



UNIVERSIDAD DEL AZUAY

FACULTAD DE FILOSOFÍA, LETRAS Y CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN

CARRERA:

PSICOLOGÍA CLÍNICA

La inteligencia emocional en adolescentes del 10mo de básica de la Unidad Educativa

Particular “María Auxiliadora”.

Trabajo de titulación previo a la obtención del título de:

Psicóloga Clínica

Autoras:

PAULA CRISTINA BARREZUETA VÉLEZ.

GABRIELA MERCEDES VÁSQUEZ ALTAMIRANO.

Directora:

Mst. María Cecilia Salazar

CUENCA – ECUADOR

2021

DEDICATORIA

A mis padres, por el gran esfuerzo que hacen día a día para poder lograr mis sueños que por supuesto, también son suyos.

A mi abuelita por ser esa luz que me guió en este camino con todo su amor y cariño, viendo lo mejor para mí.

A mis amigos que han estado durante este camino alegrándome los días y motivándome a seguir adelante.

A mi familia por su apoyo incondicional en todo momento.

Paula

Dedico este logro a mis padres por creer en mí, apoyarme y guiarme con todo el amor y comprensión.

A mis hermanas Martina, Jazmín y a mi hermano Ricardo porque pese a las diferencias que podemos tener han estado para mí en todo momento.

A mis amigos que han sido parte de este camino.

Y finalmente a mi abuelita que no se encuentra aquí físicamente, pero sé que donde está me bendice y brilla como un ángel de luz.

Gabriela

AGRADECIMIENTO

A Dios y a la vida por darme la oportunidad de recorrer este camino junto a personas maravillosas que siempre me apoyaron y motivaron para cumplir esta etapa de mi vida.

A mi madre, por su amor incondicional y estar siempre junto a mí, por demostrarme con su ejemplo que cada día es una nueva oportunidad, por enseñarme que siempre se puede ser más fuerte, por su sabiduría la cual me ha inculcado a ser una persona entregada siempre y dar lo mejor de mí, esa es la satisfacción que vale la pena sentir.

A mi padre, por su cariño y amor, por enseñarme a ver de una manera diferente la vida, con esperanza y anhelo de que somos capaces de lograr todo lo que nos propongamos, por nunca dudar de mi potencial y querer lo mejor para mí siempre.

A mi abuelita por ser ese pilar fundamental que me impulsa a seguir adelante a pesar de todas las adversidades, por confiar en mí siempre, por educarme con mucho amor y cariño, siempre preocupándose por mi bienestar, pues es una persona llena de luz que siempre ha querido verme brillar, gracias por siempre estar a mi lado.

A David por su apoyo incondicional en estos últimos peldaños de este camino, por motivarme cada día a ser mejor, por confiar en mí y mi potencial.

A la Mst. Cecilia Salazar, por ser una excepcional persona y maestra y motivarnos a seguir adelante siempre.

Paula

Agradezco a Dios por ser mi guía espiritual, a la vida por hacerme una mujer valiente y por darme la oportunidad de conocer mi potencial.

Agradezco a mi madre por ser una mujer ejemplar y paciente, porque ha sabido guiarme con todo el amor incondicional y por no dejarme caer en momentos difíciles.

A mi padre por ser uno de los hombres más valientes que conozco, forjarme con carácter, valor y sobre todo ser mi héroe.

A mis hermanas quienes con su paciencia y ocurrencias me han sacado mil sonrisas apoyándome en mis locuras.

A toda mi familia que ha sido parte fundamental de mi vida, apoyándome y aconsejándome en todo momento.

Y a la Mst. Cecilia Salazar por su paciencia y comprensión para culminar con éxito esta investigación.

Gabriela

RESUMEN

La inteligencia emocional tiene un papel fundamental en la etapa de la adolescencia debido a que favorece el autocontrol y autoconocimiento de las emociones. Por lo que el presente estudio tiene como objetivo determinar los niveles de inteligencia emocional en adolescentes de décimo de básica de la Unidad Educativa Particular “María Auxiliadora”. Esta investigación es de tipo transversal, descriptivo con un enfoque metodológico cuantitativo que se llevó a cabo con 115 estudiantes de 14 y 15 años. Se utilizó el Inventario de Bar-On ICE NA adaptado por Nelly Ugarriza de 60 reactivos, lo cual nos permite evaluar las cinco dimensiones de la inteligencia emocional: intrapersonal, interpersonal, adaptabilidad, manejo del estrés, estado de ánimo en general, así como su coeficiente emocional total. Los resultados indicaron que el 71,30% de las adolescentes se encuentran dentro del rango promedio lo que indica que tienen una capacidad emocional adecuada. Además, la dimensión que más sobresale es la de manejo del estrés con el 23,71%.

Palabras claves: Inteligencia emocional, adolescencia, autocontrol, autoconocimiento dimensiones.

ABSTRACT

Emotional intelligence has a major role in adolescence because it stimulates self-control and self-knowledge of emotions in people. Thus, the present research aims to determine the levels of emotional intelligence in the tenth-grade students from “María Auxiliadora” High School. This cross-sectional and descriptive research with a quantitative methodological approach was carried out with 115 students who were between 14 and 15 years old. The Bar-On ICE NA Inventory adapted by Nelly Ugarriza of 60 test items was used. This allowed evaluating the five dimensions of emotional intelligence: intrapersonal, interpersonal, adaptability, stress management, general mood, as well as their total emotional coefficient. The results indicated that 71.30% of the students are within the average range that indicates an adequate emotional capacity. In addition, the dimension that stands out with the most frequency is stress management with 23.71%.

Keywords: Emotional intelligence, adolescence, self-control, self-knowledge dimensions.

Translated by



Paula Barrezueta Vélez



Gabriela Vásquez Altamirano



INDICE DE CONTENIDO

INTRODUCCIÓN	1
1 CAPITULO I	2
Inteligencia emocional	2
1.1 Concepto de Inteligencia	2
1.2 Tipos de Inteligencia	3
1.3 ¿Qué son las emociones?.....	5
1.3.1 Clasificación de las emociones	6
1.4 Antecedentes de la inteligencia emocional	7
1.5 Concepto de Inteligencia Emocional por Daniel Goleman	7
1.6 Componentes de la Inteligencia Emocional	8
1.7 Habilidades de la inteligencia emocional.....	9
1.8 Dimensiones de la inteligencia emocional	11
1.9 Influencia de la Inteligencia Emocional en el manejo de las relaciones	12
1.10 Características de un adolescente con inteligencia emocional	12
1.11 Desarrollo de la inteligencia emocional en adolescentes	13
1.12 Inteligencia emocional y habilidades sociales en adolescentes.....	14
2 CAPÍTULO II.....	16
Adolescencia.....	16
2.1 Fases de la adolescencia.....	17
2.2 Cambios físicos en la adolescencia	19
2.3 Cambios psicológicos en la adolescencia.....	20
2.4 Factores sociales que intervienen en la adolescencia.....	23
2.5 Desarrollo cognitivo en la adolescencia según Piaget y Vygotsky	24
2.6 Desarrollo de habilidades interpersonales e intrapersonales.....	26
3 CAPITULO III.....	28
Metodología	28
3.1 Objetivos	28
3.1.1 Objetivo general:.....	28
3.1.2 Objetivos específicos:	28
3.2 Tipo de estudio	28
3.3 Instrumentos	29
3.4 Población de estudio.....	30
3.5 Procedimiento de la investigación.....	31

4	CAPITULO IV.....	37
4.1	Análisis Cuantitativo.....	37
4.1.1	Caracterización de la muestra.....	37
4.1.2	Índice de inconsistencia.....	38
4.1.3	Impresión positiva.....	39
4.1.4	Coficiente emocional.....	39
4.2	Escalas del inventario Bar-On ICE NA.....	41
4.2.1	Escala Intrapersonal.....	41
4.2.2	Escala Interpersonal.....	41
4.2.3	Escala de manejo del estrés.....	41
4.2.4	Escala de adaptabilidad.....	42
4.2.5	Escala de ánimo general.....	42
5	Discusión.....	45
6	Conclusión.....	48
7	Recomendaciones.....	49
8	Bibliografía.....	50
9	Anexos.....	53

ÍNDICE DE FIGURAS

Ilustración 1	Procedimiento de la investigación.....	36
Ilustración 2	Rangos de coeficiente emocional.....	40
Ilustración 3	Porcentaje de escalas.....	43
Ilustración 4	Porcentaje de escalas.....	43

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1	Rangos de calificación.....	30
Tabla 2	Planificación del taller psico educacional.....	32
Tabla 3	Rango de edad.....	38
Tabla 4	Índice de inconsistencia.....	38
Tabla 5	Impresión Positiva.....	39
Tabla 6	Rangos de resultados de coeficiente emocional.....	40
Tabla 7	Informe de porcentaje de escalas.....	43

INTRODUCCIÓN

La inteligencia emocional (IE) es la capacidad de reconocer nuestros propios sentimientos y de los demás, de motivarnos y de manejar adecuadamente las relaciones. (Rodríguez et al., 2011). Es importante en la etapa de la adolescencia debido a que es un período de cambios físicos, psicológicos y cognitivos en el que desarrollar la IE en ellos les permitirá enfrentarse a los mismos. En el Ecuador han sido casi nulos los estudios sobre la inteligencia emocional en los adolescentes, debido a que es un concepto muy poco conocido en nuestro país.

En Ecuador se han visibilizado diversas problemáticas que afectan a los adolescentes y a la sociedad en general: acoso escolar, violencia, embarazo adolescente, deserción escolar, consumo de drogas, suicidio, entre otras, ya que no cuentan con herramientas necesarias para escuchar, conversar, expresarse, resolver problemas, tomar decisiones, negociar, hacer frente a sus propios derechos (Pico Gutiérrez & Lindao Tomalá, 2019). Así pues, surge nuestro interés por conocer cuál es el coeficiente emocional de los adolescentes y resolver nuestra pregunta de investigación ¿Cómo se expresan los niveles de inteligencia emocional? Que será resuelto a lo largo del trabajo de investigación.

El trabajo está dividido en cuatro capítulos, el primer capítulo, presenta la conceptualización teórica de la inteligencia emocional, en el cual se expone los conceptos sobre la inteligencia y sus tipos, las emociones y su clasificación, antecedentes, componentes, habilidades, dimensiones e influencia de la inteligencia emocional en el manejo de las relaciones, características de los adolescentes con inteligencia emocional, el desarrollo de la misma durante esta etapa, y las habilidades sociales desarrolladas en la adolescencia.

El segundo capítulo, se explica la definición, las fases que atraviesan, los cambios físicos y psicológicos que se dan en la adolescencia, factores sociales que intervienen durante esta etapa, desarrollo cognitivo según Piaget y Vygotsky, y el desarrollo de habilidades inter e intrapersonales.

En el tercer capítulo, se desarrolla la metodología en la cual se analiza los objetivos planteados, el tipo de estudio, la muestra que fue utilizada, los instrumentos requeridos y el procedimiento de investigación correspondiente. Además, la psicoeducación realizada posteriormente a la aplicación del inventario de Bar-On.

En el cuarto capítulo se presenta el análisis cuantitativo de datos, que pretende evidenciar los resultados alcanzados de inteligencia emocional en los estudiantes de décimo de básica.

1 CAPITULO I

Inteligencia emocional

En este primer capítulo presentaremos las diferentes definiciones, sus antecedentes, clasificaciones y subtemas sobre la inteligencia emocional.

Esta sección procura ofrecer al lector una visión general de la inteligencia emocional desde sus principios hasta la actualidad, partiendo de la definición de las emociones y su clasificación para lograr describir con mayor precisión lo que es la inteligencia emocional.

Así mismo, obtener una noción clara sobre la importancia de la inteligencia emocional en el manejo de las relaciones y en el desarrollo de las habilidades en los adolescentes, dando a conocer las características de un adolescente que posee inteligencia emocional.

1.1 Concepto de Inteligencia

El término Inteligencia es uno de los términos más utilizados en varios aspectos cotidianos de la vida ya sea en el área educativa, laboral, filosófico, etc.

Es la capacidad de razonar, adquirir conocimientos, solucionar problemas y adaptarse, siendo alcanzado por el hombre desde sus inicios de vida hasta el día de su muerte. Con el transcurso del tiempo esto va tomando más fuerza pues se cree que es un componente fundamental para destacarse en la sociedad de manera positiva (Mas, 2016).

Sin embargo, este término trajo mucha controversia puesto que hay varias indagaciones sobre sus características, la forma de medirla, sus varias definiciones, los factores que la constituyen, los tipos de inteligencia, el papel de la genética, el ambiente, entre otros; sin duda muchas incógnitas por resolver, por esta razón Alfred Binet inicia con la medición de la Inteligencia convirtiéndose en uno de los pioneros interesados en resolver todas las cuestiones posibles; diseñó una serie de situaciones llenos de problemas por resolver, esto lo hizo con niños de diferentes edades dando como origen “la edad mental”, más tarde creó un test de uso educativo y práctico con el objetivo de correlacionar la Inteligencia y el éxito en la escuela; con el pasar de los años fueron apareciendo más investigadores con sus teorías tales como: Spearman quien

denominó la Inteligencia como factor “g” dando a entenderla como una capacidad cognitiva amplia y general; luego Thurstone con su propuesta sobre la técnica matemática del análisis factorial el cual hoy en día es utilizado para entender los procedimientos matemáticos complejos; y así se sumaron varios autores con sus diferentes definiciones y aportes sobre este término tan complejo (Ardilla, 2011).

1.2 Tipos de Inteligencia

Como se mencionó con anterioridad gracias a la contribución de múltiples autores el término Inteligencia, tenía su concepto, era medible y cuantificable, sin embargo, luego aparece el psicólogo estadounidense Howard Gardner, quien rompe con el paradigma de “Inteligencia única” pues consideraba que la vida humana consistía en el desarrollo de varios tipos de inteligencia, es ahí donde nace la teoría de las Inteligencias Múltiples (IM) (Regader, 2014). Para definir las Gardner se basó específicamente en el desarrollo de habilidades en los niños y niñas junto a los cambios que se daban en caso de existir un daño cerebral y la cultura de cada uno (Ministerio de Industria, 2018).

Encontró ocho criterios para definir una característica como inteligencia los mismo que lo ayudaron a determinar su teoría sobre las Inteligencias Múltiples, entre estos parámetros encontramos (iProfesional, 2020):

1. Individuos excepcionales en ámbitos específicos.
2. La identificación de la morada de la inteligencia por daño cerebral
3. El gatillo neural preparado para dispararse en determinados tipos de información.
4. La susceptibilidad a la modificación de la inteligencia mediante entrenamiento.
5. Una historia estimable evolutiva.
6. Exámenes especiales mediante tareas psicológicas experimentales.
7. El apoyo de exámenes psicológicos.
8. La creación de un sistema simbólico específico (el lenguaje, escritos, mapas geográficos)

Así logra identificar y definir hasta ocho tipos de inteligencia múltiple las cuales se conocerán con más detalle a continuación:

Inteligencia lingüística se caracteriza por tener la habilidad de dominar el lenguaje, usar palabras eficientes, dominar una buena escritura y la gestualidad; biológicamente se utiliza ambos hemisferios del cerebro; entre sus perfiles profesionales tenemos a escritores, políticos, poetas, religiosos, etc.

