGUNAS VECES	CON BASTANTE FRECUENCIA	MUY FRECUENTE MENTE

1.	Presto mucha atención a los sentimientos.	1	2	3	4	5
2.	Normalmente me preocupo mucho por lo que siento.	1	2	3	4	5
3.	Normalmente dedico tiempo a pensar en mis emociones.	1	2	3	4	5
4.	Pienso que merece la pena prestar atención a mis emociones y estado de ánimo.	1	2	3	4	5
5.	Dejo que mis sentimientos afecten a mis pensamientos.	1	2	3	4	5
6.	Pienso en mi estado de ánimo constantemente.	1	2	3	4	5
7.	A menudo pienso en mis sentimientos.	1	2	3	4	5
8.	Presto mucha atención a cómo me siento.	1	2	3	4	5
9.	Tengo claros mis sentimientos.	1	2	3	4	5
10.	Frecuentemente puedo definir mis sentimientos.	1	2	3	4	5
11.	Casi siempre sé cómo me siento.	1	2	3	4	5
12.	Normalmente conozco mis sentimientos sobre las personas.	1	2	3	4	5
13.	A menudo me doy cuenta de mis sentimientos en diferentes situaciones.	1	2	3	4	5
14.	Siempre puedo decir cómo me siento.	1	2	3	4	5
15.	A veces puedo decir cuáles son mis emociones.	1	2	3	4	5
16.	Puedo llegar a comprender mis sentimientos.	1	2	3	4	5

17.	Aunque a veces me siento triste, suelo tener una visión optimista.	1	2	3	4	5
18.	Aunque me sienta mal, procuro pensar en cosas agradables.	1	2	3	4	5
19.	Cuando estoy triste, pienso en todos los placeres de la vida.	1	2	3	4	5
20.	Intento tener pensamientos positivos aunque me sienta mal.	1	2	3	4	5
21.	Si doy demasiadas vueltas a las cosas, complicándolas, trato de calmarme.	1	2	3	4	5
22.	Me preocupo por tener un buen estado de ánimo.	1	2	3	4	5
23.	Tengo mucha energía cuando me siento feliz.	1	2	3	4	5
24.	Cuando estoy enfadado intento cambiar mi estado de ánimo.	1	2	3	4	5

EVALUACIÓN

Componentes de la IE en el test

Definición

Percepción	Soy capaz de <i>sentir y expresar</i> los sentimientos de forma adecuada Sume los ítems del 1 al 8
Comprensión	<i>Comprendo</i> bien mis estados emocionales Sume los ítems del 9 al 16
Regulación	Soy capaz de <i>regular</i> los estados emocionales correctamente Sume los ítems del 17 al 24

Puntuaciones

Hombres

Puntuaciones

Mujeres

Percepción	Debe mejorar su percepción: presta poca atención < 21	Debe mejorar su percepción: presta poca atención < 24
	Adecuada percepción 22 a 32	Adecuada percepción 25 a 35

Debe mejorar su percepción: presta demasiada atención > 33	Debe mejorar su percepción: presta demasiada atención > 36
---	---

Comprensión

<i>Hombres</i>	<i>Mujeres</i>
Debe mejorar su comprensión < 25	Debe mejorar su comprensión < 23
Adecuada comprensión 26 a 35	Adecuada comprensión 24 a 34
Excelente comprensión >36	Excelente comprensión > 35

Regulación

<i>Hombres</i>	<i>Mujeres</i>
Debe mejorar su regulación < 23	Debe mejorar su regulación < 23
Adecuada regulación 24 a 35	Adecuada regulación 24 a 34
Excelente regulación > 36	Excelente regulación > 35

ANEXO N° 2

UNIVERSIDAD DE EL SALVADOR
FACULTAD MULTIDISCIPLINARIA ORIENTAL
DEPARTAMENTO DE CIENCIAS Y HUMANIDADES
SECCIÓN DE PSICOLOGÍA



ESCALA DE INTELIGENCIA EMOCIONAL (EIE)

Nombre: _____

Sexo: _____ Edad: _____

Nivel académico: _____

Institución: _____

Puntuación: _____ Valoración: _____

Indicaciones: A continuación encontrará algunas afirmaciones sobre sus emociones y sentimientos. Escriba una "X" en la casilla correspondiente a la respuesta escogida por usted, por considerarla más acertada de acuerdo a su forma de pensar, sentir y actuar.

Elija entre las diferentes casillas conforme a la siguiente valoración:

1	2	3	4	5
Nunca o NO	Raras Veces	Algunas Veces	Con Bastante Frecuencia	Muy Frecuentemente

Pase a la siguiente página y lea atentamente cada afirmación y conteste con sinceridad y sin omitir ninguna de ellas.

A) AUTOCONCIENCIA	1	2	3	4	5
1. Cuando me enojo, conozco exacto el punto en el que me empecé a enfadar					
2. Pienso que mis sentimientos no son a veces claros y en ocasiones los demás me dicen que "no entienden mi manera de ser"					
3. Me sucede a veces, que me veo confundido con mis sentimientos hacia algunas personas, (p.ej. No sé, si es enojo o decepción; amor o ilusión; vergüenza o miedo lo que siento)					
4. Soy de las personas que presta bastante atención a cómo se siente uno mismo					
5. Me pasa que cuando soy testigo o víctima de una injusticia siento enojo, pero me quedo callado/a y no reclamo, aunque sé que tengo derecho de hacerlo					
6. A veces puedo estar de mal humor sin saber por qué					
7. Me autoevaluó periódicamente, y al final o al inicio de cada semana hago una lista de las cosas que hago bien y de las que necesito mejorar					
8. Yo pienso, que lo que quiero ser, lo decidiré luego, hoy no tengo que preocuparme por eso					
9. Pienso que no conozco mis verdaderas fortalezas o las subestimo y no las aprovecho					
10. Siendo sincero/a, viéndome al espejo más de alguna vez he pensado "que si hubiera oportunidad de cambiar algo en mi apariencia física, lo haría"					
11. Me es difícil dar la confianza y abrir mis sentimientos hacia otras personas					
12. Estoy de acuerdo con la siguiente idea: "a veces a quien menos entiendo es a mí mismo/a"					
13. Soy consciente de mi respiración en algún momento del día					
14. Pienso, que para no equivocarse al tomar decisiones en la vida, debe de hacerse con el "cerebro o la razón" y no con el "corazón o los sentimientos"					
15. Discuto frecuentemente con amigos o familiares y soy capaz de enojarme con ellos, pues sé que tengo la razón					

B) AUTOCONTROL	1	2	3	4	5
16. Puedo con facilidad relajarme en una situación de presión					
17. A veces tengo pensamientos que yo sé que son malos o dañinos y me es muy difícil apartarlos de mi mente					
18. Cuando se me acaba la paciencia soy ofensivo/a					
19. El enfado no es algo que me domine, puedo estar enojado/a y mantener la calma					

20. Fácilmente se me nota en el rostro el humor que tengo					
21. Si alguna vez me pongo furioso y tengo la razón, podría volverme agresivo					
22. Se decir NO y sin sentir culpa alguna, cuando me proponen algo que no me conviene, no puedo o no quiero hacer					
23. Sucede que, si me enojé con una persona ando enojado gran parte del día y a veces descargo mi enojo con otras personas					
24. Ante un examen o una exposición, tengo cierta dificultad para controlar la ansiedad y siento que a veces mi preocupación es algo exagerada					
25. Algo que me es difícil tolerar o soportar, son las bromas que me hacen mis compañeros					
26. Cuando converso o discuto con otros me pasa que a veces no escucho bien todo lo que dicen, porque (mentalmente) he estado preparando lo que yo voy a decir o contestar					
27. Cuando intento estudiar sucede que, "pierdo el tiempo en cosas insignificantes"					
28. Una de mis dificultades en los estudios, ha sido lo difícil que se me hace concentrarme en una tarea o actividad específica, y ya me han dicho que no pongo atención					
29. Si me enojo con alguien, se lo digo de una forma pacífica					
30. Los demás no lo saben, pero tengo temores y/o preocupaciones que no puedo controlar					

C) MOTIVACION	1	2	3	4	5
31. A veces dejo sin finalizar cosas importantes para mí					
32. Me falta autodisciplina, pero no me ayuda nada intentar esforzarme mucho					
33. Pienso que las personas que han alcanzado el éxito en la vida han tenido mucha suerte					
34. A veces hago tantos propósitos de cambiar y mejorar, pero a medida que pasa el tiempo me olvido de ellos, y sigo igual					
35. Pienso que no soy tan persistente como yo quisiera, siempre me propongo muchas cosas, pero son pocas las que logro					
36. Para sentir motivación cuando realizo un trabajo, es necesario que el trabajo sea interesante y me guste					
37. Se me da por naturalidad cumplir con lo que decido hacer					
38. Las personas que se esfuerzan y hacen las cosas con honestidad, en nuestro país tienen pocas posibilidades de éxito					

39. La mayoría de veces aplazo los deberes o las tareas desagradables					
40. Me siento comprometido con mis estudios y por tal razón soy responsable en la entrega de tareas y tengo buenos hábitos para estudiar					
41. No importa lo que se diga o pase, pero el esfuerzo y el trabajo honesto al final será premiado					
42. Para hacer bien un trabajo necesito que me motiven					
43. Si me comprometo con alguna persona (como mis padres, maestros, amigos u otros) casi siempre siento que les fallo, y quedo en mal con ellos porque no soy tan responsable					
44. Me es difícil reponerme después de un problema o de un fracaso que me ha sucedido					
45. Mis fracasos me motivan a mejorar y trabajar cada vez más en lo que hago					

