



UNIVERSIDAD TÉCNICA PARTICULAR DE LOJA
La Universidad Católica de Loja

**FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES,
EDUCACIÓN Y HUMANIDADES**

**MAESTRÍA EN EDUCACIÓN, MENCIÓN EN ORIENTACIÓN
EDUCATIVA**

**Análisis de las competencias de la inteligencia
emocional en estudiantes de bachillerato**

Trabajo de titulación previo a la obtención del título de:

**MAGÍSTER EN EDUCACIÓN MENCIÓN EN
ORIENTACIÓN EDUCATIVA**

Autor: León Flores, Erika Paola

Director: Ramírez Zhindon, Marina del Rocío

CUENCA

2024



Esta versión digital, ha sido acreditada bajo la licencia Creative Commons 4.0, CC BY-NC-SA: Reconocimiento-No comercial-Compartir igual; la cual permite copiar, distribuir y comunicar públicamente la obra, mientras se reconozca la autoría original, no se utilice con fines comerciales y se permiten obras derivadas, siempre que mantenga la misma licencia al ser divulgada. <http://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/deed.es>

2024

Aprobación del director del Trabajo de Titulación

Loja, 23 de enero de 2024

Ph.D

Carrera Herrera Xiomara Paola

Director de la maestría de educación, mención en orientación educativa

Ciudad.-

De mi consideración:

Me permito comunicar que, en calidad de director del presente Trabajo de Titulación denominado: Análisis de las competencias de la inteligencia emocional en estudiantes de bachillerato realizado por Erika Paola León Flores ha sido orientado y revisado durante su ejecución, así mismo ha sido verificado a través de la herramienta de similitud académica institucional, y cuenta con un porcentaje de coincidencia aceptable. En virtud de ello, y por considerar que el mismo cumple con todos los parámetros establecidos por la Universidad, doy mi aprobación a fin de continuar con el proceso académico correspondiente.

Particular que comunico para los fines pertinentes.

Atentamente,

Director: PhD. Marina del Rocío Ramírez Zhindon

C.I.:1104028095

Correo electrónico: mrramirez@utpl.edu.ec

Declaración de autoría y cesión de derechos

Yo, Erika Paola León Flores, declaro y acepto en forma expresa lo siguiente:

Ser autor (a) del Trabajo de Titulación denominado: Análisis de las competencias de la inteligencia emocional en estudiantes de bachillerato, de la maestría de educación, mención en Orientación Educativa, específicamente de los contenidos comprendidos en: Introducción, capítulo 1. Marco teórico sobre la inteligencia emocional, capítulo 2. Metodología, capítulo 3. Análisis e interpretación de datos, discusión, conclusión y recomendaciones, siendo PhD. Marina del Rocío Ramírez Zhindon, director (a) del presente trabajo; también declaro que la presente investigación no vulnera derechos de terceros ni utiliza fraudulentamente obras preexistentes. Además, ratifico que las ideas, criterios, opiniones, procedimientos y resultados vertidos en el presente trabajo investigativo, son de mi exclusiva responsabilidad. Eximo expresamente a la Universidad Técnica Particular de Loja y a sus representantes legales de posibles reclamos o acciones judiciales o administrativas, en relación a la propiedad intelectual de este trabajo.

Que la presente obra, producto de mis actividades académicas y de investigación, forma parte del patrimonio de la Universidad Técnica Particular de Loja, de conformidad con el artículo 20, literal j), de la Ley Orgánica de Educación Superior; y, artículo 91 del Estatuto Orgánico de la UTPL, que establece: "Forman parte del patrimonio de la Universidad la propiedad intelectual de investigaciones, trabajos científicos o técnicos y tesis de grado que se realicen a través, o con el apoyo financiero, académico o institucional (operativo) de la Universidad", en tal virtud, cedo a favor de la Universidad Técnica Particular de Loja la titularidad de los derechos patrimoniales que me corresponden en calidad de autor/a, de forma incondicional, completa, exclusiva y por todo el tiempo de su vigencia.

La Universidad Técnica Particular de Loja queda facultada para ingresar el presente trabajo al Sistema Nacional de Información de la Educación Superior del Ecuador para

su difusión pública, en cumplimiento del artículo 144 de la Ley Orgánica de Educación Superior.

Autor: Erika Paola León Flores

C.I.: 0106641350

Correo electrónico: eriplf13@gmail.com

Dedicatoria

Este trabajo va dedicado al ser más grande que nunca me abandona, Dios por haberme dado la fortaleza para seguir con mis metas.

A mi familia por apoyarme e incentivarme en cada meta que me propongo, especialmente a mi madre, que es mi fortaleza día tras día y me ha ayudado a ser perseverante, demostrándome que a pesar de las dificultades siempre se puede salir adelante, a mi hermanita que es mi motivación para seguirme construyendo, académica, profesional y personalmente.

Finalmente, quiero dedicármelo a mí, pues a pesar de las batallas que se han presentado no me he dado por vencida y siempre me animo a conseguir lo que me propongo.

Agradecimiento

Quiero expresar mi profundo agradecimiento a la Universidad Particular de Loja por abrirme sus puertas para continuar con mi crecimiento profesional, a todos los docentes que hicieron parte de esta formación académica. Especialmente a mi directora de tesis, PhD. Marina del Rocío Ramírez, por su orientación y paciencia durante todo el proceso de investigación y elaboración de esta tesis.

Asimismo, quiero agradecer a las personas que de alguna manera han contribuido en el proceso de formación académica, como en el desarrollo de la tesis, pues sus palabras de aliento fueron importantes para continuar.

Índice

<i>Aprobación del director del Trabajo de Titulación.....</i>	2
<i>Declaración de autoría y cesión de derechos</i>	3
<i>Dedicatoria</i>	5
<i>Agradecimiento.....</i>	6
<i>Resumen</i>	1
<i>Abstract.....</i>	2
<i>Introducción.....</i>	3
1 INTRODUCCIÓN A LA INTELIGENCIA EMOCIONAL.....	5
1.1 Concepto de Inteligencia.....	5
Tipos de Inteligencia	6
Inteligencia Múltiple	9
Definición de emoción	10
Tipos de emoción (Base neuropsicológica de las emociones)	11
1.2 Aspectos influyentes durante la adolescencia	12
1.3. Inteligencia emocional según la edad y el género	14
2. MODELOS DE INTELIGENCIA EMOCIONAL	17
2.1 Modelo de inteligencia emocional de Salovey y Mayer	17
2.2 Modelo de inteligencia emocional de Goleman	19
2.3 Modelo de Bar-On	20
3. LOS COMPONENTES DE LA INTELIGENCIA EMOCIONAL	21
4. DESARROLLO DE LA INTELIGENCIA EMOCIONAL	23

4.1 Influencia en la infancia , adolescencia y la educación	23
4.2 Técnicas para mejorar la inteligencia emocional	24
4.3 Desafíos en el desarrollo de la inteligencia emocional.....	26
5. BENEFICIOS DE LA INTELIGENCIA EMOCIONAL.....	27
5.1 Bienestar emocional y mental	27
5.2 Relaciones interpersonales satisfactorias	28
5.3.Contribución a la sociedad y la empatía colectiva	29
Capítulo dos.....	30
Metodología.....	30
2.1. Objetivo general:.....	30
2.1.1. Objetivos específicos	31
2.2. Tipo de investigación	31
2.2.1. Métodos.....	31
2.2.2. Técnicas	32
2.2.3. Instrumentos.....	32
Confiabilidad.....	33
2.3. Población	34
2.3.1. Tipo de muestreo.	34
Capítulo 3	35
Análisis e interpretación de datos	35
3.1 Resultados de las preguntas sociodemográficas de los estudiantes	35
3.2 Resultados obtenidos mediante el test de inteligencia emocional TMMS–24	
.....	36

3.3 Resultados obtenidos en la correlación entre el nivel de inteligencias y las variables sociodemográficas.....	38
<i>Discusión y Análisis de resultados</i>	39
<i>Propuesta de Mejora</i>	44
Título de la propuesta.....	44
Objetivo general.....	44
Resumen ejecutivo:	44
Público objetivo	45
Plan de mejora	45
Evaluación y seguimiento.....	46
Recomendaciones	47
<i>Anexos</i>	48
TMMS-24.....	48
Preguntas de evaluación.....	49
<i>Conclusiones</i>	50
<i>Recomendaciones</i>	51
<i>Bibliografía</i>	52
<i>Apéndice A. Solicitud a la institución para realizar el estudio</i>	61
<i>Apéndice B. Consentimiento informado</i>	62
<i>Apéndice C. Test de inteligencia emocional TMMS-24</i>	64
<i>Apéndice B. Encuesta de datos sociodemográficos</i>	65

Índice de Tablas

Tabla 1 Componentes de la inteligencia emocional	22
Tabla 2 Barómetro de evaluación del test de inteligencia emocional TMMS-24 .	33
Tabla 3 Datos sociodemográficos	35
Tabla 4 Resultado de los niveles de inteligencia emocional de los adolescentes	36
Tabla 5 Resultados del TMMS - 24 en función del sexo	37
Tabla 6 Correlación entre el nivel de inteligencia emocional con las variables sexo y edad	38
Tabla 7 Correlación entre el nivel de inteligencia emocional y curso.....	39

Resumen

Desarrollar una adecuada inteligencia emocional es primordial para el desarrollo íntegro del individuo. Por esta razón, en nuestro estudio se plantea analizar el nivel de inteligencia emocional de los estudiantes de bachillerato, a través del TMMS-24, herramienta que nos permite conocer el nivel de inteligencia emocional de los adolescentes, con la obtención de estos resultados se desarrollan técnicas y estrategias para la promoción de la inteligencia emocional de cada estudiante, pues esta característica es un factor dominante al momento de construir su identidad. Nuestros resultados presentan a dos componentes en el nivel bajo, siendo el componente de claridad con 61.4% y a la atención emoción con el 52.9% dentro de sus valores dominantes, mientras que el nivel de reparación se lo evidencia dentro de la categoría de adecuado con 42.9%. Concluyendo, que los adolescentes poseen poca habilidad de reconocimiento y comprensión de emociones, pero adecuada capacidad para regular las mismas. Por esta razón, es prescindible trabajar en la promoción de la inteligencia emocional con los adolescentes como actores directos, al igual que con los padres y docentes como actores indirectos.

Palabras clave: Inteligencia emocional, adolescentes, regulación emocional.

Abstract

Developing an adequate emotional intelligence is essential for the integral development of the individual. For this reason, in our study we propose to analyze the level of emotional intelligence of high school students, through the TMMS-24, a tool that allows us to know the level of emotional intelligence of adolescents, with the obtaining of these results we develop techniques and strategies for the promotion of emotional intelligence of each student, since this characteristic is a dominant factor at the time of building their identity. Our results present two components in the low level, being the component of clarity with 61.4% and emotional attention with 52.9% within their dominant values, while the level of repair is evidenced within the category of adequate with 42.9%. In conclusion, adolescents have little ability to recognize and understand emotions, but an adequate capacity to regulate them. For this reason, it is essential to work on the promotion of emotional intelligence with adolescents as direct actors, as well as with parents and teachers as indirect actors.

Key words: Emotional intelligence, adolescents, emotional regulation.

Introducción

La inteligencia emocional, conocida también por sus siglas "IE" es una temática que ha ido cobrando fuerza al transcurrir de los años pues se considera como un factor determinante ante la formación de la personalidad de los seres humanos. Así lo expone Carrillo et al, (2020) pues menciona que la inteligencia emocional es la habilidad asociada con la capacidad que tiene el individuo para construir un futuro exitoso. Por esta razón, este estudio está dirigido a conocer el nivel de inteligencia emocional que poseen los adolescentes en este caso, estudiantes de bachillerato. Pues durante la etapa de la adolescencia se presentan varios cambios físicos, emocionales como psicológicos, debido a que durante esta etapa se encuentran en la búsqueda y definición de su identidad (Orcasita & Uribe, 2010). Por lo que es de suma importancia conocer el nivel de su inteligencia emocional, puesto que es una variable a considerar para el correcto desarrollo personal del individuo. Para la construcción de este estudio, se realizó un análisis literario sobre los conceptos de la inteligencia y los aspectos que la rodean, con la finalidad de conocer la historia y el avance conceptual de la misma. Posterior a ello, se plantea tres objetivos los cuales permiten conocer el nivel de inteligencia emocional de nuestra población, seguida de un análisis de la diferenciación de la inteligencia emocional en función al sexo y finalmente se analiza factores sociodemográficos que pueden influir en el nivel de la IE. Cada uno de estos objetivos nos permitió conocer el estado de inteligencia emocional de nuestra población y a su vez, los factores que pueden influir de manera significativa en su desarrollo.

Las facilidades que se presentaron en nuestro estudio, es el interés tanto de docentes, autoridades como de los estudiantes por participar en nuestro estudio, permitiéndonos avanzar de manera adecuado con el desarrollo. Por lo que no se mencionan ninguna dificultad, pues tuvimos la participación de los estudiantes al momento de la aplicación de encuestas para la obtención de los datos, que permiten el desarrollo de este estudio. Por lo que los pasos a seguir para la estructura del

proyecto fueron, adquirir los permisos correspondientes para la obtención de datos dentro de la institución, luego la revisión bibliográfica para la argumentación del tema propuesto, posterior a ello la aplicación de los test, con la previa firma de consentimiento para la participación del mismo, continuando con el análisis de los resultados y la correlación de los mismos para el cumplimiento del tercer objetivo. Finalmente se realizó el contraste con otros estudios referentes al tema propuesto.

Nuestro estudio consta de tres capítulos, en el primero se trabaja las referencias teóricas sobre la inteligencia y los componentes de la misma, además de conocer ciertos aspectos teóricos del objeto de estudio, en este caso sobre los adolescentes, sus relaciones intra e interpersonales las cuales pueden influenciar en la promoción de su inteligencia emocional. En el segundo capítulo se trabaja con la exposición de los objetivos para llevar a cabo nuestro estudio, además de la explicación de los instrumentos que se aplican para el cumplimiento de cada uno de estos. Finalmente, en el tercer capítulo se presenta y analiza los resultados obtenidos con los instrumentos presentados en el capítulo dos, asimismo, se realiza el contraste de nuestros resultados con otros estudios para conocer el aporte que se obtiene al estudiar este tema.

Por último, se brinda algunas conclusiones con respecto a los objetivos planteados en nuestra investigación, y a su vez, las recomendaciones que se brinda para futuras investigaciones y a la institución. Pues se manifestó que la población estudiada en su mayoría posee un nivel bajo de inteligencia emocional, la cual se debe mejorar a través de programas que se pueden incluir en el área educativa para promover el desarrollo íntegro de la personalidad de cada uno de los adolescentes para su buen desempeño social, familiar y académico.

1 INTRODUCCIÓN A LA INTELIGENCIA EMOCIONAL

1.1 Concepto de Inteligencia

La inteligencia posee varias definiciones desarrolladas desde el área de la educación y la psicología, pues diversos autores presentan sus teorías de acuerdo al contexto y la dinámica social en el que se evalúa dicha inteligencia. Para empezar, Breakspear (2013) definió a la misma, como la capacidad que tiene el individuo para aprender, entender y a su vez emitir juicios que provienen de la razón para afrontar las situaciones originarias de su contexto. Lo que se entiende como la capacidad que tiene el individuo para razonar y a su vez determinar sus acciones para desarrollarse socialmente a través de dicha capacidad.