Inteligencia musical se considera como una habilidad que desarrolla cierta sensibilidad para apreciar, distinguir, convertir y expresar la música, la melodía, por supuesto entre sus perfiles profesionales se encuentran, músicos, cantantes, bailarines, compositores, etc.

Inteligencia lógico - matemática es la facultad de usar números de forma efectiva, observar esquemas y de deducir empleando el pensamiento lógico-matemático, quienes poseen esta destreza hacen función de su hemisferio derecho y pueden dedicarse a las ciencias exactas, sus perfiles profesionales rondan la administración, la ciencia, la industria.

Inteligencia espacial esta capacidad permite a las personas visualizar, formar y expresar ideas o imágenes mentales desde diferentes ángulos, facilitando la percepción y comprensión del espacio, lo que permite al sujeto determinar su propia dirección o posicionamiento sin dificultad. Esta inteligencia se desarrolla en arquitectos, decoradores, guías turísticos, exploradores, dibujantes (Raffino, 2020).

Inteligencia corporal-kinestésica este tipo de inteligencia involucra el potencial de reconocer el entorno y los objetos mediante el tacto y movimiento, y se tiene una gran capacidad de realizar motricidad fina, esta habilidad suele corresponder a artistas, médicos cirujanos, bailarines y atletas.

Inteligencia Intrapersonal permite establecer una ilustración precisa de nosotros mismos mediante un autoanálisis, entendiendo nuestras necesidades y características, de tal forma conociendo sus cualidades y defectos, y por ende reconociendo sus propios sentimientos y emociones, esto se caracteriza en personas maduras que tienen un autoconocimiento profundo.

Inteligencia Interpersonal es la facultad de establecer las relaciones humanas, entender a los demás, reconocer sus motivaciones, empatizar, escuchar ofreciendo un vínculo de confianza

positivo comprendiendo mensajes verbales y no verbales, dentro de este perfil se encuentran los psicólogos, religiosos, docentes, políticos y especialistas en relaciones públicas.

Inteligencia naturalista-pictórica esta facultad permite distinguir, clasificar y manipular elementos y especies del medioambiente, las personas que suelen desarrollar esta inteligencia son los biólogos.

Así Gardner afirma que todas las personas poseen cada una de las ocho clases de inteligencia, pero la diferencia es que se destacan más unas que otras, y teniendo en cuenta que ninguna es más valiosa que otra.

1.3 ¿Qué son las emociones?

Desde siempre las emociones han sido una área de investigación por filósofos y psicólogos mayoritariamente; inicialmente tenemos a Platón quien hace 2000 años atrás ya nos habla sobre la importancia de las emociones pues menciona que “todo aprendizaje tiene una base emocional”; siglos más tarde René Descarte introduce “las pasiones” y les da un lugar en su teoría dualista “cuerpo y alma”, menciona que la voluntad del sujeto es capaz de orientar u ocultar los movimientos impulsivos del alma; años más tarde David Hume clasifica a las emociones como calmadas y violentas, siendo que las primeras corresponden a la aprobación moral y las segundas no necesitan ir acompañadas de sensaciones físicas definidas y localizables teniendo en cuenta que ciertas “emociones leves” cumplen una función evolutiva más que fisiológica; De esta manera, varios aportes de diferentes autores tales como William James, Charles Darwin, Max Scheler, Robert Salomon, entre otros, brindan una gama de conocimientos sobre las emociones muy amplias, lo que de alguna manera no permite tener una definición exacta de las mismas, pero sí, un conocimiento amplio y necesario (Bolaños, 2016).

Entonces a las emociones se les puede definir como mecanismos que nos permiten reaccionar con rapidez ante diferentes acontecimientos inesperados. Esto debido a que se genera un proceso que permite la activación del organismo cuando detecta algún peligro, amenaza, o desequilibrio con el fin de poder controlar la situación (Asociación Española Contra el Cáncer, 2015).

1.3.1 Clasificación de las emociones

No existe una clasificación definitiva, sin embargo, sabe que hay diferentes tipos de emociones las cuales se encasillan como primarias y secundarias.

Emociones primarias se denominan así porque son las primeras que se experimentan en relación con un estímulo. Ekman, definió seis emociones básicas debido a su universalidad y su presencia en diferentes culturas las cuales mencionaremos con más detalle a continuación (Lopérfido, 2017):

Ira: esta emoción aparece cuando la persona está en situaciones que le producen frustración o que le resultan aversivas, se expresa mediante el resentimiento o la irritabilidad, sus efectos físicos se encuentran ligados con el aumento del ritmo cardiaco, de la presión sanguínea y de los niveles de adrenalina y noradrenalina.

Asco: se presenta cuando existe algo fuertemente desagradable o repugnante, implicando una respuesta de rechazo.

Miedo: se considera como la emoción vital para la supervivencia, lo cual permite que se produzcan respuestas adaptativas, soluciones conductuales; por lo general, se presenta cuando existe una situación que genera alerta y tensión, provocando muchas veces nerviosismo, ansiedad, aprensión, preocupación, inquietud, cautela.

Alegría: surge cuando acontece una situación agradable o favorable, también aparece cuando se logra la realización de metas u objetivos deseados.

Tristeza: caracterizada por un decaimiento en el estado de ánimo que genera malestar, melancolía, pesimismo, pena, autocompasión, pesadumbre, soledad, desesperación, depresión; también se da una reducción significativa en el nivel de actividad cognitiva y conductual.

Sorpresa: reacción causada por algo inesperado o imprevisto que provoca desconcierto, susto, inquietud o conmoción, presentándose tanto en situaciones agradables o desagradables por el sujeto.

Emociones secundarias surgen cuando experimentamos las primeras y estas se combinan entre sí en una misma situación.

Emociones positivas estas emociones son consideradas como saludables ya que provoca bienestar favoreciendo su forma de pensar, razonar y actuar.

Emociones negativas afectan el bienestar emocional del sujeto generando un deseo de evitarlos, el miedo y la tristeza suelen ser clasificados en este grupo.

1.4 Antecedentes de la inteligencia emocional

La aparición del término Inteligencia Emocional (IE) sostiene su primer acercamiento gracias a un primer aporte de Edward Thorndike con su contribución sobre la Inteligencia Social el cual lo señaló como la habilidad para comprender y dirigirnos a hombres, mujeres, niños y niñas, actuando de manera correcta en las relaciones humanas (Bolaños et al., 2013).

En 1983 Howard Gardner reformula el concepto con su teoría de las Inteligencias Múltiples, el mismo que establece que los seres humanos poseemos distintos tipos de inteligencia independientes e igual de valiosas cada una.

Sin embargo, años más tarde Salovey y Mayer fueron los primeros en introducir este término (IE) dentro de la psicología donde la definen como “la habilidad para manejar los sentimientos y emociones, discriminar entre ellos y utilizar estos conocimientos para dirigir los propios pensamientos y acciones” teniendo su origen gracias al aporte de Thorndike sobre la ley del efecto (Bisquerra, 2020).

Todo esto fue muy útil para nuevas bases teóricas las cuales fueron de gran ayuda para llegar a revolucionar este término, pero, se le autentifica a Daniel Goleman gracias a su obra dirigida al mundo empresarial donde introduce la IE señalando sus beneficios (Ríos, 2018)

1.5 Concepto de Inteligencia Emocional por Daniel Goleman

Daniel Goleman considerado uno de los psicólogos más famosos de los últimos tiempos debido al best-seller obtenido gracias a su libro Inteligencia Emocional, enfatiza que el manejo emocional positivo puede determinar el éxito de la vida más que el coeficiente intelectual. El coeficiente emocional se define como "la capacidad de reconocer nuestros propios sentimientos y

los sentimientos de los demás, para motivarnos y manejar adecuadamente las relaciones interpersonales" (Universidad Internacional de Valencia, 2018).

Así también Goleman menciona que existen cinco componentes necesarios para tener un verdadero desarrollo de la IE de los mismos que se hablarán más adelante, sosteniendo lo importante que es aprender e implantar estas habilidades pues asegura que la Inteligencia Emocional aporta en un 80 % mientras que la parte cognitiva el 20 %, por lo tanto, necesitamos de las dos para obtener el 100 % en el éxito de la vida.

La inteligencia emocional es un factor esencial que permite un bienestar social y mental para los alumnos, por lo que facilita la comprensión de su entorno y la toma de decisiones acertadas y adecuadas ante las diversas situaciones conflictivas que se presentan a diario (Puertas et al., 2020).

1.6 Componentes de la Inteligencia Emocional

Goleman propone cinco componentes principales de la inteligencia emocional

Autoconciencia emocional

Es el conocimiento de las propias emociones, es decir, son las capacidades para atender señales internas; reconocer cómo los propios sentimientos afectan el desempeño laboral; escuchar a la intuición, la habilidad de reconocer sus emociones, sentimientos, y poder hablar abiertamente de las emociones para emplearlas en la vida cotidiana. Las personas que tienen una mayor conciencia de sus emociones pueden dirigir mejor sus vidas, ya que tienen un conocimiento amplio sobre sus sentimientos reales y esto es fundamental para la toma de decisiones (Fragoso Luzuriaga, 2015).

Regulación emocional

Es una habilidad básica que nos permite controlar nuestros sentimientos y regularlas para no provocar una acción inadecuada en situaciones adversas. También refleja una capacidad de auto tranquilizarse, evitar la irritabilidad exagerada y sus consecuencias.

Las personas que no desarrollan esta habilidad tienen que trabajar constantemente con las tensiones desagradables mientras que, por el contrario, quienes tienen un nivel más desarrollado de esta capacidad se recuperan mucho más fácil de las dificultades y contratiempos de la vida.

Automotivación

La automotivación permite ver la vida de una manera más positiva, pues mediante la misma se logra el cumplimiento de metas, ayudando a visualizar los objetivos de una manera más clara y precisa.

Empatía

El reconocimiento de las emociones de otra persona es una habilidad fundamental para tener relaciones interpersonales satisfactorias. Cuando no está presente genera un conflicto social y la falta de armonía en las relaciones. La empatía permite conocer lo que sienten o necesitan, entendiendo la situación de los demás como suya.

Relaciones interpersonales

Esta habilidad es elemental ya que nos permite interactuar con las demás personas de una manera adecuada, generando un vínculo afectivo, e intercambiando información mediante el lenguaje verbal y no verbal (Extremera & Fernández, 2013).

No todas las personas manifiestan el mismo grado de dominio en cada uno de estas inteligencias. Hay quienes son sumamente diestros en gobernar su propia ansiedad. Cada uno de estos dominios representa un conjunto de hábitos y de reacciones que, con el esfuerzo adecuado, pueden llegar a mejorarse (Samuel, 2016).

1.7 Habilidades de la inteligencia emocional

Según Mayer y Salovey: “La inteligencia emocional incluye cuatro habilidades interrelacionadas que son la capacidad de percibir, evaluar y expresar emociones con precisión; la capacidad de reconocer y expresar sentimientos que promuevan el pensamiento; la capacidad de comprender las emociones y la conciencia emocional, y la capacidad de regular las emociones para promover el crecimiento emocional e intelectual (Aguaded & Valencia, 2017).

a) Percepción y expresión correcta de las emociones

Refiriéndose a la habilidad que posee el ser humano en identificar y reconocer las emociones propias y ajenas. Mencionan que para llegar a entender a los demás siempre se debe empezar por uno mismo incluyendo emociones y pensamientos, dando paso a la comprensión de su entorno.

Comprende prestar atención a las expresiones faciales, tonos de voz y movimientos corporales, así de esta manera, se pueden reconocer sus emociones, sensaciones fisiológicas y cognitivas. Desarrollando la habilidad para diferenciar acertadamente la honestidad de las emociones expresadas por los demás.

b) Facilitación emocional del pensamiento

Es la habilidad de tener presente las emociones cuando razonamos o resolvemos problemas. En esta etapa, las emociones se empiezan a percibir con la intensidad necesaria y suficiente, las cuales permiten ser identificadas con mayor facilidad, a su vez permitiendo tener una mejor toma de decisiones. De igual manera ayudan a primar nuestros procesos cognitivos básicos, concentrando nuestra atención a lo que realmente es importante para nosotros.

Esta habilidad plantea que nuestras emociones desarrollan un papel muy importante actuando de una manera positiva en nuestros pensamientos y en la forma de procesar la información.

c) Comprensión de las emociones

Es la capacidad para comprender la transición de unos estados emocionales a otros y la manifestación de sentimientos simultáneos y contradictorios. La comprensión emocional implica la habilidad para interpretar el significado de emociones complejas, por lo tanto, la persona es capaz de interpretar y percibir mucho mejor dichas emociones. Se trata de conocer cómo se combinan los diferentes estados de ánimo dando lugar a las emociones secundarias (celos, rencor, remordimiento, culpa).

d) Regulación reflexiva de las emociones

Esta habilidad se encarga de regular las emociones propias y de los demás, adecuando las emociones negativas e incrementando las positivas. Esta habilidad es la más compleja debido a que se debe hacer una regulación consciente para lograr un crecimiento personal e intelectual. En esta última etapa se tiene la capacidad de estar atento tanto a los estados emocionales positivos como a los negativos, reflexionar sobre ellos y reconocer si la información que los acompaña es útil sin reprimirla ni exagerarla (Fragoso Luzuriaga, 2015).

El objetivo de esta habilidad es estar receptivo a las emociones, siendo capaz de modularlas, así como también promover la comprensión y crecimiento personal, gestionando de una manera eficaz cada emoción.

1.8 Dimensiones de la inteligencia emocional

Como ya se ha mencionado Gardner plantea una teoría multidimensional llamada la teoría de las inteligencias múltiples. De todas ellas, las que presentan mayor interés en el estudio de la inteligencia emocional son la interpersonal y la intrapersonal, sin embargo, Reuven Bar-On propone que existen otras dimensiones que son importantes y que se explicarán a continuación:

La inteligencia emocional interpersonal

Para Gardner: Esta inteligencia consiste en la capacidad de comprender a los demás: cuales son las cosas que más le motivan, cuáles son sus metas, como trabajan y la mejor forma de cooperar con ellos (Díaz, 2015).

La inteligencia emocional intrapersonal

Para Gardner: Esta inteligencia incluye la capacidad de conectarse con los propios sentimientos, distinguir entre ellos y actuar en función de esa experiencia. Las personas con este alto coeficiente emocional se caracterizan por su independencia, pensamiento introspectivo, meditación, autoconciencia y expresión de sus emociones (Díaz, 2015).

Para Bar-On (2018), es esencial que se incluyan las siguientes escalas de la inteligencia emocional:

Adaptabilidad

Se entiende como la capacidad para gestionar el cambio. Eso quiere decir que permite a la persona acomodarse o ajustarse a una situación distinta a las habituales, y poder sobrellevarlas de una manera funcional para sí mismo y para su entorno.