D) EMPATIA	1	2	3	4	5
46. Me es difícil guardar silencio mientras otros expresan sus ideas					
47. Con honestidad, considero ser una persona muy cortés y amable (p.ej. saludo frecuentemente a las personas, doy siempre las gracias y soy muy sonriente)					
48. Tengo la costumbre de expresar frases positivas de otras personas (p.ej. ¡qué bien te quedo ese trabajo...!)					
49. Me es difícil aceptar y tolerar los aspectos negativos y defectos de mis amistades					
50. A menudo uso un tono de voz tan duro que los demás se sienten heridos					
51. Reconozco que soy un poco egoísta y/o que algunas veces he llegado a pensar que mis ideas son más importantes que las de los demás					
52. Presto la debida atención a las demás personas cuando hablan, especialmente si son mayores, por ejemplo, padres o abuelos					
53. Podría perdonar o he perdonado a quienes me han hecho daño					
54. Una de mis características es ser generoso, y podría dejar de comprar algo que me gusta y para lo cual he ahorrado por ayudar a alguien que lo necesita					
55. Por lo general me es difícil hacer nuevos amigos (aunque conservo los pocos que tengo)					
56. Cuando me parece que un conocido tiene mal aspecto me burlo de él, y/o hago comentarios con otros sin que él lo escuche					
57. Algo que se me hace difícil es identificar los cambios de ánimo en los demás; p.ej. si alguien anda triste o preocupado					

58. Tolero conductas sin importancia que me desagradan de mis amistades					
59. Puedo distanciarme de mi punto de vista y ponerme en el lugar de otros					
60. Acostumbro a dar mi tiempo en ayudar a algún compañero/a, explicándole algún tema que no entendió o ayudo voluntariamente a algún niño para que aprenda a leer					

E) RELACIONES CON LOS DEMAS	1	2	3	4	5
61. En el grupo, puedo decir que soy un líder que inspira los otros compañeros					
62. Pienso que las personas sufren o tienen problemas por necios o tontos					
63. Todo lo que hago debe de estar perfecto					
64. Cuando me presentan o conozco a una nueva persona, si quiero memorizar su nombre necesito repetirlo más de una vez y aun así, a veces me es difícil acordarme bien del nombre					
65. Siendo honesto/a las conversaciones con personas mayores las encuentro algo aburridas					
66. Para mi es importante vivir en paz con mis vecinos y en cierta medida lo hago					
67. Soy persuasivo, tengo la habilidad de convencer a otros con mis ideas					
68. Estando en una reunión en grupo, si no entiendo lo que ha dicho una persona, me quedo callado y con la duda, pues tengo temor preguntar					
69. Apruebo a otras personas más frecuentemente de las que critico					
70. Cuando alguien me trata mal, le digo lo que me molesta de su actitud y lo hago de forma pacífica					
71. Por lo general creo que basta con la primera impresión, para darse cuenta como es aquella persona					
72. Siempre que converso miro a mi interlocutor al rostro					
73. Tengo algo de dificultad empezar una conversación con alguien del sexo opuesto					
74. Me pasa muy frecuente cuando converso con otros, interrumpo a la persona que está hablando y no termino de escucharle para hablar yo					
75. Puedo decir que soy una persona sociable, que hablo con facilidad y a todo tipo de personas					

UNIVERSIDAD DE EL SALVADOR
FACULTAD MULTIDISCIPLINARIA ORIENTAL
DEPARTAMENTO DE CIENCIAS Y HUMANIDADES
SECCIÓN DE PSICOLOGÍA



HOJA DE RESPUESTA
ESCALA DE INTELIGENCIA EMOCIONAL (EIE)

Luego de tener la escala contestada según las opciones de respuestas sugeridas

1	2	3	4	5
Nunca O No	Rara Vez	Algunas Veces	Con Bastante Frecuencia	Muy Frecuentemente

Se pasa a asignar el puntaje por cada afirmación:

En las afirmaciones de los ítems "1", "4", "7", "13", "16", "19", "22", "29", "37", "40", "41", "45", "47", "48", "52 al 54", "58 al 61", "66", "67", "69 y 70", "72" y "75" las opciones de respuesta tendrán la siguiente ponderación:

Nunca ó No= -1 puntos; **Rara vez** = 1punto; **Algunas veces** = 2 puntos;

Con bastante frecuencia = 3puntos y; **Muy frecuentemente** = 4 puntos

En las afirmaciones de los ítems "2", "3", "5", "6", "8 al 12", "14", "15", "17", "18", "20", "21", "23 al 28", "30 al 36", "38", "39", "42 al 44", "46", "49 al 51", "55 al 57", "62 al 65", "68", "71", "73" y "74" cada opción de respuesta tendrá la siguiente ponderación:

Nunca ó No = 4 puntos; **Rara vez** = 3 puntos; **Algunas veces** = 2 puntos; **Con bastante frecuencia** = 1punto; **Muy frecuente** = -1 puntos.

Para facilitar a continuación la escala con sus respectivas ponderaciones por cada opción de respuesta.

A) AUTOCONCIENCIA	1	2	3	4	5
1. Cuando me enojo, conozco exacto el punto en el que me empecé a enfadar	-1	1	2	3	4
2. Pienso que mis sentimientos no son a veces claros y en ocasiones los demás me dicen que "no entienden mi manera de ser"	4	3	2	1	-1
3. Me sucede a veces, que me veo confundido con mis sentimientos hacia algunas personas, (p.ej. No sé, si es enojo o decepción; amor o ilusión; vergüenza o miedo lo que siento)	4	3	2	1	-1
4. Soy de las personas que presta bastante atención a cómo se siente uno mismo	-1	1	2	3	4
5. Me pasa que cuando soy testigo o víctima de una injusticia siento enojo, pero me quedo callado/a y no reclamo, aunque sé que tengo derecho de hacerlo	4	3	2	1	-1
6. A veces puedo estar de mal humor sin saber por qué	4	3	2	1	-1
7. Me autoevaluó periódicamente, y al final o al inicio de cada semana hago una lista de las cosas que hago bien y de las que necesito mejorar	-1	1	2	3	4
8. Yo pienso, que lo que quiero ser, lo decidiré luego, hoy no tengo que preocuparme por eso	4	3	2	1	-1
9. Pienso que no conozco mis verdaderas fortalezas o las subestimo y no las aprovecho	4	3	2	1	-1
10. Siendo sincero/a, Viéndome al espejo más de alguna vez he pensado "que si hubiera oportunidad de cambiar algo en mi apariencia física, lo haría"	4	3	2	1	-1
11. Me es difícil dar la confianza y abrir mis sentimientos hacia otras personas	4	3	2	1	-1
12. Estoy de acuerdo con la siguiente idea: "a veces a quien menos entiendo es a mí mismo/a"	4	3	2	1	-1
13. Soy consciente de mi respiración en algún momento del día	0	1	2	3	4
14. Pienso, que para no equivocarse al tomar decisiones en la vida, debe de hacerse con el "cerebro o la razón" y no con el "corazón o los sentimientos"	4	3	2	1	-1
15. Discuto frecuentemente con amigos o familiares y soy capaz de enojarme con ellos, pues sé que tengo la razón	4	3	2	1	-1

B) AUTOCONTROL	1	2	3	4	5
16. Puedo con facilidad relajarme en una situación de presión	-1	1	2	3	4
17. A veces tengo pensamientos que yo sé que son malos o dañinos y me es muy difícil apartarlos de mi mente	4	3	2	1	-1
18. Cuando se me acaba la paciencia soy ofensivo/a	4	3	2	1	-1
19. El enfado no es algo que me domine, puedo estar enojado/a y mantener la calma	-1	1	2	3	4

20. Fácilmente se me nota en el rostro el humor que tengo	4	3	2	1	-1
21. Si alguna vez me pongo furioso y tengo la razón, podría volverme agresivo	4	3	2	1	-1
22. Se decir NO y sin sentir culpa alguna, cuando me proponen algo que no me conviene, no puedo o no quiero hacer	-1	1	2	3	4
23. Sucede que, si me enojé con una persona ando enojado gran parte del día y a veces descargo mi enojo con otras personas	4	3	2	1	-1
24. Ante un examen o una exposición, tengo cierta dificultad para controlar la ansiedad y siento que a veces mi preocupación es algo exagerada	4	3	2	1	-1
25. Algo que me es difícil tolerar o soportar, son las bromas que me hacen mis compañeros	4	3	2	1	-1
26. Cuando converso o discuto con otros me pasa que a veces no escucho bien todo lo que dicen, porque (mentalmente) he estado preparando lo que yo voy a decir o contestar	4	3	2	1	-1
27. Cuando intento estudiar sucede que, "pierdo el tiempo en cosas insignificantes"	4	3	2	1	-1
28. Una de mis dificultades en los estudios, ha sido lo difícil que se me hace concentrarme en una tarea o actividad específica, y ya me han dicho que no pongo atención	4	3	2	1	-1
29. Si me enojo con alguien, se lo digo de una forma pacífica	-1	1	2	3	4
30. Los demás no lo saben, pero tengo temores y/o preocupaciones que no puedo controlar	4	3	2	1	-1

