

UNIVERSIDAD ABIERTA INTERAMERICANA
FACULTAD DE PSICOLOGIA



**“INTELIGENCIA EMOCIONAL EN ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS
DE PRIMER Y QUINTO AÑO DE LA CARRERA DE PSICOLOGIA DE UAI
(UNIVERSIDAD ABIERTA INTERAMERICANA) DE BUENOS AIRES “**

Tesis de grado para optar al título de *Licenciado en Psicología*

Autor: Kevin Cabrera

Tutor: Pais, Ernesto

Co-Tutor: Baldivia Agustin

Buenos Aires, octubre, 2020



Agradecimientos

Me han explicado que la sinceridad es una de las características fundamentales que definen la integridad de una persona, por lo que la tendré en cuenta en cada párrafo de este trabajo. A lo largo de mis años de estudio, he conocido pocas personas que cuales han contribuido de alguna u otra forma a mi crecimiento tanto personal como académico, personas a las cuales agradecer este trabajo. Desde mi infancia. mis padres siempre fueron el pilar más importante en mi vida, les agradezco por haberme criado y enseñado a crear y desarrollar mis valores y convicciones, a entender que el estudio abre miles de puertas, que llevan a lugares hermosos como lo es una universidad. Por brindarme los recursos intelectuales, económicos y afectivos para que hoy pueda haber llegado donde me encuentro en este momento. En mi ciclo académico conocí pocos educadores, profesores, artistas de la enseñanza que realmente “enseñaran” en el verdadero sentido de la palabra, Maximiliano Preuss, quien me extendió una mano amiga en momentos de duda, un educador ejemplo, con excelentes valores, dispuesto a sacrificar horas de su tiempo para que esta investigación sea posible. Que continúe enseñando estos valores importantes a las futuras generaciones de colegas. A mi director de tesis, Ernesto Pais, una excelente persona y profesor, quien decidido ayudarme a llevar a cabo esta investigación cuando nadie más podía o quería. A mi compañero, amigo y co-tutor Agustin Baldivia, quien desde sus conocimientos me oriento en momentos de duda y presto de su tiempo para poder hacer esta investigación posible. Por último, Gracias a mí mismo, por ser mi ambición mi motivación más grande, por darme el tiempo de aprender tantas lecciones por mí mismo, entendiendo que a veces no es importante caer, sino levantarse, que no existen los problemas sino situaciones de aprendizaje, que si no se gana se aprende. Dicha voluntad ha crecido con los años y para mi representa un orgullo haber aprendido tanto.

Título

“Inteligencia Emocional en estudiantes de 1º primer y 5º quinto año de la carrera de Licenciatura en Psicología de la Universidad Abierta Interamericana, Provincia de Buenos Aires”

Resumen

En la presente investigación se comparará el nivel de inteligencia emocional (IE) en alumnos del primer año y quinto año de la carrera de Licenciatura en Psicología, conformando una muestra de 100 participantes. Se utilizó el instrumento Trait Meta-Mood Scale -24 (TMMS - 24), el cual es una adaptación de Fernández-Berrocal, P., Extremera, N. y Ramos, N. (2004) del Trait Meta-Mood Scale (TMMS-48) de Salovey, Mayer, Goldman, Turvey y Palfai (1995), para evaluar la IEP. Los resultados arrojados muestran un mayor nivel de IEP en los estudiantes que cursan el quinto año de la carrera de psicología por los que cursan el primero. Esto sugiere que los estudiantes del quinto año que cursan la carrera de Lic. en Psicología presentan mayor capacidad para percibir y expresar sus emociones con precisión, pueden utilizar las emociones para facilitar su actividad cognitiva, comprenden las emociones y las regulan correctamente para promover el crecimiento personal y emocional.

Palabras claves: Inteligencia emocional – Estudiantes Universitarios – Psicología —
TMMS- 24 - Buenos Aires.

Abstract

In this research, the level of emotional intelligence (EI) in students of the first year and fifth year of the Bachelor's degree in Psychology will be compared, forming a sample of (N = X). The Trait Meta-Mood Scale -24 (TMMS - 24) instrument was used, which is an adaptation of Fernández-Berrocal, P., Extremera, N. and Ramos, N. (2004) of the Trait Meta-Mood Scale (TMMS -48) by Salovey, Mayer, Goldman, Turvey, and Palfai (1995), to evaluate IEP. The results obtained show a higher level of IEP in the students who are in the fifth year of the psychology degree than those who are in the first. This suggests that fifth-year students studying for a Bachelor's degree in Psychology have a greater ability to perceive and express their emotions accurately, they can use emotions to facilitate their cognitive activity, understand emotions and regulate them correctly to promote growth personal and emotional.

Keywords: Emotional Intelligence - University Students - Psychology - Computer Engineering
- TMMS- 24 - Buenos Aires.

Indices

Tabla de contenido

Agradecimientos	0
Titulo	1
Resumen	1
Abstract	2
Capítulo I.....	6
Introducción	6
Antecedentes	6
1. Antecedentes de Latinoamérica y España	
9	
2. Antecedentes Nacionales	
13	
3. Estudios Relacionados	
14	
Capitulo II.....	16
Marco teórico	16
Inteligencia Emocional	16
¿Qué son las Emociones?	20
¿Para qué sirven?	23

Modelos de Inteligencia Emocional	27
Herramientas de aumento de nivel de Inteligencia Emocional	35
Consecuencias de niveles bajos de Inteligencia Emocional.....	37
Anatomía de un Asalto Emocional	Error! Bookmark not defined.
Origen de la Inteligencia Emocional	38
Instrumento.....	41
Capítulo III	43
Metodología	43
Planteamiento del Problema	43
Objetivo General.....	43
Objetivos Específicos.....	43
Hipótesis.....	44
Criterios	44
Relevancia y Justificación.....	45
Diseño	46
Participantes	46
Técnica de Recolección de Datos.....	46
Procedimiento.....	46
Limitaciones	48
Capítulo IV	49

Pruebas de Normalidad	55
Caracterización de la muestra.....	Error! Bookmark not defined.
Datos sociodemográficos de la muestra en total	49
Datos sociodemográficos según la edad	49
Resultado de la comparación de las variables en la muestra en total	Error! Bookmark not defined.
Resultado de la comparación de las variables según la edad	Error! Bookmark not defined.
Resultado de la comparación de las variables según el sexo	Error! Bookmark not defined.
Resultado de la comparación de las variables según la carrera previa ...	Error! Bookmark not defined.
Comparación entre las variables y los grupos	Error! Bookmark not defined.
Análisis de Datos	Error! Bookmark not defined.
Resultados	62
Capítulo V	69
Conclusión y Discusión	69
Capítulo VI	77
Anexo.....	77
Instrumento.....	77
Datos Sociodemográficos.....	80

Capítulo VII.....	81
Referencias.....	81

Capítulo I

Introducción

A lo largo de los años, el concepto de Inteligencia Emocional fue tomando relevancia poco a poco, primeramente, en el campo de la ciencia, con las investigaciones icono de dos figuras reconocidas, Peter Salovey, profesor y rector de la Universidad de Yale y John Mayer profesor de la Universidad de New Hampshire, quienes fueron los que crearon el termino, que más adelante, Daniel Goleman popularizaría con su libro “Inteligencia Emocional” estableciendo que las personas emocionalmente inteligentes tienden a ser más independientes, tener mejor sentido del humor, ser más pacientes y optimistas, además suelen poseer una mayor confianza en sí mismo, al igual que una mayor estabilidad emocional (Goleman, La Inteligencia Emocional, 1995). Mayer y Salovey junto con su grupo de investigadores hicieron hincapié en crear una visión científica de un concepto tan abstracto como era cuando fue creado, lo que llaman “Emoción”, ya que antes de la revolución cognitiva de los 50’, emoción y razonamiento eran conceptos opuestos, dejándolas fuera de los contextos educativos y educativos (DeMarrais & Tisdale, 2002).

Actualmente, gracias a los aportes de autores como (Maturana, 2001) podemos afirmar que todo sistema emocional se sostiene sobre un sistema racional, dando a entender que las emociones funcionan como herramientas clave y base para la supervivencia del hombre y las

cuales junto con el razonamiento fueron evolucionando para cumplir la meta más primigenia del hombre; Subsistir.

Por tanto, se da a entender que afectividad e inteligencia hoy pueden funcionar como un solo sistema. Pero en la actualidad, el sistema educativo universitario En su currículo pocas oportunidades para abordar de manera explícita como objeto de enseñanza/aprendizaje cuestiones referidas a la IE, por lo que los estudiantes son cultivados con conceptualización teórica y herramientas técnicas para realizar su profesión, pero no siempre en las carreras universitarias se promueve de manera sistemática el desarrollo emocional de los estudiantes, con el fin de evitar situaciones desfavorables como, por ejemplo, la procrastinación académica (Clariana, Cladellas, Badia, & Gotzens, La influencia del género en variables de la personalidad que condicionan el genero, 2011) quienes encontraron una relación negativa significativa en estudiantes universitarios, entendiendo que los estudiantes que presentaban bajos niveles de Inteligencia Emocional, eran más propensos a procrastinar durante la carrera presentando problemas en el aprendizaje y la utilización de estrategias metacognitivas además de que suelen obtener calificaciones más bajas, siendo a su vez, menos resistentes a estímulos distractores según afirma (Howell & Watson, 2007). Debido a esta necesidad surge el interrogante de conocer si el nivel de Inteligencia Emocional de los estudiantes que cursan el 5º año de la carrera de Psicología, es más alto que el nivel de Inteligencia Emocional de los estudiantes que cursan el 1º año, con el fin de descubrir si las herramientas brindadas durante el transcurso de la carrera incrementa, detiene o disminuye el crecimiento emocional de los estudiantes de la carrera de Psicología, ya que se considera de suma importancia el desarrollo de la misma, debido que los estudiantes de hoy serán los profesionales de la salud de mañana.

Esta investigación considera que la inteligencia emocional constituye un factor relevante para los estudiantes universitarios, ya que es considerada incluso más importante que el nivel de Coeficiente Intelectual (CI), y si en la misma influyen factores como el género, la edad, la carrera universitaria elegida o si cursaron o no carreras previas. Se tratará la Inteligencia Emocional (IE) en alumnos de 1º primer y 5º año de la carrera universitaria de Licenciatura en Psicología, del distrito de Ituzaingó y San Telmo, dos de varias sedes de UAI, Buenos Aires, Argentina.

La Hipótesis plantea que los alumnos que cursan el 5º año de la carrera universitaria de Licenciatura en Psicología presentan un mayor nivel de Inteligencia Emocional que los alumnos que cursan el 1º año. Se aplicó una Metodología de tipo empírica analítica cuantitativa, con enfoque descriptivo comparativo. Para el mismo se aplicó el instrumento de medición que evalúa la inteligencia emocional intrapersonal percibida (atención a las emociones, claridad emocional y reparación emocional), la escala TMMS-24, una Adaptación de Fernández-Berrocal, P., Extremera, N. y Ramos, N. (2004) del Trait Meta-Mood Scale (TMMS-48) de Salovey, Mayer, Goldman, Turvey y Palfai (1995); en su versión abreviada y validada.

Se pretende conocer si el nivel de IE aumenta o disminuye en función de los años transitados dentro de la carrera de Psicología.

Se consideraron las escasas investigaciones a nivel nacional sobre la Inteligencia Emocional en el nivel universitario, debido a ser un concepto relativamente nuevo, y poco investigado en esta población en Argentina, sea por falta de información o gusto en particular, la mayoría de las investigaciones son extranjeras.

Esta tesis se articula en 7 capítulos: El primer capítulo, compuesta por la introducción, así como también los antecedentes, tanto nacionales, internacionales y relacionados que se llevaron a

cabo los últimos años. En el segundo capítulo se encuentra el marco teórico junto con definiciones, orígenes, desarrollos y modelos y autores. El tercer capítulo desarrolla la metodología de investigación, donde se describe el tipo de investigación, diseño de la investigación, muestra, variables y el instrumento utilizado.

En el cuarto capítulo, se muestran los resultados de la investigación, En el quinto capítulo se detalla la conclusión y discusión a la que se arribó luego de interpretar los resultados y reflexionar sobre los datos arrojados, así también se explican conclusiones y recomendaciones las cuales se estima sean de gran ayuda para facilitar el desarrollo de futuras investigaciones en el área.

Finalmente, en los últimos 2 capítulos se encuentran las fuentes y el anexo del instrumento utilizado para la recolección de datos.

Antecedentes

1. Antecedentes de Latinoamérica y España

En el trabajo de (Estrada, y otros, 2016), en “Inteligencia Emocional en estudiantes universitarios” compararon la Inteligencia Emocional (IE) en cuanto al sexo en 340 universitarios, utilizando el Trait Meta Mood Scale (TMMS- 24), elaborada por Salovey y Mayer; traducido por Fernández, Extremera y Ramos, descubriendo que los estudiantes presentaron una media alta en el factor de Reparación, seguido por el Factor Claridad, debido a esto se considera que los estudiantes poseen una adecuada percepción de sus estados emocionales, así como también descubrieron que los hombres regulan mejor sus estados emocionales.

También, (Neito, Miranda, Vazquez, & Montemayor, 2005) en “Perfil de Inteligencia Emocional en estudiantes universitarios de la carrera de Psicología” trataron de detectar el perfil

de inteligencia emocional de estudiantes universitarios de la carrera de psicología con una muestra de 208 estudiantes de dos universidades: una pública y otra privada. Llegaron a descubrir que el perfil indicó que más del 75% de los estudiantes poseen un nivel adecuado de inteligencia emocional.

Por otro lado, (Reyes & Diaz, 2003) en “Inteligencia emocional en estudiantes de la Universidad Nacional del Centro del Perú” investigaron sobre cuáles eran los niveles de inteligencia emocional predominantes en los estudiantes de Enfermería, evaluando un total de 195 estudiantes de 16 a 30 años de edad en toda la facultad, aplicando el inventario Emocional de BarOn y el inventario de coeficiente emocional (ICE), descubriendo que el sexo masculino presentaban bajos puntajes en el componente interpersonal y manejo de estrés, entendiendo que tienen dificultades para relacionarse con los demás y manejar las situaciones adversas, lo que genera el estrés, por otro lado, las mujeres presentaron bajos puntajes en adaptabilidad y manejo de estrés, lo que quiere decir que tienen dificultades para mantener el control en contextos nuevos y a su vez manejar el estrés. Finalmente afirmaban que los componentes de inteligencia emocional general, adaptabilidad y manejo de estrés (Subdimensiones del instrumento Bar-On), tienen niveles de riesgo y deberán ser mejorados al igual que la inteligencia emocional interpersonal en sexo masculino.

También, (Colorado, Garcia, Lizeth, & Ospino, 2012) en “ Características de Inteligencia Emocional y Genero es estudiantes de Psicología y Administración de Empresas de una universidad pública de Santa Marta” investigaron sobre la existencia de diferencias de género en las características de inteligencia emocional (IE) sobre una muestra de estudiantes universitarios de una institución pública de educación superior de Santa Marta, Colombia, a través de la aplicación del Trait Meta Mood-TMMS-24 de Fernández-Berrocal y Extremera.

Su estudio contó con la participación de 32 estudiantes de los cuales 16 pertenecen al programa de psicología y 16 al programa de administración de empresas en edades entre 17 a 30 años, distribuidos en 22 mujeres y 10 hombres. Sus resultados apuntaron a que no existen diferencias significativas entre el estado de los componentes de IE y el género, debido al trabajo realizado con tan poca muestra, la cual fue poco representativa de la totalidad de la población universitaria de la institución.

Pero, por otro lado, sí se evidenciaron diferencias entre el programa de psicología y administración en el componente atención emocional. Lo que quiere decir que los estudiantes de Psicología poseen mayores habilidades para percibir, atender, expresar emociones propias y en los demás, por sobre los estudiantes de Administración de Empresas.