Manejo del estrés

Permite la regulación y el manejo de las emociones en situaciones que pueden llegar a ser muy estresantes logrando que la persona puede reaccionar de una manera eficaz, buscando opciones para reducir el malestar y previniendo actitudes disfuncionales.

Estado de ánimo en general

Permite a la persona una apreciación positiva y optimista de las situaciones cotidianas a lo largo de su vida para sentirse feliz y satisfecho con la vida que lleva, así también, ver lo positivo de lo que está sucediendo en su entorno.

1.9 Influencia de la Inteligencia Emocional en el manejo de las relaciones

Sabemos que desde siempre el hombre es un ser social capaz de formar relaciones solidas o por el contrario inestables, es decir, pone a prueba su capacidad para relacionarse con el entorno (habilidad social). En este sentido, la IE adopta un papel muy importante no solo para establecer relaciones, sino, para mantenerlas de una manera positiva, lo que permite conocer a la otra persona y brindarle un espacio de confianza contribuyendo a un bienestar personal donde todas las partes son beneficiadas (Vargas, 2013).

Esto generará el deseo inmediato de conservar y acreditar dicha relación, para esto se cuenta con las capacidades adecuadas como, por ejemplo, dominar o al menos tener un conocimiento de los componentes mencionados con anterioridad por Daniel Goleman.

Uno de los pilares fundamentales dentro del manejo de las emociones es la inteligencia interpersonal ya que permitirá un manejo adecuado de las emociones, entender a los demás (empatía) y gestionar una buena toma de decisiones donde los valores son respetados por ambas partes, es decir, ser asertivos en todo momento es clave.

1.10 Características de un adolescente con inteligencia emocional

Los adolescentes con una inteligencia emocional alta son capaces de instaurar y mantener relaciones interpersonales, presentan un mayor número de amigos y una mayor cantidad de apoyo social, sus relaciones son más satisfactorias, por ende, tienen una mejor calidad en sus relaciones sociales. Como habilidad el identificar expresiones emocionales y desarrollar comportamientos adaptativos que hacen frente a sus emociones. Tienen mayor empatía, satisfacción ante la vida. Una menor probabilidad de tener una enfermedad mental debido a que el desarrollo de la IE disminuye la sintomatología ansiosa y depresiva y minimiza los pensamientos intrusivos.

En el estudio del 2013 de Mohzan, Hassan y Halil, se vio una relación positiva, pero débil entre la IE general y el logro académico. Lo que significa que cuanto mayor sea el nivel de Inteligencia Emocional, mejor es su desempeño académico. Sin embargo, esta relación no fue estadísticamente significativa. Aun así, podemos mencionar que dos dominios (de los cuatro pertenecientes al cuestionario de IE de Wong y Law, 2002), que son la autoevaluación de la emoción y la comprensión de las emociones, se asocian significativamente con el rendimiento académico. Este hallazgo indica que los estudiantes que son muy conscientes de sus sentimientos y emociones, y tienen la capacidad de comprender las emociones, así como de anticipar las emociones que podrían surgir bajo ciertas circunstancias, son más capaces de hacer frente de manera eficaz a las presiones diarias, lo que favorece la excelencia académica en las instituciones de educación superior (Mesa Jacobo, 2015).

1.11 Desarrollo de la inteligencia emocional en adolescentes

Las investigaciones a lo largo del tiempo han estudiado sobre los beneficios de la inteligencia emocional en varios ámbitos tan importantes como la salud física y mental, el consumo de drogas, las relaciones interpersonales y la conducta agresiva o el rendimiento académico de los adolescentes. Dichas investigaciones han mostrado que la falta del desarrollo de estas habilidades emocionales afecta a los adolescentes tanto en su vida cotidiana, como también en su contexto escolar.

Los efectos comprobados en la inteligencia emocional son que mejora su rendimiento académico, mejora sus relaciones sociales, existe un ajuste psicológico y disminuye las conductas agresivas. Centros internacionales especializados en inteligencia emocional, están convencidos de que un desarrollo en la educación de los aspectos emocionales y sociales es la única manera de crear una sociedad con adolescentes creativos e inteligentes, pero sobre todo sanos y felices (Extremera & Fernández, 2013).

Las personas que poseen una buena comprensión emocional tienen la habilidad de expresar verbalmente sus emociones de una forma adecuada. Además, tienen un vocabulario emocional amplio.

Estas personas pueden comprender emociones complejas y reconocer las transiciones entre las emociones. Finalmente, la regulación de las emociones es una característica de la persona

porque distingue claramente los sentimientos y monitorea de manera reflexiva las emociones individuales. Las personas que lo poseen están abiertas a los sentimientos, sin importar si son agradables o no, tienen la capacidad de usarlos de manera reflexiva o dejar ir las emociones (Rodríguez et al., 2011).

Varios estudios han revelado que, a mayores niveles de Inteligencia emocional, en el desarrollo de las dimensiones, se muestran menores niveles de ansiedad, depresión y quejas somáticas (Ysern, Gonzalez, & Montoya, 2016).

Los niveles altos de IE representan un factor de protección moderadamente alto para prevenir el consumo de sustancias y proteger a los adolescentes de las adicciones comportamentales (García del Castillo et al., 2013).

También se puede comprobar, independientemente de la sustancia o el comportamiento adictivo estudiado, la Inteligencia Emocional actúa como variable moduladora del comportamiento final, lo que nos lleva a pensar que puede actuar como una medida preventiva de eficacia en los programas de prevención de las adicciones (García del Castillo et al., 2013).

Por lo que, es importante el abordaje sobre este tema y profundizarlo para fortalecer sus habilidades emocionales, así mismo, disminuir posibles riesgos de adicciones, también para prevenir trastornos mentales como la ansiedad, y sobre todo para tener una capacidad adecuada de reconocer, aceptar y poder manejar sus propias emociones, y de igual manera conocer y respetar las emociones de los demás.

1.12 Inteligencia emocional y habilidades sociales en adolescentes

Según Extremera & Fernández (2013) en uno de sus artículos nos hablan sobre: “La importancia de desarrollar habilidades emocionales durante las primeras etapas del ciclo educativo, y, especialmente, durante la adolescencia”. En este artículo se revisa las evidencias existentes sobre el impacto de la inteligencia emocional en diferentes ámbitos del funcionamiento personal, social, y escolar en adolescentes.

La inteligencia emocional es muy importante en el ámbito social porque: “Uno de los desafíos más importantes que enfrentan los jóvenes es establecer y mantener buenas relaciones sociales con las personas que los rodean. Los jóvenes con alta inteligencia emocional no solo son capaces de comprender sino también de regular mejor sus emociones para poder utilizar estas

habilidades con los demás”. Diferentes estudios han encontrado datos empíricos que apoyan la relación entre la inteligencia emocional y las relaciones sociales positivas, señalando que los adolescentes más competentes emocionalmente tienen más amigos y mejores relaciones. (Extremera & Fernández, 2013).

La inteligencia emocional es esencial en la vida de los seres humanos, pues como hemos visto a lo largo de este capítulo, permite mantener un equilibrio en las emociones, controlarlas, y gestionarlas llevando así nuestras metas una escala más arriba, pues al tener esta habilidad nuestras ideas se esclarecen, logramos nuestros objetivos y sabemos cómo manejar las relaciones con los demás y mantenerlas en el tiempo. Así también sus beneficios dentro de diferentes contextos son varios, entre ellos encontramos una mejor capacidad de concentración, mejor rendimiento académico, incremento en la sensación de calma, disminuye el estrés y la ansiedad, ayuda a identificar lo que las emociones y expresarlas, promueve la capacidad de escucha, aumenta el autoconocimiento.

Además, se sabe que para completar el éxito en la vida la IE desempeña un papel importante, pues al desarrollar esta habilidad nos permite enfrentarnos y superar con éxito situaciones de nuestra vida cotidiana como el entorno social, la vida familiar, la escuela, el trabajo. Aún más si las desarrollamos en nuestra adolescencia evitando conductas negativas como el consumo de drogas, las autolesiones, la deserción escolar, entre otras; Por ese motivo dentro del contexto familiar esto debería ser aplicado y desarrollado con más frecuencia, ya que como se sabe es el entorno más cercano para el adolescente siendo un sostén de apoyo y equilibrio, y por supuesto logrando uno de los beneficios más importantes que es el desarrollo de un ambiente sano en el cual se puede convivir y gestionar el reconocimiento y expresión de las emociones.

Por ello consideramos que es un tema que se debería abordar con mayor frecuencia ya sea dentro de las familias, escuelas, trabajos o instituciones.

2 CAPÍTULO II

En este segundo capítulo presentaremos la definición, las fases de la adolescencia y los cambios físicos y psicológicos que se dan en esta etapa.

Esta sección ofrece al lector una visión general acerca de los factores sociales que intervienen en la adolescencia, así mismo, da a conocer el desarrollo cognitivo que se desarrolla en la adolescencia.

Nos ayudará a obtener una visión clara sobre el desarrollo de las habilidades interpersonales e intrapersonales que ayudan a los y las adolescentes para poder pasar a la siguiente etapa adulta.

Adolescencia

Cuando hablamos de adolescencia inmediatamente tenemos la referencia de que es una etapa de transición entre la infancia y la edad adulta, pero es necesario saber cuál es su etimología para entender por qué es llamado de esta manera. La palabra adolescente procede de la palabra latina “adolescere” del verbo adolescer y en castellano tiene dos significados: tener cierta imperfección o defecto y también crecimiento y maduración; se inicia con la pubertad el cual se define netamente al proceso biológico en el que se produce el desarrollo de caracteres sexuales, se acompaña de intensos cambios físicos, psicológicos, emocionales y sociales. Entonces a la adolescencia se la puede definir como un periodo de desarrollo biológico, psicológico, sexual y social inmediatamente posterior a la niñez que comienza con la pubertad (Güemes-Hidalgo, 2017).

Según la OMS estima que la adolescencia inicia entre los 10 y 19 años, también menciona que los determinantes biológicos son universales, pero en cambio la duración y las características propias de esta etapa pueden cambiar a lo largo del tiempo entre las culturas, y dependiendo de contextos socioeconómicos. También es un papel clave de suma importancia para la experiencia del desarrollo pues más allá de los cambios emocionales, físicos, sexuales o sociales, además incluye la transición a su propia identidad, adquisición de aptitudes fundamentales para el enfrentamiento con madurez y responsabilidad en la vida adulta (OMS, 2021).

2.1 Fases de la adolescencia

Es importante tener en cuenta que ningún esquema propuesto del desarrollo psicosocial puede aplicarse de una determinada forma para todos los adolescentes pues como ya lo dijimos la adolescencia comprende proceso muy variable, las diferencias en cuanto a la edad en la que inician y terminan su adolescencia, las variaciones individuales, entre otros.

Sin embargo, teniendo en cuenta estas características el desarrollo psicosocial en la adolescencia nos demuestra características comunes llegando así a denominar 3 fases de la adolescencia: temprana, media y tardía; a continuación, veremos con más detalle cada fase (Revista Chilena de Pediatría, 2015):

Fase 1: Temprana

Esta fase inicia generalmente desde los 10 hasta los 13-14 años, se caracteriza por el inicio de cambios en el proceso psíquico originados por la pubertad y sus importantes cambios corporales; también subyace el egocentrismo propio de esta etapa, el cual disminuye progresivamente; se encuentran centrados en su conducta, cambios corporales y apariencia física asumiendo que los otros piensan como ellos, esto les permite construir su propio pensamiento.

En el área psicológica existe labilidad emocional con rápidas y amplias fluctuaciones del ánimo y la conducta, donde se agranda las situaciones personales, existe una falta de control en sus impulsos, necesidad de gratificación inmediata y privacidad.

El área cognitiva empieza con la formación del pensamiento abstracto o formal, la toma de decisiones empieza a incorporar habilidades mucho más complejas, también ocurren cambios en el desarrollo social pues inicia el cambio de movilidad de la familia hacia el mundo exterior.

En su desarrollo sexual se produce una preocupación por el cuerpo y sus cambios dentro de la pubertad, los cambios bruscos llevan a que el adolescente se preocupe por su imagen, sus preguntas constantes giran en torno a si se ven atractivos, si son normales, o si encajan con los demás.

Y por último en cuanto a su desarrollo moral se avanza desde el nivel preconvencional, propio de la infancia, donde hay demasiada preocupación por las consecuencias externas, sus decisiones son las egocéntricas, hedonistas basadas en su propio interés. El segundo nivel llamado convencional existe demasiada preocupación por satisfacer expectativas sociales (Vergara, 2020).

Fase 2: Media

Su elemento esencial es el período de distanciamiento afectivo familiar y acercamiento a grupos pares, donde las relaciones interpersonales se ponen en juego ya que puede tener consecuencias positivas o negativas, no solo para el adolescente, sino para sus padres.

En la parte psicológica continúa en crecimiento su nuevo sentido de individualidad, pero su autoimagen por el contrario a lo individual llega a depender de la opinión de terceros, se aísla, busca pasar tiempo a solas, aumenta su apertura de emociones adquiriendo la capacidad de preocuparse por el otro, es una de las etapas donde se empiezan a evidenciar las conductas de riesgo que pueden llegar a tener ya que persiste la tendencia a la impulsividad.

Su desarrollo cognitivo se caracteriza por el incremento de habilidades de pensamiento abstracto, razonamiento y creatividad, acepta solo normas cuando sabe que hay detrás de la misma y que la rige, es crítico con sus padres y la sociedad, aumenta significativamente sus expectativas académicas lo que muchas veces puede conllevar un estrés extra.

El desarrollo social se basa inicialmente en el involucramiento con sus pares, pero a un nivel máximo, llegando a ser su círculo social más poderoso e influyente, adopta conductas, expresiones, vestimentas entre otros.

Su desarrollo sexual aumenta y se empieza con la aceptación de su propio cuerpo y la comodidad, dedican mucho tiempo en tratar de que su cuerpo sea muy atractivo, probando el atractivo sexual experimentado con su aspecto y su comportamiento; así también se toma conciencia de la orientación sexual y el involucramiento de relaciones de pareja.

El desarrollo moral en la adolescencia media corresponde generalmente al convencional.

Fase 3: Tardía

La última etapa que cruzan para el logro de su identidad y autonomía, la mayoría sienten más tranquilidad y aumento en la integración de su personalidad; todo eso dependerá de si todo avanza bien en las fases previas o por el contrario puede desarrollar problemas con el aumento de la independencia y responsabilidades de la adultez joven.

Su desarrollo psicológico es más firme en varios aspectos, su autoimagen no es definida por su grupo convencional o demás personas, sino que ya depende del propio adolescente, sus intereses y límites son claros y más estables, se aumenta sus planes para el futuro generando su proyecto de vida, donde se encuentra la búsqueda de la vocación y metas, volviéndose en su mayoría reales.

En la parte cognitiva nos encontramos con un pensamiento abstracto y firmemente establecido, también se logra el pensamiento hipotético-deductivo propio del adulto, aumenta la habilidad para resolución de problemas.

Su desarrollo social se caracteriza por la disminución de la influencia de sus pares, las amistades se hacen menos y más selectivas, se acercan más a su familia aumentando su intimidad con una relación positiva.