C) MOTIVACION	1	2	3	4	5
31. A veces dejo sin finalizar cosas importantes para mí	4	3	2	1	-1
32. Me falta autodisciplina, pero no me ayuda nada intentar esforzarme mucho	4	3	2	1	-1
33. Pienso que las personas que han alcanzado el éxito en la vida han tenido mucha suerte	4	3	2	1	-1
34. A veces hago tantos propósitos de cambiar y mejorar, pero a medida que pasa el tiempo me olvido de ellos, y sigo igual	4	3	2	1	-1
35. Pienso que no soy tan persistente como yo quisiera, siempre me propongo muchas cosas, pero son pocas las que logro	4	3	2	1	-1
36. Para sentir motivación cuando realizo un trabajo, es necesario que el trabajo sea interesante y me guste	4	3	2	1	-1
37. Se me da por naturalidad cumplir con lo que decido hacer	-1	1	2	3	4
38. Las personas que se esfuerzan y hacen las cosas con honestidad, en nuestro país tienen pocas posibilidades de éxito	4	3	2	1	-1

39. La mayoría de veces aplazo los deberes o las tareas desagradables	4	3	2	1	-1
40. Me siento comprometido con mis estudios y por tal razón soy responsable en la entrega de tareas y tengo buenos hábitos para estudiar	-1	1	2	3	4
41. No importa lo que se diga o pase, pero el esfuerzo y el trabajo honesto al final será premiado	-1	1	2	3	4
42. Para hacer bien un trabajo necesito que me motiven	4	3	2	1	-1
43. Si me comprometo con alguna persona (como mis padres, maestros, amigos u otros) casi siempre siento que les fallo, y quedo en mal con ellos porque no soy tan responsable	4	3	2	1	-1
44. Me es difícil reponerme después de un problema o de un fracaso que me ha sucedido	4	3	2	1	-1
45. Mis fracasos me motivan a mejorar y trabajar cada vez más en lo que hago	-1	1	2	3	4

D) EMPATIA	1	2	3	4	5
46. Me es difícil guardar silencio mientras otros expresan sus ideas	4	3	2	1	-1
47. Con honestidad, considero ser una persona muy cortés y amable (p.ej. saludo frecuentemente a las personas, doy siempre las gracias y soy muy sonriente)	-1	1	2	3	4
48. Tengo la costumbre de expresar frases positivas de otras personas (p.ej. ¡qué bien te quedo ese trabajo...!)	-1	1	2	3	4
49. Me es difícil aceptar y tolerar los aspectos negativos y defectos de mis amistades	4	3	2	1	-1
50. A menudo uso un tono de voz tan duro que los demás se sienten heridos	4	3	2	1	-1
51. Reconozco que soy un poco egoísta y/o que algunas veces he llegado a pensar que mis ideas son más importantes que las de los demás	4	3	2	1	-1
52. Presto la debida atención a las demás personas cuando hablan, especialmente si son mayores, por ejemplo, padres o abuelos	-1	1	2	3	4
53. Podría perdonar o he perdonado a quienes me han hecho daño	-1	1	2	3	4
54. Una de mis características es ser generoso, y podría dejar de comprar algo que me gusta y para lo cual he ahorrado por ayudar a alguien que lo necesita	-1	1	2	3	4
55. Por lo general me es difícil hacer nuevos amigos (aunque conservo los pocos que tengo)	4	3	2	1	-1
56. Cuando me parece que un conocido tiene mal aspecto me burlo de él, y/o hago comentarios con otros sin que él lo escuche	4	3	2	1	-1
57. Algo que se me hace difícil es identificar los cambios de ánimo en los demás; p.ej. si alguien anda triste o preocupado	4	3	2	1	-1

58. Tolero conductas sin importancia que me desagradan de mis amistades	-1	1	2	3	4
59. Puedo distanciarme de mi punto de vista y ponerme en el lugar de otros	-1	1	2	3	4
60. Acostumbro a dar mi tiempo en ayudar a algún compañero/a, explicándole algún tema que no entendió o ayudo voluntariamente a algún niño para que aprenda a leer	-1	1	2	3	4

E) RELACIONES CON LOS DEMAS	1	2	3	4	5
61. En el grupo, puedo decir que soy un líder que inspira los otros compañeros	-1	1	2	3	4
62. Pienso que las personas sufren o tienen problemas por necios o tercos	4	3	2	1	-1
63. Todo lo que hago debe de estar perfecto	4	3	2	1	-1
64. Cuando me presentan o conozco a una nueva persona, si quiero memorizar su nombre necesito repetirlo más de una vez y aun así, a veces me es difícil acordarme bien del nombre	4	3	2	1	-1
65. Siendo honesto/a las conversaciones con personas mayores las encuentro algo aburridas	4	3	2	1	-1
66. Para mí es importante vivir en paz con mis vecinos y en cierta medida lo hago	-1	1	2	3	4
67. Soy persuasivo, tengo la habilidad de convencer a otros con mis ideas	-1	1	2	3	4
68. Estando en una reunión en grupo, si no entiendo lo que ha dicho una persona, me quedo callado y con la duda, pues tengo temor preguntar	4	3	2	1	-1
69. Apruebo a otras personas más frecuentemente de las que crítico	-1	1	2	3	4
70. Cuando alguien me trata mal, le digo lo que me molesta de su actitud y lo hago de forma pacífica	-1	1	2	3	4
71. Por lo general creo que basta con la primera impresión, para darse cuenta como es aquella persona	4	3	2	1	-1
72. Siempre que converso miro a mi interlocutor al rostro	-1	1	2	3	4
73. Tengo algo de dificultad empezar una conversación con alguien del sexo opuesto	4	3	2	1	-1
74. Me pasa muy frecuente cuando converso con otros, interrumpo a la persona que está hablando y no termino de escucharle para hablar yo	4	3	2	1	-1
75. Puedo decir que soy una persona sociable, que hablo con facilidad y a todo tipo de personas	-1	1	2	3	4

Los niveles de inteligencia emocional (IE) se obtendrán de acuerdo a la siguiente valoración, primeramente por cada una de las cinco categorías; **autoconciencia, autocontrol, motivación, empatía y relaciones con los demás**; y después se hará una valoración general sumando los distintos puntajes de cada categoría.

a) Niveles y valoraciones de las categorías autoconciencia, autocontrol, motivación, empatía y relaciones con los demás

Niveles y valoraciones en Autoconciencia:

Menor a 20 puntos = Nivel negativo o insuficiente de auto-conciencia.

La persona que obtenga una puntuación en el área de autoconciencia que le ubique en este nivel:

No presta atención a sus emociones, su percepción emocional es limitada y muy distorsionada, no discrimina e identifica con claridad la fuente de sus emociones, por ejemplo, si se está enojado/a, quizá lo esté, pero puede que también esté equivocado/a. Puede que en realidad tenga miedo, esté celoso/a, o sienta las dos cosas. Es muy poco consciente y perceptivo en cuanto a lo que pasa con sus emociones y sus decisiones las toma sin reparar en cuestiones emocionales, no le interesa auto-evaluarse o por lo menos no piensa en ello, Sus relaciones interpersonales pueden verse dañadas, se ve disminuida la posibilidades de manejar sus emociones y no establece relaciones sanas y adecuadas con los demás, puede hacer valoraciones o mostrarse duro e inflexible, y puede exteriorizar dificultades con su autoestima.

Desde 20 – hasta 29 puntos = Nivel bajo de auto-conciencia.

La persona que obtenga una puntuación en el área de autoconciencia que le ubique en este nivel:

Presta cierta atención al estado de sus emociones, pero en forma limitada, lo hace en los momentos de crisis, cuando una emoción es lo suficientemente fuerte para llamar su atención o cuando su situación

emocional pone en riesgo su estabilidad y sus intereses, su percepción emocional sigue siendo limitada y distorsionada, a veces intenta identificar lo que siente. Muestra sentimientos y emociones confusas y difíciles de entender para sí mismo y para los demás, pero hay esfuerzos momentáneos por quererlos entender, lo que crea conflictos internos esporádicos, exterioriza algunas dificultades con su autoestima, o con la comunicación de sus emociones, no es asertivo/a, se auto-evalúa muy poco, lo cual sigue dificultando la autocorrección, por tanto, tiene poco conocimiento de sí mismo/a, ignorará sus propias debilidades y carece de la seguridad que brinda el tener una evaluación correcta de las propias fuerzas

Desde 30 – hasta 39 puntos = Nivel medio de auto-conciencia.

La persona que obtenga una puntuación en el área de autoconciencia que le ubique en este nivel posee:

Presta bastante atención a sus sentimientos y emociones, percibe los cambios emocionales en sí mismo/a y en las otras personas, aunque con cierta dificultad, y aun, no identifica con claridad las diferentes emociones que le sobrevienen, de modo que se le dificulta darle un correcto nombre a lo que siente, en este nivel la persona percibe los cambios emocionales, pero no es capaz de distinguir los factores desencadenantes, de esas diversas emociones que le abordan, por tanto, puede realizar juicios equivocados en la lectura de sus sentimientos y/o de los otros y tener ciertos conflictos al relacionarse con los demás, la auto-corrección puede darse, pero en este nivel hace falta apertura de los sentimientos y por eso la autocorrección no da los mejores resultados, pues aun no se genera la confianza para que los demás le expresen lo que sienten.

Desde 40 – hasta 49 puntos = Buen nivel de auto-conciencia.