A su vez, (Jimenez & Lopez-Safra, 2008) en “el Autoconcepto Emocional como factor de riesgo emocional en estudiantes universitarios según sexo y edad” trataron de comprobar si la Inteligencia Emocional Percibida podría actuar como un factor moderador del ajuste emocional en una muestra de 120 estudiantes universitarios de las carreras de Psicología y Psicopedagogía. Los resultados a los que arribaron demuestran que el factor Neuroticismo, es el que más se relaciona con la inteligencia emocional. Este factor indica que los estudiantes más inestables emocionalmente, presentan altas puntuaciones en percepción de emociones, es decir que atienden excesivamente a sus estados emocionales y se preocupan demasiado por ellos.

También descubrieron que los estudiantes que presentaron altas puntuaciones en inteligencia Emocional percibida (evaluada mediante el TMMS-24), se consideraron poseedores de una mayor estabilidad emocional, por lo que se reflejaron en bajas puntuaciones en el factor neuroticismo.

En cuanto al género, descubrieron que cuando los hombres y las mujeres muestran niveles bajos de neuroticismo, únicamente se encuentran diferencias en percepción emocional, lo que indica que las mujeres tienden a atender más a sus emociones que los hombres.

Por último, encontraron relación entre el valor de Inteligencia Emocional en los alumnos y su nota promedio hasta el momento, estando la carrera de Psicología en segundo lugar, superando al resto de carreras.

Posteriormente (Galvez, 2016), en “Relación entre la inteligencia emocional y la calidad de la educación en estudiantes de la universidad nacional de San Martín” estudiaron la relación entre inteligencia emocional y la calidad de la educación universitaria en una muestra de 356 estudiantes de ocho escuelas profesionales del primer al décimo ciclo, aplicando el instrumento Trait Meta-Mood Scale (TMMS-24), de Salovey y Mayer y la escala de percepción de la calidad de la educación universitaria llegando a la conclusión de que la Inteligencia Emocional es un factor relevante que contribuye a una buena calidad de educación universitaria.

Por otra parte, (Pacheco & Berrocal, 2004) en “Inteligencia emocional, calidad de las relaciones interpersonales y empatía en estudiantes universitarios” Examinaron las conexiones entre inteligencia emocional, evaluada con medidas de autoinforme y de habilidad, la calidad de las relaciones interpersonales y la empatía en estudiantes universitarios, así como también cual es la contribución de la inteligencia emocional como predictor de estas dimensiones en 184 estudiantes universitarios, para finalmente encontrar asociaciones significativas en los diferentes aspectos de la inteligencia emocional y las dimensiones de relaciones interpersonales y empatía.

De otra manera, (Montes, Pretes, & Boutureira, 2018) En “Las emociones en la vida universitaria: análisis de la relación entre autoconocimiento emocional y autorregulación emocional en jóvenes universitarios” aplicaron la escala CARE, la cual mide autoconocimiento y autorregulación emocional, aplicada en universitarios colombianos.

Su muestra estuvo compuesta por 356 sujetos, que cursaban carreras profesionales en tres universidades de Cartagena de Indias.

Entre sus hallazgos revelaron que, a mayor percepción e identificación de las emociones, mayor es la probabilidad de desarrollar tolerancia a la frustración.

De igual manera, hallaron que la capacidad de hablar abiertamente de las emociones y de reconocer señales emocionales internas aumenta en gran medida la probabilidad de regular los impulsos emocionales, de generar estrategias de afrontamiento y de desarrollar tolerancia a la frustración.

Por otra parte, descubrieron que, en cuanto a la edad, los participantes situados en el rango de la adultez temprana presentaron mayores niveles de autoconocimiento emocional que los que se hallan en las etapas de adolescencia temprana y tardía. También afirmaban que entre más avanzamos en nuestro ciclo de desarrollo, mayor es la capacidad para evaluar las emociones,

Finalmente, en cuanto al género hallaron que las mujeres presentaban mayores niveles de autoconocimiento emocional que los hombres.

2. Antecedentes Nacionales

En un principio, (Mikulic, Crespi, & Cassullo, 2010) en “Evaluación de la Inteligencia Emocional, Satisfacción Vital y Potencial Resiliente en estudiantes de Psicología” Indagaron sobre la relación entre estos constructos en una muestra de 98 estudiantes de los últimos años del ciclo general de la universidad pública (UBA). Ellos descubrieron que los participantes con un alto nivel de Inteligencia Emocional muestran mayor Satisfacción Vital, así como mayores

factores de Protección Personal, Familias y Fuentes de Resiliencia. Otro descubrimiento importante es que advierten que el constructo Inteligencia Emocional es una dimensión sumamente relevante que debe tenerse en cuenta dentro de las variables que influyen en el comportamiento y el bienestar de una persona. Bajo estos resultados afirman que el desarrollo de la Inteligencia Emocional dentro del ámbito educativo debe ser considerada como una tarea necesaria, tomando a los contextos educativos como lugares de privilegio para promover estas habilidades que contribuyen de manera positiva al bienestar personal y social de los sujetos.

3. Estudios Relacionados

En un principio, (Medrano & Trogolo, 2014) en “Validación de la Escala de Dificultades en la Regulación Emocional en la población universitaria de Córdoba” presentaron una adaptación de la Escala de Dificultades en la Regulación Emocional (DERS) en 211 universitarios provenientes de diferentes carreras de la universidad de Córdoba, descubriendo que según el género, solo el factor Falta de Claridad Emocional resultó superior en mujeres, entendiendo que las mujeres presentan algunas dificultades para evaluar la percepción que tienen sobre la comprensión de sus propios estados emocionales. Los resultados obtenidos son prometedores y posibilitan el desarrollo de nuevas investigaciones que indaguen el rol de la regulación emocional en estudiantes universitarios

Anteriormente, (Ospino & Colorado, 2012) en “ Características de inteligencia emocional y su relación con la ideación suicida en una muestra de estudiantes de Psicología” Indagaron sobre la existencia de relación entre la ideación suicida (IS) y las características de inteligencia emocional (IE) en 157 estudiantes de psicología de una universidad estatal del departamento de Magdalena utilizando los instrumentos el Trait Meta Mood Scale-24 y la Escala de Ideación Suicida de Beck obteniendo resultados que muestran que la Ideación Suicida en estudiantes de Psicología es del

5,1%, aunque los estados en las habilidades de IE eran adecuadas y la relación entre la IS y el componente Reparación Emocional era negativa, es decir, menor es el nivel de Reparación Emocional, mayor es la ideación suicida.

Capítulo II

Marco teórico

Inteligencia Emocional

Comencemos definiendo que es la “Inteligencia Emocional”, por su abreviación “IE”. La palabra “Inteligencia” según marcan distintos autores tiene origen del latín “*Intelligentia*” está conformada por, “*Intus Lego*” que significa Leer dentro de mí, o de “*Inter Legere*” que significa Leer entre líneas, estos términos fueron acuñados por Cicerón I en el siglo I a.c.

Por otro lado, “Emoción” tiene origen en la palabra “*motere*” del verbo latino “*mover*” además del prefijo “*e*” que significa alejarse, lo que refiere que toda emoción acarrea un impulso a la acción (Goleman, La Inteligencia Emocional, 1995). Según sostienen sus creadores, (Mayer & Salovey, 1997), quienes acuñaron el termino, la Inteligencia Emocional representa:

Una característica de la inteligencia social que incluye un conjunto de capacidades que explican las diferencias individuales en el modo de percibir y comprender las emociones. Dichas capacidades son las de supervisar los sentimientos y las emociones propias, así como las de los demás, de discriminar entre ellas, y usar la información para guiar el pensamiento y las acciones.

A lo largo de su existencia, la IE obtuvo varias definiciones según (Mayer & Cobb, 2000), la inteligencia emocional se convierte en una habilidad para procesar la información emocional que incluye la percepción, la asimilación, la comprensión y la dirección de las emociones. (Weisinger, 1988) explica que la inteligencia emocional es el uso inteligente de las emociones. (Gardner, 1993) la define como “El potencial biosociológico para procesar información que puede generarse en el contexto cultural para resolver los problemas”.

Más adelante, (Mayer, Salovey, & Peter, 1997) definían a la Inteligencia Emocional como:

La capacidad para percibir, valorar y expresar emociones con exactitud, la capacidad para acceder a sentimientos que faciliten el pensamiento, la capacidad para comprender las emociones, tanto propias como las ajenas, y el conocimiento emocional y la capacidad para regular las emociones promoviendo el crecimiento personal e intelectual.

De hecho, uno de los autores más reconocidos y a quien el termino debe su popularidad a nivel global gracias a su trabajo en prensa en 1995 con su *Best Seller*, (Goleman, La Inteligencia Emocional, 1995) también nos brindó dos formas de definir la Inteligencia Emocional, una como un sistema de destrezas, actitudes, habilidades y competencias que determinan la conducta de un individuo, sus reacciones o sus estados mentales, y la otra, (Goleman, La Inteligencia Emocional, 1995) la define como una capacidad de reconocer nuestros propios sentimientos y los de los demás, de motivarnos y de manejar adecuadamente las relaciones.

En años posteriores, (Goleman, Working with emotional intelligence, 1998) cambia esta definición, por lo que ahora, la IE representa la capacidad para reconocer nuestros propios sentimientos y los de los demás, para motivarse y gestionar la emocionalidad en nosotros mismos y en las relaciones interpersonales.

Otro de los autores quien aporte luz sobre la IE a la comunidad científica, (Bar-On, 1997) explica que la IE es un conjunto de capacidades, competencias y habilidades no cognitivas que influyen la habilidad propia de tener éxito al afrontar aspectos relacionados del medio ambiente. Mas autores no tan reconocidos, como (Martineaud & Engelhart, 1996) sostienen que la IE representa una capacidad para leer nuestros sentimientos, controlar nuestros impulsos, razonar,

permanecer tranquilos y optimistas cuando no nos vemos confrontados a ciertas pruebas, y mantenernos a la escucha del otro.

Según, (Cooper & Sawaf, 1997) 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.

Para estos autores, (Cooper & Sawaf, 1997) la IE comprende cuatro elementos básicos:

- a) La alfabetización emocional, que se trata de ser consciente de nuestras emociones, canalizarlas y proyectarlas a través de la energía emocional en forma de pasión.
- b) La agilidad emocional, que se divide en 2, por un lado, ofrecer confianza a los demás con el fin de establecer una relación empática al ser consciente de las emociones del otro, y por otro desarrollar cierta flexibilidad que nos permita solucionar los problemas de la forma más adecuada.
- c) La profundidad emocional, que tiene en cuenta la ética y la moral personal en la que se entiende que todos poseemos aspiraciones y metas en la vida, obrando ética y moralmente, jugamos un papel neutral en el que debemos “hacer lo correcto” para lograr lo que se denomina “integridad aplicada” a nuestras relaciones con los demás, debemos ser capaces de discernir lo que está bien y lo que por otro lado es equivocado.
- d) La alquimia emocional que consiste en situarnos en un punto fijo del tiempo a través del *flujo intuitivo* y ser capaces de experimentar de forma completa nuestros sentimientos y emociones más eficazmente.

Finalmente, autores como (Vallés, 2005) afirman que la IE es la capacidad intelectual que se utilizan las emociones para resolver problemas.

A modo de resumen, la Inteligencia Emocional es la capacidad que posee una persona, en mayor o menor medida, que le permite relacionarse en el mundo que lo rodea y que le permiten interactuar de manera más eficaz con las demás personas, utilizando las emociones para guiar el razonamiento, logrando seducir, ayudar, contener, comprender a los demás utilizando capacidades como la automotivación, la empatía, el control de impulsos y la perseverancia, para producir relaciones sociales más exitosas. .

El término es joven, cuando surgió en 1995 gracias al *Best Seller* de (Goleman, La Inteligencia Emocional, 1995) marcó tendencia a lo largo del mundo, logrando llegar a las manos de personas en los países más alejados y menos populares, quienes descubrieron el concepto. En este punto, resulta imposible hablar sobre el origen de la IE sin mencionar a uno de los autores que marco el precedente para la existencia de la IE, (Gardner, 1993), quien revolucionó el concepto de “Inteligencia” como se lo conocía hasta entonces, postulando su “Teoría de las Inteligencias Múltiples” (Frames of Mind) en la cual afirma que el “Coeficiente Intelectual” o por su abreviación “CI” no es un factor que determina si una persona es más o menos inteligente, sino que en cambio, afirma que cada persona tiene 7 tipos de inteligencias diferentes, relacionadas, pero cada una independiente una de la otra.

En esencia, la “Teoría de las Inteligencias Múltiples” explica que las inteligencias más relacionadas con la IE son las inteligencias Intra e Inter personal, las cuales afirma (Gardner, 1993) representan aquellas inteligencias que nos faculta para comprender y controlar el ámbito externo e interno de uno mismo.

Por lo que el papel del CI como factor que determina el éxito de una persona quedó relegado casi por completo por el CE, con el surgimiento de este nuevo termino, la IE, no fueron pocos los estudios que trataron el termino y las definiciones de este constructo tan atractivo para las empresas y el ámbito educativo.

Goleman en, (Goleman, La Inteligencia Emocional, 1995) explica algunas de las tantas ventajas que la inteligencia emocional desarrolla en una persona:

1. Conocer nuestras emociones.
2. Comprender los sentimientos ajenos.
3. Tolerar las presiones y frustraciones que nos genera el trabajo.
4. Mejorar el trabajo en equipo.
5. Desarrollar empatía y habilidades sociales que nos permitan generar relaciones exitosas y un mayor desarrollo personal

Entendiendo finalmente que el concepto de “Inteligencia Emocional” nace de la necesidad de responder a la interrogante: “¿Por qué algunas personas tienen más éxito en la vida que otras con las mismas o superiores capacidades?”

¿Qué son las Emociones?

Como se mencionó anteriormente, (Goleman, La Inteligencia Emocional, 1995) explica que la palabra “Emoción” tiene origen en el latín “*motere*” del verbo latino “*mover*” además del prefijo “e” que significa alejarse, lo que refiere que toda emoción acarrea un impulso a la acción.

Según (Salovey & Mayer, Emotional intelligence, 1990) la emoción representa un conjunto de meta habilidades que pueden ser aprendidas y estructuran el concepto en torno a cinco dimensiones básicas referidas al conocimiento de las propias emociones, a la capacidad de

autocontrol, a la capacidad de automotivación, al reconocimiento de las emociones de los demás y al control de las relaciones.

Dichos autores también afirman que la IE contribuye a aumentar la competencia social, mediante la empatía y el control emocional, incrementando la sensación de eficacia en la manera en que una persona obra.

También, (Sloman, 1981) define a las emociones como:

Procesos neuroquímicos y cognitivos relacionados con la arquitectura de la mente y las capacidades de toma de decisiones, memoria, atención, percepción, imaginación, que fueron perfeccionadas durante el proceso de selección natural como respuesta a las necesidades más básicas del ser humano, reproducción y supervivencia.

El Oxford English Dictionary define *emoción* como “Cualquier agitación y trastorno de la mente, el sentimiento, la pasión; cualquier estado mental vehemente o excitado”. (Goleman, La Inteligencia Emocional, 1995) utilizaba el termino para referirse a un sentimiento y sus pensamientos característicos, a estados psicológicos y biológicos y a una variedad de tendencias a actuar.

Así como los colores, las emociones son diversas y poseen muchos matices, aunque en la comunidad científica no se llegó a un acuerdo de cuales son el verde – rojo - azul de las mismas, en forma general se separan en familias:

- a) Temor: ansiedad, nerviosismo, aprehensión, cautela, incertidumbre, pavor, miedo, terror, inquietud, consternación, preocupación, en el campo de la psicopatología se transforma en pánico y fobia.
- b) Tristeza: melancolía, congoja, pesar, pena, pesimismo, soledad, abatimiento, autocompasión, desesperación, en el campo de la psicopatología se transforma en depresión en cualquiera de su gravedad.