Del mismo modo, Cabas et al. (2017) denomina a la inteligencia como la capacidad que tiene el ser humano para comprender, conocer, reconocer además de recolectar información de las diferentes situaciones o contextos que vive, ya sean estos sociales, culturales, económicos o políticos, con el fin de poder usarlos para unas situaciones futuras. Esta información y datos recolectados permitirán al individuo resolver conflictos y a su vez adaptarse a las situaciones de su contexto, cabe recalcar, que al ser constante esta adquisición de información, el desarrollo de la inteligencia también irá a la par.

Por otro lado, Ardila (2011) define a la inteligencia como el conjunto de habilidades cognitivas y conductuales que promueven la adaptación del individuo a un ambiente físico y social. Además, concuerda con las definiciones anteriores, pues menciona a la capacidad para resolver conflictos, tener pensamiento crítico, planear y aprender a través de las experiencias como características básicas de la inteligencia. Asimismo, plantea que no solo los seres humanos son quienes gozan de inteligencia, sino también los animales y que este conjunto de seres al gozar de estas habilidades cognitivas puede desarrollar comportamientos complejos como, la

capacidad de enfrentar situaciones inesperadas, modificar el ambiente para encajar de mejor y potenciar sus habilidades.

Desde otra perspectiva, Arias (2013) menciona a la inteligencia como un fenómeno único y singular, la cual se asocia con el pensamiento y la cognición pues permite modificar nuestra conducta de acuerdo a la valoración de los resultados del aprendizaje obtenidos en la socialización del individuo. A su vez, la inteligencia es una propiedad del pensamiento, pues al ser más efectiva la forma de pensar, razonar y tomar decisión mayor será la capacidad intelectual, entendiendo así que la inteligencia puede aumentar y disminuir de acuerdo a la estimulación cultural que tenga el individuo, pues al estar en un ambiente que goce de constante estimulación su pensamiento se enriquece, promoviendo de mejor forma su inteligencia.

Luego de presentar varias definiciones se puede concluir que la inteligencia no es considerada una habilidad con la que se nace, más bien, es una característica que depende de la calidad, la constancia del aprendizaje acompañada de la práctica que el individuo posee para desarrollarla (Casanova et al., 2020). Además de ser un constructo que sigue siendo estudiado pues al ser seres que están en constante evolución, la definición de la inteligencia también será observada desde un punto evolutivo, pues como especie evolutiva y adaptativa nos encontramos en constante cambio. (Posada, 2016)

Por lo tanto, se entiende a la inteligencia como la habilidad que posee el ser humano desde el momento de su nacimiento, la cual se irá desarrollando a lo largo de su vida, de acuerdo a la adquisición de información que obtenga de su círculo social. Esta habilidad está caracterizada por saber conocer y reconocer información para poder tomar decisiones de acuerdo a las diferentes situaciones de vida, pues estas decisiones influyen en el desarrollo de la misma.

Tipos de Inteligencia

Inicialmente, Sternberg (1990) clasificó en dos teorías a la inteligencia, siendo

estas la implícita y explícita, donde la primera teoría fue planteada por individuos que no eran expertos en el tema, por lo tanto, no existe mayores estudios sobre la misma, sin embargo, la teoría explícita posee bases científicas sobre el funcionamiento intelectual, haciéndola más trascendental. Asimismo, Sternberg realiza una subclasificación de la teoría explícita donde las clasifica como: teoría psicométrica, la cual se relacionan con el empleo de pruebas que miden la inteligencia; teorías biológicas, enfocada en el desarrollo de las especies y su conexión con el tamaño de su cerebro; asimismo presentala teoría de desarrollo expuestas por Jean Piaget, el cual indica a la inteligencia como la forma que tiene el individuo para adaptarse y generar una correcta integración en el contexto o situación.

Por otro lado, Meili (1986) habla sobre los modelos teóricos de la inteligencia desarrollados en el siglo XX, los cuales se clasifican en: *modelo monolítico*, fue la primera aproximación que se hizo sobre la inteligencia, pues se basa en las capacidades cognitivas del sujeto. Binet 1904 realizó una aportación a este modelo, mediante la creación de herramientas que evaluaban el nivel de capacidad intelectual con respecto a los conocimientos del individuo, con la premisa de que la inteligencia es determinada por el nivel de rapidez que aprende el individuo de acuerdo a la edad y el estadio en el que se desarrolla, conceptualizando a estas pruebas como evaluadoras de las capacidades cognitivas del individuo de acuerdo a la etapa de su vida.

Asimismo, Salmeron (2002) promueve un concepto sobre el nivel de inteligencia que posee el ser humano, pues propone que, de acuerdo al resultado obtenido con respecto a los conocimientos de acuerdo a su edad, se definirá el tipo de inteligencia que posee. Cuando su inteligencia se encuentre en el mismo rango de edad, de acuerdo a las pruebas es considerada, inteligencia, mientras tanto si su prueba resulta inferior o mayor a esta puede determinarse su nivel de inteligencia, como super dotado o inferior.

Continuando con el segundo modelo, la *inteligencia factorialista*, desarrollada

por Thurstone en 1938, donde propone 7 factores primarios de aptitudes mentales; comprensión verbal: conocimientos derivados del lenguaje, la habilidad numérica: consiste en la aptitud número y la velocidad de realizar cálculos, rapidez perceptiva: capacidad para detectar semejanzas y diferentes objetivos, memoria asociativa: se refiere a su memoria y a la capacidad que tienen para recordar información, razonamiento: aptitud para reconocer reglas y resolver problema, fluidez verbal; habilidad para recordar palabras con fluidez además de la capacidad para manejar el idioma y finalmente tenemos al factor denominado habilidad espacial el cual consiste en reconocer las figuras en diferentes espacios y posiciones (Maureira et al., 2017).

Además de desarrollar esta teoría, Thurstone también crea el test de aptitudes, en el año 1941, delimitado para adolescentes de 17 años hasta un adulto de 90. Sin embargo, en 1960 Guilford, realiza su aportación con un análisis y a su vez cataloga la teoría de las aptitudes mentales para que los sujetos la interpreten de mejor manera, resultando que Thurstone y Guilford conceptualicen a la inteligencia como “un perfil de aptitudes distintas” (Peña, 2004)

Como tercer y último, el *modelo jerárquico* nace de ambas inteligencias antes mencionadas pues trabaja a través de un orden jerárquico de factores que se presentan en estos modelos, el factor general o factor g, el cual habla sobre las capacidades cognitivas que tiene el individuo, como factor principal. Vernon es uno de los autores que habla sobre esta teoría y propone una división de tres tipos de inteligencia: A, B y C, cada una de estas es descrita por una característica particular. El presupuesto A indica la adaptación que el individuo tiene hacia el ambiente; la B refiere a la conducta con la que se desarrolla, y finalmente el apartado C, corresponde a los resultados de las pruebas de inteligencia que se obtengan de los individuos. (Villamizar & Donoso, 2013)

Entendiendo que el modelo de inteligencia jerárquica es un conjunto de capacidad y/o características que se encuentran dentro de cada sujeto, donde cada una de estas cumplen una determinada función, pero no todas con la misma

importancia pues en cada individuo prevalecerá una diferente. Por otro lado, la inteligencia emocional es un tipo de inteligencia que se fomentó en el siglo XX por Mayer & Salovey (1997) quienes exponen que este tipo de inteligencia se encuentra dentro de la inteligencia social, la cual tiene como habilidad el conocer las emociones propias como ajenas además de saber discriminarlas entre ellas, ayudando a guiar las acciones de los individuos.

Posteriormente, Goleman (1997) resalta esta teoría, pues expone que el éxito de una persona no depende su coeficiente intelectual sino del nivel de inteligencia emocional que posee, pues al reafirmar el concepto de Salovey y Mayer de 1990 de reconocer los sentimientos propios y de otros, con el saber manejar de forma correcta sus emociones el individuo tendrá relaciones sociales más productivas.

Inteligencia Múltiple

Una de las nuevas teorías provenientes del siglo XXI, es denominada inteligencia múltiple, la cual describe varios tipos de inteligencia de acuerdo a las capacidades de cada individuo.

Uno de los expositores más promitentes de esta teoría es Gardner (1987) el cual define a la inteligencia, como la capacidad para resolver problemas o a su vez generar resultados que sean beneficiosos para otras culturas. Además, menciona la existencia de 8 tipos de inteligencia en el ser humano, donde cada una de ellas es autónoma. Las cuales se describen a continuación: 1. *Lógico matemática*, comprende relaciones lógicas, sensibilización ante los esquemas, clasificación de objetos al igual que la facilidad para realizar cálculos. 2. *Espacial*, trabaja mediante la observación del mundo visual, generando ideas, ejecutando y transformándolas en percepciones. 3. *Lingüística*, comprensión de lectura, escritura, al igual que la elocuencia y la escucha activa. 4. *Musical*, habilidad para distinguir, transformar y crear formas musicales. 5. *Kinestésica*, emplea el cuerpo en formas muy diferentes y hábiles. 6. *Inteligencia intrapersonal*, capacidad de auto conocernos en referencia a la introspección como personas. 7. *Inteligencia interpersonal*, la habilidad de reconocer y percibir los sentimientos de otras

personas. 8. *Naturalista*. Referente al mundo natural, donde el individuo saben observar, analizar, clasificar a los elementos de la naturaleza.

Luego de conocer cada una de las inteligencias múltiples propuestas por Howard Gardner, se entiende que todas las personas estamos dotadas por estos ocho tipos de inteligencia. Sin embargo, se comprende que la inteligencia al ser denominada como una capacidad, también puede ser desarrollada, por lo que, de acuerdo a las inteligencias múltiples el individuo también tiene la facilidad de poseer todas, pero desarrollar de manera específica una de estas.

Definición de emoción

Al igual que la inteligencia, la emoción también posee varios enfoques para su definición por lo que es complejo definirla, sin embargo, existe cuatro enfoques en los que se ve explicada. Entre estos tenemos; a la teoría evolutiva planteada por Charles Darwin, menciona que dichas emociones poseen un desarrollo evolutivo, haciendo referencia a que las reacciones fisiológicas y las emociones, como el miedo y la ira, son respuestas evolutivas, de cuando intuimos el peligro en nuestros inicios como humanidad. Como segundo enfoque se encuentra la teoría social, menciona a la emoción como producto de un aprendizaje de las diversas culturas y sociedades en el que el individuo se desarrolla; como tercera teoría encontramos al cognitivismo, la cual describe a la emoción como un estado mental y un proceso cognitivo. Finalmente, la cuarta teoría denominada neurocientífica, esta expone a la emoción como el resultado de dinámicas y productos de base corporal, referentes a imágenes mentales e impulsos eléctricos que el cuerpo humano manifiesta. (Buitrago, 2020)

Por otro lado, Melamed (2016) refiere dos enfoques sobre la emoción, la primera denominada corriente perceptiva, la misma que define a la emoción como la sensación del cuerpo que nace a través de cierto estímulo que se da de acuerdo a la situación que se enfrenta. Mientras tanto, el enfoque cognitivo determinado como el segundo enfoque, menciona a la emoción como un estado que se origina luego de un estímulo, que involucra factores mentales. Ambos enfoques concuerdan en que la emoción es una

reacción frente a un estímulo exterior, no obstante, también posee discrepancias, pues el enfoque de percepción actúa desde el consciente activo del individuo, mientras que el enfoque cognitivo trabaja desde la reacción automática ante el estímulo.

De la misma manera, Fernández et al. (2013) también define a las emociones como una característica compleja del ser humano al momento de ser explicada, no obstante, las contempla como procesos psicológicos en forma de alarma que ayudan al individuo a determinar las cosas que son peligrosas para así poder alejarse y tener precaución, o identificar las cosas placenteras y agradables para poder acercarse. Facilitando el proceso de adaptación y supervivencia, asimismo presenta modelos que analizan la emoción desde el análisis conductual, biológico y cognitivo.

Luego de la exposición de varias definiciones sobre las emociones desde diversos enfoques de distintos autores podemos entender a la emoción como un proceso cognitivo que nace desde un estímulo externo, brindándonos reacciones que fomenten nuestro estado de supervivencia ante determinada situación. Sin embargo, cada ser humano reacciona de forma diferente, debido a la forma de aprendizaje que tenga de acuerdo a su vínculo con la sociedad o cultura.

Tipos de emoción (Base neuropsicológica de las emociones)

Luego de conocer las teorías que definen a las emociones, expondremos sus tipologías, las cuales son planeadas por Damasio (2005) en su libro en busca de Spinoza en donde presenta tres tipos de emociones: Las emociones del fondo, emociones básicas o primarias y finalmente las emociones sociales que son una adecuación del resultado de los dos tipos de emociones anteriores. *Las emociones de fondo* son descritas como emociones generales, formadas por una combinación de reacciones reguladoras en base a acciones que vamos desarrollando en nuestra vida. Estas emociones de fondo, no son visibles a primera vista en nuestro comportamiento, sin embargo, se pueden determinar a lo largo del día como el entusiasmo o el desánimo.

Continuando con el orden tenemos a las *emociones básicas o primarias*, que

según el conocimiento general son cuatro: la ira, la felicidad, la tristeza y el miedo. Damásio, en su texto concuerda con ello pues también habla de estas emociones generales que se determinan en la cultura del individuo, claramente identifican a la ira, asco, sorpresa, tristeza y felicidad como emociones que se pueden visualizar en el ser humano sin ningún conflicto. Entendiendo que al producirse estas emociones el cuerpo generará acciones o reacciones fisiológicas de acuerdo a la emoción que se exprese.

Finalmente, traemos a las *emociones sociales* o también llamadas *emociones secundarias*, aquellas que nacen de las emociones primarias, estas están determinadas por el aprendizaje que se obtiene desde su círculo social, sus padres, escuela o cultura en donde se desarrolla el individuo. Cabe recalcar que a pesar de estos aprendizajes que se obtiene, los seres humanos son capaces de explorar sus sentimientos individualmente para así poder forjarlos independientemente.

1.2 Aspectos influyentes durante la adolescencia

En este apartado, Rodríguez et al. (2016) habla de la adolescencia como una etapa evolutiva caracterizada por cambios físicos, psicológicos y sociales que influyen de alguna forma al desarrollo del adolescente. Este es un proceso encaminado a la búsqueda y establecimiento de su personalidad, la cual nace al fin de la infancia con camino hacia la adultez. Al igual que otras de etapas del ciclo vital, la adolescencia necesita cubrir necesidades de acuerdo al periodo en el que se encuentra debido a que pues es en una etapa importante y crítica donde se generan cambios y adaptaciones para llegar a la maduración. Comprendiendo que, si estas necesidades son cubiertos de manera positiva y equilibrada de acuerdo a los periodos de la adolescencia, el individuo será formado de manera funcional para la sociedad. (Palacios, 2019).