La persona que obtenga una puntuación en el área de autoconciencia que le ubique en este nivel posee:

La persona tiene un nivel de atención muy bueno referente a sus sentimientos, pero que puede ser mejorarlo, también posee una buena percepción emocional, por tanto, es atento con sus sentimientos, se auto- evalúa cuando le es posible o siente que lo requiere, muestra una autoestima saludable, pero no es un auto-conocimiento constante, pues este fluctúa entre un nivel medio y un nivel alto, esto sucede porque aun no se tiene una clara identificación de las emociones y se sigue ocultando la verdadera razón por la cual se está “malhumorado”, si es que se está malhumorado o quizá solo sea que se está triste o se siente frustrado o las tres cosas.

Desde 50 – hasta 60 puntos = Nivel Excelente de auto-conciencia.

La persona que obtenga una puntuación en el área de autoconciencia que le ubique en este nivel posee:

Un alto grado de atención hacia sus propios sentimientos y hacia los de los demás, está atento a los cambios emocionales, lo que le prepara para hacerle frente a las diversas situaciones estresantes que pudieran surgir, conoce sus fortalezas, las explota y desarrolla al máximo, y trabaja con sus debilidades para superarlas, puede percibir e identificar con suficiente claridad sus emociones, sabe que es lo que siente, porque se siente así? y no tiene dificultad alguna para hacer saber eso que siente, de una forma que los demás le entienden, goza de una muy buena autoestima y también pueden ser capaz de energizar a los demás, de comprometerse y confiar en quienes desarrollan una tarea con él/ella

Niveles y valoraciones en Auto-control:

Menor a – 20 puntos = Nivel negativo o insuficiente de auto-control.

La persona que obtenga una puntuación en el área de autocontrol que le ubique en este nivel:

Tiene un nivel de control de sí mismo y de sus emociones muy bajo, es totalmente inconstante, se irrita con facilidad y puede pasar rápidamente de una emoción a otra de extremo, su mente es un ir y venir de pensamientos y emociones sin control alguno, lo que dificulta que pueda tener concentración en una tarea específica, no fácilmente se adapta a acontecimientos nuevos, no tiene control en situaciones de estrés, suele ser impulsivo, por ello no tiene estabilidad emocional, esta persona puede verse envuelta en conductas de riesgo, ya que no tiene un dominio de sí mismo y de sus emociones y es influenciado con facilidad por otros, no posee fuerza de voluntad.

Desde 20 – hasta 29 puntos = Nivel bajo de auto-control.

La persona que obtenga una puntuación en el área de autocontrol que le ubique en este nivel:

Tiene un bajo nivel de autocontrol, es emocionalmente inconstante, en ocasiones puede irritarse y es bastante notorio cuando esta de malhumor, aun no hay control de sus impulsos emocionales, pero si ocasionalmente tiene luchas internas queriendo controlar algunos impulso, y el escaso autodomínio emocional no le permite ser firme en sus propósitos, tolera algunas conductas o situaciones que le disgusta de parte de los demás, pero porque no tiene la fuerza para revelarse de otro modo no, le falta habilidad para comunicar asertivamente sus emociones.

Desde 30 – hasta 39 puntos = Nivel medio de auto-control.

La persona que obtenga una puntuación en el área de autocontrol que le ubique en este nivel posee:

Posee un nivel regular o medio en autocontrol, es fluctuante en el manejo de las emociones, en ocasiones puede mostrar un buen control emocional y en otras tantas no, algunas veces maneja bien las situaciones de estrés que se le presentan, pero otras veces no; le hace falta trabajar en el manejo de sus emociones y para que este buen manejo sea constante, hay una lucha interna por controlar sus impulsos emocionales, muestra un cierto grado de autodomínio y de tolerancia, pero de manera condicional, tiene que desarrollar una mejor habilidad para comunicar sus emociones, ser más asertivo.

De 40 – 49 puntos = Buen nivel de auto-control.

La persona que obtenga una puntuación en el área de autocontrol que le ubique en este nivel posee:

Su nivel de autocontrol emocional es muy bueno y es más constante en el buen manejo de sus emociones, pero aun hay situaciones estresantes que le son difíciles de manejar y que con un entrenamiento puede superar, necesita mejorar su autodomínio y aprender algunas habilidades de comunicación asertiva.

De 50 – 60 puntos = Nivel Excelente de auto-control.

La persona que obtenga una puntuación en el área de autocontrol que le ubique en este nivel posee:

Tiene un nivel muy alto de autocontrol emocional, ha desarrollado una muy buena habilidad para comunicar de manera asertiva sus emociones, ha trabajado en el buen manejo de sus emociones, no es fácil que las situaciones estresantes que se le presenten le hagan perder el control de sí mismo, conoce la manera de relajarse, y tiene un alto grado de autodominio y tolerancia, pues tiene formas adecuadas de expresar su punto de vista cuando difiere con el de los otros.

Niveles y valoraciones en motivación:

Menor a – 20 puntos = Nivel negativo o insuficiente de motivación.

La persona que obtenga una puntuación en el área de motivación que le ubique en este nivel:

Tiene un muy bajo nivel de motivación, no hay un sentido de la responsabilidad, tiene serias dificultades en el cumplimiento de lo que se propone, da muchos rodeos para iniciar un trabajo o una tarea, es inconstante, quiere y se propone hacer muchas cosas, pero no finaliza cosas importantes, le resta valor al trabajo y el esfuerzo y le da mayor relevancia a la suerte u otras circunstancias para alcanzar el éxito en la vida, ninguna de las orientaciones (interna o externa) de la motivación está desarrollada

Desde 20 – hasta 29 puntos = Nivel bajo de motivación.

La persona que obtenga una puntuación en el área de motivación que le ubique en este nivel:

Persiste siempre un bajo nivel de motivación, no hay un desarrollo de la autodisciplina y hay un mínimo sentido de responsabilidad y del compromiso, no puede hacer a un lado los distractores, hay un deseo por querer hacer las cosas pero es efímero, se empieza a trabajar, pero a medida se avanza en la tarea las fuertes distracciones vienen y se pierde de vista el objetivo, ambas orientaciones de la motivación permanecen sin desarrollarse, no se relaciona el éxito con valor del trabajo y el esfuerzo.

Desde 30 – hasta 39 puntos = Nivel medio de motivación.

La persona que obtenga una puntuación en el área de motivación que le ubique en este nivel posee:

Hay un nivel bueno o regular de la motivación, ya se tiene un sentido de la responsabilidad desarrollado a medias, se quiere cumplir con los compromisos que se adquieren y en cierta medida se logra, pero constantemente, aun no se tiene una autodisciplina desarrollada, se ha avanzado en la perseverancia hacia los objetivos, la orientación motivacional más desarrollada es la externa, puede motivarse si se le presiona o si se va a obtener un premio tangible y a corto plazo.

Desde 40 – hasta 49 puntos = Buen nivel de motivación.

La persona que obtenga una puntuación en el área de motivación que le ubique en este nivel posee:

Se tiene un muy buen nivel de motivación, se puede notar un grado aceptable de responsabilidad y de compromiso por la realización de la tarea o trabajo, ya hace una relación del éxito con el trabajo y el esfuerzo y se dejan menos cosas al azar o al destino, se puede trabajar perfectamente motivado en tareas agradables, de lo contrario es más difícil la motivación, se requiere desarrollar a profundidad la motivación con orientación interna

Desde 50 – hasta 60 puntos = Nivel Excelente de motivación.

La persona que obtenga una puntuación en el área de motivación que le ubique en este nivel posee:

Un alto nivel de motivación y un sentido de la responsabilidad se encuentran bien desarrollados, se ha trabajado en la autodisciplina, y se pueden vencer con mayor facilidad los agente distractores que se presentan, se ha desarrollado no solamente la motivación externa sino también la motivación interna, y aunque la tarea o el trabajo a desarrollar no sea del todo agradable se encuentran formas de motivarse.

Niveles y valoraciones en empatía:

Menor a – 20 puntos = Nivel negativo o insuficiente de Empatía.

La persona que obtenga una puntuación en el área de empatía que le ubique en este nivel:

Presenta un muy bajo nivel de empatía, se es egoísta, no hay una debida atención hacia el otro, y no se presta atención a lo que este requiera o demande, no es de trato social agradable, no hay las normas de cortesía mínimas, y no se tiene un grado de comprensión para con el otro, prácticamente no interesa el otro. No hay muestras de generosidad par con los otros.

Desde 20 – hasta 29 puntos = Nivel bajo de empatía.

La persona que obtenga una puntuación en el área de empatía que le ubique en este nivel:

Persiste un bajo nivel de empatía, en la mayoría de veces se es egoísta y no se presta una debida atención al otro, no hay un interés por los problemas, alegrías, o lo que sienta o le pase al otro, pero si hay cierto grado de cortesía para tratar al otro, aunque el grado de

comprensión es bien mínimo, el otro no interesa tanto, pero hay necesidad de relacionarse con él, se tienen pocas muestras de generosidad.

Desde 30 – hasta 39 puntos = Nivel medio de empatía.

La persona que obtenga una puntuación en el área de empatía que le ubique en este nivel posee:

Se tiene un nivel regular de empatía, hay una búsqueda por querer agradar a los demás, se muestra un cierto grado de interés por los problemas, alegrías, sentimientos u otras cosas que pase el otro, se tienen buenas normas de cortesía y se es regularmente de trato agradable para los demás, pero aun no se llega a un sentido de comprensión mayor con el otro y hay muestras de generosidad pero aun no se da a sí mismo a los demás, hay emociones y sentimientos de bien hacia los otros pero de forma efímera y sin profundidad necesaria.