- c) Ira: colera, resentimiento, furia, ultraje, exasperación, indignación, animosidad, aflicción, acritud, fastidio, hostilidad, irritabilidad, en casos patológicos, violencia y odio extremo.
- d) Amor: aceptación, confianza, simpatía, amabilidad, afinidad, devoción, infatuación, adoración, ágape.
- e) Placer: Alegría, contento, dicha, felicidad, diversión, deleite, placer sensual, orgullo, euforia, extravagancia, éxtasis, y llevada al extremo manía.
- f) Sorpresa: conmoción, descontento, sorpresa.
- g) Disgusto: desprecio, menosprecio, desdén, aborrecimiento, aversión, repulsión, disgusto.
- h) Vergüenza: culpabilidad, molestia, remordimiento, arrepentimiento, humillación, constricción y mortificación.

A pesar de esta clasificación, el debate en la comunidad científica continua. El argumento respecto a la existencia de estas familias de emociones digamos básicas, tiene origen en el descubrimiento de (Ekman, 1992) quien encontró que el rostro humano posee expresiones faciales para cuatro de estas emociones: temor, ira, placer y tristeza; las cuales son reconocidas por la totalidad de las personas, aunque se considera que esta universalidad de expresiones fueron advertidas por (Darwin & Prodger, 1998) quien las consideró como una prueba de que las fuerzas de la evolución habían impreso estas señales visuales en nuestro sistema nervioso central en pos de nuestra supervivencia.

Al igual que Goleman, me adhiero al concepto de *emoción* como concepción de familias con mutaciones y matices, siendo estas: tristeza, ira temor, placer, amor, sorpresa, disgusto, vergüenza placer; funcionando y adaptándonos en cada momento de nuestra vida, con dimensiones y fluctuaciones partiendo del núcleo emocional básico, del cual, en última instancia se desprenden en los *estados de ánimo* los cuales según (Goleman, La Inteligencia Emocional, 1995) son una

forma más tenue y duradera de la emoción, más allá de los *estados de ánimo*, se encuentra el *temperamento*, la capacidad de evocar una emoción o un estado de ánimo que hace que la gente se comporte de manera alegre, melancólica o tímida. En última instancia, sobre estas disposiciones emocionales se hallan los *trastornos emocionales*.

Existen varias definiciones sobre los *trastornos de la emoción* o *trastorno emocional*, el “Acta para la Educación de Individuos con Discapacidades” o “IDEA” define el trastorno emocional como “una condición que exhibe una o más de las siguientes características a través de un periodo de tiempo prolongado y hasta un grado marcado que afecta adversamente el rendimiento académico del niño”.

¿Para qué sirven?

A lo largo de la historia de la evolución humana, las emociones fueron dotadas de un papel cada vez más importante, en el que generar una respuesta rápida ante una amenaza marcaba la diferencia entre sobrevivir o perecer, estas reacciones rápidas eran posibles mediante el uso de las emociones y no tanto al de la razón, ya que el cerebro prima la respuesta rápida relativamente precisa que permita la supervivencia a esperar que el circuito lógico finalice y se ponga en juego la vida.

(Goleman, La Inteligencia Emocional, 1995) nos explica:

Nuestras emociones nos guían cuando se trata de enfrentar momentos difíciles y tareas demasiado importantes para dejárselas solo en manos del intelecto: los peligros, las pérdidas dolorosas, la persistencia hacia una meta a pesar de los fracasos, los vínculos con un compañero, la formación de una familia.

Cada emoción ofrece una opción diferente para afrontar una situación, nos señalan la dirección correcta que nos ha funcionado anteriormente para almacenarla en el repertorio emoción y utilizarla la cantidad de veces que se presente la misma situación en nuestra vida.

Ante la presencia de situaciones nuevas, a la hora de tomar una decisión o de resolver un problema o crear una idea nuestras emociones se activan y ponen en marcha nuestros recursos mentales, (Goleman, La Inteligencia Emocional, 1995) sostiene que la *primera lectura* acerca de estas situaciones siempre pone su foco en las emociones y sentimientos, formando la base para el procesamiento de información subsiguiente según (Ritchhart, 1998)

Son las emociones las que guían el procesamiento de información provocando recuerdo y conceptos, a través de patrones específicos que se dan por categorización, todas las emociones cumplen un papel en la adaptación social y el ajuste personal. Entendiendo finalmente que las emociones poseen componentes o características especializadas en tareas de recolección de datos y ejecución de respuestas útiles que habilitan a la persona a obrar de determinada manera dentro del ambiente según la situación en la que este.

Por otro lado, (Reeve, 1994) nos indica que las emociones poseen 3 funciones principales:

a) Función adaptativa

Consiste en movilizar el cuerpo y guiar la acción en forma de reacción con el fin de acercar o alejar el estímulo, comúnmente este proceso se encuentra a cargo de la emoción. Ya que facilita la conducta adecuada en el momento adecuado, brinda la flexibilidad crucial para generar la adaptabilidad para que en ultima instancia el sujeto pueda encajar en el contexto social en el que el sujeto se encuentre inmerso lo cual le confiere un papel de extraordinaria relevancia en la adaptación debido a esto el papel que juega la emoción como mecanismo adaptativo se considera elemental.

Por otro lado, (Plutchik, 1980) señalo que función principal de las emociones son puramente adaptativas, las cuales se dividen en ocho y que se manifiestan de diferentes maneras según el sujeto se relacione con el ambiente, las cuales se muestran en la siguiente tabla:

Tabla 1: Las emociones y sus funciones según Plutchik.

Emoción	Función
Alegría	Reproducción
Ira	Destrucción
Tristeza	Reintegración
Miedo	Protección
Confianza	Afiliación
Anticipación	Exploración
Sorpresa	Exploración
Asco	Rechazo

Fuente: (Plutchik, 1980)

b) Función motivacional

También facilita una respuesta motivación, facilitando la susceptibilidad de generando los recursos y herramientas para utilizarlo en pos de establecer una conducta adecuada que responda a la demanda, variando su duración e intensidad, modificando su apariencia, según el objetivo o meta a conseguir. Hablamos de una experiencia presente en todo tipo de actividad, y que no se limita a las exigencias del presente, sino que también incluye los proyectos del futuro.

Cada emoción ejerce un control diferente sobre las nuestras acciones, facilitándonos el entendimiento de la situación y generando una respuesta eficaz frente a la misma, por ejemplo, la ira nos permite defendernos o huir en caso de un asalto, la alegría nos genera atracción frente a una persona o la sorpresa que ejecuta un mecanismo de atención sobre un estímulo nuevo de

acuerdo con (Izard & Ackerman, 2000) las emociones son fundamentales para la automotivación, la percepción, y el razonamiento.

c) Función social

Finalmente, la emoción nos guía y nos ayuda a entender la compleja red de relaciones que se extiende por nuestra vida social, así es que se pueden considerar un conjunto de estímulos que discriminan situaciones que nos permiten actuar de manera adecuada para los demás (Fernández-Abascal, Jiménez, & Martín, 2003). Ejemplificando, la felicidad constituye uno de los factores que hacen que les gustemos más a los demás, favorece los vínculos sociales, mientras que la ira puede generar repuestas negativas o positivas según la situación, generalmente suelen ser de evitación o de confrontación.

De igual manera, expresar correctamente nuestras emociones puede significar la diferencia entre convertirnos en inadaptados sociales o ser plenamente aceptados. Generar en las demás personas emociones positivas, mientras que la inhibir otras puede producir malentendidos que no sucederían si las demás personas se percataran del estado emocional de la persona que la expreso. (Pennebaker, 1993).

Resumiendo, más allá de las teorizaciones e interpretaciones propuestas por diferentes autores, las emociones forman un mecanismo clave que guía nuestro pensamiento y nuestra conducta, primitivamente avanzado, que nos permite canalizar la energía necesaria para realizar una acción, evitando un peligro o generando placer, dándonos la posibilidad de elegir que es apropiado o no en cada situación que se nos plantea, indiferentemente de lo que elijamos, en última instancia modificando nuestra conducta en pos de un comportamiento adecuado,

También, cumplieron un papel fundamental como mecanismo evolutivo y biológico en tiempos en los que la prioridad era adaptarse y sobrevivir, valorando las opciones disponibles en cuanto adaptación, regulación y motivación.

Modelos de Inteligencia Emocional

Durante los últimos años, la IE se ha visto investigada y aplicada primeramente en el ámbito empresarial, luego en la educación y la salud. Después de la popularización y masificación del término hecha por el *Best Seller* de (Goleman, La Inteligencia Emocional, 1995) han surgido tantas teorías como autores han incursionado en el término, pero no todas poseen el peso teórico y empírico que contribuye a la comunidad científica. Antes la existencia de tantas investigaciones fundamentadas científicamente o no, se separaron y categorizaron las investigaciones que más admitidas que más poseen peso tienen dentro del campo científico, en IE se dividen entre modelos mixtos y modelos de habilidad. (Salovey & Caruso, “Models of emotional intelligence”, 2000). A continuación, se explican las principales teorías más aceptadas que suman valor a la IE para poder brindarle una visión rigurosa y científica separándola de la popular.

Modelo de Habilidad

En el Modelo de Habilidad, (Mayer, Salovey, & Peter, 1997) explican que la IE es una habilidad que focaliza el procesamiento de la información emocional con el fin de aunar emociones y razonamiento, facilitando un razonamiento más eficaz utilizando las emociones y en consecuencia pensar de forma más inteligente sobre nuestra propia vida emocional.

Al contrario de los autores de los modelos mixtos, Mayer y Salovey sostienen que la IE es entendida como la habilidad para procesar la información más de nuestras emociones es independiente de los rasgos estables de personalidad (Grewal & Salovey, 2005). Asimismo, se

considera un modelo formado como un sistema inteligente y como tal debe formar parte de otras inteligencias tradicionales y bien establecidas (Mayer & Salovey, 1999).

Modelo de las Cuatro Fases de Mayer y Salovey

Mayer et al. (2000, p. 109) explicaron que la inteligencia emocional es la capacidad de procesar la información emocional con exactitud y eficacia, incluyéndose la capacidad para percibir, asimilar, comprender y regular las emociones. Así, establece (Mehrabian, 1996) que la inteligencia emocional incluye las habilidades de:

- a) Percibir las emociones personales y la de otras personas.
- b) Tener dominio sobre las emociones propias y responder con emociones y conductas apropiadas ante diversas circunstancias.
- c) Participar en relaciones donde las emociones se relacionen con la consideración y el respeto.
- d) Trabajar donde sea, en la medida de lo posible, gratificante desde el punto de vista emocional.
- e) Armonización entre el trabajo y el ocio.

Tabla 2: Habilidades de IE y su descripción según Salovey y Mayer.

Habilidades	Descripción
Percepción Emocional	Definida como la habilidad para percibir las propias emociones y la de los demás, así como percibir emociones en objetos, arte, historias, música y otros estímulos.
Asimilación Emocional	Es la habilidad para generar, usar y sentir las emociones como necesarias para comunicar sentimientos, o utilizarlas en otros procesos cognitivos.
Comprensión Emocional	Representa la habilidad para comprender la información emocional, cómo las emociones se combinan y progresan a través del tiempo y saber

	apreciar los significados emocionales
Regulación Emocional	Constituye la habilidad para estar abierto a los sentimientos, modular los propios y los de los demás, así como promover la comprensión y el crecimiento personal

Fuente: (Mayer & Salovey, 1997)

Modelo de Inteligencia Emocional según Extremera y Fernández-Berrocal

(Fernandez-Berrocal & Ramos, 2002) establecen que la IE es “la habilidad para percibir, valorar y expresar emociones con exactitud, a partir de la percepción, comprensión y regulación”.

Su modelo nace en el año 2001 y evalúa el metaconocimiento de los estados emocionales mediante tres dimensiones clave de la IE a través de 24 ítems (8 ítems para cada una de ellas: Atención emocional, Claridad de sentimientos y Reparación emocional), es decir, las destrezas con las que podemos ser conscientes de nuestras propias emociones, así como de nuestra capacidad para regularlas (Extremera & Fernández-Berrocal, 2001). Se validó con diferentes poblaciones y demostró ser efectivo tanto en el ámbito educativo como en el clínico. Como se explica posteriormente, utiliza el test auto informe *TMMS-24* (utilizado en esta investigación) que está basado en el *Trait Meta-Mood Scale-48 (TMMS)* de Salovey y Mayer.

Tabla 3. Componentes de la IE del test TMMS-24 de Extremera y Fernández-Berrocal

Dimensiones	Descripción
Percepción Emocional	Evalúa la percepción de las propias emociones, es decir, a la capacidad para sentir y expresar las emociones de forma adecuada.
Claridad Emocional	Evalúa la consciencia que se tiene sobre la comprensión de los propios estados emocionales. Mide la capacidad percibida para

Reparación Emocional	regular los propios estados emocionales de forma correcta.
----------------------	--

Fuente: (Fernandez-Berrocal & Ramos, 2002, págs. 35-38).

Modelos Mixtos

El modelo mixto es una versión más amplia que entiende a la IE como un conjunto de rasgos de personalidad y habilidades cognitivas (BAR-ON, 2000; BOYATZIS, GOLEMAN & RHEE, 2000; GOLEMAN, 1995). Estas teorías combinan dimensiones de la personalidad con habilidades emociones. En nuestro país en el ámbito educativo, ha sido el modelo teórico más extendido como fruto del éxito editorial del *Best Seller* de Goleman.

Modelo de las Competencias Emocionales de Goleman

Diseñado por (Goleman, La Inteligencia Emocional, 2002), este modelo posee cinco componentes básicos de la IE y sostiene la existencia de un Cociente Emocional que se complementa con el Cociente Intelectual de una persona, que se pone en práctica en las relaciones que establece con otro individuo, Un ejemplo claro es el del típico sujeto con un cociente intelectual relativamente alto, pero poco rendimiento en el trabajo, con, otro sujeto con un cociente intelectual standard y con alta capacidad de trabajo. Explicando, ambos sujetos pueden llegar a cumplir el mismo objetivo, ya que la capacidad de ambos se complementa.

Mas adelante, Goleman, en “La Inteligencia Emocional en la empresa”, agrega más atributos del orden de la personalidad: autoconciencia, autorregulación, manejo de estrés, rasgos motivacionales (automotivación) o áreas comportamentales (manejo de relaciones interpersonales), (Goleman, La Inteligencia Emocional, 2002). Generalmente se aplica en el ámbito administrativo / ejecutivo con el objetivo de distinguir candidatos que posean competencias generales que los marque por encima de la media.

El instrumento que el modelo utiliza posee dos aptitudes: por un lado, la Inteligencia Intrapersonal (aptitud personal) con tres subescalas para autoconocimiento, autocontrol y motivación, y por otro la Inteligencia Interpersonal (aptitud social) con dos subescalas para empatía y habilidades sociales,

Goleman (Goleman, La Inteligencia Emocional, 2002), definió la IE como:” la capacidad para reconocer y manejar nuestros propios sentimientos, motivarnos y monitorear nuestras relaciones”. El modelo de las competencias emocionales que Goleman plantea explica que existen una serie de capacidades o “competencias” que sirven de facilitadores para el manejo de las emociones propias y ajenas.

Este modelo formula la IE en términos de una teoría del desarrollo y propone una teoría de desempeño aplicable de manera directa al ámbito laboral y organizacional, centrado en el pronóstico de la excelencia laboral. Por ello, esta perspectiva está considerada una teoría mixta, basada en la cognición, personalidad, motivación, emoción, inteligencia y neurociencia; es decir, incluye procesos psicológicos cognitivos y no cognitivos.

Mas adelante, (Goleman, La Inteligencia Emocional, 2002) explica que una persona emocionalmente inteligente maneja las siguientes habilidades:

- Conciencia de las propias emociones.
- Auto-Motivación.
- Autorregulación.
- Diferir las gratificaciones.
- Empatía.
- Confianza en los demás.

- Artes sociales.

Modelo de Inteligencia Emocional y Social de Bar-On.