En su desarrollo sexual los adolescentes ya aceptan los cambios y la imagen corporal. Se completa su crecimiento y desarrollo en la pubertad, su identidad sexual es aceptada y con frecuencia se inicia una vida sexual.

Y por último su desarrollo moral en la mayoría sigue funcionando su nivel convencional, existe preocupación por principios morales que la persona ha escogido por sí misma.

El desarrollo no llega a su fin con el término de la adolescencia, sino que sigue en las demás etapas donde se aprenderán nuevas cosas y se desarrollarán procesos que aún no han finalizado del todo.

2.2 Cambios físicos en la adolescencia

El inicio de cambios viene determinado de factores genéticos y ambientales (alimentación, higiene, actividad deportiva, lugar geográfico, estímulos psíquicos, sociales, etc.).

Los cambios físicos en la adolescencia nos muestran una transformación corporal, el desarrollo de órganos y sistemas, adquisición de la masa ósea, así como la maduración sexual (gónadas, órganos reproductores y caracteres sexuales secundarios); siendo diferente en cada sexo: masculino y femenino (Congote, 2018).

Para esto hay que tener en cuenta que no todos se desarrollan en un tiempo definido, en algunos adolescentes estos cambios pueden presentarse de manera temprana o por el contrario más tarde que el resto, entre los cambios más frecuentes están (Hidalgo Vicarioa & González Fierro, 2014):

Cambios físicos en mujeres

Crecimiento de las mamas y ensanchamiento de las caderas

Cambios en la vagina el útero y los ovarios

Inicio de la menstruación y la fertilidad

Cambio en la forma pélvica, redistribución de la grasa corporal.

Crecimiento de vello púbico y axilar.

Aumento de estatura.

Olor corporal fuerte, cambios en la piel y acné

Cambios físicos en los hombres

Desarrollo de la musculatura.

Crecimiento de los testículos, y alargamiento del pene.

Crecimiento del vello corporal (púbico, axilar, bigote, barba).

Aparecen las primeras erecciones y la primera eyaculación.

Empiezan las eyaculaciones nocturnas (poluciones).

Aumento de estatura.

La voz cambia y se hace más gruesa.

Aumento de sudoración, olor corporal fuerte y acné.

2.3 Cambios psicológicos en la adolescencia

El adolescente tendrá varios cambios biológicos que serán visibles y están determinados por el inicio de la pubertad que ya han sido explicados anteriormente. Por esta razón, dichos cambios obligan al adolescente a adaptarse a una nueva imagen corporal y aceptarla, algo que en muchas ocasiones y para los adolescentes les resulta difícil. Sin embargo, en el ámbito cognitivo se producirá una mayor maduración, lo que favorece que se consolide su identidad personal.

Paralelamente a los cambios físicos se van a producir los cambios psicológicos, por lo que esta maduración propicia hará que el pensamiento deje de ser concreto y sea abstracto defendiendo sus pensamientos y sea capaz de realizar sus propias conclusiones y tenga la capacidad de tomar decisiones, por lo tanto, será de gran ayuda para el adolescente para generar sus propios intereses y la ampliación de su pensamiento personal (Hidalgo & Ceñal, 2014).

Uno de los cambios psicológicos más comunes durante este periodo es el aumento del egocentrismo, entendido como un aumento de la consciencia de “sí mismos”. El adolescente puede

llegar a compararse con los demás para decidir cómo quiere ser, y como conseguirlo, así como que es lo que no le gusta para poder modificarlo.

En esta nueva etapa los adolescentes tienen una sensación de “invulnerabilidad” la que puede tener sus desventajas debido a que lleva conductas de riesgo, como el consumo de alcohol y drogas o el sexo sin protección, sin tener en consideración las consecuencias; Sin embargo, se puede ver el lado positivo de esta sensación de “invulnerabilidad” ya que les ayuda a arriesgarse a nuevos retos y a alcanzar desafíos personales.

Dentro de los cambios psicológicos el adolescente necesita de la inclusión en un grupo social, un grupo de pertenencia con el cual se puede identificar y que no sea su familia de origen ya que a pesar de que sigue siendo un claro referente de su persona, pasa a un lugar secundario, siendo el grupo de pares el apoyo más importante para desarrollar su identidad.

Marcia define a la identidad como “una organización interna, autoconstruida, dinámica de impulsos, habilidades, creencias e historia individual que se desarrolla en la etapa de la adolescencia. Por lo que establece cuatro fases de identidad: (Tesouro, Palomanes, Bonachera, & Martínez, 2013)

Identidad difusa: El adolescente no ha realizado un proceso de exploración significativo de sí mismo para lograr encontrar una identidad y tampoco se ha comprometido a nivel vocacional ni ideológico.

Identidad hipotecada: El adolescente ha asumido un compromiso sin exploración de sí mismo, mediante el aprendizaje vicario y la identificación en las figuras paternas. Por lo que no ha experimentado una crisis de identidad y tampoco ha realizado una exploración significativa y permanece en función a los valores aprendidos durante su infancia.

Identidad moratoria: El adolescente se encuentra en una fase exploratoria en la cual busca su identidad, aunque no ha podido establecer valores claros. Necesita encontrar su identidad y adoptar papeles socialmente aceptables para sí mismo, esta fase suele ser la previa a la alcanzada.

Identidad alcanzada: El adolescente ha terminado el periodo de exploración, superando las anteriores fases y adaptándose a valores estables y firmes con los que se ha identificado.

Dentro de los procesos psicológicos que experimentan las personas en esta etapa de la adolescencia es un paso de la dependencia infantil hacia la autonomía adulta.

En la infancia, la autoestima y la dirección del desarrollo de un individuo dependen en gran medida del grupo familiar al que pertenece la persona. Actividades, amistades, vecinos, tipos de instrucción, la cultura, vínculos sociales suelen ser experiencias extraídas de las características del grupo familiar. (Benemerita y Centenaria escuela normal del estado de San Luis Potosi , 2011)

Estos factores canalizan el entretenimiento del niño, dando lugar al desarrollo de las destrezas y hábitos, y a la implantación de las creencias y las normas que van a guiar su conducta.

En la adolescencia, ha llegado el momento en el que la persona intenta alinear su identidad con su actuar contra su propio mundo y proyectarlo hacia el futuro. Esto no es simple, porque no es la realidad, en cualquier momento del ciclo de vida no logramos enfrentar el pasado y el futuro, y los cambios biológicos también nos hacen asumir nuevos papeles sociales. Es el llamado período de transición.

Todo cambio significa abandonar las estructuras de ajuste, él o la adolescente debe renunciar a una serie de identificaciones infantiles y responder al impulso de adquirir una nueva identidad para configurar la personalidad de la nueva etapa adulta. La sociedad trata de que los adolescentes busquen ingresar a la etapa adulta de una manera compatible con sus condiciones socioeconómicas y culturales.

Las tareas evolutivas que propone para la adolescencia Robert Havighurst, a la cual denomina como el tiempo que interviene entre los doce y los dieciocho años, donde debe cumplir con dichas tareas que son las siguientes (Sánchez Martínez, 2015):

- Aceptación de la estructura física y el papel masculino o femenino que corresponda.
- Nuevas relaciones con contemporáneos de ambos sexos.
- Independencia emocional de padres y otros adultos.
- Obtención de independencia económica.
- Elección de una ocupación y entrenamiento para desempeñarla.
- Desarrollo de aptitudes y conceptos intelectuales
- Deseo de logro de una conducta socialmente responsable.
- Preparación para el matrimonio y la vida familiar.

El cumplimiento con estas tareas evolutivas podrá tomarse como evidencia de que el individuo ha llegado a la edad adulta y a la madurez.

Todo esto suele causar estrés, especialmente cuando los jóvenes se sienten amenazados porque no pueden alcanzar las metas necesarias. Esta preocupación por el riesgo de fracaso es conocida como ansiedad transicional que de igual manera debe desempeñar un papel positivo para promover el aprendizaje, la mejora de la capacidad de ejecución y el aumento de expectativas que surgen mediante sus aspiraciones y metas.

En condiciones favorables, provocarán que los jóvenes adopten nuevos comportamientos y conductas que les permitan adaptarse a las nuevas situaciones a las que se enfrentan, disminuyendo así la ansiedad transicional.

Ha perdido su estatus derivado y necesita alcanzar el primario, es decir, asumir un cierto grado de independencia para expresar su identidad, y orientarse hacia papeles que sean adaptativos para su persona y metas de acuerdo con sus capacidades. La adolescente trata de que su seguridad provenga de sus propios logros y realizaciones, que a menudo relaciona con sus grupos de pares, es decir, con compañeros de la misma edad (Benemerita y Centenaria escuela normal del estado de San Luis Potosi , 2011).

2.4 Factores sociales que intervienen en la adolescencia

Uno de los factores sociales que influyen directamente es la sociedad en sí, que actualmente ofrecen al adolescente contenidos materialistas por encima de los valores éticos, morales, y humanísticos lo que pueden influir de cierta manera negativamente debido a que en la actualidad se mantiene el tener antes que el ser, y la facilidad que tienen hacia la tecnología dejando de lado el aspecto humanista.

Por otra parte, los adolescentes se encuentran con situaciones que les dificultan estudiar o trabajar, manteniéndose durante mucho tiempo en una pseudo adolescencia propensa a crear hábitos y actitudes de ocio inadecuadas al no haberse producido el desapego de la familia y la toma de decisiones propias, por lo que el uso del tiempo libre en la adolescencia puede ser un problema y riesgo para el adolescente mismo ya que dentro de este tiempo de ocio se puede abrir una puerta para el consumo de sustancias tóxicas, relaciones sexuales sin protección (Castellano Barca, 2013).

Otro factor social importante en la adolescencia es la familia ya que es la encargada de educar con normas y límites ejerciendo una autoridad afectiva, compartida y responsable. Es importante establecer la relación familiar y el apoyo de la misma debido a que será la trasmisora

de factores protectores que le ayudarán al adolescente a fortalecer su identidad y autoestima dentro de la adolescencia.

La madurez de la familia contribuye a lo que llamamos desarrollo psicosocial, que permite la adquisición del lenguaje, así como el desarrollo de habilidades cognitivas y sociales, para que el sujeto pueda vivir una vida normal en la familia y la sociedad. Después de esta etapa, el adolescente se convertirá en un adulto, libre y útil para sí mismo y para los demás. (Castellano Barca, 2013).

Es importante establecer las normas y límites dentro de la convivencia diaria en su casa como en la escuela ya que si se ha establecido correctamente será más fácil adaptarse a distintas situaciones y que pondrán un límite no al saludable estallido emocional de los adolescentes sino al desorden y riesgo.

De igual manera, un factor social que conviene enfatizar en esta etapa es la relación con sus pares y amigos, pues son muy importantes en el desarrollo psicosocial y evolutivo, considerándolos como su segunda familia. En este proceso de integración social, el papel que juega el grupo es decisivo, para bien o para mal, su importancia es tan grande que debemos encontrar el motivo del porque algunos adolescentes no logran establecer relaciones interpersonales, pues esto implicaría un desajuste mental, psicológico o social. (Castellano Barca, 2013).

2.5 Desarrollo cognitivo en la adolescencia según Piaget y Vygotsky

Para Piaget, el desarrollo cognitivo está relacionado con tres elementos: la lógica de las acciones, la ejecución y coordinación de dichas acciones; la lógica de las operaciones concretas y formales, y con la lógica de las significaciones (Montealegre, 2016).

Por lo tanto, el desarrollo cognitivo de los niños se basa en transformaciones de como organiza el conocimiento según avanza a través de cuatro estadios que estableció Piaget los cuales están marcados por cambios en como los niños conciben el mundo, una vez que el niño explora una nueva etapa no retrocede a un estadio anterior de razonamiento ni de funcionamiento, por lo que propone que todos los niños pasan por las cuatro etapas en el mismo orden y no es posible omitir ninguna de ellas:

1. Estadio sensorio-motor: Inicia desde el nacimiento hasta aproximadamente un año y medio a dos años. En este estado, el niño usa sus sentidos (completamente desarrollados) y habilidades motoras para comprender las cosas que lo rodean, inicialmente confiando en sus reflejos y luego en la combinación de sus sentidos y habilidades motrices.

2. Estadio preoperatorio: Inicia desde los 2 hasta los 7 años de edad. Este estadio está caracterizado por la incorporación de las reacciones de la etapa anterior, dando lugar a acciones mentales que aún no se pueden categorizar debido a que no son capaces de hacer operaciones mentales complejas.

3. Estadio de las operaciones concretas: Inicia desde los 7 hasta los 11 años de edad. Se hace referencia a las operaciones lógicas usadas para la resolución de problemas. El niño en esta fase o estadio ya no solo usa el símbolo, sino es capaz de usar los mismos mediante la lógica para conservar su experiencia y llegar a generalizaciones.

4. Estadio de las operaciones formales: Inicia desde los 12 en adelante (toda la vida adulta): Es desde esta edad en adelante cuando el cerebro humano está potencialmente capacitado (desde la expresión de los genes), y la persona es capaz de formular pensamientos realmente abstractos y tener un pensamiento hipotético deductivo (Valdes Velazquez, 2014).

Vygotsky establece dos niveles de desarrollo: el primero es el nivel de desarrollo real, que está determinado por la capacidad de resolver problemas de forma independiente, sin la ayuda de otros, dado que el estado de desarrollo cognitivo del niño no puede establecerse completamente, es necesario utilizar preguntas orientadoras, ejemplos, demostraciones y otros métodos para evaluar al niño. Este es el comienzo de la diferencia entre ellos; por ejemplo, el niño puede resolver fácilmente ejercicios, más de dos años de su nivel de desarrollo, y otro niño puede resolver los ejercicios que solo superan sus seis meses de desarrollo. Por lo tanto, alcanzar el segundo nivel, que es el desarrollo potencial, depende de la capacidad para resolver problemas bajo la guía de adultos o en cooperación con otro compañero más capaz, que actúa como mediador (Montealegre, 2016).

Vygotsky contrario a Piaget, considera que “El nivel de desarrollo cognitivo real caracteriza el desarrollo mental retrospectivamente, mientras que el desarrollo cognitivo potencial caracteriza el desarrollo prospectivamente (Raynaudo & Peralta, 2017).

2.6 Desarrollo de habilidades interpersonales e intrapersonales.

Es importante comprender cómo los jóvenes interactúan con el mundo y considerar las habilidades que poseen, lo que afectará su capacidad para afrontar nuevos conocimientos y nuevas experiencias. Por tanto, la inteligencia emocional es la base, por lo que estas habilidades están encaminadas a mejorar las relaciones interpersonales dentro y fuera de la familia y optimizar el desarrollo personal (intrapersonal) de cada estudiante.

Las habilidades sociales son un conjunto de comportamientos que permiten a las personas desarrollarse en un entorno personal o interpersonal para expresar sentimientos, actitudes, deseos, opiniones o derechos de una manera que se adapte a la situación. En general, pueden resolver problemas de la vida diaria. Por tanto, permiten afrontar las relaciones interpersonales, lo que las hace necesarias para que el sujeto se adapte al entorno perteneciente (Cohen Imach et al., 2010).