Desde 40 – hasta 49 puntos = Buen nivel de empatía.

La persona que obtenga una puntuación en el área de empatía que le ubique en este nivel posee:

Es un nivel alto de empatía, hay relaciones de mayor profundidad con el otro, un buen nivel de escucha de los sentimientos del otro, se tiene simpatía y normas de cortesía muy buenas, hay un buen nivel de comprensión del otro aunque no de toda situación, aun no se tiene ese nivel deseado de conectividad con el otro, de que no necesite expresarnos lo que necesita, siente, o está pasando por que ya se intuye cuando se le ve o habla.

Desde 50 – hasta 60 puntos = Nivel Excelente de empatía.

La persona que obtenga una puntuación en el área de empatía que le ubique en este nivel posee:

Es un nivel muy alto de empatía, tiene capacidad de cultivar relaciones profundas con un alto nivel de atención hacia el otro, se es abierto para observar los detalles, es de trato social agradable, se le hace fácil comprender al otro porque conoce mucho de las personas y les entiende, es característicamente generoso no solo materialmente sino, dándose a sí mismo, dando su tiempo para escuchar, mostrando interés por lo del otro.

Niveles y valoraciones en las relaciones con los demás:

Menor a – 20 puntos = Nivel negativo o insuficiente en las relaciones con los demás.

La persona que obtenga una puntuación en el área de relaciones con los demás que le ubique en este nivel:

Un nivel muy bajo en la entablación de las relaciones con los demás, no tiene un gusto y una práctica por relacionarse con los demás, rehúye al contacto social, solo se acerca a

aquellas personas con las que ya ha generado lazos de confianza y no son muchas, se tienen prejuicios que distorsionan la percepción que hace de las otras personas, y no es bueno conversando, tiene dificultades para prestar atención cuando otro habla, no cuenta con las habilidades sociales que le faciliten el trato con los demás, y no es asertivo.

Desde 20 – hasta 29 puntos = Nivel bajo en las relaciones con los demás.

La persona que obtenga una puntuación en el área de relaciones con los demás que le ubique en este nivel:

Persiste un nivel bajo en las relaciones sociales, presenta un gusto por las relaciones sociales, pero solo es algo deseable, y que no trabaja para lograrlo, aunque siempre se propone mejorar sus relaciones sociales, luego ese deseo ve interrumpido por la realidad, no posee y no ha aprendido a mejorar sus habilidades sociales, no es asertivo, ni tiene habilidades para conversar, y esto por los prejuicios que tiene en la percepción que hace de las otras personas.

Desde 30 – hasta 39 puntos = Nivel medio de relaciones con los demás.

La persona que obtenga una puntuación en el área de relaciones con los demás que le ubique en este nivel posee:

Ha alcanzado un nivel regular en la entablación de las relaciones con los demás, hay un gusto por las relaciones sociales, hace esfuerzos y trabaja por mejorar sus relaciones con los demás, pero no se poseen las habilidades sociales requeridas para ello, persisten algunos prejuicios respecto a la percepción de los demás.

Desde 40 – hasta 49 puntos = Buen nivel de relaciones con los demás.

La persona que obtenga una puntuación en el área de relaciones con los demás que le ubique en este nivel posee:

Hay un nivel alto en la entablación de relaciones sociales, se tiene un gusto por el contacto social, y hay algunas habilidades sociales ya desarrolladas, se tienen una muy buena cantidad de amigos, pero aun hay problemas para el mantenimiento de estas relaciones sociales.

Desde 50 – hasta 60 puntos = Nivel Excelente de relaciones con los demás

La persona que obtenga una puntuación en el área de relaciones con los demás que le ubique en este nivel posee:

Es un nivel muy alto en la entablación de relaciones sociales, las habilidades sociales están desarrolladas, se es muy buen conversador, asertivo, y se está libre de muchos prejuicios que distorsionaban la percepción que se tenía de los otros, se tiene cierto potencial de liderazgo e influencia en la relación con otros. Hay capacidad de relacionarse con facilidad y con todo tipo de personas.

b) Niveles y valoraciones generales de la Inteligencia Emocional

Para obtener esta valorización se suman los puntajes de todas las categorías, considerando que el puntaje mínimo que se puede obtener es de “0 puntos” y el mayor puntaje será de “300 puntos” el nivel de la inteligencia emocional se establecerá de acuerdo a la siguiente valorización.

Menor a – 101 puntos = Nivel negativo o insuficiente de inteligencia emocional.

La persona que obtenga un puntaje general que lo ubique en este nivel tendrá:

Una inteligencia emocional escasamente desarrollada, donde sus importantes áreas: el autoconocimiento, el autocontrol, la motivación, la empatía y las relaciones con los demás, (ver los niveles de valoración por cada categoría) están apenas desarrolladas. Y se caracterizará en una insuficiente o distorsionada conciencia emocional, una baja autoestima, no hay importancia ni atención para los sentimientos y emociones, no se autoevalúa, y tiene un escaso control de las emociones y de los factores estresantes, niveles muy bajos de tolerancia, autodominio y control de sus pensamientos, le falta disciplina y perseverancia en los objetivos, no hay una motivación firme que le impulse a obrar, el éxito no es visto como consecuencia del esfuerzo y el buen trabajo, falla en la responsabilidad y compromiso, sus habilidades sociales son deficientes, requiere entrenamiento que le permita desenvolverse mejor en las relaciones interpersonales, mejore su autoconocimiento, tenga mayor control de sus emociones, le ayude y fortalezca su motivación y eleve el nivel de empatía al relacionarse con los demás.

Desde 101 – hasta 150 puntos = Bajo Nivel de inteligencia emocional

La persona que obtenga un puntaje general que lo ubique en este nivel tendrá:

Una inteligencia emocional poco desarrollada, las importantes áreas de la inteligencia emocional, autoconocimiento, autocontrol, motivación, empatía y relaciones con los demás (ver los niveles de valoración por cada categoría) estarán poco desarrolladas. Y se caracterizará en una mínima y distorsionada conciencia emocional, baja autoestima, le da una mínima importancia a los sentimientos y emociones, rara vez se autoevalúa, tiene un poco control de las emociones y de los factores estresantes, aun hay niveles bajos de tolerancia, autodominio y control de sus pensamientos, le falta disciplina y perseverancia en los objetivos, muestra poca motivación y el éxito no es visto como consecuencia del esfuerzo y el buen trabajo, vacila en la responsabilidad y compromiso, sus habilidades sociales son problemáticas, requiere entrenamiento que le permita desenvolverse mejor en las relaciones interpersonales, mejore su autoconocimiento, tenga mayor control de sus emociones, le ayude y fortalezca su motivación y eleve el nivel de empatía al relacionarse con los demás.

Desde 151 – hasta 200 puntos = Nivel intermedio de inteligencia emocional.

La persona que obtenga un puntaje general que lo ubique en este nivel tendrá:

Un desarrollo regular de la inteligencia emocional, las importantes áreas de la inteligencia emocional, autoconocimiento, autocontrol, motivación, empatía y relaciones con los demás (ver los niveles valoración por cada categoría) estarán medianamente desarrollados. Se tiene una conciencia emocional abierta, pero con limitaciones, debido a patrones de pensamientos que le permiten tener la claridad de lo que siente, puede haber dificultad en el manejo de su autoestima, le da bastante importancia a los sentimientos y emociones, se autoevalúa de vez en cuando, mas en tiempos de crisis y que siente que lo necesita, tiene un poco control de las emociones y de los factores estresantes, la tolerancia, autodominio y control de sus pensamientos, son fluctuantes, en ocasiones puede manejar inteligentemente sus emociones, pero muchas otras veces no, tiene ciertas dificultad con la disciplina y perseverancia en los objetivos, muestra motivación.

pero falta orientarla hacia una motivación interna, el éxito a veces no es visto como consecuencia del esfuerzo y el buen trabajo, vacila en la responsabilidad y compromiso, sus habilidades sociales son fluctuantes e inestables, a veces pueden ser conflictivas, puede mejorar en el manejo de sus emociones si recibe entrenamiento, que le permita desenvolverse mejor en las relaciones interpersonales, mejore su autoconocimiento, tenga mayor control de sus emociones, le ayude y fortalezca su motivación y eleve el nivel de empatía al relacionarse con los demás.

Desde 201 – hasta 250 puntos = Nivel Bueno de inteligencia emocional.

La persona que obtenga un puntaje general que lo ubique en este nivel tendrá:

Un buen desarrollo de la inteligencia emocional, las importantes áreas de la inteligencia emocional, autoconocimiento, autocontrol, motivación, empatía y relaciones con los demás (ver los niveles valoración por cada categoría) estarán bastante desarrolladas. Se tiene una conciencia emocional abierta, se perciben con mucha claridad las emociones propias y las de los demás, su autoestima es saludable, le da bastante importancia a los sentimientos y emociones, se autoevalúa de periódicamente, en ocasiones puede no controlar las emociones y verse afectado notoriamente por factores estresantes, tiene un nivel equilibrado de la tolerancia, autodominio y control de sus pensamientos, tiene ciertas dificultad con la disciplina y perseverancia en los objetivos, muestra motivación, pero falta orientarla hacia una motivación interna, el éxito a veces no es visto como consecuencia del esfuerzo y el buen trabajo, es más responsable y repara mas en sus compromiso, sus habilidades sociales son buenas, aunque siempre requiere de y puede optar por mejorarlas con entrenamiento, para canalizar mejor sus habilidades y utilizarlas en la consecución de sus objetivos y metas, que le permita desenvolverse mejor al relacionarse con los otros, para ser más consciente de sí mismo, eleve al máximo sus capacidades.