Para conocer los periodos de la adolescencia que se mencionan anteriormente, Gaete (2015) nos expone tres rangos de esta etapa, empezando con la *adolescencia temprana*, (10 hasta los 13 o 14 años) el comienzo de su pubertad, debido a que en este periodo inician los cambios físicos, el crecimiento de los senos y la llegada de la

menarquía en las mujeres; como el cambio de voz y el crecimiento de barba en los varones. Al igual que los cambios psicológicos, como la presencia de la inseguridad ante los cambios que presenta su cuerpo, el egocentrismo que disminuye con el tiempo además de la crisis emocional por descubrir quienes son. Luego procede la *adolescencia media*, (14 o 15 años hasta los 16 – 17 años) iniciará el distanciamiento con seno familiar y aumenta su apego a su círculo social integrado por sus pares, lo que le permitirá iniciar la búsqueda de su propia identidad, su egocentrismo disminuye, empieza a presentar su criterio sin miedo a ser reprendido, aumenta la aceptación de su cuerpo y la comodidad con el mismo. Finalmente, *la adolescencia tardía*, (17 y 18 años), el adolescente ha definido su personalidad, posee un pensamiento crítico, acepta sus cambios corporales además de su identidad sexual. Cabe recalcar que el desarrollo del individuo no termina en la adolescencia pues cada etapa será un constante aprendizaje.

Asimismo, Papalia et al. (2010) menciona los cambios que se producen en la adolescencia, como los cambios físicos y cognitivos. Comprendido dentro de sus cambios físicos se encuentran: su rápido crecimiento, variación en su peso corporal y desarrollo de madurez sexual, en donde las hormonas juegan un papel fundamental para que estos cambios se lleven a cabo. En cuanto a sus cambios cognitivos, los adolescentes sufren cambios en su salud mental debido a las hormonas, ya que pueden volverse más activos o caso contrario más depresivos, esto dependerá de su círculo social también poseen mejor razonamiento que le permiten realizar juicios morales complejos y a su vez generar un plan de vida, desarrolla su empatía, su estilo de socialización, asimismo se manifiesta la atracción por el sexo opuesto.

Durante esta etapa donde los adolescentes perciben diversos cambios que le generan crisis por lo tanto se debe generar redes de apoyo donde se le pueda brindar una guía para que no llegue a desorientarse durante este proceso. Sanchez et al. (2020) concuerda con lo expuesto, pues menciona que, debido a los cambios recurrentes existentes en esta etapa, debe existir comprensión significativa para el adolescente pueda entender con mayor facilidad, el proceso de desarrollo afectivo. De la misma

forma, lo expresa Lorenzo (2021) pues sustenta a la adolescencia como un proceso de trascendencia de la etapa infantil a la adultez, donde el plan de vida puede verse beneficiado o perjudicado dependiendo de las decisiones que él tome y el círculo social el cual guíe al estudiante durante esta etapa.

Por lo tanto, conocer y regular nuestras emociones permite adaptar al adolescente en su entorno social pues promueve el desenvolvimiento positivo del individuo en la sociedad. Esto es argumentado por Lopez et al. (2023) pues menciona al área emocional como protagonista de la adolescencia, debido a que durante esta etapa el individuo está en constante crecimiento emocional donde la regulación y el control de emociones determinan el bienestar personal y social. Ya que al desarrollar la IE de manera adecuada le permite al adolescente desarrollar habilidades sociales para poder vivir en sociedad. Asimismo, menciona que es esencial brindar educación emocional a los estudiantes que transitan en esta etapa para que desarrollen sus competencias emocionales para una mejor integración en su proceso socioeducativo.

1.3. Inteligencia emocional según la edad y el género

Luego de analizar brevemente sobre la adolescencia, donde Calero et al. (2018) también exponen a la misma como una etapa importante para los individuos, en donde se desarrollan y adquieren hábitos emocionales, los cuales determinarán la personalidad de cada uno de ellos, además de acompañarlo a lo largo de su vida. Por lo tanto, la inteligencia emocional en ambos sexos tendrá diferentes connotaciones pues se comprende que tanto las mujeres como los varones tienen diferencias en su desarrollo. Por este motivo, se trató de analizar estudios en donde se demuestre la relación de la inteligencia emocional con respecto a las variables de género y edad.

Empezando con este análisis, Martínez & Martínez (2016) presentan al género femenino como más expresivo y al género masculino como menos expresivo y con una personalidad más seria, esto se debe, al papel que cumplen los progenitores en su crianza con respecto al género. Pues los autores consideran que sus padres son

quienes transmiten el rol de género a sus hijos además del tipo de socialización que estos desarrollarán. Para esto plantea a la madre como educadora en los rasgos de atención y expresión emocional, mientras que el padre cumple con la transmisión de los rasgos de reparación y regulación. Resultando a nivel general que las mujeres sean más expresivas y que los hombres sepan resolver y reparar más rápido cualquier adversidad que se le presente.

Asimismo, Umaña (2015) expresa el papel con el que ambos géneros han sido socialmente educados, en el caso de las mujeres, se les enseña a ser más sociables, expresivas con sus emociones y a ser dependientes. Mientras en lo que respecta al género masculino, se le forma para aprender a controlar sus emociones y ser el género dominante. Por lo tanto, las mujeres y varones van a tener diferencias con respecto al desarrollo de su inteligencia emocional, esto se debe a la forma en la que fueron educados, cabe recalcar que en ocasiones estos supuestos pueden ser contrarios, pero hablando desde la generalidad, las mujeres son quienes expresan sus emociones con mayor facilidad que los hombres.

De igual manera, lo presenta Saucedo et al. (2019) donde manifiestan que la educación de género la recibimos en casa, donde esta nos permite reaccionar y establecer funciones de acuerdo a los aprendizajes de género aprendido dentro de nuestro sistema familiar. Es aquí donde, se le cataloga a la mujer como el sexo emocional, comprensiva en cuanto a las emociones, además de poseer mejor habilidad en las relaciones interpersonales. Esto es confirmado por los resultados que obtiene a través del test TMMS-24 aplicado en su investigación, en donde demuestra que las mujeres tienen mayor claridad y atención frente a sus emociones, por otra parte, los hombres poseen la habilidad de manejar de mejor manera sus emociones a comparación con las mujeres. Determinando que, con respecto al género y la inteligencia emocional, las mujeres saben equilibrar mejor la parte emocional que los hombres.

En cuanto, al estudio de la relación de la inteligencia emocional y la edad, Navarro et al. (2022) hace referencia a la conexión que tiene la etapa del desarrollo con la IE, pues inicia sustentando que durante los primeros meses de vida ya inicia el desarrollo de las habilidades socioafectivas, debido a las relaciones que va generando en su entorno, luego continua con la infancia, donde reconoce, regula y comprende sus emociones, lo que permite su adaptación al medio. En la adolescencia, se vuelve vulnerable, debido a las dificultades para regular sus emociones, sin embargo, muestra que los adolescentes del periodo tardío poseen mayor inteligencia emocional definida con sus siglas como IE, a diferencia de los adolescentes de las etapas más tempranas, esto debido a que el adolescente de etapa tardía ya ha generado más habilidades sociales y estrategias para afrontar situaciones. Entendiendo que mientras más edad se posee, mayores habilidades socioafectivas desarrollará al igual que el aumento en su nivel de inteligencia emocional.

De la misma manera, lo sustenta Martínez & Martínez, (2021) pues expone a la edad como una variable indispensable para el desarrollo de la inteligencia emocional pues menciona que esta mejora con el pasar de los años, debido al aprendizaje permanente y al conocimiento que va adquiriendo en su desarrollo. Lo que permite desarrollar su capacidad adaptativa conjuntamente con sus capacidades cognitivas y sociales, permitiendo la mejor comprensión de sus emociones y resultando en su aumento de IE. De igual forma, los autores exponen el desarrollo de sus resultados, obtenidos desde la aplicación del TMMS-24 y la relación con la edad, demostrando que la claridad y la reparación emocional son rasgos que desarrollan con la edad media, sin embargo, demuestra que la atención está más presente en la población joven, concluyendo que la inteligencia emocional si mejora con la edad.

Asimismo, Palomera (2005) indaga sobre la relación entre la inteligencia emocional y la edad en donde, presenta que, a mayor edad del sujeto mayor es la preocupación por atender sus emociones. Pues menciona que al desarrollar las

habilidades cognitivas y de introspección con la adquisición de diversas experiencias que le brinda la vida cotidiana, le permite al individuo resolver conflictos y tener una mayor percepción emocional. De igual manera menciona que la capacidad de conocer, entender y atender las emociones aumenta desde la adolescencia tardía y la adultez temprana. Comprendiendo que la estimulación emocional es importante para desarrollar la inteligencia emocional, especialmente en la etapa de la adolescencia en donde el individuo está en su pleno desarrollo.

Otro profesional que hace referencia al sexo y a la edad como variables dentro de la inteligencia emocional es Dominguez et al. (2022) quien expone que existe diferencia en cuanto a los componentes de la IE según Salovey y Mayer, resultando que las mujeres poseen mayor percepción emocional que los hombres, mientras tanto los hombres poseen mayor comprensión y regulación emocional, haciendo referencia a lo anteriormente planteado, donde la socialización del género sí influye en el desarrollo de la inteligencia emocional. Con respecto a la edad, se menciona que a más edad tengan los adolescentes mejor será su percepción emocional, mientras en la adolescencia que los componentes que resaltan son la comprensión y regulación emocional.

2. MODELOS DE INTELIGENCIA EMOCIONAL

2.1 Modelo de inteligencia emocional de Salovey y Mayer

Este modelo desarrollado por Salovey y Mayer ha sido escogido para el desarrollo de nuestra investigación pues sus componentes se apegan a los que deseamos estudiar de nuestra población. Además, es uno de los modelos que se ubican en gran medida en los estudios desarrollados en el sistema educativo, al igual que nuestro estudio el cual se ubica en adolescentes de bachillerato. Para conocer mejor este modelo continuamos con su desarrollo.

El modelo de inteligencia emocional es propuesta por dos maestros universitarios, Salovey & Mayer (1990) quienes comprendían como esta influenciaba en

el desarrollo del individuo por esta razón. Por este motivo analizan varios conceptos sobre la inteligencia y se enfocan en describir un concepto en donde se hable de las relaciones sociales, por este motivo crean uno de los primeros conceptos de la inteligencia emocional, como la habilidad de dominar los sentimientos y emociones propias, teniendo la capacidad para discernir entre ellos, utilizando esta información para guiar al pensamiento en la toma de decisiones propias.

Este modelo consta de cuatro componentes los cuales serán mencionados brevemente en este apartado pues en el siguiente tema se los conocerá con mayor amplitud. Estos componentes son planteados por Salovey y Mayer, entre ellos tenemos a la percepción emocional, referida al reconocimiento de emociones propias y ajenas; como segundo componente se presenta la facilitación emocional. Luego tenemos a la comprensión emocional, entendida como la capacidad de entender las emociones para resolver problemas e identificar las que son similares, Finalmente, tenemos al último componente denominado regulación emocional, determinada como la aptitud para controlar las emociones ya sean estas positivas o negativas. (Valencia & Aguaded, 2017)

Sin embargo, para la evaluación de los aspectos de la inteligencia emocional se crea un instrumento denominado TMMS-24 (Trait Meta-Mood Scale) creado por Salovey y Mayer en el año de 1995, el cual está centrado en evaluar las características más estables de la conciencia humana y a su vez la capacidad de poder controlarlas. Este instrumento consta de tres componentes, la capacidad de atención, la claridad y la reparación emocional. (Trujillo & Rivas, 2005) Cada uno de estos componentes nacen desde la teoría del autoconocimiento, dos de estos componentes se enfocan en saber reconocer nuestras propias emociones, y a su vez conocer las emociones del otro, recalcando como emociones básicas a la alegría, tristeza, ira y miedo. (Castro et al., 2022)

2.2 Modelo de inteligencia emocional de Goleman

Otra contribución relevante sobre la inteligencia emocional es el planteado por el psicólogo estadounidense, Daniel Goleman, este autor expone a la IE como aquella que nos ayuda a tomar conciencia de nuestros sentimientos, tolerar las dificultades que se nos presentan en el diario vivir y a su vez fomentar capacidades para relacionarnos en sociedad, siendo empáticos, promoviendo el desarrollo personal y social. De igual forma, menciona a la inteligencia como un factor predominante en nuestro éxito, pues al ser fomentada y fortalecida obtendremos avances de manera positiva en nuestra vida, a su vez también expone como la falta de una adecuada IE puede influir en el fracaso de nuestro plan de vida. (Goleman, 1999)

Este autor a realizado varios estudios a nivel mundial, como también en los diferentes espacios sociales en donde se puede visualizar y desarrollar la inteligencia emocional por esta razón el análisis de la IE realizado por Goleman es bastante minucioso. Goleman menciona que la inteligencia intelectual o cognitiva no es la única que determina el éxito en la vida de un individuo, sino también el desarrollo de la inteligencia emocional, pues existen componentes que ayudan a que la calidad de vida y la socialización se promuevan de manera positiva. (De la Cruz-Portilla, 2020)

Dentro de los componentes que Goleman a considerado en su modelo de Inteligencia Emocional son: conciencia de uno mismo; se refiere a saber que está sintiendo y el porqué de la emoción, autorregulación; manejar las emociones de manera apropiada, motivación, referente a la automotivación para lograr objetivos; empatía, se considera como la capacidad de ponerse en los pies de otro, reconocer las emociones ajenas y finalmente habilidades sociales, establecer relaciones con otras personas (Bueno, 2019). Goleman a considerado cada uno de estos componentes como los que predominan dentro de la inteligencia emocional y a su vez determinantes para la satisfacción de vida positiva del individuo.

Para evaluar estas componentes y determinar la inteligencia emocional, Daniel Goleman ha creado un instrumento denominado el inventario de competencias

emocionales (ICE) este instrumento es multi referencial, pues brinda evaluaciones propias, para directivos, subordinados y compañeros. El ICE este compuesto por 20 ítems que evalúan los cuatro componentes que propone Goleman, la autoconciencia, empatía o conciencia social, autorregulación y habilidades sociales. (Mishar & Bangun, 2014)

2.3 Modelo de Bar-On

En el modelo de Bar-On, la inteligencia emocional es también social, la cual es denominada como el conjunto de competencias, habilidades emocionales y sociales, las cuales determinan la forma en como comprendemos, expresamos y nos relacionamos con los demás y a su vez aprendiendo a afrontar las exigencias cotidianas. Bar-On en su modelo se rige en dos planos, el plano interpersonal, el cual comprende a la capacidad de relacionarse con la sociedad comprendiendo las emociones y sentimientos que abarcan, y el plano intrapersonal, el cual quiere decir, como percibe sus sentimientos y emociones, su manera de expresarlos y regularlos. (Bar-On, 2006)

Asimismo, Plata et al. (2021) menciona que el modelo propuesto por Bar-On está compuesto por un modelo conceptual y psicométrico donde trabajaban conjuntamente sobre su constructo, dentro del modelo conceptual denomina a la inteligencia emocional como el conjunto de habilidades sociales y emocionales, mientras tanto en el modelo psicométrico, Bar-On crea dos instrumentos, el primero dirigido a los adultos y con el pasar del tiempo crea otro para evaluar la inteligencia emocional de los niños y jóvenes.