En su modelo, (Bar-On, 1997) define a la IE, basándose en la teoría de (Salovey & Mayer, Emotional intelligence, 1990) caracterizándola como: "un conjunto de conocimientos y habilidades en lo emocional y social de una persona que influyen en nuestra capacidad general para afrontar efectivamente las demandas de nuestro medio". (Bar-On, 1997) sostiene que estas competencias explican la forma en que un sujeto se relaciona con las personas que lo rodean, así como su medio ambiente, entendiendo que la tanto la IE como la IS (Inteligencia Social) conforman un conjunto de factores relacionados personales, sociales y emocionales que moldean la capacidad en mayor o menor medida para adaptarse a las demandas de su ambiente.

También (Bar-On, 1997) distingue 5 elementos fundamentales:

1. Componente intrapersonal: Es la habilidad de una persona de ser consciente, de comprender y relacionarse con los demás. Se encuentra comprendido por:
 - a) Comprensión emocional de sí mismo: habilidad para comprender sentimientos y emociones, diferenciarlos y, conocer el porqué de los mismos.
 - b) Asertividad: habilidad para expresar sentimientos, creencias, sin dañar los sentimientos de los demás y, defender nuestros derechos de una manera no destructiva.
 - c) Auto concepto: capacidad para comprender, aceptar y respetarse a sí mismo, aceptando los aspectos positivos y negativos, así como las limitaciones.

- d) Autorrealización: habilidad para realizar lo que realmente podemos, deseamos y se disfruta.
- e) Independencia: capacidad para auto dirigirse, sentirse seguro de sí mismo en nuestros pensamientos, acciones y, ser independientes emocionalmente para tomar decisiones.

2. Componente interpersonal: Es la capacidad de una persona para manejar emociones intensas y controlar sus impulsos.

- a) Empatía: habilidad para sentir, comprender y apreciar los sentimientos de los demás.
- b) Relaciones interpersonales: capacidad para establecer y mantener relaciones satisfactorias, caracterizadas por una cercanía emocional.
- c) Responsabilidad social: habilidad para mostrarse como una persona cooperante, que contribuye, que es un miembro constructivo, del grupo social.

3. Componente de manejo de estrés: Representa la habilidad de cambiar un enfoque pesimista por uno optimismo y positivo.

- a) Tolerancia al estrés: capacidad para soportar eventos adversos, situaciones estresantes y fuertes emociones.
- b) Control de los impulsos: habilidad para resistir y controlar emociones.

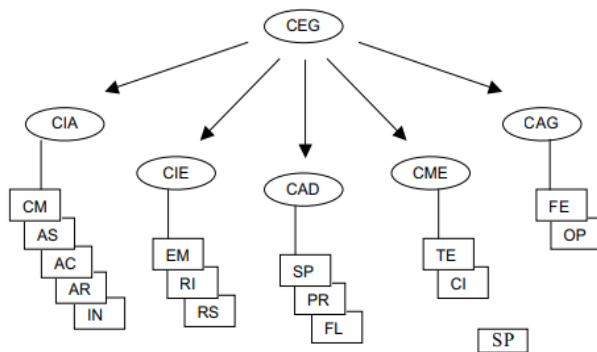
4. Componente de estado de ánimo: Constituye la habilidad para adaptarse con facilidad al cambio y resolver problemas del orden de lo personal y social.

- a) Felicidad: capacidad para sentir satisfacción con nuestra vida.
- b) Optimismo: habilidad para ver el aspecto más positivo de la vida.

5. El componente de adaptabilidad o ajuste.

- a) Solución de problemas: capacidad para identificar y definir los problemas y, generar e implementar soluciones efectivas.
- b) Prueba de la realidad: habilidad para evaluar la correspondencia entre los que experimentamos y lo que en realidad existe.
- c) Flexibilidad: habilidad para realizar u ajuste adecuado de nuestras emociones, pensamientos y conductas a situaciones y condiciones cambiantes.

El modelo que plantea se lo considera mixto debido a que algunos de los subfactores que se desprenden de los 5 componentes principales, son aprobación de la realidad, control de impulsos, facilidad, optimismo, empatía entre otros, los cuales en el siguiente cuadro se ilustran:



Fuente: (Bar-On, 1997)

En su cuantificación, este modelo utiliza cuatro índices de validación y factores de corrección (Bar-On, 1997). Resumiendo, los modelos de habilidades focalizan su atención en las emociones y como interactúan con el pensamiento, mientras que los modelos mixtos alternan las habilidades mentales con características del orden de la personalidad.

Porque es importante la Inteligencia Emocional en los alumnos universitarios

En esencia, (Goleman, La Inteligencia Emocional, 1995) sostiene que la Inteligencia Emocional es responsable del 80% del éxito en la vida, y que, a su vez, es en un 99% aprendida. Ser acreedor de un nivel alto de IE puede ayudarnos a prepararnos para afrontar las adversidades de la vida cuando sucedan, como pueden ser el consumo de drogas, delincuencia depresión, deserción o incluso el suicidio (Malaisi, 2019).

Debido a esto se considera de vital importancia conocer y fomentar el desarrollo de la IE de los alumnos universitarios, si bien esta investigación no pretende generar un cambio sino que es meramente descriptiva, se sabe que poseer un nivel alto de IE puede ayudar a mejorar la eficiencia y la eficacia del trabajo de aquellas personas en donde las expresiones faciales, la gestión de emociones, la motivación, la empatía o las habilidades sociales juegan un papel fundamental en el resultado de su trabajo.

Aunque a su vez, se señala que en ciertas profesiones un exceso de Inteligencia Emocional puede ser contraproducente, debido a que poseer sensibilidad a detectar las expresiones faciales ajenas, lenguaje corporal u emociones de aquellos que te rodean puede generar una distracción de los objetivos, dentro de este grupo de profesiones encontramos, mecánicos, científicos, contables o analistas informáticos, cuyo trabajo que por regla general suele incluir números y seguir manuales, consiste en interpretar datos o reparar coches, y donde se tiene un foco en la correcta aplicación de la práctica y a su vez, donde la comprensión de la gestión de emociones y propias y ajenas queda relegado a un segundo o tercer plano (Grant, 2014).

Sin embargo, la Inteligencia Emocional cumple un papel fundamental en profesiones en donde el entendimiento ajeno, la gestión de las emociones, el asertividad emocional o el correcto manejo de las relaciones resultan muy útiles, dentro de este grupo encontramos las profesiones comerciales, coach, médicos o psicólogos, donde saber reconocer y en consecuencia gestionar y expresar las emociones resulta esencial (Grant, 2014).

Por otro lado, (Valadez Sierra, Borges del Rosal, Ruvalcaba Romero, Villegas, & Lorenzo, 2013) investigaron en una muestra de 129 estudiantes universitarios sobre la relación entre Inteligencia Emocional y su relación con el género, el rendimiento académico y la capacidad Intelectual. Donde descubrieron la existencia de diferencias debidas al género en inteligencia emocional, tomando como base las puntuaciones obtenidas en todas las escalas, las cuales favorecen a las mujeres, resultando significativo la diferencia entre ambos sexos en el Cociente de Inteligencia Emocional,

Además, (Clariana, Cladellas, Badia, & Gotzens, La influencia del género en variables de la personalidad que condicionan el aprendizaje: inteligencia emocional y procrastinación académica, 2011) en “La influencia del género en variables de la personalidad que condicionan el aprendizaje: inteligencia emocional y procrastinación académica” afirman con base en los resultados recabados en su estudio los cuales aportan información sobre las diferencias de sexo en Inteligencia Emocional, quienes indicaron que las mujeres obtuvieron puntajes más alto en Inteligencia intrapersonal e interpersonal, mientras que los hombres obtienen mejores resultados en Manejo del estrés y Estado de ánimo. Investigaciones como las de (Guastello & Guastello, 2003) y (Sanchez, Fernandez - Berrocal, Montañes, & Latorre, 2008), arriban a los mismos resultados ya que en ambas se presenta evidencia que sostienen que las mujeres muestran mayor Inteligencia Emocional que los hombres.

Consecuencias de niveles bajos de Inteligencia Emocional

En un principio, (Clariana, Cladellas, Badia, & Gotzens, La influencia del género en variables de la personalidad que condicionan el aprendizaje: inteligencia emocional y procrastinación académica, 2011) analizan la relación entre la Inteligencia Emocional y la Procrastinación Académica en una población universitaria de la carrera de Lic. Psicología en UAB y UIB. Los resultados mostraron que la Procrastinación Académica posee un coeficiente de correlación significativa negativa con la Inteligencia Emocional, en las dimensiones Inteligencia Intrapersonal y el coeficiente emocional, esto quiere decir que un bajo nivel de IE constituye uno de los factores que posibilite la Procrastinación Académica, reduciendo el rendimiento del Alumno en todos los niveles.

Por otro lado, (Extremera Pachecho, 2007) realizó un estudio en 371 estudiantes universitarios de dos universidades en el cual pretendía analizar la relación entre la IE y los niveles de «quemado» en sus estudios (Burnout), su dedicación y absorción en las tareas que realiza durante su carrera (Engagement) y sus niveles de Estrés.

Comprobó que los alumnos que mostraron altos niveles de IE presentaban mayor eficacia académica, menores niveles de agotamiento, menor percepción de estrés y puntuaciones más elevadas en dedicación, vigor y absorción en el desempeño de sus tareas académicas. A su vez, niveles altos de IE mejoran la calidad del aprendizaje y el bienestar psicológico del alumno.

Como queda demostrado a través de los estudios, se considera un factor clave la Inteligencia Emocional como agente favorecedor del desarrollo de habilidades emocionales y sociales en las aulas como un factor protector de los estresores que el ámbito académico genera y, además, como medio para una mayor dedicación hacia el aprendizaje.

Origen de la Inteligencia Emocional

En un principio, Charles Darwin fue quien utilizó un concepto relativo similar a la Inteligencia Emocional, explicando en sus trabajos el papel relevante de las expresiones emocionales tanto para la supervivencia como para la adaptación.

Más adelante, en 1920, Edward Thorndike, psicólogo de Columbia University postularía el término “Inteligencia Social” precursor de la “Inteligencia Emocional”, la cual representa la habilidad para relacionarse con los demás de manera empática y asertiva contribuyendo a comunicarnos más eficazmente gestionando nuestras emociones correctamente para obtener un buen resultado mejorando nuestras interacciones sociales. La inteligencia social está muy ligada a la Inteligencia Emocional, debido a que es necesaria una correcta gestión de las emociones para obtener un resultado positivo (Goleman, Inteligencia Social, 2006).

Luego, En 1983, Howard Gardner, neuropsicólogo, codirector en la Escuela Superior de Educación de Harvard, presentó su teoría en el libro “Frames of Mind: The Theory of Multiple Intelligences”, explicando que todos nacemos con potencialidades determinadas por la genética. Pero estas potencialidades se desarrollan de una manera u otra dependiendo del medio ambiente, nuestras experiencias, la educación recibida, entre otros factores. Gardner sostiene que la inteligencia no es un elemento único, sino que existen 7 tipos de inteligencias modulares siendo estas, Inteligencia musical, lógico matemática, espacial, lingüística, cinestésico-corporal, intrapersonal e interpersonal; cada inteligencia es una competencia autónoma e independiente de las otras, las cuales se combinan de manera adaptativa con el individuo y lo relacionan con el mundo (Gardner, 1993).

A continuación, se señalan los 7 tipos de Inteligencias postuladas por (Gardner, 1993) :

1. Inteligencia Musical; representa la capacidad de percibir, discriminar, transformar y expresar las formas musicales. Incluye la sensibilidad al ritmo, al tono y al timbre. Está presente en compositores, directores de orquesta, críticos musicales, músicos, luthiers y oyentes sensibles, entre otros.
2. Inteligencia Corporal- cinestésica; Es la capacidad para usar todo el cuerpo en la expresión de ideas y sentimientos, y la facilidad en el uso de las manos para transformar elementos. Incluye habilidades de coordinación, destreza, equilibrio, flexibilidad, fuerza y velocidad, como así también la capacidad cinestésica y la percepción de medidas y volúmenes. Se manifiesta en atletas, bailarines, cirujanos y artesanos, entre otros
3. Inteligencia Lógico-matemática; Representa la capacidad para usar los números de manera efectiva y de razonar adecuadamente. Incluye la sensibilidad a los esquemas y relaciones lógicas, las afirmaciones y las proposiciones, las funciones y otras abstracciones relacionadas. Alto nivel de esta inteligencia se ve en científicos, matemáticos, contadores, ingenieros y analistas de sistemas, entre otros.
4. Inteligencia Espacial; Constituye la capacidad de pensar en tres dimensiones. Permite percibir imágenes externas e internas, recrearlas, transformarlas o modificarlas, recorrer el espacio o hacer que los objetos lo recorran y producir o decodificar información gráfica. Presente en pilotos, marinos, escultores, pintores y arquitectos, entre otros.
5. Inteligencia Lingüística; es la capacidad de usar las palabras de manera efectiva, en forma oral o escrita. Incluye la habilidad en el uso de la sintaxis, la fonética, la semántica y los usos pragmáticos del lenguaje (la retórica, la mnemónica, la explicación y el meta

lenguaje). Alto nivel de esta inteligencia se ve en escritores, poetas, periodistas y oradores, entre otros.

6. Inteligencia Interpersonal; Representa la capacidad de entender a los demás e interactuar eficazmente con ellos. Incluye la sensibilidad a expresiones faciales, la voz, los gestos y posturas y la habilidad para responder. Presente en actores, políticos, buenos vendedores y docentes exitosos, entre otros.
7. Inteligencia Intrapersonal; Constituye la capacidad de construir una percepción precisa respecto de sí mismo y de organizar y dirigir su propia vida. Incluye la autodisciplina, la autocomprensión y la autoestima. Se encuentra muy desarrollada en teólogos, filósofos y psicólogos, entre otros.

Gardner, en 1995, incluyó la inteligencia naturista y en 1998 volvió a modificar su teoría de las IM, agregando un nuevo tipo, la inteligencia existencial.

Finalmente, en 1990, Peter Salovey, profesor y rector de la Universidad de Yale y Jhon Mayer profesor de la Universidad de New Hampshire, postulan el concepto de “Inteligencia Emocional”, a partir de los lineamientos de Gardner en su teoría de las Inteligencias Múltiples (Salovey & Mayer, Emotional intelligence, 1990).

Los autores crearon el concepto de IE a partir de la Inteligencia Intrapersonal e Interpersonal propuestas en la Teoría de IM de Gardner, y definiéndola como:

“la habilidad de las personas para percibir (en uno mismo y en los demás) y expresar las emociones de forma apropiada, la capacidad de usar dicha información emocional para facilitar el pensamiento, de comprender y razonar sobre las emociones y de regular las emociones en uno mismo y en los demás”

Pero fue en 1995, cuando el concepto fue increíblemente popularizado alcanzando un rango global a partir de la publicación del libro best seller de Daniel Goleman, donde explica la importancia de ser Inteligentes Emocionalmente, porque es más importante que el CI, sus beneficios, estudios y alcances dentro del mundo empresarial. (Goleman, Working with emotional intelligence, 1998).

Instrumento

Para evaluar Inteligencia Emocional se utilizó el instrumento Trait Meta-Mood Scale-24 (TMMS-24) de Fernández-Berrocal, Extremera & Ramos (2004) que es una versión reducida y adaptada al castellano de la escala americana Trait Meta-Mood Scale (TMMS) de Salovey, Mayer, Goldman, Turvey & Palfai (1995). La escala original (TMMS) es una escala rasgo que evalúa el metaconocimiento de los estados emocionales mediante 48 ítems. Es decir, las destrezas con las que podemos ser conscientes de nuestras propias emociones, así como nuestra capacidad para regularlas.