Desde 251 – hasta 300 puntos = Nivel Excelente de inteligencia emocional.

La persona que obtenga un puntaje general que lo ubique en este nivel tendrá:

Un alto desarrollo de la inteligencia emocional, las importantes áreas de la inteligencia emocional, autoconocimiento, autocontrol, motivación, empatía y relaciones con los demás (ver los niveles valoración por cada categoría) estarán muy bien desarrolladas. Se tiene una conciencia emocional abierta y precisa, se perciben con mucha claridad las emociones propias y las de los demás, su autoestima es saludable, le da bastante importancia a los sentimientos y emociones, se autoevalúa constantemente, tiene un muy buen control de sus emociones, sabe cómo expresar lo que siente, maneja bien las situaciones estresantes, tiene un nivel equilibrado de la tolerancia, autodominio y control de sus pensamientos, es perseverante en los objetivos, se motiva a sí mismo, se esfuerza en cumplir con lo que dice o se propone, el éxito es visto como consecuencia del esfuerzo y el buen trabajo, es más responsable y repara más en sus compromiso, sus habilidades sociales son muy buenas, posee capacidad de liderar.

ANEXO N° 3

SOLICITUD PARA EJECUCIÓN DE INVESTIGACIÓN EN LAS UNIVERSIDADES



**UNIVERSIDAD DE EL SALVADOR
FACULTAD MULTIDISCIPLINARIA ORIENTAL
DEPARTAMENTO DE CIENCIAS Y HUMANIDADES
SECCION DE PSICOLOGIA.**

Ciudad Universitaria Oriental, Abril de 2016

Licda/o
Decana/o de la facultad de Ciencias y Humanidades
Presente.

Respetable Licenciada/o reciba un cordial saludo y éxito en sus labores profesionales y cotidianas. El motivo de la presente es para solicitarle que conceda permiso al joven egresado de la carrera Licenciatura en Psicología;

José Ángel Mejía Álvarez

Carné MA10056

Que se encuentra desarrollando su trabajo de grado para optar al título de Licenciado en Psicología; para que pueda realizar el proceso de investigación con estudiantes de la carrera de “Licenciatura en Psicología”. El tema en ejecución es *“PERFIL DE INTELIGENCIA EMOCIONAL DE ESTUDIANTES DE PRIMER AÑO DE LA CARRERA LICENCIATURA EN PSICOLOGIA DE LAS UNIVERSIDADES DE LA CIUDAD DE SAN MIGUEL, DURANTE EL AÑO DE 2016”*

El proceso que se pretende seguir es seleccionar a 25 estudiantes inscritos en primer año de la carrera de Psicología, aplicarles determinados instrumentos que evalúan la IE; cuyos ítems son fáciles de responder, además de aplicar entrevistas dirigidas a profesionales del área de la psicología con modalidad de respuestas abiertas, enfocadas en conocer las percepciones que tienen sobre la IE de sus estudiantes .

Los resultados que se obtengan, serán sistematizados con el fin de presentarlos de manera general y hacer denotar la importancia que la IE propicia a los seres humanos, facilitando a las instituciones universitarias, y a todas aquellas personas interesados y del área de psicología una significativa, interesante y novedosa exploración de la IE.

Por su importante aporte a la formación profesional de nuestro estudiante, agradecemos la atención a la presente solicitud, y esperando una resolución favorable; nos suscribimos de Usted.

Atentamente,

“Hacia la Libertad por la Cultura”

F. _____
Lic. Nahun Vásquez Navarro
Coordinador de la sección de psicología.

F: _____
Licda. Kally Jissell Zuleta Paredes
Docente asesora de proceso de grado.

ANEXO N° 4.

CONSENTIMIENTO INFORMADO DE ENTREVISTAS A PROFESIONALES



**UNIVERSIDAD DE EL SALVADOR
FACULTAD MULTIDISCIPLINARIA ORIENTAL
DEPARTAMENTO DE CIENCIAS Y HUMANIDADES
SECCIÓN DE PSICOLOGÍA.**

Ciudad Universitaria Oriental, Julio de 2016

Consentimiento informado de trabajo de investigación desarrollado en universidades de la ciudad de San Miguel.

El investigador José Ángel Mejía Álvarez con N° de Carné MA10056 se encuentra desarrollando su trabajo de grado para optar al título de Licenciado en Psicología; el proceso investigativo se realiza con estudiantes de la carrera “Licenciatura en Psicología”, con el título de: *“PERFIL DE INTELIGENCIA EMOCIONAL DE ESTUDIANTES DE PRIMER AÑO DE LA CARRERA LICENCIATURA EN PSICOLOGIA DE LAS UNIVERSIDADES DE LA CIUDAD DE SAN MIGUEL, DURANTE EL AÑO DE 2016”*

Para ello, se consideró la opinión profesional, desarrollando unas entrevistas (grabaciones audiovisuales) dirigidas a “profesionales” del área de la psicología con modalidad de respuestas abiertas, enfocadas en conocer las percepciones que tienen sobre el perfil de IE de estudiantes que inician su formación profesional en la carrera de “Licenciatura en Psicología” Informando que los datos obtenidos se presentaran con el fin de hacer denotar la importancia que la IE propicia a los jóvenes y demás personas, respetando el criterio personal y realizando ediciones con el fin de que el entrevistado se muestre satisfecho y consiente de la información brindada, que abonara significativamente la investigación en ejecución.

Por lo que se le pide cordialmente firme el consentimiento siguiente.

Consentimiento

Yo: _____ Profesión: _____,
certifico que he sido informado/a con claridad y veracidad debida, respecto al procedimiento de investigación que el estudiante egresado de la carrera licenciatura en Psicología _____, se encuentra realizando y que ha solicitado de mi consentimiento, para difundir la información en medios sociales (Facebook, YouTube y otros) facilitando a las instituciones universitarias, a todas aquellas personas interesadas y del área de la psicología una significativa, interesante y novedosa exploración de la IE, para lo cual actúo consecuente, libre y voluntariamente en el proceso de proyección de la información facilitada.

Firma: _____, Fecha: _____.

ANEXO N° 5.
RESULTADOS DE LAS ESCALAS DE INTELIGENCIA EMOCIONAL, APLICADAS A JOVENES.

RESULTADOS DE ESCALA DE INTELIGENCIA EMOCIONAL (EIE)

Universidad Modular Abierta, San Miguel, (UMA)									
N°	Estudiante	Sexo	Edad	Auto conciencia	Autocontrol	Motivación	Empatía	Rel. Sociales	Nivel de IE
1	FJAM	M	17	36	30	34	41	40	181 Nivel intermedio
2	E del CRL	F	18	29	46	51	58	42	226 Nivel bueno
3	EECC	M	18	43	38	47	47	42	217 Nivel bueno
4	DSNM	F	19	44	37	42	55	48	226 Nivel bueno
5	KCH	F	19	27	31	30	40	27	155 Nivel intermedio
6	VEM	F	21	46	41	46	53	46	232 Nivel bueno
7	CDVS	F	21	36	46	43	44	46	215 Nivel bueno
8	SETS	F	24	30	31	28	50	31	170 Nivel intermedio
9	JLMG	M	28	52	51	47	54	47	251 Nivel Excelente
10	BES de P	F	35	46	46	45	38	37	212 Nivel bueno
Universidad de Oriente (UNIVO)									
N°	Estudiante	Sexo	Edad	Auto conciencia	Autocontrol	Motivación	Empatía	Rel. Sociales	Nivel de IE
11	MBGB	F	17	36	38	55	46	45	220, Nivel bueno
12	JRAF	F	17	36	41	38	45	42	202 Nivel bueno
13	DECC	F	17	29	44	47	46	43	209 Nivel bueno
14	JMAC	F	17	39	42	50	38	40	209 Nivel bueno
15	JAGA	M	17	42	44	50	49	39	224 Nivel bueno
16	MVCR	F	17	42	27	37	40	44	190 Nivel intermedio
17	MICV	F	17	42	45	46	55	47	235 Nivel bueno
18	CSML	F	17	43	36	46	44	50	219 Nivel bueno
19	AAMA	M	17	43	36	37	41	39	196 Nivel intermedio
20	DJHV	M	17	33	32	42	45	36	188 Nivel intermedio
21	LIP	F	17	39	46	51	51	54	241 Nivel