Este modelo consta de cinco componentes principales que a su vez poseen subcomponentes: El primero es el componente intrapersonal, cual consta de 8 subcomponentes: Comprensión emocional, asertividad, autoconcepto, autorrealización e independencia; el segundo componente es el interpersonal: Responsabilidad social, relaciones interpersonales, empatía; el tercer componente la adaptabilidad: Solución de problemas, prueba de la realidad y flexibilidad; como cuarto tenemos al manejo del estrés: tolerancia al estrés, control de impulsos; y finalmente al quinto componente

control y estado de ánimo, el cual tiene como subcomponentes a la felicidad y optimismo. (García & Giménez, 2010)

Luego del análisis de las teorías más relevantes en consideración de la inteligencia emocional, podemos determinar una vez más que la teoría planteada y desarrollada por Salovey y Mayer en 1990 es aquella que se relaciona con nuestro estudio por los diversos estudios relaciones en el ámbito académico, además de haber escogido el TMMS-24 creado por los autores de esta teoría para ser aplicado en nuestra población.

3. LOS COMPONENTES DE LA INTELIGENCIA EMOCIONAL

Los componentes que serán desarrollados a continuación son los presentados por Salovey y Mayer en 1990, estos componentes han sido escogidos para su exposición por la relevancia que tiene dentro de nuestro estudio, además ser los que se estudian dentro del instrumento TMMS-24 creado por los mismos autores.

1. **Percepción Emocional:** Es aquel componente que demuestra la habilidad de conocer los sentimientos no solo en lo que respecta al área personal, sino también a reconocer los sentimientos de los demás (Bueno, 2019). Este componente también es conocido como atención emocional, refiriéndose a la capacidad de atender y entender los sentimientos.
2. **Facilitación emocional del pensamiento:** Esta arista se centra en como las emociones que adquirimos de acuerdo a la situación que vivamos, afectan a nuestro sistema cognitivo, además de comprender como nuestros estados afectivos promuevan a la toma decisiones. Entendiéndose como la habilidad de dirigir la atención de acuerdo a la emoción y generar juicios de acuerdo a la situación. Por ejemplo, si el individuo está dentro de un contexto positivo, generará, escenarios positivos, pero si posee un estado de ánimo tenso, los escenarios que recreará serán negativos. (Férrandez & Extremera, 2005)

3. **Comprensión emocional:** El tercer componente que integra el modelo de Salovey, se caracteriza por la capacidad de solucionar conflictos y a su vez identificar que emociones son semejantes (García & Gimenez, 2010). Al poder identificar nuestras emociones nos ayudará en la regulación de nuestras emociones.
4. **Regulación emocional:** La cuarta característica que se ubica dentro de la IE, es el saber regular los estados de ánimo y las emociones. Lo que se comprende, que el individuo debe ser capaz de controlar, diferenciar y reconocer sus sentimientos con exactitud, debido a que al poder cumplir con estas características el individuo, será capaz de cambiar y mejorar, estos sentimientos a través de diversas estrategias, que luego de un análisis, determinará si dichos métodos sirven para su regulación (Salovey & Brackett, 2006).

A continuación, en la tabla 1, se expresa cada uno de los componentes de la inteligencia emocional que integran este modelo, conjuntamente con una descripción más concreta de cada uno de los componentes.

Tabla 1
Componentes de la inteligencia emocional

Nota: La información adquirida de esta tabla se basa en lo propuesto por los autores:

Percepción Emocional	Facilitación Emocional	Comprensión Emocional	Regulación Emocional
Habilidad de reconocer, discriminar y expresar los sentimientos propios y saber identificar y comprender los sentimientos ajenos. ^a	Capacidad de armar juicios de acuerdo a la atención que se presta a la emoción con la que se vive de acuerdo a la situación que se afronta. ^b	Entender las emociones para poder actuar de acuerdo a la misma, además de comprender los cambios que existen entre una emoción a otra. ^c	Capacidad de conocer y detectar las emociones para poder regularlas, sin importar que estas sean positivas o negativas. ^d

^aBueno (2019), ^bFernández & Extremera (2005), ^cGarcía & Gimenez (2010), ^dSalovey & Brackett (2006).

4. DESARROLLO DE LA INTELIGENCIA EMOCIONAL

4.1 Influencia en la infancia , adolescencia y la educación

A lo largo del desarrollo de nuestro marco teórico se ha evidenciado la relación que tiene el éxito en el plan de vida con la promoción de la inteligencia emocional. Por este motivo, este apartado se enfoca en demostrar como la IE influye en las primeras etapas del ser humano y en su educación. Guil, (2018) menciona que es importante desarrollarla en los primeros años de vida, pues de esto dependerá su socialización a futuro, debido a que gracias a poner atención en sus competencias emocionales los primeros años, le permitirán fortalecer su desarrollo de autoconfianza, aceptación y el control de su vida, formando un correcto bienestar psicológico y emocional, contribuyendo en su vida social y académica.

De igual forma, argumenta Goleman (1997) sobre la inteligencia emocional, mencionando que la niñez y la adolescencia son etapas relevantes para adquirir hábitos emocionales básicos, que ayudarán al individuo a dirigir su vida, pues las vivencias que se adquieren tanto en casa, como en la escuela son las que aportan a la construcción de su desarrollo emocional, pues estimulan y forman sus competencias emocionales para el futuro.

Al igual que la niñez, la adolescencia también es una etapa importante para el desarrollo y adquisición de la personalidad, especialmente al ser un periodo complejo, pues el adolescente sufre diversos cambios, mentales, físicos y emocionales. En donde su inteligencia emocional también evoluciona con estos cambios que atraviesa, debido a los factores, sociales, psicológicos y personales que interfieren en su desarrollo (López et al. 2023). Por este motivo es fundamental guiar al adolescente, enfocándonos en sus emociones pues son las primeras en actuar frente a cualquier situación que afronte, determinando su comportamiento.

Con respecto a la inteligencia emocional en la educación, esta se ha convertido en un factor clave en los espacios de enseñanza al ser atendida de manera adecuada, esta promueve las relaciones interpersonales, el rendimiento escolar y a su vez la conducta del alumnado. Por lo que debe convertirse en un proceso continuo en las instituciones educativas pues fomenta el desarrollo íntegro del estudiante, educándolo para afrontar los retos que se le presenten en su vida (Dominguez, 2022). De esta misma manera, Usan et al. (2020) expresa que los estudiantes que poseen un claro entendimiento de sus emociones y saben regularlas poseen mayor rendimiento académico. Puesto que comprenden un bienestar personal, buenas relaciones interpersonales, considerando a los factores psicológicos como influyentes en el rendimiento académico.

Por su parte Broc (2019) argumenta que durante años la educación siempre se enfocó en desarrollar las habilidades cognitivas en los estudiantes, en las habilidades de razonamiento y memorización, pero con el pasar de los años a nacido el interés por estudiar la influencia que tiene las emociones dentro de la educación y a su vez en el rendimiento académico de los estudiantes. Pues, se sustenta que el bajo rendimiento tiene origen en las problemáticas del área emocional y no en la capacidad cognitiva de los estudiantes.

4.2 Técnicas para mejorar la inteligencia emocional

Los autores Sarrionandia & Garaigordobil (2016) citan que la planificación y desarrollo de programas psicoeducativos en donde sus participantes sean capaces de desarrollar la empatía y regular sus emociones, ayudaría a que los problemas emocionales disminuyan. A su vez, expone que el uso y aplicación de programas para mejorar la inteligencia emocional no solo ha promocionado la misma, sino también ha permitido que los partícipes de estos programas desarrollen habilidades sociales, la empatía, aumentando de manera positiva la salud mental y reduciendo los índices de problemas emocionales.

De igual forma, Murillo & Navia (2021) En su estudio hablan sobre el mindfulness como estrategia para mejorar la inteligencia emocional, ya que este se centra en el análisis de sus emociones y sentimientos, además de la aceptación y el entendimiento de lo que nos sucede en la vida cotidiana, sin tener una actitud defensiva ante la misma. A su vez, expone diversos programas que han utilizado esta estrategia para mejorar la inteligencia emocional, en donde ha demostrado tener resultados positivos, pues activa varias habilidad sociales y personales, como la escucha consciente, la paz social, disminución del estrés. Promoviendo el equilibrio emocional y mental para relajarse además de conseguir la autorregulación, de este modo promoviendo incluso el bienestar físico.

Así mismo, Castillo-Gualda et al. (2017) cita un estilo de programa centrado en el desarrollo de las habilidades de la inteligencia emocional, denominados como programas de aprendizaje social y emocional, también conocidos como SEL por sus siglas en inglés, el cual promueve cinco competencias emocionales, cognitivo y conductuales, las cuales son: autoconciencia, gestión emocional, consciencia social, relaciones interpersonales, toma de decisiones, tienen como fin fortalecer las capacidades sociales y emocionales, desde los primeros años, con el objetivo de prever problemas emocionales y psicológicos.

De este modo, Rivera & Dominguez (2021) trabaja con el programa RULER (recognize, understand, label, express y regulate emotions). Este programa consta de cuatro estrategias, medidor emocional, la carta, meta-momento y el blueprint, que al ser aplicadas prevén resultados positivos, pues esta investigación se encuentre en desarrollo, sin embargo menciona que luego de ser aplicados instrumentos de evaluación se ha demostrado la eficacia en la población en donde se efectuá el programa pues se evidencia un equilibrio en sus componentes de IE determinados a través del instrumento TMMS-24. No obstante, se espera mayor éxito una vez terminado el programa.

4.3 Desafíos en el desarrollo de la inteligencia emocional

Uno de los mayores retos que presenta la inteligencia emocional dentro de las aulas es de carácter sistémico, pues la educación emocional es el resultado de la socialización de todos los actores que forman parte de la academia, como los docentes, administrativos, estudiantes y familia. Fragoso (2018) Entendiendo, que todos los actores forman parte del desarrollo de la inteligencia de un individuo pues con la interacción se vivirán diversas emociones que, de acuerdo a lo ya sustentado en el marco, las emociones y sentimientos formarán la personalidad del individuo. Por lo que, si uno de estos actores sociales no promueve el desarrollo de la IE, el estudiante difícilmente tendrá un nivel de inteligencia emocional positivo para si interacción social.

Asimismo, Fernandez et al. (2022) presenta una de las problemáticas dentro del sistema educativo, es la ausencia de la educación emocional dentro del currículo educativo, pues al no emplear los recursos para enseñar sobre las emociones dentro del aula ha generado la presencia de la desigualdad entre compañeros, problemas de convivencia entre alumnos, estudiantes con problemas de salud mental, entre otros. Por este motivo el autor menciona que es importante conocer y capacitar a docentes además de los estudiantes en temas relacionados con la inteligencia emocional para disminuir estas problemáticas. Sin embargo, presenta que uno de los desafíos más importantes es mejorar la educación inicial de los docentes, pues las instituciones formadoras no promueven el desarrollo de la educación emocional, lo que debería ser importante para la promoción de un buen ambiente escolar y a su vez social

Por otro lado, Martinez et al. (2019) también exponen que la familia no siempre está preparada o formada para educar en temas como la autoestima, competencias sociales y emocionales como tampoco para el desarrollo de la felicidad, siendo estas algunas variables para el desarrollo de la inteligencia emocional. Los progenitores al no conocer o estar capacitados sobre estos temas, puede ser una carencia importante para fomentar el desarrollo, convirtiéndose un desafío para la educación emocional de sus hijos pues no tendrán las herramientas necesarias para promover la IE en sus hijos. Sin

embargo, podemos ver a estos desafíos como oportunidades, pues nos demuestra que falencias tenemos y cuáles son las áreas en las que debemos capacitarnos para poder fortalecer tanto nuestra inteligencia emocional como padres y a su vez promoviendo la misma en nuestros hijos.

5. BENEFICIOS DE LA INTELIGENCIA EMOCIONAL

5.1 Bienestar emocional y mental

El bienestar emocional se comprende como la capacidad que tiene el ser humano para manifestar sus sentimientos positivos, el compromiso, la felicidad y la satisfacción de vida. Entendiéndose como la habilidad para relacionarse de manera positiva con los diferentes estadios sociales, el saber afrontar las adversidades y a su vez menorar los factores de riesgo, considerados dentro de la salud mental como el suicidio, ansiedad y el estrés (Perez et al., 2020).

La inteligencia emocional, va de la mano con el bienestar emocional promoviendo la calidad de vida del individuo, debido a que dentro de la calidad de vida uno de sus componentes es el bienestar emocional pero este a su vez va acompañado de otros componentes como la autodeterminación, bienestar físico, bienestar material, derechos, desarrollo personal, inclusión social relaciones interpersonales (Gavin et al., 2021), donde cada uno de estos aspectos al mantenerse equilibrados llegan a brindar la satisfacción de vida al individuo. Por este motivo, el bienestar emocional cumple un papel determinante para la obtención de la satisfacción de vida, para entender por qué debemos conocer su concepto, el cual se define como la habilidad de conocer y disfrutar de manera consciente el bienestar o satisfacción de vida y a su vez poder transmitirla a las personas con las que se socializa (Oliveros, 2018) .

Asimismo, Peña & Aguaded (2021) realiza un estudio sobre el análisis de la inteligencia emocional y el bienestar en estudiantes de secundaria, en el cual expone que la IE y el bienestar están correlacionados de manera significativa, pues los resultados que se determinan en la investigación, exponen a los estudiantes que son

considerados como agresores, son aquellos que poseen una carencia en la inteligencia emocional, pues estos no tienen la capacidad de comprender y regular sus emociones adecuadamente. Con respecto al bienestar psicológico, menciona que, los estudiantes que no poseen un bienestar psicológico adecuado, son aquellos que no alcanzan sus logros y no saben manejar su nivel de frustración. Por lo que concluye que la inteligencia emocional y el bienestar se relacionan de manera positiva de acuerdo a su calidad y satisfacción de vida.

Asimismo, Miñaca et al. (2013) en su estudio demuestra que la inteligencia emocional ayuda a realizar mejoras en el ámbito escolar, pues luego de la aplicación de un programa sobre IE refleja el aumento en el rendimiento escolar, erradicación y presión de conductas disruptivas. La IE responde a las necesidades sociales que la escuela, desde el enfoque académico no puede solventar con un currículo ya previsto, por esta razón el autor propone la integración de los programas de IE para fomentar la misma en los estudiantes para que puedan ser individuos prácticos y con habilidades para la sociedad.