El TMMS-24 es un instrumento integrado por 24 ítems, que brindan un índice de los niveles de IEP de la persona. La escala está compuesta por tres subfactores: Atención Emocional, Claridad Emocional y Reparación Emocional. Cada uno de los mismos evalúa a través de 8 ítems a los sujetos a los cuales se les pide que valoren el grado en el que están de acuerdo con cada uno de ellos, en una escala tipo Likert de 5 puntos, que varía desde 1 (muy de acuerdo) a 5 (muy en desacuerdo). Estos ítems hacen referencia a tres dimensiones claves de IE, estos son percepción, comprensión y regulación emocional siendo estos:

- Atención a los Sentimientos: “Presto mucha atención a los sentimientos”-
- Claridad emocional: “Puedo llegar a comprender mis sentimientos”.

- Reparación de las Emociones: “Cuando estoy triste pienso en todos los placeres de la vida”.

Los autores, (Extremera, Fernandez Berrocal, & Ramos, 2004) afirman que la escala posee una consistencia interna (α de Cronbach) de .90 para Atención, .90 para Claridad y .86 para Reparación.

Capítulo III

Metodología

Planteamiento del Problema

Se infiere la Inteligencia Emocional de los estudiantes de la carrera Lic. en Psicología aumenta a medida que el estudiante transita la carrera..

Objetivo General

Descubrir si existe diferencia entre los niveles de inteligencia emocional que presentan los estudiantes que cursan el primer año y quinto año de la carrera de Licenciatura en Psicología.

Objetivos Específicos

Los objetivos específicos son los siguientes:

1. Descubrir cómo influye la Inteligencia Emocional en estudiantes de Lic. en Psicología
2. La carrera de Lic. en Psicología produce un aumento significativo en el proceso aprendizaje de Inteligencia Emocional, facilitando el desarrollo de habilidades emocionales en estudiantes universitarios de Lic. en Psicología.
3. Caracterizar la muestra según variables sociodemográficas: sexo, edad y carreras previas.
4. Investigar si existe diferencia en inteligencia emocional entre los estudiantes del género masculino y femenino.
5. Investigar si existe diferencia en Inteligencia Emocional entre los estudiantes de mayor edad por sobre los de menor edad.

Hipótesis

1. Los estudiantes del 5º (quinto año) presentan un mayor nivel de IE que los estudiantes del 1º (primer año) de la carrera de Lic. en Psicología.
2. Los estudiantes del sexo femenino presentan mayor nivel de IE que los estudiantes del sexo masculino.
3. Los estudiantes de mayor edad presentan mayor nivel de IE que los estudiantes de menor edad.
4. Los estudiantes con carreras previas presentan mayor nivel de IE que los estudiantes sin carreras previas.

Criterios

Criterios de inclusión

Para formar parte de la muestra los sujetos tuvieron que ser estudiantes de UAI (Universidad Abierta Interamericana), cursando el primer o quinto año de las carreras Lic. en Psicología.

Criterios de exclusión

Quedaron excluidos todos aquellos sujetos que no sean estudiantes de UAI (Universidad Abierta Interamericana) ni cursen la respectiva carrera y años (nombrados anteriormente) de Lic. en Psicología. Aquellos que presenten algún tipo de patología que dificulte el procedimiento, cualquier sujeto que esté pasando una situación emocional delicada (ya sea por enfermedad, duelo etc) o por efectos de ingesta de fármacos o sustancias que puedan afectar la toma de decisiones o el *Insight* sobre sus emociones, aquellos sujetos que no estén interesados en contribuir con la investigación y aquellos que dificulten o impidan la aplicación del instrumento.

Relevancia y Justificación

Teórica

Introducir nuevos saberes al campo de la psicología que puedan ser de ayuda para el entendimiento y la correcta aplicación sobre la Inteligencia Emocional en los estudiantes universitarios que cursen la carrera de Lic. en Psicología y más adelante, abarcar otras carreras universitarias.

Práctica

Generar un fundamento que de pie a crear una herramienta practica que permita medir e interpretar el funcionamiento de un estudiante de acuerdo a la Inteligencia Emocional con el objetivo de formar futuros profesionales de la salud inteligentes emocionalmente del mismo dentro y fuera del ámbito universitario. Se considera de suma importancia la difusión de los efectos de la promoción de la Inteligencia Emocional en los estudiantes universitarios, aportando información sobre las distintas formas de acción que fomenten el crecimiento emocional del estudiante.

Social

Esta investigación formara parte de una base de datos que permitirá a la sociedad tomar conciencia sobre la importancia de la inteligencia emocional, tanto a nivel universitario, como en la vida en general, servirá para formar a padres que sepan criar a sus hijos emocionalmente inteligentes bajo un nicho de relaciones inter e intra personales ricas, quienes fomentaran en futuras generaciones la importancia del modelo para que así sean capaces de sostener adecuadamente relaciones, ámbitos, actitudes emocionalmente inteligentes y obrar a partir de ello.

Diseño

En esta investigación de tipo cuantitativa se siguió un diseño no experimental de alcance descriptivo, correlacional y transversal.

Participantes

La muestra se encuentra conformada por 100 participantes, divididos en 4 grupos según el año que cursan, siendo 2 grupos pertenecientes al 1° primer año y 2 grupos pertenecientes al 5° quinto año de la carrera Lic. en Psicología. Todos los estudiantes cursan la carrera en UAI (Universidad Abierta Interamericana) en dos de sus sedes siendo estas Sede Ituzaingó y Sede Centro. Los sujetos fueron seleccionados por un tipo de muestreo no probabilístico, intencional, por cuotas el cual permite dividir a la muestra de sujetos.

Técnica de Recolección de Datos

En la siguiente investigación se utilizó el cuestionario: Trait Meta Mood Scale – 24 o TMMS-24, en su versión abreviada y adaptada al castellano, en estudiantes de 1° Primer y 5° Quinto Año de la carrera de Lic. en Psicología.

Procedimiento

La prueba la realizaron los alumnos 1° primer año y 1 grupo del 5° año se realizaron dentro del aula y en horario lectivo, por otra parte, el segundo grupo de 5° año se le aplicó el mismo cuestionario de manera online debido a la cuarentena obligatoria por COVID – 19 en la nación argentina. Los materiales estaban constituidos por lápiz y papel, utilizados para realizar los protocolos, el protocolo virtual se creó a través de las herramientas brindadas por Google Docs. La forma de contacto de los participantes fue mediante la asistencia del referente académico de la sede Ituzaingó, quien hizo posible esta investigación.

El instrumento fue entregado de forma única e inmediata el cual fue aplicado de forma colectiva y sistemática en diferentes momentos ya que los participantes son pertenecientes a diferentes sedes. Las consignas dadas a los estudiantes fueron las mismas que aparecen escritas en el cuestionario, así como también se les aclaró que no hay respuestas correctas o incorrectas y que no utilizaran demasiado tiempo en cada respuesta.

Se recalco a los estudiantes la voluntariedad, e objetivo del trabajo y el anonimato de los resultados individuales, más allá de los datos sociodemográficos requisitos en el cuestionario.

Limitaciones

- No se utilizó muestreo probabilístico.
- No se aplicó en otras zonas de la provincia de Buenos Aires.
- Mejorar la homogeneidad de la muestra.
- Puede ser realizada en una muestra de mayor tamaño, para confirmar o refutar resultados.
- El segundo grupo de 5° año se tomó en contexto de cuarentena nacional, con todos los aspectos que ello acarrea, constituyendo un factor que podría afectar el resultado.
- Agregar variables para su posterior estudio (Depresión, Ansiedad, Autoestima, Satisfacción Vital, Ideación suicida, etc.)
- No ser investigador, por lo tanto, no tener experiencia en el área de investigación.
- El instrumento utilizado es de categoría autoinforme, lo cual deja margen a problemas como deseabilidad social, ya que requiere que el estudiante tenga un nivel mínimo de *Insight* sobre sí mismo, por lo que en este error pueden incurrir aquellas personas que pretendan mostrar una imagen alterada, diferente de la realidad, sea negativa o positiva, sobre sí mismos.

Capítulo IV

Los datos recabados fueron tabulados y analizados con el programan estadístico SPSS Statistics 25 (Statistical Package for the Social Sciences). Se analizó la normalidad de las variables estudiadas a través de la prueba de Shapiro Wilk. Las dimensiones analizadas obtuvieron una distribución normal, por lo que se aplicó el estadístico R de Spearman para realizar las correlaciones correspondientes y el estadístico T de Student para realizar el contraste de hipótesis.

Caracterización de la muestra

Datos sociodemográficos de la muestra en total

Tabla 4: Porcentaje de la muestra total

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	1	52	52,0	52,0	52,0
	5	48	48,0	48,0	100,0
	Total	100	100,0	100,0	

Esta variable describe la cantidad de participantes de la muestra total, representando los mismos un 52% (52 participantes), de estudiantes pertenecientes a Primer Año de la carrera Lic. en Psicología, mientras que el restante 58% (57 participantes) de la muestra pertenecen a Quinto Año de la misma carrera. reuniendo así la muestra total.

Datos sociodemográficos según el Curso

Tabla 5: Porcentaje de la muestra total por Curso

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	A	47	47,0	47,0	47,0
	B	53	53,0	53,0	100,0
	Total	100	100,0	100,0	

En esta variable se observa que el 47% (47 participantes) de los estudiantes pertenecen a la división “A” de la carrera, mientras que el 53% (53 participantes) pertenecen a la división “B” de la carrera”.

Datos sociodemográficos según la Edad

Tabla 6: Porcentaje de la muestra total por Edad

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	18	5	5,0	5,0	5,0
	19	3	3,0	3,0	8,0
	20	10	10,0	10,0	18,0
	21	3	3,0	3,0	21,0
	22	5	5,0	5,0	26,0
	23	5	5,0	5,0	31,0
	24	8	8,0	8,0	39,0
	25	3	3,0	3,0	42,0
	26	5	5,0	5,0	47,0
	27	9	9,0	9,0	56,0
	28	6	6,0	6,0	62,0
	29	3	3,0	3,0	65,0
	30	6	6,0	6,0	71,0
	31	4	4,0	4,0	75,0
	32	1	1,0	1,0	76,0
	33	2	2,0	2,0	78,0
	34	2	2,0	2,0	80,0
	35	1	1,0	1,0	81,0
	36	5	5,0	5,0	86,0
	38	1	1,0	1,0	87,0
	39	2	2,0	2,0	89,0
	40	1	1,0	1,0	90,0
	41	1	1,0	1,0	91,0
	43	2	2,0	2,0	93,0
	45	1	1,0	1,0	94,0
	46	1	1,0	1,0	95,0
	48	1	1,0	1,0	96,0
	50	1	1,0	1,0	97,0
	56	1	1,0	1,0	98,0
	58	1	1,0	1,0	99,0
	62	1	1,0	1,0	100,0
	Total	100	100,0	100,0	

Utilizando como punto de corte la edad (27) años, (por ser el promedio de edad de la muestra total), la variable Edad muestra que el 56% tiene o es menor a 27 años (56 participantes) mientras que el 44% es mayor 27 años (44 participantes) representando así la muestra total.

Datos sociodemográficos según el Sexo

Tabla 7: Porcentaje de la muestra total por Sexo

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Femenino	81	81,0	81,0	81,0
	Masculino	19	19,0	19,0	100,0
	Total	100	100,0	100,0	

En esta variable se observa que el 81% (81 participantes) son mujeres, mientras que el 19% (19 participantes) son hombres, representando así la muestra total.

Datos sociodemográficos según Carrera Previa

Tabla 8: Porcentaje de la muestra total por Carrera Previa

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	No	68	68,0	68,0	68,0
	Si	32	32,0	32,0	100,0
	Total	100	100,0	100,0	

En la siguiente variable se observa que el 68% (68 participantes) no cursaron carreras previas antes de ser encuestados, mientras que el 32% (32 participantes) si cursaron carreras previas al momento de ser encuestados, representando así la muestra total.

Datos sociodemográficos según Trabajo

Tabla 9: Porcentaje de la muestra total por Trabajo

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	No	27	27,0	27,0	27,0
	Si	73	73,0	73,0	100,0
	Total	100	100,0	100,0	

En la siguiente variable se observa que el 27% (27 participantes) no trabajaban al momento de ser encuestados, mientras que el 73% (73 participantes) si trabajaban al momento de ser encuestados, representando así la muestra total.

Datos sociodemográficos según Edad por Año

Tabla 10: Porcentaje de la muestra según edad por año

		Edad								
		18	19	20	21	22	23	24	25	26
Año	1	5	3	10	3	0	2	2	1	1
	5	0	0	0	0	5	3	6	2	4
Total		5	3	10	3	5	5	8	3	5

	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36
1	4	3	3	2	1	2	0	0		4
8	2	0	3	2	0	0	2	1		1
9	6	3	6	4	1	2	2	1		5

	38	39	40	41	43	45	46	48	50	56	58	62	Total
0	2	0	0	1	1	1	0	0	0	0	0	0	52
1	0	1	1	1	0	0	1	1	1	1	1	1	48
1	2	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	100

La variable demuestra que en Primer Año el promedio de edad es 27 años, con una moda de 20 años, mientras que, en Quinto Año, el promedio de edad es de 31 años con una moda de 27.

Datos sociodemográficos según Sexo por Año

Tabla 11: Porcentaje de la muestra según sexo por año

		Genero			Total
		Femenino	Masculino	Otro	
Año	1	41	10	1	52
	5	39	9	0	48
Total		80	19	1	100

En la variable se observa que Primer año cuenta con 41 estudiantes mujeres, 10 estudiantes hombres y 1 Otro, mientras que, Quinto año cuenta con 39 estudiantes mujeres y 9 hombres.

Datos sociodemográficos según Estudio Previo por Año

Tabla 12: Porcentaje de la muestra según sexo por año

		Estudios Universitario Prev		Total
		No	Si	
Año	1	30	22	52
	5	38	10	48
Total		68	32	100

La variable muestra que Primer Año cuento 30 estudiantes de los cuales no habían cursado estudios previos al momento de ser encuestados, mientras que 22 de los estudiantes pertenecientes al mismo año si habían cursado estudios previos. Por otro lado, Quinto año cuenta con 38 años los cuales no cursaron estudios previos al momento de ser encuestados, mientras que 10 estudiantes si cursaron estudios previos.

Datos sociodemográficos según Trabajo por Año

Tabla 13: Porcentaje de la muestra según sexo por año

		Trabajo		Total
		No	Si	
Año	1	12	40	52
	5	15	33	48
Total		27	73	100

La siguiente variable muestra que 12 estudiantes de Primer Año no trabajaban al momento de ser encuestados, mientras que 40 estudiantes si lo hacían. Por otro lado, 15 estudiantes de Quinto Año no trabajan al momento de ser encuestados, mientras que 33 estudiantes si trabajan al momento de ser encuestados.

Variables del Instrumento TMMS-24 en la muestra total

Pruebas de Normalidad

Tabla 14: Resultados de la prueba de Shapiro-Wilk.

	Shapiro-Wilk		
	Estadístico	gl	Sig.
Atencion. E	,982	100	,196
Reparacion. E	,984	100	,253
Claridad. E	,976	100	,067

Estos resultados muestran que las variables del instrumento TMMS-24 son normales ya que presentan una significación superior a 0,05.

Variable Atención Emocional en la muestra total

Tabla 15: Resultado descriptivo de Atención Emocional sobre la muestra total

			Estadístico	Error estándar
Atencion. E	Media		27,49	,608
	95% de intervalo de confianza para la media	Límite inferior	26,28	
		Límite superior	28,70	
	Media recortada al 5%		27,58	
	Mediana		28,00	
	Varianza		37,000	
	Desviación estándar		6,083	
	Mínimo		12	
	Máximo		40	
	Rango		28	
	Rango intercuartil		8	
	Asimetría		-,283	,241
	Curtosis		-,228	,478

La variable de Atención Emocional sobre la muestra total se presenta con una media de 27, con Desvió Estándar de 6, una Asimetría de -,283 y una Curtosis de -,228.