									bueno
22	KAVB	F	17	32	38	35	42	35	182 Nivel intermedio
23	KXMP	F	18	30	34	32	32	38	166 Nivel intermedio
24	GMER	F	18	28	36	28	31	33	156 Nivel intermedio
25	SAGB	F	18	41	39	41	54	39	214 Nivel bueno
26	HDGF	M	18	38	39	33	46	39	195 Nivel intermedio
27	K de JAA	F	18	31	30	27	40	33	161 Nivel intermedio
28	E de JGQ	M	18	46	39	36	52	36	209 Nivel bueno
29	SG del CA	F	18	31	34	43	47	32	187 Nivel intermedio
30	JGCP	F	18	32	33	35	38	32	170 Nivel intermedio
31	DEHH	F	18	48	50	60	54	48	260 Nivel bueno
32	MAPH	F	19	30	24	30	33	28	145 Bajo nivel
33	LHPA	F	19	39	33	41	43	33	189 Nivel intermedio
34	EFMM	M	19	28	36	33	47	38	182 Nivel intermedio
35	WMCR	M	20	34	46	48	48	45	221 Nivel bueno
Universidad Gerardo Barrios, San Miguel, (UGB)									
N°	Estudiante	Sexo	Edad	Auto conciencia	Autocontrol	Motivación	Empatía	Rel. Sociales	Nivel de IE
36	PMAG	F	17	36	46	44	49	48	223 Nivel bueno
37	MEMP	M	17	34	32	39	42	37	184 Nivel intermedio
38	KJVB	F	17	33	28	31	55	50	197 Nivel intermedio
39	SEAZ	F	17	29	37	47	44	45	202 Nivel bueno
40	RNMG	F	17	38	43	31	49	36	197 Nivel intermedio
41	MBGS	F	17	45	46	52	31	40	214 Nivel bueno
42	BMCP	F	17	29	32	40	41	40	182 Nivel intermedio
43	GVSV	F	17	47	42	40	54	43	226 Nivel bueno
44	GLOS	F	18	41	34	55	51	39	220 Nivel bueno
45	EJMP	M	18	43	37	46	42	37	205 Nivel bueno
46	AMAV	F	18	30	26	41	47	42	186 Nivel intermedio
47	VMSH	F	18	25	36	38	50	33	182 Nivel

									intermedio
48	BCGC	F	18	37	31	32	48	46	194 Nivel intermedio
49	YEGH	F	18	38	42	42	47	37	206 Nivel bueno
50	KSML	F	18	33	36	37	47	45	198 Nivel intermedio
51	IHBS	M	18	30	48	39	30	30	177 Nivel intermedio
52	KJCL	F	18	42	36	44	44	38	204 Nivel bueno
53	AIHA	F	18	28	44	37	47	44	200 Nivel intermedio
54	SYMS	F	18	23	18	34	41	36	152 Nivel intermedio
55	BLRH	F	18	39	27	37	44	39	186 Nivel intermedio
56	LOVV	M	19	45	38	35	45	41	204 Nivel bueno
57	RJMJ	M	19	30	34	38	39	34	175 Nivel intermedio
58	JSOM	F	19	33	44	39	53	49	218 Nivel bueno
59	MAAJ	M	19	34	35	39	44	35	187 Nivel intermedio
60	MGGR	F	19	32	24	32	42	27	157 Nivel intermedio

Universidad de El Salvador, Facultad Multidisciplinaria Oriental, (UES-FMO)

N°	Estudiante	Sexo	Edad	Auto conciencia	Autocontrol	Motivación	Empatía	Rel. Sociales	Nivel de IE
61	RLEG	F	17	28	34	28	44	33	167 Nivel intermedio
62	JMVJ	M	17	24	27	34	36	39	160 Nivel intermedio
63	CVJV	F	17	26	34	30	40	37	167 Nivel intermedio
64	LMMR	F	17	30	39	32	45	38	184 Nivel intermedio
65	YAPA	F	17	24	26	24	44	39	157 Nivel intermedio
66	KJGP	F	17	27	23	40	47	36	173 Nivel intermedio
67	DSCG	F	17	38	35	36	38	32	179 Nivel intermedio
68	EACG	F	17	43	41	41	50	35	210 Nivel bueno
69	WMR	F	17	36	37	42	23	45	183 Nivel intermedio
70	TBLM	F	17	28	25	30	44	30	157 Nivel intermedio
71	LMV	F	17	40	48	51	31	44	214 Nivel bueno
72	MPGM	F	17	28	24	37	42	43	174 Nivel intermedio
73	AGFG	F	17	27	26	34	32	26	145 Bajo nivel

74	LGMF	F	17	24	27	32	47	37	167 Nivel intermedio
75	FVPA	F	17	41	48	47	44	34	214 Nivel bueno
76	EJHM	M	17	40	36	37	40	36	189 Nivel intermedio
77	JMGF	F	18	23	29	44	41	30	167 Nivel intermedio
78	AEZH	F	18	24	38	34	45	36	177 Nivel intermedio
79	AAPL	F	18	31	37	56	44	30	198 Nivel intermedio
80	MDBM	M	18	37	28	34	46	44	189 Nivel intermedio
81	DSGC	M	18	42	33	34	39	42	190 Nivel intermedio
82	GLMR	F	18	36	31	41	50	42	200 Nivel intermedio
83	JJGA	M	18	28	31	33	43	40	175 Nivel intermedio
84	MATB	F	18	30	33	38	37	46	184 Nivel intermedio
85	RYIP	F	18	46	35	39	38	31	189 Nivel intermedio
86	MJP	F	18	48	44	32	53	45	222 Nivel bueno
87	AMPR	F	18	25	30	32	40	38	165 Nivel intermedio
88	SCBM	F	18	31	31	35	46	37	180 Nivel intermedio
89	FPCS	M	19	26	23	22	47	36	154 Nivel intermedio
90	MBMR	M	19	45	42	55	57	51	250 Nivel bueno
91	EMCG	M	19	24	24	25	30	30	133 Bajo nivel
92	JSRG	F	19	35	27	29	42	32	165 Nivel intermedio
93	JAPZ	M	19	32	39	43	42	43	199 Nivel intermedio
94	AMRA	F	19	50	52	53	50	45	250 Nivel bueno
95	JEAM	F	19	38	34	28	40	37	177 Nivel intermedio
96	JSGT	M	19	46	40	41	42	40	209 Nivel bueno
97	SGSB	F	19	36	39	39	46	38	198 Nivel intermedio
98	KAP	M	20	43	35	37	32	36	183 Nivel intermedio
99	ISMA	F	20	40	33	37	45	39	194 Nivel intermedio
100	PFSJ	M	20	27	41	29	37	34	168 Nivel intermedio

DE MANERA GENERAL SE REFLEJAN LOS RESULTADOS OBTENIDOS SEGÚN LA ESCALA DE INTELIGENCIA EMOCIONAL (EIE) DONDE SE TIENE QUE; 1 SE UBICA EN NIVEL EXCELENTE, 3 BAJO NIVEL, 35 EN NIVEL BUENO Y 61 EN NIVEL INTERMEDIO DE INTELIGENCIA EMOCIONAL.

RESULTADOS DE: TRAIT META – MOOD SCALE (TMMS-24)

Universidad Modular Abierta, San Miguel, (UMA)									
N°	Estudiante	Sexo	Edad	Percepción E	Comprensión E	Regulación E	Valoración de percepción E	Valoración de comprensión E	Valoración de regulación E
1	FJAM	M	17	26	27	22	Adecuada	Adecuada	Debe mejorar
2	E del CRL	F	18	15	23	37	Debe mejorar P., presta poca atención	Debe mejorar	Excelente
3	EECC	M	18	31	39	28	Adecuada	Excelente	Adecuada
4	DSNM	F	19	28	35	26	Adecuada	Excelente	Adecuada
5	KCH	F	19	21	26	24	Debe mejorar P., presta poca atención	Adecuada	Adecuada
6	VEM	F	21	26	33	31	Adecuada	Adecuada	Adecuada
7	CDVS	F	21	27	37	31	Adecuada	Excelente	Adecuada
8	SETS	F	24	30	29	30	Adecuada	Adecuada	Adecuada
9	JLMG	M	28	32	40	36	Adecuada	Excelente	Excelente
10	BES de P	F	35	23	21	26	Debe mejorar P., presta poca atención	Debe mejorar	Adecuada
Universidad de Oriente (UNIVO)									
N°	Estudiante	Sexo	Edad	Percepción E	Comprensión E	Regulación E	Valoración de percepción E	Valoración de comprensión E	Valoración de regulación E
11	MBGB	F	17	37	33	38	Debe mejorar p, presta demasiada atención	Adecuada	Excelente
12	JRAF	F	17	27	33	32	Adecuada	Adecuada	Adecuada
13	DECC	F	17	21	21	24	Debe mejorar p, presta poca atención	Debe mejorar	Adecuada
14	JMAC	F	17	26	29	31	Adecuada	Adecuada	Adecuada
15	JAGA	M	17	28	35	38	Adecuada	Adecuada	Excelente
16	MVCR	F	17	26	37	34	Adecuada	Excelente	Adecuada
17	MICV	F	17	30	36	33	Adecuada	Excelente	Adecuada
18	CSML	F	17	32	33	29	Adecuada	Adecuada	Adecuada
19	AAMA	M	17	29	29	36	Adecuada	Adecuada	Excelente
20	DJHV	M	17	26	24	22	Adecuada	Debe mejorar comprensión	Debe mejorar R.
21	LIP	F	17	26	36	40	Adecuada	Excelente	Excelente
22	KAVB	F	17	23	29	31	Adecuada	Adecuada	Excelente