En la psicología, así como en otras áreas se ha comprobado la importancia de las habilidades sociales o las relaciones interpersonales en el éxito o fracaso de las personas; de igual manera, desde la niñez, ha existido suficiente clima social familiar para influir en ellas, pues la familia es el primer grupo con el que un individuo entra en contacto, y desde allí comprende completamente los hechos sociales cada vez más comunes.

Por lo que es importante desarrollar dichas habilidades para tener una comprensión y un control más profundo de sus emociones y poder expresar sus sentimientos de manera adecuada para que pueda relacionarse de una mejor manera con los demás y mejorar su calidad de vida en el que pueda entender y percibir sus propias emociones y las de los demás. Dentro de estas habilidades destacan: las personas que pueden interactuar con los demás, la capacidad del individuo de no dañar o perjudicar a los demás, la capacidad de resolver los propios problemas y los de su entorno.

Las relaciones positivas incluyen habilidades como la empatía, cooperación y compromiso con el bienestar de los demás. Para los adolescentes, estas relaciones son propicias para mejorar y fortalecer el desarrollo de habilidades intrapersonales que brindan apoyo emocional e instrumental en situaciones de estrés y que contribuyen de igual manera a las habilidades interpersonales (Lacunza & Contini, 2016).

Según Park y Peterson, las relaciones positivas juegan un papel importante para lograr el bienestar y la felicidad. Del mismo modo, Reis y Gable creen que las relaciones sociales pueden

ser la fuente más importante de satisfacción dentro de la vida cotidiana generando bienestar. Las relaciones interpersonales pueden ser una fuente importante de disfrute, pero también una fuente de dolor e incomodidad (Lacunza & Contini, 2016).

Por la misma razón es importante que los adolescentes establezcan redes de apoyo y grupo de pares en su entorno para que puedan desarrollarse en el futuro en distintas áreas de su vida y afrontarse a cada etapa siguiente y a cada circunstancia nueva en su vida para que sea llevada de la mejor manera.

Como hemos visto a lo largo de este capítulo la adolescencia es un periodo de transición, donde se marca el final de la niñez y el salto a la adultez. Es una etapa de grandes cambios físicos, psicológicos y sociales; también intervienen varios factores como la genética, la familia, el contexto social entre otros.

En este proceso cada adolescente tendrá la tarea de buscar su propia identidad, autonomía, e individuación para poder obtener una correcta ejecución en su proyecto de vida el cual le será de gran apoyo para su vida adulta; pero de ello dependerá mucho como lograron resolver cada situación pues es importante la manera en que enfrentan este proceso; lo psicológico, cognitivo, social y sexual desempeñan un papel fundamental pues esto determina en gran medida su toma de decisiones; así también la familia al ser su contexto más cercano la mayor parte del tiempo desempeñan uno de los papeles más importantes, sirven de apoyo y acompañamiento para enfrentar dichos cambios y para esto será necesario establecer normas, reglas, límites y jerarquías, si esto no se desarrolla con normalidad podría provocar un desequilibrio en sus funciones, estructura y llevando consigo el peligro de desarrollar conductas de riesgo tales como: el consumo de drogas, el inicio de una vida sexual precoz, la toma de malas decisiones, conductas de riesgo, entre otras; pero si por el contrario su desarrollo entra dentro del rango de normalidad los adolescentes podrán cumplir sus funciones de manera sana para poder lograr sus objetivos.

3 CAPITULO III

Metodología

A lo largo de este capítulo, encontraremos el diseño metodológico que fue empleado para obtener los datos necesarios en la creación de esta investigación. Así mismo, se detallará información sobre los objetivos planteados, el tipo de estudio, la muestra que fue utilizada, los instrumentos requeridos y el procedimiento correspondiente. Además, se presentará la psicoeducación realizada posteriormente a la aplicación del inventario de BarOn.

3.1 Objetivos

3.1.1 Objetivo general:

Determinar los niveles de inteligencia emocional de las adolescentes de décimo de básica de la Unidad Educativa Particular “María Auxiliadora”

3.1.2 Objetivos específicos:

- Describir el desarrollo de las dimensiones de la Inteligencia Emocional
- Aplicar el inventario de Bar-On de Inteligencia Emocional
- Determinar y analizar las características de la inteligencia emocional que presentan las adolescentes del décimo de Básica.
- Realizar psicoeducación sobre el desarrollo de la Inteligencia Emocional.
- Socializar los resultados al Departamento de Consejería Estudiantil (DECE).

3.2 Tipo de estudio

Se trata de una investigación cuasiexperimental con un enfoque metodológico cuantitativo, el tipo de investigación transversal, y el alcance es descriptivo. El universo es adolescentes de

décimo de básica (14-15 años). La muestra serán las adolescentes de la unidad educativa maría auxiliadora. El número de adolescentes que se encuentran cursando décimo de básica en la institución educativa son 129 estudiantes en total, sin embargo, tomando en cuenta el índice de inconsistencia del Inventario de Bar-On la muestra desciende a 115 estudiantes.

3.3 Instrumentos

Consentimiento informado: Se realizó la aplicación del presente para obtener el permiso adecuado y legal de cada participante en esta investigación, en la misma se detallan el procedimiento, los instrumentos y las normas bajo los cuales se llevó a cabo este estudio (Anexo 1).

Inventario de Bar-On NA de Inteligencia Emocional para Niños y Adolescentes (Adaptado por la Dra. Nelly Ugarriza y Liz Pajares): Para investigar sobre la Inteligencia Emocional y sus dimensiones constan de dos versiones: una completa de 60 ítems y otra abreviada de 30 ítems (Anexo 2), su rango de edad esta entre los 7 y 18 años, puede ser calificada rápidamente por un sistema computarizado obteniéndose perfiles por edad, sexo, gestión estatal y privada (Anexo 3); su nombre original es EQi-YV BarOn Emotional Quotient Inventory, y su autor es Reuven Bar-On de Toronto Canadá.

Está integrado por cinco escalas las cuales son: Intrapersonal, Interpersonal, Manejo del Estrés, Adaptabilidad y Estado de Ánimo General. A partir de las mismas se obtiene una puntuación total de Inteligencia Emocional.

Para la calificación adecuada se deben tomar en cuenta los criterios de exclusión los cuales son: si existen más de 6 omisiones y si el índice de inconsistencia es mayor que 10.

La calificación total de la IE se realiza sumando todos los resultados excluyendo los ítems del índice de inconsistencia. Se observa en el baremo correspondiente a que valores corresponden las respuestas, y una de sus principales características es su alta confiabilidad y validez.

Los rangos de calificación son los siguientes:

Tabla 1 Rangos de calificación

Rangos	Pautas de interpretación
130 y más	Capacidad emocional y social atípica. Excelentemente desarrollada.
120 a 129	Capacidad emocional y social muy alta. Muy bien desarrollada.
110 a 119	Capacidad emocional y social alta. Bien desarrollada
90 a 109	Capacidad emocional y social adecuada. Promedio.
80 a 89	Capacidad emocional y social baja. Mal desarrollada. Necesita mejorarse.
70 a 79	Capacidad emocional y social muy baja. Necesita mejorarse considerablemente.
69 y menos	Capacidad emocional y social atípica y deficiente. Nivel de desarrollo marcadamente bajo.

Programa SPSS V.21: Se utilizó este programa para recolectar y analizar los datos estadísticos que se generaron mediante la aplicación del inventario de Bar-On.

Google MEET: Se utilizó esta plataforma para el encuentro con el grupo de muestra (estudiantes) en el que se realizó las respectivas instrucciones para la aplicación del inventario de Bar-On (Anexo 4)

Google Forms: Se utilizó el formulario Google para aplicar el inventario de Bar-On y de esta manera recopilar la información de una manera simple y eficiente para el grupo de muestra (Anexo 5).

Kahoot, YouTube, Mentimeter: Se utilizaron estas plataformas interactivas para llevar acabo la psicoeducación sobre la inteligencia emocional e interactuar con el grupo de estudio. (Anexo 7)

3.4 Población de estudio

La población está conformada por estudiantes de género femenino entre los 14 y 15 años que se encuentran cursando el décimo de básica de la Unidad Educativa “María Auxiliadora. Al principio la muestra se basaba en 90 estudiantes, sin embargo, la rectora de la institución solicitó realizar la aplicación del inventario a las 129 estudiantes que cursaban el décimo de básica. De tal manera, se enriqueció el test obteniendo un universo más grande de resultados y se recolectó en 4

semanas los consentimientos informados de cada estudiante y representante. Por consiguiente, obtuvimos finalmente la participación de 115 estudiantes para el análisis de datos, las cuales cumplían con los criterios de inclusión y exclusión.

a) Criterios de inclusión:

- Estudiantes de la Unidad Educativa María Auxiliadora que hayan dado su consentimiento informado.
- Adolescentes de género femenino con un rango de edad de 14-15 años y que residan en el Ecuador.

b) Criterios de exclusión:

- Que sean menores de 14 años y mayores de 15 años
- Que tengan algún problema neurocognitivo
- Que no pertenezca a la institución

3.5 Procedimiento de la investigación

-Se solicita el permiso correspondiente a la Unidad Educativa Particular “María Auxiliadora” para realizar la aplicación del inventario de Bar-On. Se hace llegar el consentimiento informado a los padres de familia y estudiantes mediante la comunicación con la rectora de la institución para coordinar y llevar a cabo de igual manera los encuentros con las estudiantes de décimo de básica.

-Aplicación del inventario que se realizó mediante los encuentros en línea con los estudiantes que fue realizado dentro del plazo de cuatro semanas. Por decreto de la rectora estas encuestas mantienen su anonimato.

-Análisis estadísticos de los datos obtenidos que fueron realizados mediante el programa SPSS V.21, elaborando las tablas y gráficos para los resultados finales.

-Se realiza la psicoeducación respectiva después de obtener los resultados estadísticos del inventario, donde se vio una predisposición alta de los estudiantes para colaborar e interactuar sobre la IE. (Anexo 6)

La psicoeducación se realizó de manera virtual y se basó en los siguientes objetivos:

- Objetivo general:

-Proveer la importancia de conocer sobre inteligencia emocional ayudando a formar personas sanas, y capaces de enfrentar sucesos de la vida cotidiana de forma positiva en los adolescentes y en sus relaciones interpersonales en distintas áreas de su vida.

- Objetivos específicos:

-Conocer que es y cómo funciona la inteligencia emocional.

-Adquirir estrategias y habilidades necesarias para potenciar el desarrollo de las habilidades emocionales en niños y adolescentes.

-Sensibilizar a las adolescentes sobre la importancia de reconocer las propias emociones y de los demás para desarrollar actitudes más efectivas, la empatía y mejorar las relaciones interpersonales.

-Desarrollar actividades interactivas mediante el uso de plataformas virtuales incrementando el conocimiento sobre inteligencia emocional.

Tabla 2 Planificación del taller psico educacional

Taller “Pájara pinta, pintando mis emociones para las estudiantes de décimo de básica”				
Hora	Objetivo	Actividad	Recursos	Responsable
8H00 am	Conocer la importancia de la inteligencia emocional para ayudar a formar personas sanas, y capaces de enfrentar sucesos de la vida cotidiana de forma positiva en los adolescentes y en sus	Presentación inicial en el cual se dará una introducción sobre el tema que se abordará en el taller.	Computadora. Internet. Google MEET.	Paula Barrezueta Gabriela Vásquez

	relaciones interpersonales en distintas áreas de su vida.			
8H15 am	Sensibilizar a las adolescentes sobre la importancia de reconocer las propias emociones y de los demás para desarrollar actitudes más efectivas, la empatía y mejorar las relaciones interpersonales.	Lluvia de ideas, el cual ayudará a reconocer las ideas que los estudiantes sostienen sobre la inteligencia emocional.	Plataforma Mentimeter.	Paula Barrezueta Gabriela Vásquez
8H30 am	Conocer que es y cómo funciona la inteligencia emocional	Explicación del tema mediante una presentación en Power Point.	Power point. Gifs. Imágenes.	Paula Barrezueta Gabriela Vásquez
9H00 am	Adquirir estrategias y habilidades necesarias para potenciar el desarrollo de las habilidades emocionales en niños y adolescentes.	Presentación del video.	YouTube.	Paula Barrezueta Gabriela Vásquez
9H15 am	Desarrollar actividades interactivas mediante el uso de plataformas virtuales incrementando el conocimiento sobre inteligencia emocional.	Ejercicio de inteligencia emocional entre las estudiantes (Diálogo sobre mis emociones).	Google MEET. Dialogo en parejas.	Paula Barrezueta Gabriela Vásquez

9H30 am	Reforzar el desarrollo de habilidades emocionales en las adolescentes.	Se responderán preguntas acordes al material presentado anteriormente como cierre del taller para reforzar los conocimientos aprendidos.	Plataforma Kahoot	Paula Barrezueta Gabriela Vásquez
------------	--	--	----------------------	--------------------------------------

Al haber realizado la psicoeducación anteriormente mencionada hemos aportado con conocimientos necesarios con el objetivo de activar las potencialidades innatas que tienen los adolescentes. De la misma manera, se implantó herramientas las cuales fueron de gran ayuda para que logren desarrollar y potencializar dichas habilidades, explorando todas las opciones que se pueden utilizar en diferentes situaciones que se presentan en la vida cotidiana y sobre todo cuidando su salud e integridad. Desarrollamos actividades interactivas mediante plataformas virtuales que nos ayudaron a llegar de mejor manera a nuestras participantes; el taller estaba dividido en seis fases:

1. Presentación inicial en el cual se dio una breve introducción sobre el tema que se abordó en el taller.
2. Se realizó una lluvia de ideas por medio de la plataforma Mentimeter, el cual nos ayudó a reconocer los conceptos que los estudiantes sostenían sobre la inteligencia emocional.
3. Se dio una explicación de la IE para su etapa de desarrollo como: qué son las emociones, cuáles son las emociones básicas, autoconocimiento emocional, control emocional, la empatía, etc. Con el propósito de fortalecer su desarrollo emocional y mediante esto puedan crecer con una mente sana, positiva, sin culpa por sentirse de una u otra manera. Mediante una presentación de Power Point.
4. Se realizó la presentación del video reflexivo sobre la inteligencia emocional y su importancia.