Variable Reparación Emocional en la muestra total

Tabla 16: Resultado descriptivo de Reparación Emocional sobre la muestra total

Reparacion. E	Media		27,02	,586
	95% de intervalo de confianza para la media	Límite inferior	25,86	
		Límite superior	28,18	
	Media recortada al 5%		26,97	
	Mediana		27,50	
	Varianza		34,303	
	Desviación estándar		5,857	
	Mínimo		15	
	Máximo		40	
	Rango		25	
	Rango intercuartil		10	
	Asimetría		,046	,241
	Curtosis		-,533	,478

La variable Reparación Emocional presenta un puntaje en la media de 27, un puntaje de Desvió Estándar de 5, el puntaje de Asimetría es de ,046 y un puntaje de Curtosis negativa de -,533.

Variable Claridad Emocional en la muestra total

Tabla 17: Resultado descriptivo de Claridad Emocional sobre la muestra total

Claridad. E	Media		26,06	,680
	95% de intervalo de confianza para la media	Límite inferior	24,71	
		Límite superior	27,41	
	Media recortada al 5%		26,09	
	Mediana		26,00	
	Varianza		46,178	
	Desviación estándar		6,795	
	Mínimo		13	
	Máximo		40	
	Rango		27	
	Rango intercuartil		11	
	Asimetría		-,031	,241
	Curtosis		-,899	,478

La variable Claridad Emocional presenta un puntaje en la media de 26, un puntaje de Desvío Estándar de 6, el puntaje de simetría es negativo de .046 y el puntaje de Curtosis igualmente es negativo de -,899.

Variables del Instrumento TMMS-24 según Año

Variable Atención Emocional según Año

Tabla 18: Resultado descriptivo de Atención Emocional sobre Año

Año		Estadístico		Desv. Error
Atencion. E	1	Media	26,77	,993
		95% de intervalo de confianza para la media	Límite inferior	24,77
			Límite superior	28,76
		Media recortada al 5%	26,76	
		Mediana	27,50	
		Varianza	51,318	
		Desv. Desviación	7,164	
		Mínimo	12	
		Máximo	40	
		Rango	28	
		Rango intercuartil	10	
		Asimetría	-,008	,330
		Curtosis	-,708	,650
	5	Media	28,27	,662
		95% de intervalo de confianza para la media	Límite inferior	26,94
			Límite superior	29,60
		Media recortada al 5%	28,45	
		Mediana	29,00	
		Varianza	21,053	
		Desv. Desviación	4,588	
		Mínimo	17	
		Máximo	36	
		Rango	19	
		Rango intercuartil	5	
		Asimetría	-,622	,343
		Curtosis	,400	,674

En la variable, se observa la diferencia entre los puntajes obtenido en ambos años. Primer año obtuvo una media de 26, mientras que Quinto año obtuvo una Media de 28. El puntaje en

Desvío Estándar en Primer año es de 7, mientras que en Quinto año es de 4. Por otro lado, los puntajes obtenidos en Asimetría son negativo -,008 y Curtosis presenta un puntaje de ,708. En Quinto año el puntaje de Asimetría es de -,622 y la Curtosis equivale a p .400.

Variable Reparación Emocional según Año

Tabla 19: Resultado descriptivo de Reparación Emocional sobre Año

Año			Estadístico	Desv. Error
Reparacion. E	1	Media	26,23	,862
		95% de intervalo de confianza para la media	Límite inferior	24,50
			Límite superior	27,96
		Media recortada al 5%	26,12	
		Mediana	27,00	
		Varianza	38,652	
		Desv. Desviación	6,217	
		Mínimo	15	
		Máximo	40	
		Rango	25	
		Rango intercuartil	8	
		Asimetría	,103	,330
		Curtosis	-,581	,650
	5	Media	27,88	,776
		95% de intervalo de confianza para la media	Límite inferior	26,31
			Límite superior	29,44
		Media recortada al 5%	27,80	
		Mediana	27,50	
		Varianza	28,878	
		Desv. Desviación	5,374	
		Mínimo	16	
		Máximo	40	
		Rango	24	
		Rango intercuartil	9	
		Asimetría	,123	,343
		Curtosis	-,538	,674

En la variable se observa una diferencia en puntajes de Primer año respecto de Quinto año, obteniendo Primer año una Media de puntaje 26, respecto de Quinto año el cual obtuvo una media de 27. Por otro lado, la Desviación Estándar obtenida por Primer año es de p 6, mientras que Quinto año obtuvo un puntaje de 5. Finalmente, el puntaje de Asimetría obtenido en Primer año

es de ,103 además de un puntaje de Curtosis negativo de -.581, mientras que Quinto año obtuvo un puntaje de Asimetría de ,123 y un puntaje de Curtosis negativo de -,528.

Variable Claridad Emocional según Año

Tabla 20: Resultado descriptivo de Claridad Emocional sobre Año

Año			Estadístico	Desv. Error
Claridad. E	1	Media	24,77	1,005
		95% de intervalo de confianza para la media	Límite inferior	22,75
			Límite superior	26,79
		Media recortada al 5%	24,78	
		Mediana	25,00	
		Varianza	52,495	
		Desv. Desviación	7,245	
		Mínimo	13	
		Máximo	37	
		Rango	24	
		Rango intercuartil	14	
		Asimetría	,070	,330
		Curtosis	-1,196	,650
	5	Media	27,46	,872
		95% de intervalo de confianza para la media	Límite inferior	25,70
			Límite superior	29,21
		Media recortada al 5%	27,41	
		Mediana	27,50	
		Varianza	36,466	
		Desv. Desviación	6,039	
		Mínimo	16	
		Máximo	40	
		Rango	24	
		Rango intercuartil	8	
		Asimetría	,092	,343
		Curtosis	-,622	,674

En esta variable podemos observar una diferencia en los puntajes obtenidos en la Media de ambos años, Primer año obtuvo una Media de 24 mientras que Quinto año obtuvo una Media de 27. Por otro lado, la Desviación estándar de Primer año es de 7 mientras que la obtenida por Quinto año es de 6. Finalmente, Primer año obtuvo un puntaje de Asimetría de ,070 con un

puntaje de Curtosis negativo de -1,196, mientras que Quinto año obtuvo un puntaje de Asimetría de ,092 con un puntaje de Curtosis de -,622.

Correlaciones entre las variables

Resultado de la correlación entre IE y Año

Pruebas de Normalidad

Tabla 21: Prueba T de la correlación de Inteligencia Emocional y Año

	Año	N	Media	Desviación estándar	Media de error estándar
Atencion. E	1	52	26,77	7,164	,993
	5	48	28,27	4,588	,662
Reparacion. E	1	52	26,23	6,217	,862
	5	48	27,88	5,374	,776
Claridad. E	1	52	24,77	7,245	1,005
	5	48	27,46	6,039	,872

Los resultados muestran el cumplimiento de los criterios de la distribución normal por lo que las variables fueron sometidas al análisis de la prueba T de Student para muestras independientes. El puntaje de Media obtenido por Quinto año es superior en las tres variables, siendo estos, p 28; p 27 y p 27 para Atención Emocional, Reparación Emocional y Claridad Emocional respectivamente. Por otro lado, el puntaje obtenido por Quinto año es menor al obtenido por Primer año en Desviación Estándar, siendo estos p 4; p 5 y p 6 en Atención Emocional, Reparación Emocional y Claridad Emocional respectivamente.

Tabla 22: Resultado de la correlación entre Inteligencia Emocional y Año

		Prueba de Levene de igualdad de varianzas		prueba t para la igualdad de medias					95% de intervalo de confianza de la diferencia	
		F	Sig.	t	gl	Sig. (bilateral)	Diferencia de medias	Diferencia de error estándar	Inferior	Superior
Atencion. E	Se asumen varianzas iguales	11,300	,001	-1,237	98	,219	-1,502	1,214	-3,911	,908
	No se asumen varianzas iguales			-1,258	87,625	,212	-1,502	1,194	-3,874	,871
Reparacion. E	Se asumen varianzas iguales	1,228	,270	-1,410	98	,162	-1,644	1,167	-3,959	,671
	No se asumen varianzas iguales			-1,418	97,593	,159	-1,644	1,160	-3,946	,657
Claridad. E	Se asumen varianzas iguales	3,024	,085	-2,007	98	,048	-2,689	1,340	-5,348	-,030
	No se asumen varianzas iguales			-2,022	97,021	,046	-2,689	1,330	-5,329	-,049

En la “Tabla 21” se observan tendencias a un mayor nivel de Inteligencia Emocional tanto en Atención Emocional (variable que obtuvo un valor p ,212 para Quinto año superando al puntaje obtenido por Primer año) como Reparación Emocional (variable que obtuvo un valor p ,159 sobre el valor obtenido por Primer año), sin embargo, no se observan diferencias significativas entre Primer año y Quinto año en ambas variables. Por el contrario, Claridad Emocional presenta un valor p ,046 por sobre el valor p ,048 obtenido por Primer año. Este caso muestra que el resultado es estadísticamente significativo, es decir “ $p < 0.05$ ”, ergo, se rechaza la hipótesis nula.

Por lo que se infiere que los estudiantes que cursan el Quinto año son más conscientes sobre la comprensión de sus propios estados emocionales, poseen más facultades para reconocer y comprender sus emociones, sabiendo distinguir entre ellas, entendiendo cómo evolucionan e integrándolas con el pensamiento.

Finalmente se considera la aclaración de que, si bien en ambas de variables existen diferencias, no pueden ser asignadas a ambos grupos (Primer y Quinto año) sino que es posible que encuentren su origen en el azar.

Resultado de la correlación entre IE y Sexo

Pruebas de Normalidad

Tabla 23: Prueba T de la correlación de Inteligencia Emocional y Sexo

	Genero_N	N	Media	Desviación estándar	Media de error estándar
Atencion. E	Mujer	80	28,05	5,940	,664
	Varón	19	25,53	6,328	1,452
Reparacion. E	Mujer	80	27,68	5,541	,620
	Varón	19	24,89	6,262	1,437
Claridad. E	Mujer	80	25,78	7,064	,790
	Varón	19	27,58	5,491	1,260

Aplicando el estadístico T de Student en la correlación de IE y Sexo, el puntaje de Media obtenido por las mujeres es superior al de los hombres, siendo estos p 28; p27 y p 25 en las tres variables. A su vez, las mujeres obtuvieron un puntaje de Desviación estándar inferior al de los hombres siendo estos, p 5,940; 5,541 y p 7,064.

Tabla 24: Resultado de la correlación entre Inteligencia Emocional y Sexo

		Prueba de Levene de igualdad de varianzas		prueba t para la igualdad de medias					95% de intervalo de confianza de la diferencia	
		F	Sig.	t	gl	Sig. (bilateral)	Diferencia de medias	Diferencia de error estándar	Inferior	Superior
Atencion. E	Se asumen varianzas iguales	,606	,438	1,644	97	,103	2,524	1,535	-,523	5,570
	No se asumen varianzas iguales			1,581	26,064	,126	2,524	1,596	-,757	5,805
Reparacion. E	Se asumen varianzas iguales	,355	,553	1,917	97	,058	2,780	1,450	-,098	5,658
	No se asumen varianzas iguales			1,777	25,120	,088	2,780	1,564	-,441	6,002
Claridad. E	Se asumen varianzas iguales	3,118	,081	-1,040	97	,301	-1,804	1,735	-5,248	1,640
	No se asumen varianzas iguales			-1,213	33,745	,233	-1,804	1,487	-4,826	1,218

En la “Tabla 24” se observa que las mujeres obtuvieron puntajes mayores en Atención Emocional y Reparación Emocional a diferencia de los obtenidos por los hombres, siendo estos

valores $p = ,103$ y $p = ,058$ para Atención y Reparación Emocional respectivamente. Por el contrario, los hombres obtuvieron un puntaje mayor en Claridad Emocional de $p = ,233$.

Tomando como punto de partida estos datos, se infiere que las mujeres poseen mayor conciencia de sus emociones, son más capaces de reconocer sus sentimientos y descubrir lo que significan, además de ser más capaces de regular y controlar sus emociones positivas y negativas cuando las sienten. Por el contrario, los hombres poseen una percepción más amplia de las emociones, lo que les permite ser en mayor medida más conscientes de sus estados emocionales.

Si bien no existen diferencias significativas auténticas, se encontró que el puntaje más cercano a $p = 0,05$ se muestra en Reparación Emocional con un $p = ,058$, una diferencia significativa menor a 0,1 es decir, no es representa una diferencia marcada.

Resultado de la correlación entre IE y Edad

Tabla 25: Resultado de la correlación entre Inteligencia Emocional y Edad

		Edad	Atencion. E	Reparacion. E	Claridad. E
Edad	Correlación de Pearson	1	,058	,204 [*]	,197 [*]
	Sig. (bilateral)		,567	,041	,050
	N	100	100	100	100
Atencion. E	Correlación de Pearson	,058	1	,232 [*]	,065
	Sig. (bilateral)	,567		,020	,519
	N	100	100	100	100
Reparacion. E	Correlación de Pearson	,204 [*]	,232 [*]	1	,536 ^{**}
	Sig. (bilateral)	,041	,020		,000
	N	100	100	100	100
Claridad. E	Correlación de Pearson	,197 [*]	,065	,536 ^{**}	1
	Sig. (bilateral)	,050	,519	,000	
	N	100	100	100	100

*. La correlación es significativa en el nivel 0,05 (bilateral).

**. La correlación es significativa en el nivel 0,01 (bilateral).

En la “Tabla 25” se observa que las variables Reparación emocional y Claridad Emocional apenas obtienen un puntaje significativo, el mismo es de $p = ,041$ y $p = ,050$ respectivamente., por lo que se intuye que estas variables están asociadas a la edad, mientras que la variable Atención Emocional obtuvo un puntaje de $p = ,058$ por lo que no estaría asociada a la misma. En este punto se intuye que al parecer mayor edad no significa mayor atención emocional. Por el contrario, se descubre que la correlación en Reparación Emocional y Claridad Emocional es significativa porque es menor a 0,05, por lo que el estadístico da cuenta de que a mayor edad mayor Inteligencia Emocional en estas dos variables.

Resultado de la correlación entre IE y Estudios Previos

Pruebas de Normalidad

Tabla 26: Prueba T de la correlación de Inteligencia Emocional y Estudios Previos

	Estudios Universitario Prev	N	Media	Desviación estándar	Media de error estándar
Atencion. E	Si	32	28,63	5,993	1,059
	No	68	26,96	6,095	,739
Reparacion. E	Si	32	28,75	5,919	1,046
	No	68	26,21	5,690	,690
Claridad. E	Si	32	26,19	6,794	1,201
	No	68	26,00	6,846	,830

En la “Tabla 26” se observa que los estudiantes que si habían cursado estudios terciarios o universitarios previos al momento de ingresar a la carrera obtuvieron mejores puntajes en Promedio y Desviación Estándar, siendo el puntaje de Media mas alto $p = 28,75$ y en Desviación Estándar de $p = 5,919$, a diferencias de los estudiantes que no habían cursado estudios terciarios o universitarios previos al momento de ingresar a la carrera.

Tabla 27: Resultado de la correlación entre Inteligencia Emocional y Estudios Previos

		Prueba de Levene de igualdad de varianzas		prueba t para la igualdad de medias					95% de intervalo de confianza de la diferencia	
		F	Sig.	t	gl	Sig. (bilateral)	Diferencia de medias	Diferencia de error estándar	Inferior	Superior
Atencion. E	Se asumen varianzas iguales	,083	,774	1,284	98	,202	1,669	1,300	-,910	4,248
	No se asumen varianzas iguales			1,292	61,749	,201	1,669	1,292	-,913	4,252
Reparacion. E	Se asumen varianzas iguales	,020	,886	2,059	98	,042	2,544	1,235	,092	4,996
	No se asumen varianzas iguales			2,030	58,690	,047	2,544	1,253	,036	5,052
Claridad. E	Se asumen varianzas iguales	,145	,704	,128	98	,898	,188	1,464	-2,718	3,093
	No se asumen varianzas iguales			,128	61,233	,898	,188	1,460	-2,732	3,107

En la “Tabla 27” podemos observar con más detalle que en las 3 variables se obtuvieron puntajes altos, Sin embargo, la única variable que presenta un puntaje significativo es Reparación Emocional, cuyo puntaje es $p = ,042$ proveniente de los participantes que si habían cursado estudios universitarios o terciarios previos al ingreso a la carrera, mientras que los participantes que no contaban con estudios previos o universitarios previos al ingreso a la carrera obtuvieron un puntaje de $p = ,047$, también significativo pero superado por el puntaje obtenido por los participantes que si contaban con estudios previos universitarios o terciarios al momento del ingreso a la carrera. Estos puntajes infieren que los estudiantes que si habían cursado estudios universitarios o terciarios previos al ingreso a la carrera poseen mayor capacidad para regular y controlar las emociones, sean las mismas positivas o negativa.