23	KXMP	F	18	20	24	22	Debe mejorar p, presta poca atención	Adecuada	Debe mejorar R.
24	GMER	F	18	29	22	24	Adecuada	Debe mejorar	Adecuada
25	SAGB	F	18	36	34	38	Debe mejorar p, presta demasiada atención	Adecuada	Excelente
26	HDGF	M	18	28	30	33	Adecuada	Adecuada	Excelente
27	K de JAA	F	18	28	19	30	Adecuada	Debe mejorar	Adecuada
28	E de JGQ	M	18	34	35	36	Debe mejorar p, presta demasiada atención	Adecuada	Excelente
29	SG del CA	F	18	25	25	32	Adecuada	Adecuada	Adecuada
30	JGCP	F	18	20	19	23	Debe mejorar p., presta poca atención	Debe mejorar	Debe mejorar
31	DEHH	F	18	22	39	29	Adecuada	Excelente	Adecuada
32	MAPH	F	19	29	26	26	Adecuada	Adecuada	Adecuada
33	LHPA	F	19	25	29	32	Adecuada	Adecuada	Adecuada
34	EFMM	M	19	21	22	34	Debe mejorar p., presta poca atención	Debe mejorar	Adecuada
35	WMCR	M	20	35	38	39	Debe mejorar p., presta demasiada atención	Excelente	Excelente

Universidad Gerardo Barrios, San Miguel, (UGB)

N ^o	Estudiante	Sexo	Edad	Percepción E	Comprensión E	Regulación E	Valoración de percepción E	Valoración de comprensión E	Valoración de regulación E
36	PMAG	F	17	29	27	38	Adecuada	Adecuada	Excelente
37	MEMP	M	17	22	20	38	Adecuada	Debe mejorar	Excelente
38	KJVB	F	17	30	27	30	Adecuada	Adecuada	Adecuada
39	SEAZ	F	17	34	31	32	Adecuada	Adecuada	Adecuada
40	RNMG	F	17	33	32	29	Adecuada	Adecuada	Adecuada
41	MBGS	F	17	18	37	25	Debe mejorar p., presta poca atención	Excelente	Adecuada
42	BMCP	F	17	24	21	20	Debe mejorar p., presta poca atención	Debe mejorar	Debe mejorar
43	GVSV	F	17	30	29	38	Adecuada	Adecuada	Excelente
44	GLOS	F	18	21	22	28	Debe mejorar p., presta poca atención	Debe mejorar	Adecuada
45	EJMP	M	18	20	30	39	Debe mejorar p., presta poca atención	Adecuada	Excelente
46	AMAV	F	18	30	29	33	Adecuada	Adecuada	Adecuada
47	VMSH	F	18	39	38	39	Debe mejorar p., presta demasiada atención	Excelente	Excelente
48	BCGC	F	18	31	30	23	Adecuada	Adecuada	Debe mejorar

49	YEGH	F	18	25	22	24	Adecuada	Debe mejorar	Adecuada
50	KSML	F	18	19	20	30	Debe mejorar p., presta poca atención	Debe mejorar	Adecuada
51	IHBS	M	18	8	32	32	Debe mejorar p., presta poca atención	Adecuada	Adecuada
52	KJCL	F	18	32	29	32	Adecuada	Adecuada	Adecuada
53	AIHA	F	18	28	28	29	Adecuada	Adecuada	Adecuada
54	SYMS	F	18	30	16	31	Adecuada	Debe mejorar	Adecuada
55	BLRH	F	18	33	38	31	Adecuada	Excelente	Adecuada
56	LOVV	M	19	29	30	36	Adecuada	Adecuada	Excelente
57	RJMJ	M	19	34	35	39	Debe mejorar p., presta demasiada atención	Adecuada	Excelente
58	JSOM	F	19	35	33	39	Adecuada	Adecuada	Excelente
59	MAAJ	M	19	30	25	34	Adecuada	Adecuada	Adecuada
60	MGGR	F	19	23	22	31	Debe mejorar p., presta poca atención	Debe mejorar	Adecuada
Universidad de El Salvador, Facultad Multidisciplinaria Oriental, (UES-FMO)									
N°	Estudiante	Sexo	Edad	Percepción E	Comprensión E	Regulación E	Valoración de percepción E	Valoración de comprensión E	Valoración de regulación E
61	RLEG	F	17	30	18	22	Adecuada	Debe mejorar	Debe mejorar
62	JMVJ	M	17	31	32	29	Adecuada	Adecuada	Adecuada
63	CVJV	F	17	28	23	29	Adecuada	Debe mejorar	Adecuada
64	LMMR	F	17	27	27	31	Adecuada	Adecuada	Adecuada
65	YAPA	F	17	26	25	28	Adecuada	Adecuada	Adecuada
66	KJGP	F	17	37	22	31	Debe mejorar p., presta demasiada atención	Debe mejorar	Adecuada
67	DSCG	F	17	27	36	39	Adecuada	Excelente	Excelente
68	EACG	F	17	17	25	33	Debe mejorar p., presta poca atención	Adecuada	Adecuada
69	WMR	F	17	36	33	29	Debe mejorar p., presta demasiada atención	Adecuada	Adecuada
70	TBLM	F	17	29	24	34	Adecuada	Adecuada	Adecuada
71	LMV	F	17	24	34	34	Debe mejorar p., presta poca atención	Adecuada	Adecuada
72	MPGM	F	17	25	23	27	Adecuada	Debe mejorar	Adecuada
73	AGFG	F	17	28	21	26	Adecuada	Debe mejorar	Adecuada
74	LGMF	F	17	32	21	23	Adecuada	Debe mejorar	Adecuada
75	FVPA	F	17	32	27	28	Adecuada	Adecuada	Adecuada
76	EJHM	M	17	21	33	30	Debe mejorar p., presta poca atención	Adecuada	Adecuada
77	JMGF	F	18	38	36	39	Debe mejorar p., presta demasiada atención	Excelente	Excelente

78	AEZH	F	18	16	30	38	Debe mejorar p., presta poca atención	Adecuada	Excelente
79	AAPL	F	18	23	25	33	Debe mejorar p., presta poca atención	Adecuada	Adecuada
80	MDBM	M	18	26	26	36	Adecuada	Adecuada	Excelente
81	DSGC	M	18	32	29	32	Adecuada	Adecuada	Adecuada
82	GLMR	F	18	33	24	33	Adecuada	Adecuada	Adecuada
83	JJGA	M	18	29	23	30	Adecuada	Debe mejorar	Adecuada
84	MATB	F	18	24	28	26	Debe mejorar p., presta poca atención	Adecuada	Adecuada
85	RYIP	F	18	26	27	28	Adecuada	Adecuada	Adecuada
86	MJP	F	18	32	40	40	Adecuada	Excelente	Excelente
87	AMPR	F	18	25	19	28	Adecuada	Debe mejorar	Adecuada
88	SCBM	F	18	32	29	25	Adecuada	Adecuada	Adecuada
89	FPCS	M	19	30	26	27	Adecuada	Adecuada	Adecuada
90	MBMR	M	19	36	37	34	Debe mejorar p., presta demasiada atención	Excelente	Adecuada
91	EMCG	M	19	27	26	34	Adecuada	Adecuada	Adecuada
92	JSRG	F	19	29	18	26	Adecuada	Debe mejorar	Adecuada
93	JAPZ	M	19	20	28	34	Debe mejorar p., presta poca atención	Adecuada	Adecuada
94	AMRA	F	19	18	38	27	Debe mejorar p., presta poca atención	Excelente	Adecuada
95	JEAM	F	19	29	25	28	Adecuada	Adecuada	Adecuada
96	JSGT	M	19	26	39	36	Adecuada	Excelente	Excelente
97	SGSB	F	19	30	36	40	Adecuada	Excelente	Excelente
98	KAP	M	20	23	27	20	Adecuada	Adecuada	Debe mejorar
99	ISMA	F	20	32	26	37	Adecuada	Adecuada	Excelente
100	PFSJ	M	20	21	20	28	Debe mejorar p., presta poca atención	Debe mejorar	Adecuada

DE MANERA GENERAL SEGÚN LOS RESULTADOS OBTENIDOS EN LA ESCALA TRAIT META – MOOD SCALE (TMMS-24) SE TIENE QUE; EN PERCEPCIÓN EMOCIONAL 10 JOVENES DEBEN MEJORAR PORQUE PRESTAN DEMASIADA ATENCIÓN, 23 DEBEN MEJORAR PORQUE PRESTAN POCA ATENCIÓN Y 67 POSEEN ADECUADA PERCEPCIÓN, EN CUANTO A COMPRESIÓN EMOCIONAL, 19 JOVENES, SE UBICAN EN LA PUNTUACION EXCELENTE, 25 DEBEN MEJORAR Y 56 ESTAN EN ADECUADA COMPRESION, FINALMENTE REGULACIÓN EMOCIONAL, REFLEJA QUE 8 JOVENES DEBEN MEJORAR, 27 SE UBICAN EN LA PUNTUACION EXCELENTE Y 65 POSEEN ADECUADA REGULACIÓN.

ANEXO N° 6

CRONOGRAMA DE ACTIVIDADES.																												
“PERFIL DE INTELIGENCIA EMOCIONAL DE ESTUDIANTES DE PRIMER AÑO DE LA CARRERA LICENCIATURA EN PSICOLOGÍA DE LAS UNIVERSIDADES DE LA CIUDAD DE SAN MIGUEL, DURANTE EL AÑO DE 2016”																												
ACTIVIDADES.	Febrero				Marzo				Abril				Mayo				Junio				Julio				Agosto			
	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
Elaboración de perfil de investigación	X																											
Inscripción de tema		X																										
Elaboración del protocolo de investigación			X	X	X	X	X	X	X	X																		
Validación de instrumento											X	X																
Aplicación del instrumento														X	X	X												
Informe final																		X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	
Asesorías	X		X		X	X		X	X		X		X		X		X		X		X	X	X		X	X		
Defensa de trabajo de grado																											X	