5.2 Relaciones interpersonales satisfactorias

El ser humano al interactuar dentro de un círculo social, adquiere diversas experiencias y aprendizajes que le provocan todo tipo de emociones y sentimientos. Pues su área emocional se encuentra en desarrollo, al vivir diversas situaciones que le permiten aprender, reconocer, regular y disciplinar sus emociones. Promoviendo, un ambiente armónico, gracias a la existencia de buenas relaciones interpersonales, influyendo también en la inteligencia emocional de los individuos que interactúen entre sí. (Huanca et al., 2021)

Las relaciones interpersonales satisfactorias en la etapa de la adolescencia demuestran el nivel positivo que posee el individuo de acuerdo a la inteligencia emocional, esto es argumentado por Cáceres et al. (2020) pues en su texto, denomina al termino interpersonal como aquella dimensión que tiene como característica fundamental la conciencia social y la interacción con los demás individuos, además de

poseer más competencias que caracterizan a una relación interpersonal satisfactoria, la cual se compone de empatía y responsabilidad social. Así mismo logró evidenciar que al no tener un conocimiento positivo en la dimensión intrapersonal, el cual es el conocerse a sí mismo, resultando que sus relaciones interpersonales también posean limitantes. Por este motivo habla de una correcta educación emocional para que sus estudiantes puedan tener equilibrio en su inteligencia emocional para así promover las relaciones interpersonales satisfactorias.

De igual forma, Sarrionandia & Garaigordobil (2017) habla sobre la correlación significativa que tiene la inteligencia emocional con las relaciones interpersonales. Pues menciona a la IE como un conjunto de factores que intervienen en la capacidad de adaptarse a conflictos y solicitudes del ambiente en donde socializa el adolescente. Asimismo, el objetivo de su estudio es observar los resultados que tiene la aplicación del programa de inteligencia emocional en su población de estudios, evidenciando que luego de un año de formación en IE sus adolescentes aumentaron el nivel de inteligencia emocional y a su vez mejoro sus relaciones interpersonales, pues este programa se centró en el desarrollo de habilidades personales y sociales de los mismos.

5.3. Contribución a la sociedad y la empatía colectiva

A lo largo de este estudio, se ha podido observar el accionar de la inteligencia emocional en varias áreas de la sociedad, asimismo se ha analizado las contribuciones que está a tenido al momento de ser desarrollada, pues promueve la salud integral de los que conocen, regulan y disciplinan de sus emociones. Así también lo argumenta, Fernández & Cabello (2021) pues exponen que una persona emocionalmente inteligente mejora su salud física y mental pues disminuye sus síntomas psicósomáticos, sabe regular sus emociones, de igual manera, habla sobre la disminución de conductas destructivas, como el suicidio, volviendo a la IE un factor protector.

Al igual el apartado anterior, la inteligencia emocional también está presente en el desarrollo de la empatía, siendo la última una característica de la IE, pues como ya se nos ayuda a reconocer las emociones propias y de otros, colocarnos en su lugar

(Santa-Cruz & D'Angelo, 2020). De la misma manera Cañero et al. (2019) menciona que la inteligencia emocional y la empatía son habilidades relevantes a la hora de enfrentar diversas situaciones en el área de vida, pues toma a la empatía como la capacidad de atender a los demás a través de los aspectos cognitivos y afectivos/emocionales, que ayudan a afrontar sucesos estresantes y los cambios en las diferentes etapas de vida.

De igual forma, Gonzáles et al. (2019) menciona que el ser empático con los sentimientos de las otras personas genere un desarrollo positivo en los estudiantes, pues al saber manejar las emociones propias y de otros, a través de la inteligencia emocional, genera habilidades positivas para su desarrollo integral. Asimismo, menciona, el arduo estudio que ha tenido el concepto de inteligencia emocional, en donde un equipo integrado por diferentes profesionales concluye, que el éxito académico se logra gracias al equilibrio entre lo racional y lo emocional, Además Gonzáles, expresa que la IE es socialmente presente, pues se encuentra en todos los campos de la vida pues es regulador del bienestar y de la conducta.

De esta manera se puede evidenciar como los componentes y el nivel de conocimiento de la inteligencia emocional influye en las relaciones intra e interpersonales. Pues al momento de reconocer nuestras emociones, saber regular puede ayudarnos a adaptarnos en diferentes escenarios a lo largo de nuestra vida, además de generar mayor control sobre las mismas para poder fomentar nuestra personalidad. Además de aportarnos habilidades sociales que puedan promover la interacción social con los diversos círculos sociales con los que convivimos. Por este motivo, es importante promocionar la salud emocional.

Capítulo dos

Metodología

2.1. Objetivo general:

Analizar el nivel de inteligencia emocional en una muestra de adolescentes de bachillerato de una unidad educativa particular de la ciudad de Cuenca, durante el

año 2023.

2.1.1. Objetivos específicos

1. Identificar el nivel de inteligencia emocional en los adolescentes.
2. Conocer si existe una diferencia en el nivel de inteligencia emocional de acuerdo al género.
3. Conocer la relación entre las variables sociodemográficas y la inteligencia emocional.

2.2. Tipo de investigación

La investigación que se realiza es de tipo descriptivo, debido al análisis de varios estudios para conocer las características fundamentales que se describen sobre la inteligencia emocional, siendo estas relevantes para nuestro estudio. Asimismo, se trabaja desde un enfoque cuantitativo puesto que se obtiene resultados numéricos correspondientes al test de inteligencia emocional TMMS – 24. Asimismo, se plantea brevemente preguntas sociodemográfica y familiares para conocer ciertos aspectos de la vida del estudiante que pueden influir en el nivel de claridad, reparación o percepción del adolescente. En esta misma línea, el estudio es correlacional puesto que para cumplir uno de los objetivos específicos, se necesita relacionar variables demográficas con el resultado del TMMS - 24. Finalmente, se puede decir que nuestra investigación se maneja con el tipo de muestra, no probabilística, debido a que se selecciona a todos los estudiantes que forman parte del bachillerato general de la institución educativa, puesto que es una población pequeña.

2.2.1. Métodos

Para el empleo de esta investigación se utilizó el método descriptivo – correlacional. Descriptivo debido a que trabaja con la finalidad de demostrar propiedad o características de variables en un contexto determinado. Asimismo, se utiliza el método correlacional pues tiene el propósito de conocer la relación existente entre dos o más variables (Hernandez & Mendoza, 2018). Pues trata de evidenciar las

características que posee el estudiante de acuerdo a las variables que demuestra la inteligencia emocional. Esto se debe a los instrumentos que se utilizan, pues tanto el TMMS-24 como la ficha sociodemográfica describen características de las variables expuestas sobre la IE de los adolescentes y a su vez es correlacional porque los datos obtenidos del instrumento de medición TMMS-24 se relacionan con las variables de la ficha sociodemográfica para obtener la relación entre ambas.

2.2.2. Técnicas

Para el desarrollo de esta investigación se utilizó la técnica bibliográfica, pues se revisa varias fuentes para obtener información teórica para sustentar nuestro estudio. Posterior a ella, se desarrolla la técnica de la entrevista o cuestionario, conjuntamente con el análisis de datos, además del análisis estadístico, esto dentro de la aplicación y el análisis de los instrumentos.

2.2.3. Instrumentos

2.2.3.1. TMMS -24.

Uno de los instrumentos a utilizados en la investigación es el instrumento creado por Mayer y Salovey en 1995, el cual se le conoce como Trait Meta-Mood Scale (TMMS), originalmente consta de 48 ítems, que evalúan tres dimensiones de la inteligencia emocional, las cuales son: atención a las emociones, claridad emocional y reparación emocional. Sin embargo, (Angulo & Albarracín, 2018) habla sobre como Extrema, Fernández y Ramos, realizan una importante adaptación al español del instrumento TMMS-24, en donde lo reducen a 24 ítems, manteniendo sus 3 componentes de evaluación.

Este instrumento se divide en tres dimensiones al igual que la versión original; atención a las emociones, claridad emocional y reparación emocional, cada una de estas dimensiones consta de 8 ítems, las mismas que poseen una escala de evaluación: Nada de acuerdo – 1, Algo de acuerdo – 2, Bastante de acuerdo – 3, muy de acuerdo – 4, y totalmente de acuerdo 5. Para obtener los resultados de este test se debe sumar

los ítems de acuerdo a la dimensión, cabe recalcar que los resultados obtenidos también son de acuerdo al sexo. A continuación, se presentarán las tablas con las puntuaciones que se propone según el manual del TMMS – 24.

Tabla 2
Barómetro de evaluación del test de inteligencia emocional TMMS-24

Atención Emocional	
Puntuaciones – Hombres	Puntuaciones - Mujeres
Poca atención < 21	Poca atención < 21
Atención adecuada 22 a 32	Atención adecuada 25 a 35
Presta demasiada atención > 33	Presta demasiada atención > 36
Claridad Emocional	
Puntuaciones – Hombres	Puntuaciones - Mujeres
Poca atención < 25	Poca atención < 23
Atención adecuada 26 a 35	Atención adecuada 24 a 34
Presta demasiada atención > 36	Presta demasiada atención > 35
Reparación Emocional	
Puntuaciones – Hombres	Puntuaciones - Mujeres
Poca atención < 23	Poca atención < 23
Atención adecuada 24 a 35	Atención adecuada 24 a 34
Presta demasiada atención > 36	Presta demasiada atención > 35

Nota: Tabla de evaluación de la adaptación del test de inteligencia emocional TMMS-24 realizada por Extrema, Fernández y Ramos (2004)

Es importante mencionar que el puntaje que debe obtener el individuo para considerarse sano es el denominado como adecuado, pues el de poca y excesivo puntaje se debe trabajar para mejorarlo.

Confiabilidad

Para demostrar la confiabilidad de este instrumento Diaz et al. (2013) lo aplican en su muestra compuesta por 425 estudiantes adolescentes integrados entre las edades de 12 a 19 años de edad, esta edad similar al objeto de estudio de nuestra investigación. En donde, aplicando la técnica de confiabilidad de Alpha Cronbach se obtiene el siguiente nivel de confiabilidad, correspondiente a la dimensión de atención y

claridad emocional se obtuvo un nivel de 0.86 respectivamente y en cuanto a la dimensión de reparación emocional se obtuvo un 0.81. Esto demuestra que el nivel de aceptación para la confiabilidad es válido pues, mientras se acerque a 1, en la escala de Alpha Cronbach más validación del instrumento hay.

2.2.3.2. Ficha sociodemográfica

La ficha sociodemográfica está compuesta por ocho preguntas como: el género, nivel de escolaridad, edad, tipo de familia, tipo de límites de hogar, si el estudiante es padre o madre de familia, la pertenencia del hogar en donde habita y el cargado de solventar los gastos del estudiante. Se decidió evaluar estas variables debido a que pueden ser consideradas como factores que influyen en el nivel de inteligencia emocional que puedan obtener los adolescentes.

2.3. Población

Para el desarrollo de nuestra investigación se consideró a los adolescentes entre los 14 a 18 años de edad, los cuales cursan desde el primero hasta el tercero de bachillerato. Asimismo, nuestra población está compuesta por 70 estudiantes que a su vez se encuentran divididos en 34 hombres y 36 mujeres correspondiente a una unidad educativa particular de la ciudad de Cuenca.

2.3.1. Tipo de muestreo.

El tipo de muestra correspondiente a nuestra investigación es no probabilística - intencional, esto debido a que la muestra escogida posee los criterios preestablecidos que determinan esta investigación (Arias, 2012). Debido a que, la institución cuenta con un primero de bachillerato compuesto por 31 estudiantes, seguido del segundo de bachillerato con 18 estudiantes y finalmente, el tercero de bachillerato compuesto por 21, siendo esto un total de 70 estudiantes. Cada uno de estos cursos integrado por estudiantes que poseen edades entre 14 a 18 años. Lo que permite tomar a esta muestra como objeto de estudio pues comprende los criterios de inclusión para nuestra investigación.

Capítulo 3

Análisis e interpretación de datos

En este apartado se expondrá los resultados más relevantes de nuestra investigación de forma clara y coherente, de acuerdo a los objetivos planteados.

3.1 Resultados de las preguntas sociodemográficas de los estudiantes

Para complementar ciertos objetivos del estudio se realizó algunas preguntas sociodemográficas a los estudiantes como es el caso del nivel que cursa, edad, sexo, entre otras.

Tabla 3
Datos sociodemográficos

Sexo		
	N	%
Femenino	36	51,4 %
Masculino	34	48,6 %
Curso		
1ro	28	40 %
2do	22	31,4 %
3ero	20	28,6 %
Edad		
14	12	17,1 %
15	18	25,7 %
16	19	27,1 %
17	12	17,1 %
18	9	12,9 %

Con respecto a los datos sociodemográficos se puede observar que el sexo que predomina es el femenino con el 51.4% (36), en cuanto al curso que participa con mayor población es primero con el 40% (28) y finalmente con la variable de edad se observa que las edades que muestran población son de 15 a 16 años con los valores de 25,7% (18) y 27,1% (19) respectivamente,

3.2 Resultados obtenidos mediante el test de inteligencia emocional TMMS–24

La población de este estudio estuvo conformada por 70 estudiantes, correspondientes a una institución educativa particular de la ciudad de Cuenca, en el periodo 2023 -2024.

Tabla 4
Resultado de los niveles de inteligencia emocional de los adolescentes

Atención		
	N	%
Poco	37	52,9%
Adecuado	26	37,1%
Demasiado	7	10,0%
Total	70	100,0
Claridad		
Poco	43	61,4%
Adecuada	24	34,3%
Demasiado	3	4,3%
Total	70	100,0
Reparación		
Poco	29	41,4%
Adecuado	30	42,9%
Demasiado	11	15,7%
Total	70	100,0

Nota: Resultados obtenidos del test TMMS-24

Los resultados evidenciados por el TMMS-24, demuestran el nivel que poseen estudiantes de acuerdo a cada uno de los 3 componentes expuestos. Dentro de la tabla se puede observar que entre los niveles de atención y claridad predomina el rango de poco con el 52,9% (37) en atención emocional y el 61,4% (43) en claridad. Con respecto, al nivel de reparación el 42,9% predomina, entendiendo así, que los niveles que se deben mejorar se encuentran en atención y claridad emocional, pues según el TMMS-24 el rango poco y demasiado son aquellos que necesitan intervención para tener una inteligencia emocional equilibrada.

Tabla 5
Resultados del TMMS - 24 en función del sexo

		Femenino		Masculino	
		N	%	N	%
Nivel de Reparación	Adecuada	18	25.71%	12	17.14 %
	Demasiada	2	2.86 %	9	12.86 %
	Poca	16	22.86 %	13	18.57 %
Nivel de Atención	Adecuada	13	18.57%	13	18.57%
	Demasiada	3	4.29 %	4	5.71%
	Poca	20	28.57 %	17	24.29%
Nivel de Claridad	Adecuada	12	17.14%	12	17.14 %
	Demasiada	1	1.43 %	2	2.86%
	Poca	23	32.86%	20	28.57 %

Con respecto a los resultados del TMMS-24 en función del sexo, se evidencia diversas variaciones con respecto a los niveles de inteligencia emocional. En primer lugar, se encuentra el nivel de reparación en donde la categorización “adecuada” el sexo femenino es quien posee el valor superior con 25.71%, mientras tanto el sexo masculino se presenta con un porcentaje menor, el 17.14%. Por otro lado, dentro de la categorización de “poco” el sexo femenino es superior con el 22.86%, mientras el masculino posee el 18.57%. Continuando con el orden, el nivel de atención se evidencia que ambos sexos poseen el mismo porcentaje, dentro de la categorización de “adecuado”, siendo este el 18,57%, sin embargo, existe una diferencia en la categorización de “poco” en donde el sexo femenino posee el 28.57% siendo superior al masculino el cual mantiene el valor de 24.29%. Finalmente, el nivel de claridad, al igual que en el nivel de atención posee los mismos valores en ambos sexos dentro de la categorización de “adecuado” siendo este el 17.14% y en la categorización de “poco” presentan una diferencia notable en donde el sexo femenino predomina con el 32.86% al sexo masculino, el cual posee el valor de 28.57%.