Resultado de la correlación entre IE y Trabajo

Pruebas de Normalidad

Tabla 28: Prueba T de la correlación de Inteligencia Emocional y Trabajo

	Trabajo	N	Media	Desviación estándar	Media de error estándar
Atencion. E	Si	73	27,12	6,196	,725
	No	27	28,48	5,760	1,109
Reparacion. E	Si	73	26,26	6,153	,720
	No	27	29,07	4,446	,856
Claridad. E	Si	73	25,47	6,827	,799
	No	27	27,67	6,563	1,263

En la prueba T observamos que las personas que no trabajan obtuvieron mejores puntajes en Promedio y Desviación Estándar, siendo los mas altos $p = 29$ de Media para la variable Reparación Emocional; y $p = 4,446$ de Desvió Estándar para la misma variable.

Tabla 29: Resultado de la correlación entre Inteligencia Emocional y Trabajo

		Prueba de Levene de igualdad de varianzas		prueba t para la igualdad de medias						95% de intervalo de confianza de la diferencia	
		F	Sig.	t	gl	Sig. (bilateral)	Diferencia de medias	Diferencia de error estándar		Inferior	Superior
Atencion. E	Se asumen varianzas iguales	,320	,573	-,991	98	,324	-1,358	1,370		-4,077	1,361
	No se asumen varianzas iguales			-1,025	49,723	,310	-1,358	1,325		-4,019	1,303
Reparacion. E	Se asumen varianzas iguales	4,817	,031	-2,173	98	,032	-2,814	1,295		-5,384	-,244
	No se asumen varianzas iguales			-2,516	64,250	,014	-2,814	1,118		-5,048	-,580
Claridad. E	Se asumen varianzas iguales	,263	,610	-1,446	98	,151	-2,201	1,522		-5,222	,820
	No se asumen varianzas iguales			-1,473	48,189	,147	-2,201	1,495		-5,206	,804

En la “Tabla 29” se observa que los participantes que no trabajan obtuvieron puntajes mas altos en las tres variables, siendo solo significativo el puntaje obtenido en la variable Reparación

Emocional, con $p = ,032$ para los participantes que, si trabajan al momento de ser encuestados, y $p = ,014$ para los estudiantes que no trabajan al momento de ser encuestados.

Esto infiere que los estudiantes que no trabajan son más capaces de reconocer sus emociones, diferenciarlas y gestionarlas.

En contraparte, si bien no se hayo investigación que implique que el trabajo esté relacionado con mayores o menores niveles de Inteligencia Emocional, se estima que el ámbito laboral está asociado al desarrollo de Inteligencia Emocional,

Capítulo V

Conclusión y Discusión

En este capítulo se realizará una síntesis y análisis a partir de los resultados obtenidos en esta investigación, articulando con las hipótesis y los objetivos planteados por parte del investigador,

Los resultados que se obtuvieron apoyan la hipótesis general planteada inicialmente de manera parcial. Debido a que se encontraron datos inesperados, posibles sesgos en las respuestas de los participantes debido a las limitaciones del instrumento empleado y el contexto de cuarentena nacional, lo que posiblemente repercutió en el resultado final. A su vez se presentan diferentes frecuencias en la cantidad de participantes hombres y mujeres, ya que en la muestra total predominaron estas últimas. Por lo cual la muestra no fue homogénea. Por otro lado, el contexto académico puede haber influido en los resultados obtenidos a diferencia de otra situación en la que el estudio se hubiera hecho en un contexto social, debido a los estímulos que promueven la concentración y los conocimientos académicos, a diferencia de un ambiente plagado de distractores.

La investigación llevada a cabo fue cuasi experimental, descriptiva, comparativa y transversal, el cual se pretendía descubrir si el nivel de IE de los estudiantes de Primer y Quinto año de la carrera de Lic. en Psicología aumentaba, disminuía o era estable. Para ello se armó una muestra de 100 participantes, estudiantes universitarios de la carrera de Psicología turno noche de sede Ituzzaingó y sede Centro, de la Universidad Abierta Interamericana. Donde el promedio de edad fue de 28 años, mientras que la gran mayoría de los estudiantes tenía 20 años de edad, además la edad mínima fue de 18 años mientras que la máxima fue de 62 años.

Finalmente se pretende contribuir a la comunidad científica y fomentar los conocimientos y resultados obtenidos sobre la Inteligencia Emocional y la importancia de desarrollar las competencias emocionales en los estudiantes de Lic. en Psicología, futuros profesionales de la salud, con el fin de generar profesionales competentes emocionalmente para aumentar la eficacia y eficiencia del futuro trabajo con el paciente.

El presente estudio pretendió descubrir si existían diferencias en los niveles de inteligencia emocional en los alumnos que recién ingresaban a la carrera y los alumnos que estaban por finalizarla, Primer y Quinto año respectivamente.

La hipótesis principal se basa en el hecho de que la Inteligencia Emocional (IE) es una habilidad que nos permite percibir, asimilar, comprender y regular las propias emociones y las de los demás, promoviendo un crecimiento emocional e intelectual.

En la primera correlación entre Inteligencia Emocional y Año se encontró que los valores arrojados en la “Tabla 21 “favorecieron altamente a los alumnos que cursaban el Quinto año, debido a que puntuaron mas alto en cuanto a Promedio, sin embargo, la única variable significativa resulto ser Claridad Emocional, cuyo valor fue de $p = 0,046$ por sobre el valor $p = 0,048$ obtenido por Primer año, dando a entender que los estudiantes de Quinto año son más conscientes sobre la comprensión de sus propios estados emocionales, poseen más facultades para reconocer y comprender sus emociones, sabiendo distinguir entre ellas, entendiendo cómo evolucionan e integrándolas con el pensamiento, similar a lo planteado por (Extremera - Pacheco & Fernandez - Berrocal, 2004) en cuya investigación resaltan la importancia de la Inteligencia Emocional en el estudiante promedio, además de descubrir datos empíricos que demuestren que las destrezas y

competencias de la Inteligencia Emocional repercuten realmente de manera positiva en la vida educativa y personal de los estudiantes.

Además (Extremera - Pacheco & Fernandez - Berrocal, 2004) sostienen que los estudiantes emocionalmente inteligentes, por regla general presentan altos niveles ajuste psicológico y bienestar emocional, también muestran una mayor calidad y cantidad de redes interpersonales y de apoyo social, son menos propensos a realizar comportamientos disruptivos o agresivos y pueden llegar a obtener un mayor rendimiento académico al enfrentarse a las situaciones de estrés con mayor facilidad además de presentar mayor niveles de resiliencia ante el consumo de sustancias (alcohol, drogas, etc.)

En la segunda correlación entre Inteligencia Emocional y Sexo, como afirman los datos observados en la “Tabla 24” las mujeres obtuvieron puntajes mayores en Promedio y en las variables Atención Emocional y Reparación Emocional, presentando valores de $p = ,103$ y $p = ,058$ para Atención y Reparación Emocional respectivamente. Esto quiere decir que las mujeres poseen mayor conciencia de sus emociones, son más capaces de reconocer sus sentimientos y descubrir lo que significan, además de ser más capaces de regular y controlar sus emociones positivas y negativas cuando las sienten. Como se comprobó en los resultados obtenidos por (Valadez Sierra, Borges del Rosal, Ruvalcaba Romero, Villegas, & Lorenzo, 2013) los cuales corroboran la existencia de diferencias debidas al género en inteligencia emocional, tomando como base las puntuaciones obtenidas en todas las escalas, las cuales favorecen a las mujeres, resultando significativa la diferencia entre ambos sexos en el Cociente de Inteligencia Emocional,

Por el contrario, los hombres obtuvieron un puntaje mayor en Claridad Emocional de $p = ,233$. En contraste los hombres poseen una percepción más amplia de las emociones, lo que les permite ser en mayor medida más conscientes de sus estados emocionales.

En la tercera correlación entre Inteligencia Emocional y Edad, los datos de la “Tabla 25” arrojan datos que explican que las variables Atención emocional y Reparación emocional aumentan con la edad como sostiene (Palomera Martín, 2005), quien en su investigación descubre que Atención Emocional se encuentra ligada a la edad, por lo que afirma que los estudiantes son más conscientes de sus propias emociones a medida que aumenta la edad. Se cree que esta diferencia denota una mayor capacidad de introspección y capacidad cognitiva las cuales aumentarían con la edad, es decir, capacidades necesarias para la resolución de problemas en la vida cotidiana, las cuales conllevan cierta percepción emocional. Además, las demandas sociales aumentan a medida que crecemos, por lo que nuestra capacidad de resolución de problemas deberá ir mejorando y tomando medidas cada vez más amplias para poder responder a problemas más complejos, requiriendo entre otras habilidades mayor autocontrol y autoconocimiento, habilidades relacionadas con la identificación de emociones resultado de la atención emocional.

En la cuarta correlación entre Inteligencia Emocional y Estudios Previos basándonos en los datos obtenidos por la “Tabla 27” en los cuales los participantes que si habían cursado estudios universitarios o terciarios previos al ingreso a la carrera en las 3 variables obtuvieron puntajes altos, Sin embargo, la única variable que presentó un puntaje significativo fue Reparación Emocional con un $p = ,042$ por sobre los participantes que no habían cursado estudios universitarios o terciarios previos al ingreso a la carrera, En concordancia a los resultados obtenidos en la investigación de (Patriglia, 2018), se afirma que el desarrollo de la Inteligencia Emocional es policausal y aumentara con la propia experiencia del participante, lo que además

impacta en el dominio y evolución de las habilidades emocionales que contempla la inteligencia emocional. Por lo que, se infiere que los estudiantes que cursaron estudios universitarios o terciarios previos fueron influenciados por una gran cantidad de estímulos, poseen más experiencia académica y participaron de mas actividades en diferentes ambientes académicos en donde se promovió el aprendizaje siguiendo un modelo de enseñanza particular, mejorando su adaptabilidad a las situaciones complicadas o no de la vida diaria, por lo que son poseedores de una mayor percepción del entorno, lo que a su vez les permite ser más perceptivos con sus emociones, mejorando sus capacidades emocionales.

En la quinta correlación entre Inteligencia Emocional y Trabajo, como muestra la “Tabla 29” se observó que los participantes que no trabajaban obtuvieron puntajes más altos en las tres variables, por sobre los estudiantes que si trabajaban al momento de ser encuestados. Esto se puede explicar debido a que los estudiantes que trabajan y estudian simultáneamente, se encuentran bajo mayores niveles de presión, emocional, laboral, temporal entre otros, ámbitos donde el cansancio, la fatiga mental, el burnout o el estrés cobran importancia, por lo que los estudiantes que trabajan y estudian ven mermada sus capacidades emocionales como afirma (Ancer Elizondo, Meza Peña, Pompa Guajardo, Torres Guerrero, & Landero Hernández, 2011).

Como punto final se pretende explicar y reflexionar sobre los factores obstruyentes y resultados obtenidos en la presente investigación, donde las limitaciones que imposibilitaron la corroboración total de la hipótesis general, además de que los datos que se han encontrado en el estudio que concuerdan de manera parcial con las diversas investigaciones halladas en cuanto a al aumento de Inteligencia Emocional de los estudiantes de Quinto año por sobre los estudiantes de Primer año. Por otro que se considera fundamental realizar autocrítica y mencionar las debilidades / limitaciones de esta investigación para futuros trabajos.

Cabe destacar que se considera que la presente investigación podrá ser referencia teórica para futuras investigaciones que pretendan estudiar la Inteligencia Emocional tanto en el ámbito de las ciencias de la Psicología o en el alumnado universitarios a nivel general., de esta manera considerar muestras más homogéneas, más amplias, y más complejas. Cabe destacar que probablemente el instrumento administrado para medir el nivel de Inteligencia Emocional en los estudiantes universitarios: el Trait Meta Mood Scale (TMMS-24) no haya resultado ser el más indicado para el objetivo de la investigación debido a las limitaciones de las cuales pecan los test de tipo auto – informes

El trabajo se realizó con un fin descriptivo y comparativo, donde se pretendía conocer la influencia de la Inteligencia Emocional en los estudiantes de Lic. en Psicología, que factores modifican la modifican y que factores aumentan o merman la misma a lo largo de los años de cursada, para lo que se contó con cuerpo teórico y práctico sustentado, fundamentado y articulado con aportes de investigaciones previas y para obtener información más amplia se consideró la puesta de Inteligencia Emocional relacionada con otras variables, tales como Ansiedad, Estrés, Rendimiento Académico, Satisfacción vital, Resiliencia entre otros.

Entonces, debido a las limitaciones del estudio y al hallazgo de datos parciales referentes a la hipótesis general planteada, esta investigación intenta alentar a continuar investigando sobre la influencia e importancia de la Inteligencia Emocional en la universidad, pretendiendo mejorar la concientización y el aumento de la eficacia y eficiencia del trabajo de los futuros profesional de la salud, así como también, su calidad de vida. Cabe señalar que el presente estudio fue transversal, no hubo seguimiento de casos, debido a esto se incita a estudiar más sobre el tema para poder

tener un conocimiento más amplio y específico sobre lo estudiado en este trabajo.

Se considera de suma importancia la promoción de la inteligencia emocional en el ámbito universitario, que incluso desde niños debería ser una materia troncal en las escuelas, y parte importante para el desarrollo personal, con el fin de generar estudiantes a nivel escolar y universitario que puedan cumplir con las expectativas e incluso generar nuevas, propuestas por la sociedad, pero más importante, por sí mismo. El concepto de inteligencia emocional pasa muy desapercibido en personas que no forman parte de la comunidad científica o en personas del público en general que no están familiarizadas con los términos científicos, debido a esto a grandes partes como el best seller de Daniel Goleman, se resalta que si bien en este trabajo el objetivo fue conocer la inteligencia emocional de la cual los estudiantes universitarios de la carrera de Lic. en psicología eran poseedores, es de conocimiento general que la inteligencia emocional debe comenzar en la infancia temprana, de esta manera generar personas capaces de conocer lo que sienten, gestionarlos y direccionarlo de manera más asertiva (Malaisi, 2019), para mejorar la calidad de vida y desarrollo personal y laboral de los mismos el día de mañana.

Los resultados aquí obtenidos no deberían tomarse como universales, ya que no representan a toda la población total del país, sino que sirve para aunar los resultados con la evidencia empírica del estado del arte. Si bien los resultados no fueron los esperados, cuando se conformó el planteamiento del problema y, en consecuencia, la hipótesis, partiendo del interés personal me inspira a seguir descubriendo y fomentando el desarrollo de la inteligencia emocional, su importancia y de que manera podemos aplicarla para mejorar la calidad de vida y laboral de los estudiantes.

Se considera de suma importancia comprender que se trata de un campo de la formación académica sumamente relevante el cual las entidades universitarias deberían tomar más en cuenta para la formación de sus estudiantes, para que los mismos puedan despenarse de manera más efectiva el momento de buscar más y mejores oportunidades de formación profesional del mañana.

Capítulo VI

Anexo

Instrumento

Trait Meta Mood Scale TMMS-24

Adaptación de Extremera y Fernández-Berrocal

INSTRUCCIONES:

A continuación, encontrará algunas afirmaciones sobre sus emociones y sentimientos.