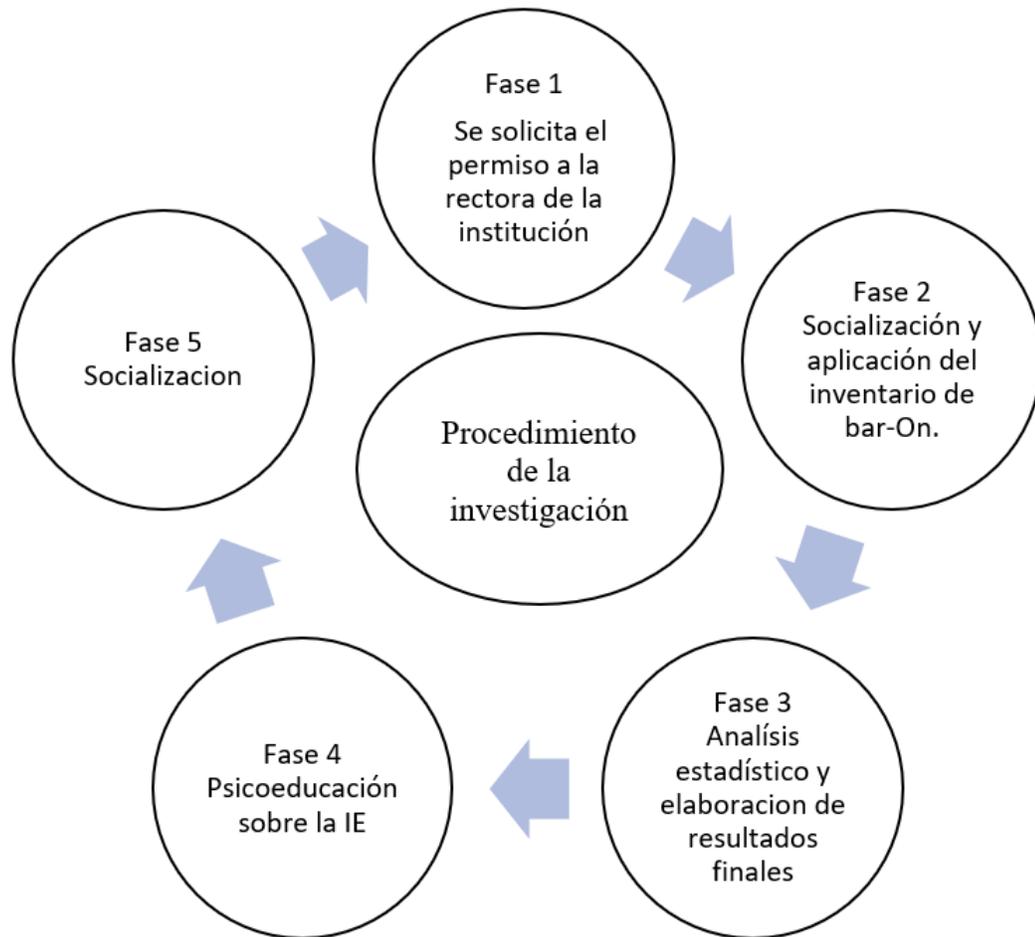
5. Se llevó a cabo un ejercicio de inteligencia emocional entre las estudiantes (Diálogo sobre mis emociones).

6. Se utilizó la plataforma interactiva Kahoot donde se respondieron preguntas acordes al material presentado anteriormente como cierre del taller para reforzar los conocimientos aprendidos.

En resumen, la psicoeducación mediante cada actividad realizada que fue dirigida para las estudiantes de décimo de básica les ayudará a reconocer la importancia de las emociones en la toma de decisiones y en la interacción social; mejorando la calidad de vida, creando vínculos afectivos, sólidos y positivos como la hermandad, la solidaridad, la cooperación, la crianza, el sentido de vida, la espiritualidad y el amor; en todos los planos ya sean familiares, sociales, laborales, etc.

-Se realizó la respectiva socialización de los resultados al departamento de Consejería Estudiantil de la Unidad Educativa.

Ilustración 1 Procedimiento de la investigación



En este capítulo se expone el diseño metodológico y su procedimiento, el cual sirvió como guía para realizar los objetivos planteados de manera oportuna. De igual manera se dio a conocer una breve descripción del tipo de estudio, de la muestra seleccionada y de los instrumentos que se utilizaron en esta investigación. Así mismo, esto fue útil para la elaboración y análisis de los datos obtenidos, los que serán expuestos en el siguiente capítulo.

4 CAPITULO IV

A continuación, presentaremos los resultados obtenidos en función de los objetivos propuestos en la investigación. Comenzaremos con el análisis cuantitativo de datos, que pretende evidenciar los resultados alcanzados de inteligencia emocional en los estudiantes de décimo de básica. En primera instancia se muestra el rango de edades que se plantearon para el análisis de los resultados.

En segunda instancia se muestra el índice de inconsistencia de acuerdo con el método de calificación del inventario de Bar-On para descartar las pruebas que den resultados inconsistentes.

En tercera instancia se presenta el porcentaje de impresión positiva que de igual manera nos sirve para descartar pruebas que den resultados inconsistentes. Después se presenta el rango en el que se encuentra la mayoría y minoría de las adolescentes en función al coeficiente emocional.

Luego se presenta el porcentaje de cada una de las escalas que evalúa el inventario de Bar-On para saber cuál es la que tiene mayor prevalencia y menor prevalencia.

4.1 Análisis Cuantitativo

4.1.1 Caracterización de la muestra

Al distribuir la población entre mujeres adolescentes de 14 a 15 años encontramos una muestra de 129 estudiantes, sin embargo, se tuvo que tomar en cuenta el índice de inconsistencia y la impresión positiva que serán explicadas posteriormente.

Interpretación

Por lo tanto, la muestra descende a 115 estudiantes que representaría al 100 % dentro del análisis de datos. Del cual el 87 % tiene 14 años y el 13 % restante tiene 15 años. Para más datos remitirse a la tabla 3.

Tabla 3 Rangos de edad

Edad					
		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	14.0	100	87.0	87.0	87.0
	15.0	15	13.0	13.0	100.0
	Total	115	100.0	100.0	

4.1.2 Índice de inconsistencia

Existen considerables inconsistencias en el modo en que las personas responden a ítems similares. Pueden no haber comprendido las instrucciones o haber respondido de un modo al azar o sin cuidado. Para conocer si es que existe un índice de inconsistencia dentro del test aplicado se verifica que el puntaje no sea mayor a 10, caso contrario la prueba es inválida y no entra para el análisis de datos.

Interpretación

Se encontraron inconsistentes 5 inventarios lo que representa el 3.9 % del 100 % de la muestra inicial. Para más datos remitirse a la tabla 4.

Tabla 4 Índices de inconsistencia

Filtro Inconsistencia					
		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	consistente	124	96.1	96.1	96.1
	inconsistente	5	3.9	3.9	100.0
	Total	129	100.0	100.0	

4.1.3 Impresión positiva

Al igual que el índice de inconsistencia esta variable nos permite conocer que la persona intenta crear una impresión excesivamente positiva de sí misma, por lo tanto, el puntaje mayor a 120 indica que la prueba es inválida y queda fuera del análisis de datos.

Interpretación

De la muestra de 129 inventarios aplicados se encontraron que 9 inventarios sobrepasan el puntaje permitido representando el 7 % del 100 % de la muestra inicial. Para más información remítase a la tabla 5.

Tabla 5 Impresión Positiva

Filtro Impresión positiva				
	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido consistente	120	93.0	93.0	93.0
inconsistente	9	7.0	7.0	100.0
Total	129	100.0	100.0	

4.1.4 Coeficiente emocional

Dentro de la misma se analizó el coeficiente de inteligencia emocional obteniendo los siguientes resultados.

Interpretación

El 71,30 % de las adolescentes presentan la capacidad emocional promedio, mientras que el 15,65 % representa baja capacidad emocional subdesarrollada la que indica que necesita mejorar, el 8,70 % representa la capacidad emocional muy alta, el 2,61 % representa capacidad emocional muy alta extremadamente bien desarrollada. Por último, con el 1,74 % representa

capacidad muy baja y capacidad emocional extremadamente subdesarrollada, lo cual indica que necesita mejorar.

Entendiéndose así que la mayoría de los adolescentes presentan una capacidad emocional promedio.

Ilustración 2 Rangos de coeficiente emocional

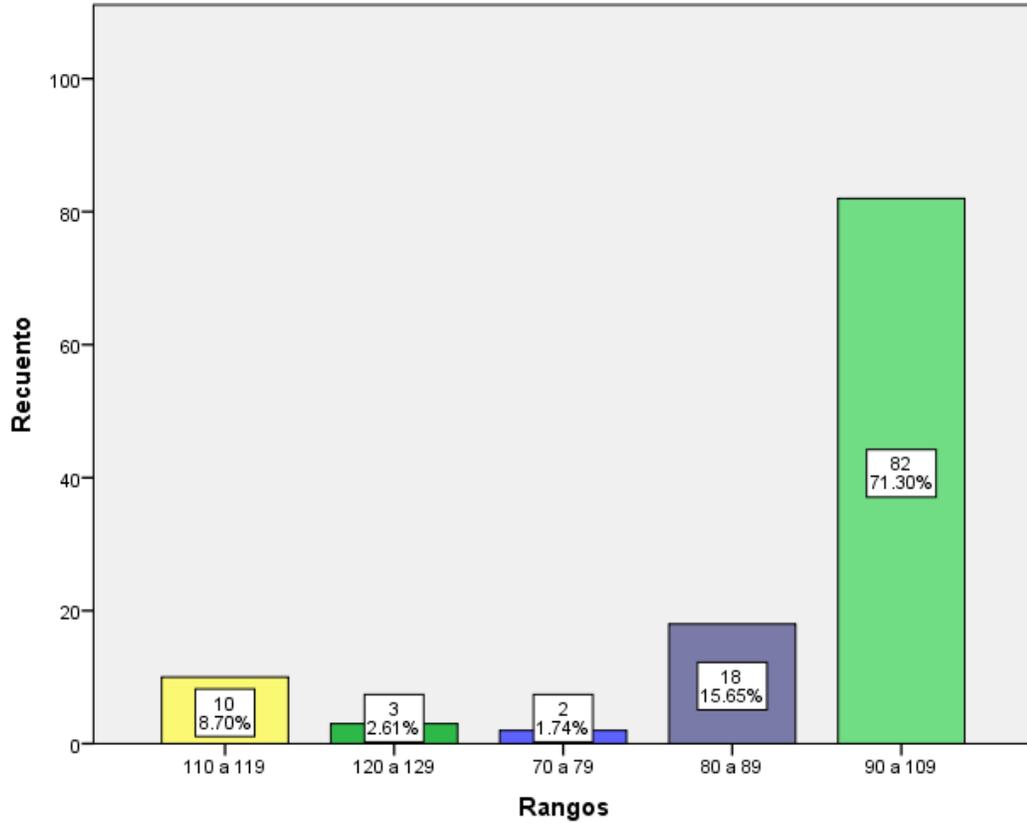


Tabla 6 Rangos de resultados de coeficiente emocional

rangos				
	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido 110 a 119	10	8.7	8.7	8.7
120 a 129	3	2.6	2.6	11.3
70 a 79	2	1.7	1.7	13.0
80 a 89	18	15.7	15.7	28.7
90 a 109	82	71.3	71.3	100.0
Total	115	100.0	100.0	

4.2 Escalas del inventario Bar-On ICE NA

Dentro del análisis de datos, se realizó el porcentaje de cada escala más la impresión positiva total de las adolescentes.

4.2.1 Escala Intrapersonal

En la escala intrapersonal se encuentran 5 elementos los cuales son los siguientes:

Componente emocional de sí mismo (SM)

Asertividad (AS)

Autoconcepto (AC)

Autorrealización (AR)

Independencia (IN)

Las características de esta escala las personas demuestran que comprenden sus emociones, son capaces de expresar y comunicar sus sentimientos y necesidades.

4.2.2 Escala Interpersonal

En la escala interpersonal se encuentran 3 elementos los cuales son los siguientes:

Empatía (EM)

Relaciones interpersonales (RI)

Responsabilidad social (RS)

Las características de esta escala son personas que mantienen relaciones interpersonales satisfactorias. Saben escuchar y son capaces de comprender y apreciar los sentimientos de los demás.

4.2.3 Escala de manejo del estrés

En la escala de manejo de estrés se encuentran 2 elementos los cuales son los siguientes:

Tolerancia al estrés (TE)

Control de impulsos (CI)

Las características de esta escala son personas calmadas y que trabajan bien bajo presión, rara vez impulsivas y pueden responder usualmente a eventos estresantes sin un estallido emocional

4.2.4 Escala de adaptabilidad

En la escala de adaptabilidad se encuentran 3 elementos los cuales son:

Solución de problemas (SP)

Prueba de realidad (PR)

Flexibilidad (FL)

Las características de esta escala son personas flexibles, realistas, efectivas en el manejo de los cambios, encuentran modos positivos de enfrentar los problemas cotidianos.

4.2.5 Escala de ánimo general

En la escala de ánimo general se encuentran 2 elementos los cuales son:

Felicidad (FE)

Optimismo (OP)

Las características de esta escala las personas son optimistas, tienen una apreciación positiva sobre las cosas o eventos, y es particularmente placentero estar con ellas.

Interpretación

El 23,71 % de la muestra corresponde a que tienen una mayor prevalencia en el manejo el estrés, el 20,25 % representa la escala interpersonal, el 19,43 % representa la escala intrapersonal, el 19,29 % representa el ánimo general, y el que tiene menor prevalencia de 17,32 % es la escala de adaptabilidad.

Ilustración 3 Porcentaje de escalas

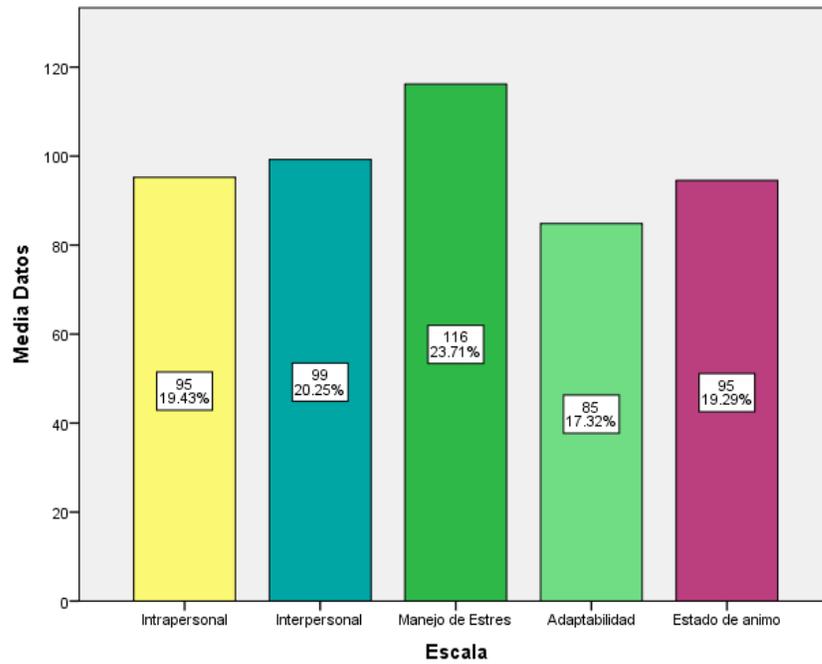


Tabla 7 Informe de porcentaje de escalas

Informe

Datos			
Escala	% de suma total	Suma	Media
Intrapersonal	19.4 %	10950	95.22
Interpersonal	20.3 %	11411	99.23
Manejo del estrés	23.7 %	13361	116.18
Adaptabilidad	17.3 %	9757	84.84
Estado de ánimo	19.3 %	10870	94.52
Total	100.0 %	56349	98.00

A lo largo de este capítulo se presentó el análisis estadístico de los resultados cuantitativos del inventario Bar-On ICE NA aplicados a las adolescentes de décimo de básica, logrando los objetivos propuestos inicialmente para esta investigación.