3.3 Resultados obtenidos en la correlación entre el nivel de inteligencias y las variables sociodemográficas

Para la correlación de los datos sociodemográficos y el nivel de inteligencia emocional se aplicó dos tipos de correlación para obtener resultados. La correlación de Pearson se utilizó con las variables de sexo y edad puesto que evalúa una relación lineal entre dos variables, siendo este el caso de la variable sexo y edad con la variable de nivel de inteligencia emocional. Por otro lado, se aplica la correlación de Spearman con la variable curso, puesto que esta permite la evaluación de variables continuas u ordinales.

Tabla 6

Correlación entre el nivel de inteligencia emocional con las variables sexo y edad

		Correlación de Pearson		
		Atención	Claridad	Reparación
Sexo	R	0,067	0,071	0,191
	P	0,580	0,559	0,114
	N	70	70	70
		Atención	Claridad	Reparación
Edad	R	0,218	0,140	-0,065
	P	0,070	0,247	0,593
	N	70	70	70

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

Nota: La correlación se realiza entre la variable sexo obtenida de la encuesta sociodemográfica y los resultados del test TMMS-24 de inteligencia emocional.

Mediante la correlación entre sexo y atención se evidencia la relación no significativa pues se presentan los siguientes valores $r(70) = 0,067$ $p < 0,580$; en cuanto a sexo, al igual que el componente de claridad pues posee valores similares $r(70) = 0,071$ $p < 0,559$; asimismo, se refiere a la relación entre las variables de sexo y reparación

pues posee los siguientes valores $r(70) = 0,191$ $p < 0,114$. Por otro lado, la correlación entre la variable edad y atención también presentan valores no significativos con el $r(70) = 0,218$ $p < 0,070$; al igual que entre las variables de edad y claridad con los valores de $r(70) = 0,140$ $p < 0,247$ y finalmente la edad y reparación que al igual que las variables anteriores evidencian una relación negativa $r(70) = -0,065$ $p < 0,593$. Pues debe entenderse que para ser significativas deben presentar una $p < 0,05$, lo que no sucede en nuestro estudio.

Tabla 7

Correlación entre el nivel de inteligencia emocional y curso

		Correlación de Spearman			
		Atención	Claridad	Reparación	
Rho de Spearman	Curso	Coefficiente de correlación	0,060	0,070	-0,132
		Sig. (bilateral)	0,624	0,565	0,278
		N	70	70	70

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

De acuerdo a la tabla expuesta desde la correlación de Spearman entre curso y atención se evidencia la no relación entre ambas variables, pues poseen un valor de $r(70) = 0,060$ $p < 0,624$ en cuanto a curso y claridad se observa el mismo resultado pues no alcanzan el valor determinado para la relación significativa pues presenta los siguientes valores: $r(70) = 0,700$ $p < 0,565$; con respecto a curso y reparación se visualiza una relación negativa fuerte $r(70) = -0,132$ $p < 0,278$.

Discusión y Análisis de resultados

Este estudio tiene como objetivo central, analizar el nivel de inteligencia emocional en los adolescentes de bachillerato, de una unidad educativa particular de la ciudad de Cuenca. Para el desarrollo de este estudio se plantean tres objetivos

específicos, el primero, es identificar el nivel de inteligencia emocional a través del TMMS-24, el cual nos evidencia los siguientes valores; correspondiente al primer componente (atención emocional) demuestra a la categorización de “poco” como predominante pues posee un valor de 52,9%.

Datos similares presenta el estudio realizado por Roque (2012) en donde demuestra que el componente de atención posee un nivel bajo con el 52%, de la misma forma sucede con el componente de claridad, en nuestro estudio, posee un valor de 61,4% incluso mayor al estudio de comparación, el cual demuestra tener un valor de 57% dentro de la categorización “poco”. Por último, tenemos al componente de reparación, el cual demuestra valores diferentes a los anteriores, pues la categorización de adecuado predomina, pues en nuestro estudio se presenta con el valor de 42.9%, al igual que el estudio citado con un valor de 58%.

Lo sustentado en el párrafo anterior, nos revelan que tanto en nuestro estudio como en el de Roque (2012) los adolescentes presentan poca inteligencia emocional en dos de sus componentes, sin embargo, en el componente de reparación, se evidencia lo contrario, pues su categorización se ubica en “adecuado”. Esto no sucede en el estudio realizado por Campo, et al. (2017) pues sus datos exponen que la inteligencia emocional se determina como baja en todos los componentes. Pues en el componente de atención posee un valor de 64,1% en el nivel de poco, al igual que el componente de claridad emocional con el 58,8% y de reparación emocional con el 49.4%.

En relación al segundo objetivo, el cual es conocer si existe diferencias en el nivel de inteligencia emocional de acuerdo al sexo, podemos manifestar lo siguiente: Iniciando con el componente de reparación en nuestro estudio el sexo femenino posee un alto nivel en la categorización de adecuado con un valor de 25.71%, mientras que en el sexo masculino, su predominante es en la categorización de poca con el 18.57%. Esto es contrastado con los datos obtenido por López et al. (2023), pues el sexo femenino consta de un nivel bajo con el 44.2% y el sexo masculino se posiciona como adecuado dentro de este componente con un valor de 59.4.

Continuando con el nivel de atención, nuestros resultados ubican a ambos sexos dentro de la puntuación baja, el sexo femenino con el 28.57%, mientras que el sexo masculino el 24.29%. Lo contrario sucede en los resultados obtenidos por Pérez & Velado, (2017) pues tanto hombres con el 25.77% como mujeres con el 28.14% poseen un nivel adecuado dentro de la atención emocional. Finalmente, en el nivel de claridad, dentro de nuestro estudio ubica a ambos sexos dentro de la puntuación “poco”, el sexo femenino con el 32.57% y los hombres con el 28.57%, datos similares presenta López et al. (2023) pues el sexo masculino posee un adecuado nivel de claridad con el 49%, mientras que el sexo femenino se ubica en la categoría de poca claridad correspondiente al 45.8%. Luego del análisis de comparación con otros resultados, se demuestra que la inteligencia emocional según el sexo no presenta diferencias significativas.

Por último, tenemos al tercer objetivo, el cual es conocer si existe una relación significativa entre las variables sociodemográficas y los componentes de la inteligencia emocional, la herramienta utilizada para conocer esta relación es el programa estadístico SPSS. Inicialmente se analiza los resultados obtenidos de la variable sexo frente a los componentes de atención el cual posee de una relación de 0.580; con respecto a el componente de la claridad con el valor, $p < 0,559$; finalmente el componente de reparación, con el $p < 0,114$, dando a entender que la variable sexo no influyen en los resultados obtenidos sobre la inteligencia emocional.

Estos resultados concuerdan con el estudio presentado por Navarro et al, (2022) en donde realiza una correlación entre las variables sexo y las subescalas de la inteligencia emocional, donde se evidencia que al igual que nuestro estudio, no existe la presencia de una relación significativa, comprendiendo que el sexo no es una determinante del nivel de inteligencia emocional que se desarrolle en los individuos. No obstante, estos resultados se antepone a lo presentado por Pérez et al, (2023) pues exponen los resultados elevados en los niveles de percepción y comprensión, en el sexo femenino,

determinado que las mujeres desarrollan mejor estas habilidades para su interacción social.

Como segunda variable a estudiar es la edad, la que nos presenta los siguientes resultados en cuanto a la relación con la inteligencia emocional. Con respecto al primer componente frente al nivel de atención, demuestra un valor no significativo con el valor de $p < 0,070$, lo mismo sucede con el componente de claridad, pues posee un valor de $p < 0,247$ y finalmente con el componente de reparación, con el $p < 0,593$ de relación. Una vez más demostrando que la edad poco diferenciada no demuestra valores significativos de relación.

Estos datos son contrastados con Sanmartín et al, (2016) menciona que si existe diferencias significativas frente a la relación de la edad y la inteligencia emocional, determinando que los alumnos de 21 años tienen mayor nivel de reparación que alumnos de 15-17 años, concluyendo que a mayor edad, más experiencias y estímulos poseen, generando mayor aprendizaje y regulación sobre la inteligencia emocional. Sin embargo, en nuestro estudio se demuestra que la relación entre la edad y la IE poseen una relación no significativas y esto podría deberse a la poca diferencia que existe entre las edades que integran nuestro estudio.

Como última variable sociodemográfica que se relaciona con la inteligencia emocional, tenemos al nivel que cursa el estudiante. Donde los resultados que expresan son la no relación con la inteligencia emocional, pues con respecto a el componente de atención, la relación es de $p < 0,624$, en relación con claridad es el de $p < 0,565$, finalmente con el componente de reparación posee un valor negativo de $p < 0,278$. Entendiéndose, que el nivel de inteligencia emocional no tiene relación con el nivel que cursa cada adolescente. Estos resultados son argumentados por Broc (2019) el cual indaga sobre los factores académicos, entre ellos la variable curso. Determina que esta variable no influencia al nivel de la inteligencia emocional pues no presenta valores significativos que se puedan relacionar entre ambas variables estudiadas. De igual forma lo sustenta, Cerón et al, (2011) pues de acuerdo a sus resultados menciona que

en su totalidad no existe una relación significativa con el grado que cursa el estudiante con respecto a las tres escalas que analiza el TMMS-24.

Propuesta de Mejora
UNIVERSIDAD TÉCNICA PARTICULAR DE LOJA
MAESTRÍA EN EDUCACIÓN MENCIÓN EN ORIENTACIÓN EDUCATIVA
PROPUESTA DE MEJORA

Título de la propuesta

Cultivando mis emociones: Propuesta de mejora para promover la Inteligencia emocional

Objetivo general

Evaluar la inteligencia emocional en los estudiantes de bachillerato, con la finalidad de generar estrategias para contribuir a su bienestar personal y social.

Resumen ejecutivo:

La presente propuesta tiene como finalidad mejorar y promover la inteligencia emocional de los estudiantes de bachillerato de una institución educativa particular de la ciudad de Cuenca, luego de conocer los resultados obtenidos a través del TMMS-24, los que evidencian la baja atención y claridad emocional, además del adecuado nivel de reparación que poseen los adolescentes. Por este motivo, mejorar los componentes de la IE es la meta principal para que así puedan generar habilidades sociales adecuadas para su desarrollo integral. Puesto que, durante esta etapa de la adolescencia los individuos sufren varios cambios, a nivel físico, psicológico y emocionales, en donde pasan por diversas situaciones que pueden ser factores de riesgo o de protección para la definición de su personalidad. (García et al., 2020) Debido a que al enfocarnos en sus emociones, conoceremos la determinación de su comportamientos, pues estas son las que predominan el actuar del individuo frente a cualquier situación.

Esto quiere decir, que el estudiante al conocer, atender y regular sus emociones de manera adecuada, puede integrarse sin problemas a cualquier escenario social, de la misma forma lo expresa Montoya et al., (2019) puesto que habla sobre como el reconocimiento de las habilidades sociales y la autoestima previene que el individuo en

su etapa de definición de su identidad pueda desarrollar conductas disruptivas, que le podrían llegar a afectar en su futuro, al no poderse integrar de manera adecuada a la sociedad.

Público objetivo

Esta propuesta está dirigida principalmente a los estudiantes de bachillerato, quienes se encuentran en la etapa de la adolescencia, quienes han sido nuestro objeto de estudio. Asimismo, se plantea trabajar con los actores que forman parte de su desarrollo emocional, como es el caso de los padres o familiares que están a cargo de los estudiantes y los docentes los cuales también interactúan con los estudiantes la mayor parte de tiempo.

Plan de mejora

PLAN DE MEJORA						
Objetivo específico	Actividades	Metodología	Resultados esperados	Tiempo	Recursos	Actores involucrados
Fomentar habilidades personales para desarrollar un sentido saludable y positivo de sí mismas.	Taller de la autoestima "Brillando desde adentro" Dinámicas en grupo. Evaluación a través de preguntas generadoras.	Desarrollo de talleres psicoeducativos, siendo complementado con técnicas que fomenten la autoestima.	Se espera que los adolescentes promuevan su autoconcepto, autoeficacia, autoimagen y auto-refuerzo.	1 mes	- Humanos: Profesionales especializados en el tema - Materiales: Pelota, hojas, lapiceros - Tecnológicos: Computadora, proyector, micrófono.	Estudiantes de bachillerato. Padres de familia y/o representantes
Desarrollar habilidades que son fundamentales para el crecimiento personal. Y profesional.	Taller de Habilidades Blandas sobre: • Resolución de Conflictos. • Autogestión emocional. • Flexibilidad y adaptabilidad	Mediante talleres psicoeducativos que a su vez se trabajará con diferentes actividades de acuerdo a las habilidades a trabajar,	A través de las técnicas brindadas en el taller promover las habilidades blandas para mejorar la inteligencia emocional y	2 meses	- Humanos: Profesionales especializados en el tema - Materiales: Pelota, hojas, lapiceros - Tecnológicos: micrófono	- Estudiantes de bachillerato - Padres y/o representantes - Docentes de la institución.

	Taller de inteligencia emocional. Evaluación a través de preguntas generadoras		la capacidad de gestionar las emociones de manera adecuada.			
Brindar a los participantes herramientas prácticas y efectivas para gestionar el estrés.	Técnicas de relajación: Técnica del globo Técnica de la imagen mental Técnica de respiración: 4-7-8 Taller psicoeducativo Evaluación a través de preguntas generadoras	Mediante talleres y ejercicios conocer sobre las técnicas de relajación	Se pretende que los beneficiarios cultiven estadios de relajación mental y física.	3 meses	- Humanos: Profesionales especializados en el tema - Materiales: Pelota, hojas, lapiceros - Tecnológicos: micrófono	- Estudiantes de bachillerato - Padres y/o representantes - Docentes de la institución.
Conocer la evolución de la IE luego de aplicar las ha de los estudiantes	Aplicación de una evaluación general del programa de inteligencia emocional Aplicación del test TMMS-24	Aplicación de herramientas de evaluación.	Promover el aumento del desarrollo positivo de la inteligencia emocional.	3 meses	- Humanos: Profesional encargado del programa - Materiales: Hojas de evaluación	- Estudiantes - Docentes - Padres de familias

Evaluación y seguimiento

Las actividades serán evaluadas a través de una encuesta con preguntas generadoras, con respecto a lo aprendido durante las actividades, además del dominio del tema que posee el profesional que lo imparte, esto será evaluado a los agentes participantes de nuestro plan de mejora, estudiantes, docentes y padres o familiares que representen a los estudiantes. De igual forma, una evaluación importante será volver a

aplicar el instrumento de inteligencia emocional TMMS-24 y conocer sobre los cambios que se presentan luego de haber sido aplicada la propuesta de mejora.

El seguimiento se realizará durante todo el desarrollo de la propuesta a través de las evaluaciones aplicadas sobre las actividades, además de un seguimiento anual a los estudiantes al terminar el año lectivo.