Lea atentamente cada frase y indique por favor el grado de acuerdo o desacuerdo con respecto a las mismas. 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
Nada de acuerdo	Algo de acuerdo	Bastante de acuerdo	Muy de acuerdo	Totalmente de acuerdo

1	Presto mucha atención a los sentimientos.					
2	Normalmente me preocupo mucho por lo que siento.					
3	Normalmente dedico tiempo a pensar en mis emociones.					
4	Pienso que merece la pena prestar atención a mis emociones y estado de ánimo.					
5	Dejo que mis sentimientos afecten a mis pensamientos.					
6	Pienso en mi estado de ánimo constantemente.					
7	A menudo pienso en mis sentimientos.					

8.	1	Presto mucha atención a cómo me siento.						
9.	1	Tengo claros mis sentimientos.						
10.	1	Frecuentemente puedo definir mis sentimientos.						
11.	1	Casi siempre sé cómo me siento.						
12.	1	Normalmente conozco mis sentimientos sobre las personas.						
13.	1	A menudo me doy cuenta de mis sentimientos en diferentes situaciones.						
14.	1	Siempre puedo decir cómo me siento.						
15.	1	A veces puedo decir cuáles son mis emociones.						
16.	1	Puedo llegar a comprender mis sentimientos.						
17.	1	Aunque a veces me siento triste, suelo tener una visión optimista.						
18.	1	Aunque me sienta mal, procuro pensar en cosas agradables.						
19.	1	Cuando estoy triste, pienso en todos los placeres de la vida.						
20.	2	Intento tener pensamientos positivos, aunque me sienta mal.						
21.	2	Si doy demasiadas vueltas a las cosas, complicándolas, trato de calmarme.						
22.	2	Me preocupo por tener un buen estado de ánimo.						
23.	2	Tengo mucha energía cuando me siento feliz.						
24.	2	Cuando estoy enfadado intento cambiar mi estado de ánimo.						

Dimensiones del Instrumento

Esta escala sirve para evaluar la inteligencia emocional percibida. El TMMS-24 (Spanish Modified Version of the Trait Meta-Mood Scale) es una escala rasgo de metaconocimiento emocional. En concreto, mide las destrezas con las que podemos ser conscientes de nuestras propias emociones, así como de nuestra capacidad para regularlas. Su validación puede encontrarse en Fernández. -Berrocal et al. (2004).

Como su nombre indica, la escala se compone de 24 ítems que deben ser puntuados con una escala tipo Likert de cinco puntos (desde 1= Nada de acuerdo, hasta 5= Totalmente de acuerdo), los cuales se agrupan en las siguientes dimensiones:

- 1) "Atención Emocional": Se refiere a la percepción de las propias emociones, es decir, a la capacidad para sentir y expresar las emociones de forma adecuada. Está compuesta por ocho ítems (por ejemplo: "Presto mucha atención a los sentimientos"); el coeficiente de fiabilidad, alfa de Cronbach, encontrado por Fernández-Berrocal et al. (2004) fue de .90. En el presente estudio el coeficiente de fiabilidad encontrado fue de .89.
- 2) "Claridad Emocional": Esta dimensión evalúa la percepción que se tiene sobre la comprensión de los propios estados emocionales. Incluye ocho ítems (por ejemplo: "Puedo llegar a comprender mis sentimientos"); el coeficiente de fiabilidad encontrado por los autores es de .90. En este estudio se encontró un alfa de Cronbach de .89.
- 3) "Reparación Emocional": Mide la capacidad percibida para regular los propios estados emocionales de forma correcta. Se compone de ocho ítems (por ejemplo: "Cuando estoy triste, pienso en todos los placeres de la vida"); el coeficiente de fiabilidad según los autores es de .86. En este estudio se obtuvo un alfa de Cronbach de .85.

Datos Sociodemográficos

ENTREVISTA DE RELEVAMIENTO DE INFORMACIÓN DEL ALUMNO

A) Datos de cursado:

0) ¿En qué año de la carrera de Psicología / Informática en UAI te encuentras cursando?

Prim
aro

☐

Qui
nto

☐

1) Sede: 2) Localización: 3)

B) Datos personales del Alumno/a:

1) Nombre y Apellido:

.....

2) Genero: Femenino

☐

Masculino

☐

Otro

☐

3) Edad:

4) Fecha de Nacimiento:/...../(día/mes/año)

5) Realizaste estudios universitarios anteriores (finalizados o no):

NO

SI

Carrera que estudiaste:

6) Realizaste estudios terciarios anteriores (finalizados o no):

NO

SI

Carrera que estudiaste:

7) Finalizaste los estudios universitarios y/o terciarios anteriores:

NO

SI

Carrera que finalizaste:

9) ¿Trabajas actualmente?

NO

SI

10) ¿Cuántas horas diarias trabajas?

3 a 6 horas:

7 o más horas:

11) ¿Tu trabajo es remunerado?

NO

SI

Muchas Gracias.

Capítulo VII

Referencias

Ancer Elizondo, L., Meza Peña, C., Pompa Guajardo, E. G., Torres Guerrero, F., & Landero

Hernández, R. (2011). RELACIÓN ENTRE LOS NIVELES DE AUTOESTIMA Y ESTRÉS EN ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS. *Enseñanza e Investigación en Psicología*, 91-101.

Bar-On, R. (1997). *The Emotional Quotient inventory (EQ-I): Technical Manual*,. Toronto, Canada: Multi-Health Systems.

Cabanillas, J., & Flores, M. (2015). El rendimiento académico y los niveles de Inteligencia Emocional. *UCV-HACER Revista de investigación y cultura*, 87-96.

Clariana, M., Cladellas, R., Badia, M. d., & Gotzens, C. (2011). La influencia del género en variables de la personalidad que condicionan el. *Revista Electrónica Interuniversitaria de Formación del Profesorado*,, 87-96.

Clariana, M., Cladellas, R., Badia, M. d., & Gotzens, C. (2011). La influencia del género en variables de la personalidad que condicionan el aprendizaje: inteligencia emocional y procrastinación académica. *Revista Electrónica Interuniversitaria de Formación del Profesorado*, 87-96.

Colorado, Y., Garcia, K., Lizeth, A., & Ospino, G. (2012). Características de Inteligencia Emocional y Género en estudiantes de Psicología y Administración de Empresas de una universidad pública de Santa Marta. *Artículo de Investigación Científica y Tecnológica*.

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

Corbin, J. (2017). Gestión emocional: 10 claves para dominar tus emociones. *Psicología y Mente*.

Darwin, C., & Prodger, P. (1998). *The expression of the emotions in man and animals*. USA: Oxford University Press.

DeMarrais, K., & Tisdale, K. (2002). What happens when researcher inquire into difficult emotions?: Reflections on studying women's anger through qualitative interviews. *Educational Psychologist*, 115- 123.

Ekman, P. (1992). An argument for basic emotions. *Cognition and Emotion*, 169-200.

Estrada, E., Moysen Chimal, A., Balcazar Nava, P., Garay Lopez, J., Lopez, M., & Pena, G. (2016). Inteligencia Emocional en estudiantes universitarios mexicanos. *Congreso Virtual Internacional de Psiquiatria*.

Extremera - Pacheco, N., & Fernandez - Berrocal, P. (2004). El papel de la inteligencia emocional en el alumnado: evidencias empíricas. *Revista electrónica de investigación educativa*.

Extremera Pacheco, N. (2007). Inteligencia emocional y su relación con los niveles de burnout, engagement y estrés en estudiantes universitarios. *Revista de Educacion* , 239-256.

Extremera, N., & Fernández-Berrocal, P. (2001). ¿Es la inteligencia emocional un adecuado predictor del rendimiento académico en estudiantes? *Jornadas de Innovación Pedagógica: Inteligencia Emocional*, 146-157 .

Extremera, N., Fernandez Berrocal, C., & Ramos, N. (2004). Validity and reliability of the the Spanish Modified of the Trait Meta-mood. *Psychological Reports*, 751-755.

EXTREMERA, N., FERNÁNDEZ-BERROCAL, P., MESTRE, J. M., & GUIL, R. (2004). “Medidas de evaluación de la inteligencia emocional”. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 209-228.

Fernandez Berrocal, P., & Extremera pacheco, N. (2004). EL USO DE LAS MEDIDAS DE HABILIDAD EN EL ÁMBITO DE LA INTELIGENCIA EMOCIONAL. *Boletin de Psicologia*, 59-77.

Fernández-Abascal, E., Jiménez, M., & Martín, M. (2003). *Emoción y motivación. La Adaptación Humana*. Madrid: Ramon Areces .

Fernandez-Berrocal, P., & Ramos, D. (2002). *Corazones Inteligentes*. Barcelona: Kairòs.

Galvez, J. (2016). *Relacion entre la inteligencia emocional y la claida de la educacion en estudiantes de la universidad nacional de san martin*. Peru .

Gardner, H. (1993). *Multiples Intelligences*. New York: BasicBooks.

Goleman, D. (1995). *La Inteligencia Emocional*. Mexico: Vergara.

Goleman, D. (1998). *Working with emotional intelligence*. New York: Bantman.

Goleman, D. (2002). *La Inteligencia Emocional*. Mexico: Vergara.

Goleman, D. (2006). *Inteligencia Social*. Barcelosa, España: Planeta.

Gonzales, M., & Lopez Garcia, C. (2013). Competencias Emocionales y Rendimiento Academico en estudiantes universitarios . *Revista Electronica Interuniversitaria de formacion de profesorado*, 13 - 25 .

Grant, A. (2 de January de 2014). The Dark Side of Emotional Intelligence. *The Atlantic*.

Grewal, D., & Salovey, P. (2005). “Feeling Smart: The Science of Emotional Intelligence”. *American Scientist*, 330-339.

Guastello, D., & Guastello, S. (2003). “Androgyny, Gender Role Behavior, and Emotional Intelligence among college students and their parents. *Sex Roles* , 663–673.

Guerra, J., Dominguez, A., Arjona, L., Marante, J., Machado, C., & Cruz, A. (2015). Influencia de la inteligencai emocional en los resultados academicos de estudiantes de las ciencias medicas. *Revista Habanera de ciencias medicas*, 241-252 .

Howell, A., & Watson, D. (2007). Procrastination: Associations with achievement goal orientation and learning strategies. *Personality and Individual Differences*, 167-178.

Izard, C., & Ackerman, B. (2000). *Self-organization of discrete emotions, emotion patterns, and emotion-cognition relations. En M. D. Lewis y I. Granic (Eds.), Emotion, development, and self-organization: Dynamic systems approaches to emotional development*. New York: Cambridge: University Press.

Jimenez, M., & Lopez-Safra, E. (2008). EL AUTOCONCEPTO EMOCIONAL COMO FACTOR DE RIESGO SEGUN DIFERENCIAS DE GENERO Y EDAD. *Boletin de Psicologia*, 21-39.

Malaisi, L. (9 de Junio de 2019). De qué se trata el proyecto para enseñar inteligencia emocional en las escuelas. (L. Novaresio, Entrevistador)

Martineaud, S., & Engelhart, D. (1996). *El Test de Inteligencia Emocional*. Barcelona: Martinez Roca.

Maturana, H. (2001). Emociones y Lenguaje en Educacion y Politica.
HACHETTE/COMUNICACIÓN.

Mayer, J. C., & Salovey, P. (1999). "Emotional intelligence meets traditional standards for an intelligence". *Intelligence*, 267-298.

Mayer, J., & Cobb, C. (2000). *Educational policy on emotional intelligence: the case for ability scales*. In R. Bar-On & J.D.A. Parker (Eds.), San Francisco: Jossey Bass.

Mayer, J., & Salovey, P. (1997). *"What is emotional intelligence?"*. Nueva York: Basic Books.

Mayer, J., Salovey, & Peter. (1997). *"What is emotional intelligence?"*. New York: Basic Books.

Medrano, L., & Trogolo, M. (2014). Validación de la Escala de Dificultades en la Regulación Emocional en la población universitaria de Córdoba. *Universitas Psychologica*, 1345-1356.

Mehrabian, A. (1996). Pleasure-Arousal.Dominance: A General Framework for Describing and Measuring Individual Differences in Temperament. *Current Psychology*, 261-292.

Mikulic, M., Crespi, M., & Cassullo, G. (2010). Evaluacion de la Inteligencia Emocional, la Satisfaccion Vital y el Potencial Resiliente en una muestra de estudiantes de psicologia. *Anuario de Investigaciones*, 169-178.

- Montes, Y., Pretes, M., & Boutureira, M. (2018). Las emociones en la vida universitaria: análisis de la relación entre autoconocimiento emocional y autoregulación emocional en adolescentes y jóvenes universitarios. *Psicogente*, 422-439 .
- Neito, C., Miranda, M., Vazquez, J., & Montemayor, V. (2005). *Perfil de Inteligencia Emocional en estudiantes universitarios*. Mexico: XXXII Congreso y LXXVI Asamblea del Consejo Nacional para la Enseñanza e Investigación en Psicología.
- Ospino, G., & Colorado, Y. (2012). Características de inteligencia emocional y su relación con la ideación en una muestra de estudiantes de Psicología. *Revista CES Psicología* , 88-100.
- Pacheco, N., & Berrocal, P. (2004). Inteligencia Emocional, Calidad de las Relaciones Interpersonales y Empatía en estudiantes universitarios . *Clinica y Salud* , 117-137.
- Palomera Martín, R. (2005). DESARROLLO DE LA INTELIGENCIA EMOCIONAL PERCIBIDA. DIFERENCIAS INDIVIDUALES EN FUNCIÓN DEL GÉNERO Y EDAD. *International Journal of Developmental and Educational Psychology*, 443-457.
- Patriglia, M. F. (2018). Influencia de la edad en el nivel de inteligencia emocional en hombres y mujeres del Área Metropolitana de Buenos Aires Estudio comparativo en hombres y mujeres de 20 a 30 años y de 50 a 60 años. *Universidad del Salvador* .
- Pennebaker, J. (1993). Psychosomatics, inhibition, and the self-disclosure of emotional experiences. En D. Paez, *Health, expression, and social repression of emotions* (págs. 59-76). Valencia, Spain: Promolibro.
- Plutchik, R. (1980). *Emotion: A Psychoevolutionary Synthesis*. New York: Harper & Row.
- Reeve, J. (1994). *Motivación y emoción*. Madrid: McGraw Hill. .

- Reyes, C., & Diaz, I. (2003). Inteligencia emocional en estudiantes de la Universidad Nacional del Centro del Peru. *Apuntes de Ciencias*.
- Ritchhart, R. (1998). How emotions shape our thinking. *Think*, 11-13.
- Salovey, P., & Caruso, D. (2000). “*Models of emotional intelligence*”. New York: Cambridge: Handbook of Intelligence (2nd ed).
- Salovey, P., & Mayer, J. (1990). Emotional intelligence. *Imagination, Cognition and Personality*, 185-211.
- Sanchez, M., Fernandez - Berrocal, P., Montañes, J., & Latorre, J. (2008). ¿Es la inteligencia emocional una cuestión de género? Socialización de las competencias emocionales en hombres y mujeres y sus implicaciones. *Revista Electrónica de Investigación Psicoeducativa*, 455–477.
- Sloman, A. (1981). Why Robots Will Have Emotions. *University of Sussex*.
- Valadez Sierra, M. d., Borges del Rosal, M. Á., Ruvalcaba Romero, N., Villegas, K., & Lorenzo, M. (2013). La Inteligencia Emocional y su Relación con el Género, el Rendimiento Académico y la Capacidad Intelectual del Alumnado Universitario. *Electronic Journal of research in educational psychology* , 395-412.
- Vallés, A. (2005). *El desarrollo de la inteligencia emocional*. Benacantil.
- Weisinger, H. (1988). *Emocional intelligence at work: The untapped edge for succes*,. San Francisco. : Josey-Bass.