En los resultados cuantitativos, los datos demuestran que la mayoría de las adolescentes (71,30 %) se encuentran dentro del rango promedio del coeficiente emocional mostrando una capacidad desarrollada, así mismo, obtuvieron una mayor incidencia en el manejo de estrés (23,71 %).

Los datos demuestran que las estudiantes tienen mayor índice en el manejo de estrés, por lo que se refleja que pueden manejar adecuadamente sus emociones y responden a eventos estresantes de una manera funcional, por otra parte, los datos demuestran que las estudiantes tienen un menor índice en la adaptabilidad, lo que refleja que no se pueden desarrollar funcionalmente en situaciones de cambio y se les dificulta adaptarse.

El principal objetivo fue determinar y analizar las características de la inteligencia emocional en las adolescentes de décimo de básica por medio de la aplicación del inventario de bar-On ICE NA adaptado por Nelly Ugarriza y Liz Pajares, donde se pudo observar que según los resultados los 82 adolescentes presentan una capacidad promedio desarrollada.

Luego de haber realizado los análisis estadísticos se complementó con la psicoeducación, donde se pudo observar una gran participación dentro del taller expuesto, dando un lugar a la cohesión grupal creando un sentimiento de universalidad y sentido de pertenencia frente al tema. Los objetivos trazados por cada taller fueron cumplidos satisfactoriamente. El grupo fue participativo ya que fue un tema innovador para las estudiantes y se logró crear expectativas altas que permitieron aclarar preguntas sobre el tema. Las estudiantes mostraron un nivel de satisfacción alto debido a que mencionaron que ahora conocen herramientas que las pueden ayudar en su vida cotidiana para enfrentarse a los distintos cambios ya sea en la etapa adolescente como en posteriores etapas de su vida.

5 Discusión

El presente estudio fue diseñado con el objetivo de evaluar la inteligencia emocional en adolescentes mujeres de décimo de básica de la Unidad Educativa María Auxiliadora. Con un grupo de 129 estudiantes de las cuales 115 fueron seleccionados en función de los criterios de inclusión y exclusión propuestos y las variables del inventario para realizar el análisis de datos. Por lo que se aborda los objetivos propuestos para la investigación, los mismos que nos guiaron para esta tesis, así mismo se tomó en cuenta la pregunta de investigación y el resultado esperado.

A partir del objetivo general que fue determinar los niveles de inteligencia emocional de las adolescentes de décimo de básica de la Unidad Educativa María Auxiliadora. Dentro del estudio se pudo observar que la edad predominante fue de 14 años representando el 87 % mientras que los de 15 años representan el 13 %.

Los resultados evidenciaron que el 71,30 % de las estudiantes se encuentran en el rango de 90-109 que indica que obtiene un coeficiente emocional promedio, lo que señala una capacidad emocional adecuada. Similares resultados se obtuvieron en una investigación semejante dentro de Ecuador; donde Pepinós Cuchala (2015) en su investigación titulada “La inteligencia emocional como predictor del rendimiento académico escolar en los adolescentes” refirió que dentro de la inteligencia emocional el 66,3 % se encuentran en capacidad emocional promedio, lo cual demuestra niveles de coeficiente emocional en resultados similares.

Seguido por el 15,65 % de las estudiantes que se encuentran en el rango de 80-89 lo que indica una baja capacidad emocional subdesarrollada. Luego con el 8,70 % de los estudiantes se encuentra en el rango de 110-119 lo que indica una alta capacidad emocional bien desarrollada. Después con el 2,61 % en el rango de 120-129 lo que indica muy alta capacidad emocional y extremadamente bien desarrollada. Finalmente, con el 1,74 % nos encontramos en el rango de 70 a 79 lo que indica muy baja capacidad emocional, extremadamente subdesarrollada.

Así mismo, se logró cumplir con el primer objetivo específico que fue describir las dimensiones de la inteligencia emocional para que a partir del conocimiento de las mismas la investigación cumpla con lo esperado.

Luego, el segundo objetivo específico propuesto fue la aplicación del inventario que mide la inteligencia emocional para niños y adolescentes: Bar-On ICE NA, con el fin de obtener los datos necesarios para el análisis cuantitativo.

Después, cumpliendo el tercer objetivo específico propuesto que fue determinar y analizar las características de la inteligencia emocional que presentan las adolescentes del décimo de básica se logró evidenciar los siguientes resultados:

La mayor puntuación dentro de las cinco escalas se encuentra el manejo de estrés la misma que indica la capacidad de resistir a situaciones adversas y estresantes de la vida cotidiana con un promedio de 23,71 %; seguida por el componente interpersonal el cual mide el grado de escucha, comprensión de los sentimientos de los demás permitiendo tener relaciones funcionales con un promedio de 20,25 %; seguida por el componente intrapersonal el cual hace referencia a la capacidad para comprender, expresar sus emociones y necesidades de sí mismo con un promedio de 19,43 %; seguida por estado de ánimo general el cual se enfrenta a la vida de una manera positiva y optimista con un promedio de 19,29 %; y finalmente con la menor puntuación obtenida es el componente de adaptabilidad que hace referencia las personas flexibles, realistas que encuentran maneras de enfrentar los problemas cotidianos con un promedio de 17,32 %. Con estos datos podemos deducir que la mayoría de adolescentes cuenta con una capacidad emocional adecuada, sin embargo, es necesario potencializar cada escala para llegar a una alta capacidad emocional y bien desarrollada.

Así también, se logró cumplir con el cuarto objetivo el cual fue realizar la psicoeducación sobre el desarrollo de la inteligencia emocional y sus ventajas. La deficiencia de inteligencia emocional es considerada un problema debido a las diversas situaciones que pueden surgir en la etapa adolescente, tales como consumo de sustancias, dificultad para establecer relaciones, consecuencias sociales negativas, baja motivación, baja autoestima, entre otras. (Rull, 2019).

El taller psico educativo se nombró como “Pájara pinta, pintando mis emociones para las estudiantes de décimo de básica” de esta manera fue posible lograr la atención de todos los estudiantes mostrando un gran interés sobre el tema. El taller se realizó mediante plataformas interactivas, las mismas que fueron de gran ayuda para obtener una mayor atención y participación, así como también, despertó un gran interés y curiosidad para comprender las emociones y entender que son fundamentales en la vida diaria de cada estudiante, las que permitirán que los adolescentes se enfrenten a situaciones adversas y sobre todo en esta etapa que es la adolescencia.

Para completar con los objetivos específicos se realizó el último objetivo propuesto, que es la socialización de los resultados al departamento de consejería estudiantil (DECE), donde se

dialogó con las psicólogas pertenecientes a la unidad educativa para darles a conocer los resultados obtenidos de las estudiantes de décimo de básica.

Se cumple con la pregunta de investigación: ¿Cómo se expresan los niveles de inteligencia emocional? Así mismo, se pretendía que el resultado de coeficiente emocional en las adolescentes se encuentre dentro del promedio o por debajo del mismo. Finalmente, después de analizar los resultados se pudo obtener un coeficiente emocional promedio en la mayoría de las adolescentes.

6 Conclusión

Tras haber evaluado y aplicado la psicoeducación basada en las habilidades y ventajas de la inteligencia emocional en adolescentes de 14 y 15 años se concluye lo siguiente:

Se evaluó a 115 estudiantes mediante el inventario de inteligencia emocional de Bar-On ICE NA adaptado por Nelly Ugarriza y Liz Pajares, en el cual la mayoría de estudiantes se encuentra en un nivel de coeficiente emocional promedio lo que indica una capacidad emocional adecuada para reconocer y entender sus propias emociones, así como las de los demás, sin embargo, la minoría de estudiantes demostró un índice bajo de capacidad emocional dando resultados bajos en la escala de adaptabilidad, mostrando que los adolescentes no pueden enfrentarse a los cambios o hallar modos positivos de enfrentar los problemas cotidianos.

Por esa razón se realiza la psicoeducación mediante una planificación y preparación del taller denominado “Pájara pinta, pintando mis emociones para las estudiantes de décimo de básica” con el fin de aportar con un aprendizaje esencial para que puedan manejar sus emociones a lo largo de su vida y enfrentarse a distintas situaciones de cambio. El cual ayudó a potencializar las dimensiones de la inteligencia emocional de una manera interactiva y participativa mediante plataformas digitales.

7 Recomendaciones

Debido a la falta de investigaciones referentes al tema de esta investigación, se recomienda realizar estudios similares con la población de adolescentes de sexo masculino y con diferentes edades que se encuentren dentro de la adolescencia, con el fin de obtener un mayor grado de conocimiento dentro de este campo. De la misma manera, nuestras recomendaciones son las siguientes:

En próximos estudios explorar las causas e implantar un programa de intervención terapéutica para establecer esta diferencia entre el manejo de estrés y la adaptabilidad a nuevas situaciones que se presenten en el ambiente.

Realizar en próximas investigaciones un estudio donde se demuestre de qué manera los adolescentes se enfrentan a los cambios en esta etapa y cómo influyen psicológicamente en ellos.

Desarrollar planes de intervención basadas en la inteligencia emocional para niños y adolescentes a fin de que puedan desenvolverse en cualquier situación y entorno de una manera funcional, gestionando sus emociones y evitando consecuencias negativas para sí mismo y para los demás.

Ejecutar una psicoeducación a los padres de familia ya que los adolescentes imitan los patrones conductuales y emocionales de sus padres. Por lo tanto, pueden complementar el aprendizaje de sus hijos.

Finalmente, se recomienda a las instituciones educativas aplicar programas de educación sobre la inteligencia emocional dirigidos a todos los estudiantes, para que puedan adaptarse a los cambios que surgen en la adolescencia de una manera funcional.

8 Bibliografía

- Aguaded, M., & Valencia, J. (2017). Estrategias para potenciar la inteligencia emocional en educación infantil: aplicación del modelo de Mayer y Salovey. *Tendencias pedagógicas* .
- Ardilla, R. (Marzo de 2011). *Inteligencia ¿Qué sabemos y qué nos falta por investigar?* Obtenido de Scielo: http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0370-39082011000100009
- Arellano Bolaños, E. B. (18 de Mayo de 2013). Obtenido de <https://comunicacionorganizacional2013.files.wordpress.com/2013/04/grupo-1-inteligencia-emocional.pdf>
- Asociación Española Contra el Cáncer. (2015). *Las Emociones* . Obtenido de <http://sauce.pntic.mec.es/falcon/emociones.pdf>
- Bar-On, R. (2018). *EQ-i: YV. Inventario de Inteligencia Emocional de Bar-On versión para jóvenes*. Madrid: TEA Ediciones.
- Benemerita y Centenaria escuela normal del estado de San Luis Potosí . (04 de Febrero de 2011). Procesos Psicológicos en Los Adolescentes. *BVQI Mexicana, S.A. de C.V.*, 1-19. Obtenido de Scribd: <https://es.scribd.com/doc/48176410/Procesos-Psicologicos-en-Los-Adolescentes>
- Bisquerra, R. (2020). *La Inteligencia Emocional según Salovey y Mayer*. Obtenido de <https://www.rafaelbisquerra.com/inteligencia-emocional/la-inteligencia-emocional-segun-salovey-y-mayer/>
- Bolaños, L. (Enero de 2016). *El estudio socio-histórico de las emociones y los sentimientos de las ciencias sociales en el siglo xx*. Obtenido de Revista de Estudios Sociales: <https://journals.openedition.org/revestudsoc/9762>
- Cárdenas Páez, A. (2011). Piaget: lenguaje, conocimiento y educación. *Revista Colombiana de Educación*.
- Castellano Barca, G. (2013). El adolescente y su entorno . *Pediatría Integral* , 109-116.
- Cohen Imach, S., Esterkind de Chein, A. E., Betina Lacunza, A., Caballero, S. V., & Martinenghi, C. (2010). Habilidades sociales y contexto sociocultural. Un estudio con adolescentes a través del BAS-3. *Revista Iberoamericana de Diagnóstico y Evaluación - e Avaliação Psicológica, vol. 1*, pp. 167-185.
- Congote, L. M. (Marzo de 2018). *MI PRIMERA CONSULTA GINECOLÓGICA*. Obtenido de Fundación Valle de Lili: <https://valledellili.org/wp-content/uploads/2018/04/pdf-261-cartadelasalud-marzo2018.pdf>
- Díaz, N. (2015). Relación entre las inteligencias intrapersonal e interpersonal y el rendimiento escolar: una propuesta de mejora. *Universidad Internacional de la Rioja* .
- Extremera, N., & Fernández, P. (2013). Inteligencia Emocional en adolescentes. *Orientación educativa*.
- Fragoso Luzuriaga, R. (2015). Inteligencia emocional y competencias emocionales en educación superior. *Revista Iberoamericana de Educación Superior*, 110-125.
- García del Castillo, J. A., García del Castillo-López, Á., Gázquez Pertusa, M., & Campos, J. C. (2013). La Inteligencia Emocional como estrategia de prevención de las adicciones. *Salud y drogas*, pp. 89-97.