Recomendaciones

Se recomienda trabajar con los actores que influyen en la construcción de la inteligencia emocional, como es el caso de sus padres y docentes, pues son quienes forman parte de su educación.

Realizar redes de apoyo con entidades públicas para entender las necesidades socioemocionales de los adolescentes.

Anexos

TMMS-24

INSTRUCCIONES:

A continuación, encontrará algunas afirmaciones sobre sus emociones y sentimientos. Lea atentamente cada frase e 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.	1	2	3	4	5
2.	Normalmente me preocupo mucho por lo que siento.	1	2	3	4	5
3.	Normalmente dedico tiempo a pensar en mis emociones.	1	2	3	4	5
4.	Pienso que merece la pena prestar atención a mis emociones y estado de ánimo.	1	2	3	4	5
5.	Dejo que mis sentimientos afecten a mis pensamientos.	1	2	3	4	5
6.	Pienso en mi estado de ánimo constantemente.	1	2	3	4	5
7.	A menudo pienso en mis sentimientos.	1	2	3	4	5
8.	Presto mucha atención a cómo me siento.	1	2	3	4	5
9.	Tengo claros mis sentimientos.	1	2	3	4	5
10.	Frecuentemente puedo definir mis sentimientos.	1	2	3	4	5
11.	Casi siempre sé cómo me siento.	1	2	3	4	5
12.	Normalmente conozco mis sentimientos sobre las personas.	1	2	3	4	5
13.	A menudo me doy cuenta de mis sentimientos en diferentes situaciones.	1	2	3	4	5
14.	Siempre puedo decir cómo me siento.	1	2	3	4	5
15.	A veces puedo decir cuáles son mis emociones.	1	2	3	4	5
16.	Puedo llegar a comprender mis sentimientos.	1	2	3	4	5
17.	Aunque a veces me siento triste, suelo tener una visión optimista.	1	2	3	4	5
18.	Aunque me sienta mal, procuro pensar en cosas agradables.	1	2	3	4	5
19.	Cuando estoy triste, pienso en todos los placeres de la vida.	1	2	3	4	5
20.	Intento tener pensamientos positivos, aunque me sienta mal.	1	2	3	4	5
21.	Si doy demasiadas vueltas a las cosas, complicándolas, trato de calmarme.	1	2	3	4	5
22.	Me preocupo por tener un buen estado de ánimo.	1	2	3	4	5
23.	Tengo mucha energía cuando me siento feliz.	1	2	3	4	5
24.	Cuando estoy enfadado intento cambiar mi estado de ánimo.	1	2	3	4	5

Preguntas de evaluación

Lea detenidamente las preguntas y rellena la escala que usted considere pertinente.

1. Partió de una motivación adecuada y pertinente

Excelente	Satisfactorio	En proceso

2. Refleja en su temática el interés de los participantes

Excelente	Satisfactorio	En proceso

3. La dinámica demostró organización adecuada

Excelente	Satisfactorio	En proceso

4. El facilitador domina el tema

Excelente	Satisfactorio	En proceso

5. ¿Qué aprendí?

6. ¿Cómo se sentí?

7. ¿Qué me llevo?

8. Sugerencias

Firma del maestrante

Firma de quien recepta la

propuesta

Conclusiones

Luego del análisis y discusión de resultados, donde se da respuesta a cada uno de los objetivos planteados dentro de la investigación se concluye que:

A través de la aplicación del instrumento TMMS-24, el cual mide la inteligencia emocional de nuestros estudiantes de bachillerato, se puede evidenciar que, dentro de los tres componentes evaluados, la claridad y atención emocional se encuentran dentro del nivel bajo de la inteligencia emocional, mientras tanto, el tercer componente, la reparación es adecuada en los adolescentes. Lo que se entiende, que nuestra población no tiene las habilidades necesarias para reconocer y atender sus emociones de la forma adecuado, sin embargo, pueden regular sus emociones.

De acuerdo al análisis del segundo objetivo se puede inferir que, la inteligencia emocional no demuestra variaciones significativas en referencia al sexo. Esto se observa en los resultados obtenidos, donde los componentes de claridad y atención son bajas en ambos sexos, mientras tanto, con respecto al componente de reparación, existe una diferenciación, pues se observa que las mujeres son quienes poseen mayor índice de regulación emocional frente al sexo masculino.

Con respecto al tercer objetivo, se evidencia que el resultado de la inteligencia emocional obtenida a través del TMMS-24 y la correlación de las variables sociodemográficas, obtenidas mediante el programa estadístico SPSS demuestran la relación poca significativa, entre ambos factores. Comprendiendo que tanto el sexo, la edad como el nivel que cursan los adolescentes de bachillerato, no influyen de manera considerable en el desarrollo de su nivel de inteligencia emocional.

Recomendaciones

Dentro de este apartado podemos expresar las siguientes recomendaciones referente a la inteligencia emocional en adolescentes de nuestra institución.

Promover el desarrollo de una adecuada inteligencia emocional en la adolescencia pues es una etapa de variaciones a nivel físico, emocional y psicológico, además de ser una de las etapas donde se define su identidad, por este motivo se debe trabajar en programas de desarrollo emocional.

Se recomienda integrar a la formación de la salud emocional, a los docentes y representantes de los estudiantes de bachillerato, puesto que son agentes que también influyen en el desarrollo de la inteligencia emocional. Esto puede ser trabajado mediante talleres psicoeducativos, donde conozcan las estrategias para promover la IE en casa como también en el sistema escolar.

Es importante dar seguimiento al nivel de inteligencia emocional que los adolescentes poseen, con el fin de promover la salud emocional adecuada y prevenir conductas disruptivas en la adolescencia, que puedan desembocar en conductas negativas en el futuro o en sus extremos, poner en riesgo su vida. Esto se puede realizar luego del desarrollo de los programas o estrategias impartidas para mejorar su IE, a través de la aplicación de instrumentos que evalúen el progreso de la misma.

Bibliografía

- Angulo, R., & Albarracín, A. (2018). Validez y confiabilidad de la escala rasgo de metaconocimiento emocional (TMMS-24) en profesores universitarios¹. *Dialnet*, 12. <https://doi.org/10.15332/rl.v0i10.2197>
- Ardila, R. (2011). Inteligencia. ¿qué sabemos y qué nos falta por investigar? *Scielo*, 7. http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0370-39082011000100009
- Arias, F. (2012). El proyecto de investigación. Caracas: Espisteme.
- Arias, W. (2013). Teoría de la Inteligencia: una aproximación neuropsicológica desde el punto de vista de Lev Vigotsky. *Scielo*, 16. <http://dx.doi.org/10.7714/cnps/7.1.201>
- Bar-On, R. (2006). The Bar-On model of emotional-social intelligence (ESI). *Dialnet*, 13. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=4679040>
- Breakspear, A. (2013). A new definition of intelligence. *Taylor&Francis Online*, 17. <https://doi.org/10.1080/02684527.2012.699285>
- Broc, M. (2019). Inteligencia emocional y rendimiento académico en los alumnos de educación secundaria obligatoria. *Scopus*, 18. <https://doi.org/10.5944/reop.vol.30.num.1.2019.25195>
- Bueno, F. (2019). La inteligencia emocional: exposición teórica de los modelos fundantes. *Revista Seres Y Saberes*, 6. <https://revistas.ut.edu.co/index.php/SyS/article/view/1816>
- Buitrago, D. (2020). La emoción y el sentimiento: Más allá de una diferencia de contenido. *Dialnet*, 12. <https://dx.doi.org/10.7238/d.0i26.374140>
- Cabas, K., Gonzales, Y., & Hoyos, P. (2017). Teorías de la inteligencia y su aplicación en las organizaciones en el siglo XXI: una revisión. *Dialnet*, 17. <http://10.21676/23897848.2445>

- Caceres, M., Garcia, R., & Garcia, O. (2020). El manejo de la inteligencia emocional en los estudiantes de secundaria. Un estudio exploratorio en una telesecundaria en México. *Scielo*, 13. <https://conrado.ucf.edu.cu/index.php/conrado/article/view/1367/1357>
- Calero, A., Barreyro, J. P., & Injoke-Ricle, I. (2018). Inteligencia emocional durante la adolescencia: su relación con la participación en actividades extracurriculares. *Dialnet*, 12. Doi: <https://doi.org/10.18682/pd.v17i2.693>
- Campo, L., Herazo, Y., García, F., Suarez, M., Méndez, O., & Vásquez, F. (2017). Estilos de vida saludables de niños, niñas y adolescentes. *Scielo*, 10. Doi: <https://doi.org/10.14482/sun.33.3.10931>
- Cañero, M., Monaco, E., & Montoya, I. (2019). La inteligencia emocional y la empatía como factores predictores del bienestar subjetivo en estudiantes universitarios. *Dialnet*, 11. <https://doi.org/10.30552/ejihpe.v9i1.313>
- Casanova, T., Arias, E., Travez, J., & Ortiz, A. (2020). Importancia de estimular las inteligencias múltiples en educación inicial. Habilidades y destrezas. *Redipe*, 14. <https://doi.org/10.36260/rbr.v9i10.1096>
- Castillo-Gualda, R., Garcia, V., Pena, M., Galan, A., & Brackett, M. (2017). Preliminary findings from RULER Approach in Spanish teachers' emotional intelligence and work engagement. *Scopus*, 24. <https://doi.org/10.14204/ejrep.43.17068>
- Castro, Y., Guayacundo, M., Giraldo, C., & Caro, A. (2022). Caracterización de la inteligencia emocional mediante el TMMS-24 en estudiantes de secundaria de Bogotá. *Dialnet*, 19. <https://doi.org/10.25057/21452776.1451>
- Carrillo-Ramírez, E., Pérez-Verduzco, G., Laca-Arocena, F. A., & Luna-Bernal, A. C. A. (2020). Inteligencia emocional percibida y autoconcepto en adolescentes estudiantes de bachillerato. *Revista de Educación y Desarrollo*, 55, 33-40. https://www.cucs.udg.mx/revistas/edu_desarrollo/anteriores/55/55_Carrillo.pdf

- Cerón, D., Pérez, I., & Ibáñez, M. (2011). Inteligencia emocional en adolescentes de dos colegios de Bogotá*. *Scielo*, 16. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=80619286004>
- Damasio, A. (2005). *En busca de Spinoza. Neurobiología de la emoción y los sentimientos*. Critica.
- De la Cruz-Portilla, A. (2020). Influencia de la inteligencia emocional sobre la satisfacción laboral: Revisión de Estudios. *Dialnet*, 30. <https://doi.org/10.31948/Rev.unimar/unimar38-2-art3>
- Díaz, M., Hale, W., Muela, J., Espinosa, L., Klimstra, T., & García, L. (2013). The Measurement of Perceived Emotional Intelligence for Spanish Adolescents with Social Anxiety Disorder Symptoms. *Anales de Psicología/Annals of Psychology*, 7. Doi: <https://dx.doi.org/10.6018/analesps.29.2.144271>
- Dominguez, J., Nieto, B., & Portela, I. (2022). Variables personales y escolares asociadas a la inteligencia emocional adolescente. *Sciencedirect*, 22. Doi: <https://doi.org/10.5944/educxx1.30413>
- Donoso, R., & Villamizar, G. (2013). Definiciones y teorías sobre la inteligencia. Revisión Histórica. *Redalyc.*, 17. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=497552364013>
- Fernandez, C., Tripailaf, C., & Arias, K. (2022). Desafíos de la educación emocional en el sistema educativo escolar chileno. *Scielo*, 15. <http://dx.doi.org/10.21703/0718-5162202202102147015>
- Fernandez, E., García, B., Jiménez, M., Martín, M., & Domínguez, F. (2013). *Psicología de la emoción*. Ramón Areces.
- Fernandez, P., & Cabello, R. (2021). La inteligencia emocional como fundamento de la educación emocional. *Revista Internacional De Educación Emocional Y Bienestar*, 16. Recuperado de: <http://ri.iberor.mx/handle/iberor/6043>
- Fernandez, P., & Extremera, N. (2005). La Inteligencia Emocional y la educación de las emociones desde el Modelo de Mayer y Salovey. *Redalyc.*, 31. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=27411927005>

- Fragoso, R. (2018). Retos y herramientas generales para el desarrollo de la inteligencia emocional en las aulas universitarias. *Dialnet*, 11. <http://dx.doi.org/10.19137/praxiseducativa-2018-220305>
- Gaete, V. (2015). Desarrollo psicosocial del adolescente. *Sciencedirect*, 8. <https://doi.org/10.1016/j.rchipe.2015.07.005>
- Garcia, M., & Gimenez, S. (2010). La inteligencia emocional y sus principales modelos propuesta de un modelo integrador. *Dialnet*, 10. Doi: <http://dx.doi.org/10.25115/ecp.v3i6.909>
- García, D., Hernández, J., Espinosa, J., & Soler, M. (2020). Salud mental en la adolescencia montevideana: una mirada desde el bienestar psicológico. *Redalyc*, 9. <https://www.redalyc.org/journal/559/55969799007/html/>
- Gardner, H. (1987). *La teoría de las inteligencias múltiples*. Santiago de Chile: Instituto construir , 15.
- Gavin, O., Torres, V., Rodriguez, S., & Molero, D. (2021). Relación entre Calidad de Vida y Satisfacción Vital a través de la Inteligencia Emocional de Personas con Discapacidad Intelectual. *Dialnet*, 16. <https://doi.org/10.21865/RIDEP63.2.04>
- Goleman , D. (1997). *Inteligencia Emocional*. Barcelona: Kairos.
- Goleman, D. (1999). *La inteligencia emocional*. Argentina: J. Vergara Editor.
- Gonzales, O., Torres, H., & Hernandez, M. (2019). La inteligencia emocional y su contribución a la educación artística en la universidad. *Scielo*, 7. <http://conrado.ucf.edu.cu/index.php/conrado>
- Guil, R., Mestre, J., Gil-Olarte, De la Torre, G., & Zayas, A. (2018). Desarrollo de la inteligencia emocional en la primera infancia: una guía para la intervención. *Scopus*, 12. <https://doi.org/10.11144/Javeriana.upsy17-4.diep>
- Hernandez, R., & Mendoza, C. (2018). *Metodología de la investigación. Las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta*. México: Mc Graw Hill Interamericana.
- Huanca, R., Apaza, J., Quispe-Ticona, I., & Larico-Nina, G. (2021). Nteligencia emocional y su influencia en las relaciones interpersonales de los docentes en

- las instituciones educativas primarias públicas. *Dialnet*, 16.
<http://dx.doi.org/10.23857/dc.v7i2.1827>
- Lopez, F., Gallardo, J., & Garcia , I. (2023). Inteligencia emocional y adolescencia: Percepción, comprensión y regulación de las emociones. *Scopus*, 14.
 10.7179/PSRI_2023.43.11
- Lorenzo, L. (2021). Emociones y adolescencia: ¿Influye la inteligencia emocional en el rendimiento académico de los alumnos? *REDI*, 50.
<http://redi.ufasta.edu.ar:8082/jspui/handle/123456789/318>
- Martinez-Marin, M., & Martinez, C. (2016). Relación entre la inteligencia emocional y género. En J. Soler, L. Aparicio, O. Diaz, E. Escolano, & A. Rodriguez, *Inteligencia Emocional y Bienestar II* (pág. 860). Zaragoza: Ediciones universidad San Jorge.
- Martinez, M., & Martinez, C. (2021). ¿Cómo evoluciona la inteligencia emocional con la edad en hombres y mujeres? En J. Soler, J. Pedrosa, A. Rodriguez, A. Royo, R. Sanchez , & Sierra Veronica, *Inteligencia emocional y bienestar IV*. Reflexiones, experiencias profesionales e investigaciones (pág. 377). Asociación Aragonesa de Psicopedagogía.
- Martinez, N., Rios, T., & Marin, L. (2019). Desarrollo de la inteligencia emocional de los pre-adolescentes en el ámbito escolar. *Uniminuto*, 57.
<https://repository.uniminuto.edu/handle/10656/7541>
- Maureira, F., Aravena, C., Bahamondes, V., Diaz, H., Flores, E., Galvez, C., Veliz , C. (2017). *¿Qué es la inteligencia?* Fernando Maureira Cid.
- Mayer, J., & Salovey, P. (1997). *What is emotional intelligence?*
- Meili, R. (1986). *Estructura de la inteligencia: Análisis factorial y psicología del pensamiento*. Barcelona : Herder.
- Melamed, A. (2016). Las teorías de las emociones y su realción con la cognición: Un análisis desde la filosofía de la mente. *Redalyc*, 27.
<http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=18551075001>

- Miñaca, M., Hervás, M., & Laprida, I. (2013). Análisis de programas relacionados con la educación emocional desde el modelo propuesto por Salovey & Mayer. *Scopus*, 17. <http://hdl.handle.net/10272/10243>
- Mishar, R., & R. Bangun, Y. (2014). Create the EQ Modelling Instrument Based on Goleman and Bar-On Models and Psychological Defense Mechanisms. *Sciencedirect*, 13. <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2014.02.446>
- Montoya, I., Gonzáles, R., Tamarit, A., & Schoeps, K. (2019). Competencias emocionales y autoestima en la adolescencia: impacto sobre el ajuste psicológico. *Revista de Psicología Clínica con niños y adolescentes*, 6.
- Murillo, S., & Navia, J. (2021). Análisis del nivel de inclusión y posibles barreras de las técnicas de desarrollo de la inteligencia emocional y en particular del mindfulness en el área de Educación física en la ESO. *Scopus*, 11. <https://doi.org/10.47197/retos.v0i41.85489>
- Navarro, G., Flores, G., & Gonzalez, M. (2022). Inteligencia Emocional en estudiantes de la provincia de Concepción, Chile: un estudio comparativo con un instrumento piloto1. *Scielo*, 20. <http://dx.doi.org/10.21703/0718-5162202202102147005>
- Navarro, N., Illescas, M., Rojo, R., Gonzáles, L., Gitterman, R., Garrido, R., & Rascón, C. (2022). Inteligencia emocional y perfil sociodemográfico en estudiantes de primer año de una facultad de Medicina. *Scielo*, 8. <http://dx.doi.org/10.4067/S0034-98872022000100054>
- Núñez, M., López, A., & Vela, C. (2021). Revisión teórico - científica del marco conceptual de la emoción y el sentimiento y su aplicación al neuromarketing. *Vivat Academia*, 27. <https://doi.org/10.15178/va.2021.154.e1357>
- Oliveros, V. (2018). La inteligencia emocional desde la perspectiva de Rafael Bisquerra. *Revistas de Investigación*, 15. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=376157736006>

- Orcasita Pineda, L. T., & Uribe Rodríguez, A. F. (2010). La importancia del apoyo social en el bienestar de los adolescentes. *Psychologia. Avances de la disciplina*, 4(2), 69-82. <http://www.scielo.org.co/pdf/psych/v4n2/v4n2a07.pdf>
- Palacios, X. (2019). Adolescencia: ¿una etapa problemática del desarrollo humano? . *Dialnet*, 4. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6844569>
- Palomera, R. (2005). Desarrollo de la inteligencia emocional percibida. Diferencias individuales en función del género y edad. *Redalyc*, 17. <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=349832486033>
- Papalia, D., Wendkos, S., & Duskin, R. (2010). *Desarrollo humano*. Mc Graw Hill.
- Peña-Caseres, M., & Aguaded-Ramírez, E. (2021). Inteligencia emocional, bienestar y acoso escolar en estudiantes de educación primaria y secundaria. *Scopus*, 14. <https://recyt.fecyt.es/index.php/JSJR/article/view/87372>
- Peña, A. M. (2004). Las teorías de la inteligencia y la superdotación. *Dialnet*, 16. Recuperado de: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=8060937>
- Perez, A., Pedrero, E., Gomez, A., Lucas, B., Ortuño, J., Perez, J., Gil, P. (2020). Guía Promoción del bienestar emocional. España: *Universidad de la Rioja*. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/libro?codigo=767166>
- Pérez, M., Castro, M., Chacón, R., & Gamarra, M. (2023). Inteligencia emocional en Educación Secundaria: relación con los factores sociales y académicos. *Dialnet*, 12. } <http://hdl.handle.net/10637/8843>
- Plata, L., Moysen, A., & Balcazar, P. (2021). Inventario inteligencia emocional EQ-I:YV: Evidencias de validez y confiabilidad/precisión en personas mexicanas entre edades de siete a 18 años. *Dialnet*, 16. Recuperado de: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=8203849>
- Posada, J. (2016). La Inteligencia: Una exploración sobre algunos aspectos contemporáneos. *Redalyc*, 13. <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=139050020009>

- Rivera, M., & Dominguez, A. (2021). Las estrategias del programa Ruler para desarrollar la inteligencia emocional. 9. <https://antiguo.conisen.mx/Memorias-4to-conisen/Memorias/2293-1717-Ponencia-doc-%20LISTO.docx.pdf>
- Rodríguez, A., Ramos, E., Ros, I., Fernandez, A., & Revuelta, L. (2016). Bienestar subjetivo en la adolescencia: el papel de la resiliencia, el autoconcepto y el apoyo social percibido. *Scopus*, 10. <https://doi.org/10.1016/j.sumpsi.2016.02.002>
- Roque, J. (2012). La inteligencia emocional en adolescentes del segundo curso de secundaria de la unidad educativa "Germán Busch". *Scielo*, 17. <http://www.scielo.org.bo/pdf/rip/n8/n8a04.pdf>
- Salmeron, P. (2002). Evolución de los conceptos sobre inteligencia. Planteamientos actuales de la inteligencia emocional para la orientación educativa. *Redalyc*, 26. <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=70600506>
- Salovey, P., & Brackett, M. (2006). Measuring emotional intelligence with the Mayer-Salovey-Caruso Emotional Intelligence Test (MSCEIT). *Redalyc*, 9. <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=72709505>
- Salovey, P., & Mayer, J. (1990). Emotional Intelligence. *Imagination, cognition and personality*, 3, 27. <https://doi.org/10.2190/DUGG-P24E-52WK-6CDG>
- Sanmartín, R., González, C., & Vicent, M. (2016). Inteligencia emocional en alumnado de formación profesional. Diferencias en función del curso, del género y de la edad. *Scopus*, 17. <https://doi.org/10.5565/rev/educar.797>
- Santa-Cruz, F., & D'Angelo, G. (2020). Disciplina positiva para el desarrollo de las habilidades emocionales. *Scielo*, 21. http://www.scielo.org.bo/pdf/rip/n24/n24_a05.pdf
- Sarrionandia, A., & Garaigordobil, M. (2017). Efectos de un programa de inteligencia emocional en factores socioemocionales y síntomas psicósomáticos. *Scencedirect*, 9. <https://doi.org/10.1016/j.rlp.2015.12.001>
- Saucedo, M., Diaz, J., Salinas, H., & Jimenez, S. (2019). Inteligencia emocional: Cuestión de género. *Redipe*, 10. <https://doi.org/10.36260/rbr.v8i5.745>

- Sternberg, R. (1990). *Más allá del cociente intelectual. Una teoría triárquica de la inteligencia*. Desclée De Brouwer.
- Trujillo, M., & Rivas, L. (2005). Orígenes, evolución y modelos de inteligencia emocional*. *Scielo*, 16. <http://www.scielo.org.co/pdf/inno/v15n25/v15n25a01.pdf>
- Umaña, S. (2015). La categoría analítica del género: notas para un debate*. *Redalyc*, 20. <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=413838649014>
- Usan, P., Salavera, C., & Mejias, J. (2020). Relaciones entre la inteligencia emocional, el burnout académico y el rendimiento en adolescentes escolares. *Scielo*, 15. <https://doi.org/10.21615/cesp.13.1.8>
- Valencia, J., & Aguaded, M. (2017). Estrategias para potenciar la inteligencia emocional en educación infantil aplicación del modelo de Mayer y Salovey. *Dialnet*, 16. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6164814>

Apéndice A. Solicitud a la institución para realizar el estudio

Lcdo. Fajardo

Rector Unidad Educativa Particular Carlos Crespi II

Presente

De mis consideraciones

Yo **Erika Paola León Flores**, con número de cédula **0106641350**, licenciada en Orientación Familiar, graduada de la Universidad de Cuenca, Auxiliar párvula, certificada por la Universidad de los Hemisferios y actualmente estudiante de la Maestría en Educación mención Orientación Educativa de la Universidad Técnica Particular de Loja. Me dirijo a usted con el motivo de solicitar de la manera más encarecida me permita realizar un proyecto de investigación en su prestigiosa institución y acceso a la misma con la finalidad de obtener información para el proyecto de grado con modalidad de tesis de la maestría, la cual tiene el nombre de “Análisis de las competencias de la inteligencia emocional en estudiantes de bachillerato.” Con el objetivo de analizar el nivel de inteligencia emocional que posee los estudiantes de bachillerato.

De antemano mis más sinceros agradecimientos por la atención

Erika Paola León Flores

Lcda. Orientación Familiar - Auxiliar Parvula – Maestrante de Orientación Educativa

eriplf13@gmail.com

C.I: 0106641350

Celular: 0983767135

Apéndice B. Consentimiento informado

CONSENTIMIENTO INFORMADO

Yo _____ representante legal de el/la estudiante _____ consiento la participación de mi representado/a. En el proyecto de titulación denominado **Análisis de competencias de la inteligencia emocional en estudiantes de bachillerato**. El cual está dirigido por las maestras **Erika Paola León Flores** con **CI. 0106641350** perteneciente a la maestría de educación mención en Orientación Educativa de la facultad de Ciencias Sociales, de Educación y Humanidades de la Universidad Técnica Particular de Loja

El proyecto tiene como fin analizar el nivel de inteligencia emocional que poseen los estudiantes de bachillerato.

Luego de haber conocido y comprendido en su totalidad, la información sobre dicho proyecto:

- Se guardará estricta confidencialidad sobre los datos obtenidos producto de mi participación, con un número de clave que ocultará mi identidad.
- Mi participación como alumno no repercutirá en mis actividades ni evaluaciones programadas en el curso, o en mi condición de profesor, no repercutirá en mis relaciones con mi institución de vinculación.
- No habrá ninguna sanción para mí en caso de no aceptar la invitación.
- No haré ningún gasto, ni recibiré remuneración alguna por la participación en el estudio.
- Si en los resultados de mi participación como alumno se hiciera evidente algún problema relacionado con mi proceso de enseñanza – aprendizaje, se me brindará orientación al respecto.
- Los resultados de la información serán utilizados únicamente con fines académicos.

- En caso de tener alguna consulta sobre la investigación como participante, comunicarse al teléfono 0983767135

Apéndice C. Test de inteligencia emocional TMMS-24

INSTRUCCIONES:

A continuación, encontrará algunas afirmaciones sobre sus emociones y sentimientos. Lea atentamente cada frase e 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.	1	2	3	4	5
2.	Normalmente me preocupo mucho por lo que siento.	1	2	3	4	5
3.	Normalmente dedico tiempo a pensar en mis emociones.	1	2	3	4	5
4.	Pienso que merece la pena prestar atención a mis emociones y estado de ánimo.	1	2	3	4	5
5.	Dejo que mis sentimientos afecten a mis pensamientos.	1	2	3	4	5
6.	Pienso en mi estado de ánimo constantemente.	1	2	3	4	5
7.	A menudo pienso en mis sentimientos.	1	2	3	4	5
8.	Presto mucha atención a cómo me siento.	1	2	3	4	5
9.	Tengo claros mis sentimientos.	1	2	3	4	5
10.	Frecuentemente puedo definir mis sentimientos.	1	2	3	4	5
11.	Casi siempre sé cómo me siento.	1	2	3	4	5
12.	Normalmente conozco mis sentimientos sobre las personas.	1	2	3	4	5
13.	A menudo me doy cuenta de mis sentimientos en diferentes situaciones.	1	2	3	4	5
14.	Siempre puedo decir cómo me siento.	1	2	3	4	5
15.	A veces puedo decir cuáles son mis emociones.	1	2	3	4	5
16.	Puedo llegar a comprender mis sentimientos.	1	2	3	4	5
17.	Aunque a veces me siento triste, suelo tener una visión optimista.	1	2	3	4	5
18.	Aunque me sienta mal, procuro pensar en cosas agradables.	1	2	3	4	5
19.	Cuando estoy triste, pienso en todos los placeres de la vida.	1	2	3	4	5
20.	Intento tener pensamientos positivos, aunque me sienta mal.	1	2	3	4	5
21.	Si doy demasiadas vueltas a las cosas, complicándolas, trato de calmarme.	1	2	3	4	5
22.	Me preocupo por tener un buen estado de ánimo.	1	2	3	4	5
23.	Tengo mucha energía cuando me siento feliz.	1	2	3	4	5
24.	Cuando estoy enfadado intento cambiar mi estado de ánimo.	1	2	3	4	5

Apéndice B. Encuesta de datos sociodemográficos

Ficha sociodemográfica

Género

Masculino ___ Femenino

Ciclo que cursa: 1ro_ 2do_ 3ro:_

Edad 14 ___ 15 ___ 16 ___ 17___ 18___

Tipo de familia

Nuclear: Compuesta por madre, padre e hijos.

Monoparental: Un solo padre e hijos.

Extensa: Compuesta por tres generaciones: Abuelos, padres, hijos.

Reconstituida: Compuestas por **una pareja** en la que **uno o ambos miembros tienen hijo(s) de una relación anterior**, pudiendo residir con ellos o con sus otros progenitores.

Nuclear ___ Monoparental ___ Extensa ___ Reconstituida ___ Otros ___

Mis gastos los solventa: Madre_ Padre_ Ambos Padres_ Hermanos_ Yo _

El hogar donde habito es: Propio ___ Arrendado___ Prestado _

Límites rígidos: se presentan cuando algún miembro impide la relación con los demás.

Límites difusos: se presenta descoordinado y no hay claridad con las normas.

Limite Claro: Se conoce con claridad las reglas y normas dentro del hogar.

Considero que las reglas en mi hogar son: Claro _ Difuso _ Rígido _

Usted es madre o padre de familia Si ___ No ___