- Goleman, D. (1995). *Inteligencia Emocional*. Obtenido de <http://ciec.edu.co/wp-content/uploads/2017/08/La-Inteligencia-Emocional-Daniel-Goleman-1.pdf>
- Güemes-Hidalgo, M. C. (2017). Pubertad y adolescencia. *Revista de formación continuada de la sociedad española de medicina de la adolescencia*, 8.
- Hidalgo Vicarioa, M. I., & González Fierro, M. J. (2014). Adolescencia. Aspectos físicos, psicológicos y sociales. *Anales de Pediatría Continuada Vol. 12. Núm. 1.*, 42-46.
- Hidalgo, M. I., & Ceñal, M. J. (2014). Adolescencia. Aspectos físicos, psicológicos y sociales. *Anales de Pediatría Continuada*, 42-46.
- iProfesional. (10 de Diciembre de 2020). *Qué es la inteligencia emocional y cuándo se necesita*. Obtenido de iProfesional: <https://www.iprofesional.com/actualidad/328520-que-es-la-inteligencia-emocional-y...>
- Lacunza, A. B., & Contini, E. N. (2016). Relaciones interpersonales positivas: los adolescentes como protagonistas. *Psicodebate. Psicología, Cultura y Sociedad Vol. 16, N° 2*, 73.
- Lacunza, A., & Contini, N. (2016). Relaciones interpersonales positivas: los adolescentes como protagonistas. *Psicodebate Vol. 16 N° 2*, 73–94.
- Lopérfido, V. C. (2017). *Las emociones básicas de Paul Ekman*. Obtenido de Psicode: <https://psicocode.com/psicologia/las-emociones-basicas-paul-ekman/>
- Más, M. J. (2016). *¿Qué es la Inteligencia?* Obtenido de Neuronas en crecimiento: <https://neuropediatra.org/2016/02/01/que-es-la-inteligencia/>
- Mesa Jacobo, J. R. (2015). *Inteligencia Emocional, Rasgos de Personalidad e Inteligencia psicométrica en Adolescentes*. Murcia: Universidad de Murcia.
- Ministerio de Industria. (2018). *Tipos de Inteligencia*. Obtenido de Educaweb: <https://www.educaweb.com/noticia/2018/12/04/tipos-inteligencia-no-somos-todos-iguales-18628/>
- Montealegre, R. (2016). *Controversias Piaget-Vygotski en psicología del desarrollo*. Obtenido de Acta Colombiana de Psicología: <https://www.redalyc.org/pdf/798/79845405012.pdf>
- OMS. (2021). *Organización Mundial de la Salud*. Obtenido de https://www.who.int/maternal_child_adolescent/topics/adolescence/dev/es/
- Pepinós Cuchala, D. A. (27 de Abril de 2015). La inteligencia emocional como predictor del rendimiento académico escolar en los adolescentes. Quito, Pichincha, Ecuador.
- Pico Gutiérrez, E., & Lindao Tomalá, G. C. (14 de Noviembre de 2019). La inteligencia emocional para mejorar el desempeño laboral de los trabajadores de la empresa EMASA-EP, provincia de Santa Elena, año 2018. La Libertad, Santa Elena, Ecuador : La Libertad: Universidad Estatal Península de Santa Elena, 2019.
- Puertas, P., Zurita, F., Chacón, R., Castro, M., Ramirez, I., & González, G. (2020). La inteligencia emocional en el ámbito educativo: un meta-análisis. *Annals of psychology*, 84-91.
- Quintero, A., Medina, L., & Samuel, J. (2015). Inteligencia Emocional . *Revista de Educación, Motricidad e Investigación*.
- Raffino, M. E. (01 de septiembre de 2020). *Inteligencia espacial*. Obtenido de Concepto de: <https://concepto.de/inteligencia-espacial/>
- Raynaudo, G., & Peralta, O. (2017). Cambio conceptual: una mirada desde las teorías de Piaget y Vygotsky. *Revista Liberabit*, 145.
- Regader, B. (2014). *La Teoría de las Inteligencias Múltiples propone ocho tipos de Inteligencia*. Recuperado el Febrero de 2021, de Psicología y Mente: <https://psicologiaymente.com/inteligencia/teoria-inteligencias-multiples-gardner>

- Revista Chilena de Pediatría. (2015). Desarrollo psicosocial del adolescente . 3-4.
- Ríos, A. (julio de 2018). *Inteligencia emocional: visión ontoaxiológica del docente de educación primaria*. Obtenido de Scribd: <https://es.scribd.com/document/444145996/Tesis-Inteligencia-Emocional>
- Rodriguez, U., Argota, A., & Amaya, A. (25 de Noviembre de 2011). *INTELIGENCIA EMOCIONAL Y ANSIEDAD EN ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS*. Obtenido de <https://docplayer.es/22168923-Inteligencia-emocional-y-ansiedad-en-estudiantes-universitarios.html>
- Rull, A. (5 de febrero de 2019). *Estos son los signos de una baja inteligencia emocional*. Obtenido de El periódico: <https://www.elperiodico.com/es/ser-feliz/20190205/signos-baja-inteligencia-emocional-7284597>
- Sánchez Martínez, L. (febrero de 2015). *ADAPTACIÓN DE ADOLESCENTES INSTITUCIONALIZADOS DEL ALBERGUE VILLA JUVENIL, DEL SISTEMA PARA EL DESARROLLO INTEGRAL DE LA FAMILIA DEL ESTADO DE MÉXICO*. Obtenido de <http://ri.uaemex.mx/bitstream/handle/20.500.11799/49987/%E2%80%9CADAPTACI%C3%93N%20DE%20ADOLESCENTES%20INSTITUCIONALIZADOS%20DEL%20ALBERGUE.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Tesouro, M., Palomanes, M., Bonachera, F., & Martínez, L. (2013). Estudio sobre el desarrollo de la identidad en la adolescencia . *Tendencias pedagógicas*.
- Universidad Internacional de Valencia. (04 de 24 de 2018). *Inteligencia Emocional, definición y características*. Recuperado el Febrero de 2021, de SIEORIEN: <https://www.universidadviu.com/int/actualidad/nuestros-expertos/inteligencia-emocional-definicion-y-caracteristicas>
- Valdes Velazquez, A. (2014). Etapas del desarrollo cognitivo de Piaget .
- Vargas, E. R. (2013). *La Inteligencia Emocional: un breve analisis de su relación e influencia en el trabajo*. Obtenido de Universidad Autonoma del Estado de Hidalgo: <https://www.uaeh.edu.mx/scige/boletin/icea/n10/e5.html>
- Vergara, C. (2020). *La Teoría del Desarrollo Moral de Lawrence Kohlberg*. Obtenido de Actualidad en Psicología: <https://www.actualidadenpsicologia.com/desarrollo-moral-lawrence-kohlberg/>
- Ysern, L., Gonzalez, R., & Montoya, I. (2016). *Relación entre la inteligencia emocional, recursos y problemas psicológicos en la infancia y adolescencia*. Valencia.

9 Anexos

Anexo Nro.1

Consentimiento informado para la estudiante y para el representante.

Consentimiento Informado

Paula Cristina Barrezueta Vélez, Gabriela Mercedes Vásquez Altamirano

Documento de Consentimiento Informado para adolescentes que estén cursando el décimo grado de básica superior de la Unidad Educativa María Auxiliadora y que se les invita a participar en el trabajo de investigación sobre la Inteligencia Emocional.

Nosotros somos Paula Barrezueta y Gabriela Vásquez, estudiantes de la carrera de psicología clínica, de la Universidad del Azuay, de la ciudad de Cuenca. Estamos investigando sobre La Inteligencia Emocional en adolescentes del 10mo de básica de la Unidad Educativa Particular “María Auxiliadora”

La Inteligencia Emocional en la etapa adolescente nos habla sobre la importancia de desarrollar habilidades emocionales en este periodo, ya que mejora la salud física, psicológica y se puede gestionar los problemas de una manera adecuada, además de visualizarse niveles más bajos de ansiedad, depresión, somatización, ideaciones suicidas, estrés social, entre otras.

Lastimosamente en muchos países de Latinoamérica especialmente en Ecuador no se han abordado ni realizado con seriedad investigaciones que aporten un conocimiento amplio sobre los beneficios de la “Inteligencia Emocional”(IE), por lo tanto se denota la carencia de regulación emocional, autoestima, resolución de problemas entre otras lo que lleva a las problemáticas mencionadas con anterioridad, es por esta razón que considera importante indagar sobre los niveles de Inteligencia Emocional que poseen los adolescentes para la toma de decisiones y las habilidades que poseen así como sus carencias.

Estamos invitando a todos los adolescentes entre 14 y 15 años con nacionalidad ecuatoriana, para participar en la investigación sobre Inteligencia Emocional en adolescentes de décimo de básica. Su participación en esta investigación es totalmente voluntaria. Usted puede elegir si desea participar o no. Usted puede cambiar de idea más tarde y dejar de participar aun cuando haya aceptado antes.

Duración

La investigación durara 6 meses en total, durante este tiempo, será necesario tres encuentros, para la capacitación sobre el cuestionario, la aplicación de test, y para los resultados de la aplicación lo que involucraría 2 horas por cada encuentro.

Luego de haber dado a conocer los resultados se finalizará la investigación.

Confidencialidad

Nosotros no compartiremos la identidad de aquellas que participen en la investigación. La información que recojamos para este proyecto de investigación se mantendrá confidencial. La información acerca de usted que se recogerá durante la investigación será puesta fuera de alcance y nadie sino los investigadores tendrán acceso a verla. El conocimiento que obtengamos por realizar esta investigación se compartirá con usted antes de que se haga disponible al público. No se compartirá información confidencial, pero habrá una exposición de los resultados y se publicará para que otras personas interesadas puedan obtener información.

A Quién Contactar

Si tiene cualquier pregunta puede hacerlas ahora o más tarde, incluso después de haberse iniciado el estudio. Si desea hacer preguntas más tarde, puede contactar cualquiera de las siguientes personas: Paula Barrezueta: 0992596436 / paulibarrezueta@es.uazuay.edu.ec Gabriela Vásquez: 0983541463 / 082024@es.uazuay.edu.ec

He sido invitado a participar en la investigación sobre la Inteligencia Emocional en adolescentes. *Entiendo que realizaré 1* cuestionario relacionado con el tema a tratar. He sido informado de que no existen riesgos, pero si beneficios para mi persona. Se me ha proporcionado el nombre de los investigadores que pueden ser fácilmente contactados usando el nombre, número de teléfono y el correo.

He leído la información proporcionada. He tenido la oportunidad de preguntar sobre ella y se me ha contestado satisfactoriamente las preguntas que he realizado. Consiento voluntariamente participar en esta investigación como participante y entiendo que tengo el

derecho de retirarme de la investigación en cualquier momento sin que me afecte en ninguna manera.

Nombre del Participante _____

Firma del Participante _____

Fecha Día/mes/año

He leído con exactitud o he sido testigo de la lectura exacta del documento de consentimiento informado para el potencial participante y el individuo ha tenido la oportunidad de hacer preguntas. Confirmo que el individuo ha dado consentimiento libremente.

Nombre del Investigador Paula Barrezueta

Firma del Investigador Paula Barrezueta

**Ha sido proporcionada al participante una copia de este documento de
Consentimiento Informado**

Nombre del Investigador Gabriela Vásquez

Firma del Investigador Gabriela Vásquez

**Ha sido proporcionada al participante una copia de este documento de
Consentimiento Informado**

Consentimiento para el representante

Yo _____ representante legal del estudiante he leído con exactitud y autorizo la participación voluntaria del estudiante. Solicitamos llenar sus datos y firma a continuación:

Curso: _____

Paralelo: _____

Nombre del estudiante: _____

Firma del representante: _____

Fecha Día/mes/año

He sido testigo de la lectura exacta del documento de consentimiento informado para el potencial participante y el individuo ha tenido la oportunidad de hacer preguntas. Confirmando que el individuo ha dado consentimiento libremente.

Nombre del Investigador Paula Barrezueta

Firma del Investigador Paula Barrezueta

Fecha Día/mes/año

Ha sido proporcionada al participante una copia de este documento de Consentimiento Informado

Nombre del Investigador Gabriela Vásquez

Firma del Investigador Gabriela Vásquez

Fecha Día/mes/año

Ha sido proporcionada al participante una copia de este documento de Consentimiento Informado

Atentamente:

Rectora de la institución

Anexo Nro. 2

Inventario Emocional Bar-On ICE NA Versión completa adaptada por Nelly Ugarriza

INVENTARIO EMOCIONAL BarOn ICE: NA - COMPLETA

Adaptado por
Nelly Ugarriza Chávez
Liz Pajares Del Aguila



INSTRUCCIONES

Lee cada oración y elige la respuesta que mejor te describe, hay cuatro posibles respuestas:

1. **Muy rara vez**
2. **Rara vez**
3. **A menudo**
4. **Muy a menudo**

Dinos cómo te sientes, piensas o actúas **LA MAYOR PARTE DEL TIEMPO EN LA MAYORÍA DE LUGARES**. Elige una, y sólo UNA respuesta para cada oración y coloca un ASPA sobre el número que corresponde a tu respuesta. Por ejemplo, si tu respuesta es "Rara vez", haz un ASPA sobre el número 2 en la misma línea de la oración. Esto no es un examen; no existen respuestas buenas o malas. Por favor haz un ASPA en la respuesta de cada oración.

		Muy rara vez	Rara vez	A menudo	Muy a menudo
1.	Me gusta divertirme.	1	2	3	4
2.	Soy muy bueno (a) para comprender cómo la gente se siente.	1	2	3	4
3.	Puedo mantener la calma cuando estoy molesto.	1	2	3	4
4.	Soy feliz.	1	2	3	4
5.	Me importa lo que les sucede a las personas.	1	2	3	4
6.	Me es difícil controlar mi cólera.	1	2	3	4
7.	Es fácil decirle a la gente cómo me siento.	1	2	3	4
8.	Me gustan todas las personas que conozco.	1	2	3	4
9.	Me siento seguro (a) de mi mismo (a).	1	2	3	4
10.	Sé cómo se sienten las personas.	1	2	3	4
11.	Sé como mantenerme tranquilo (a).	1	2	3	4
12.	Intento usar diferentes formas de responder las preguntas difíciles.	1	2	3	4
13.	Pienso que las cosas que hago salen bien.	1	2	3	4
14.	Soy capaz de respetar a los demás.	1	2	3	4
15.	Me molesto demasiado de cualquier cosa.	1	2	3	4
16.	Es fácil para mí comprender las cosas nuevas.	1	2	3	4
17.	Puedo hablar fácilmente sobre mis sentimientos.	1	2	3	4
18.	Pienso bien de todas las personas.	1	2	3	4
19.	Espero lo mejor.	1	2	3	4

		Muy rara vez	Rara vez	A menudo	Muy a menudo
24.	Intento no herir los sentimientos de las personas.	1	2	3	4
25.	No me doy por vencido (a) ante un problema hasta que lo resuelvo.	1	2	3	4
26.	Tengo mal genio.	1	2	3	4
27.	Nada me molesta.	1	2	3	4
28.	Es difícil hablar sobre mis sentimientos más íntimos.	1	2	3	4
29.	Sé que las cosas saldrán bien.	1	2	3	4
30.	Puedo dar buenas respuestas a preguntas difíciles.	1	2	3	4
31.	Puedo fácilmente describir mis sentimientos.	1	2	3	4
32.	Sé cómo divertirme.	1	2	3	4
33.	Debo decir siempre la verdad.	1	2	3	4
34.	Puedo tener muchas maneras de responder una pregunta difícil, cuando yo quiero.	1	2	3	4
35.	Me molesto fácilmente.	1	2	3	4
36.	Me agrada hacer cosas para los demás.	1	2	3	4
37.	No me siento muy feliz.	1	2	3	4
38.	Puedo usar fácilmente diferentes modos de resolver los problemas.	1	2	3	4
39.	Demoro en molestarme.	1	2	3	4
40.	Me siento bien conmigo mismo (a).	1	2	3	4
41.	Hago amigos fácilmente.	1	2	3	4
42.	Pienso que soy el (la) mejor en todo lo que hago.	1	2	3	4
43.	Para mí es fácil decirle a las personas cómo me siento.	1	2	3	4
44.	Cuando respondo preguntas difíciles trato de pensar en muchas soluciones.	1	2	3	4
45.	Me siento mal cuando las personas son heridas en sus sentimientos.	1	2	3	4
46.	Cuando estoy molesto (a) con alguien, me siento molesto (a) por mucho tiempo.	1	2	3	4
47.	Me siento feliz con la clase de persona que soy.	1	2	3	4
48.	Soy bueno (a) resolviendo problemas.	1	2	3	4
49.	Par mí es difícil esperar mi turno.	1	2	3	4
50.	Me divierte las cosas que hago.	1	2	3	4
51.	Me agradan mis amigos.	1	2	3	4
52.	No tengo días malos.	1	2	3	4
53.	Me es difícil decirle a los demás mis sentimientos.	1	2	3	4
54.	Me disgusto fácilmente.	1	2	3	4
55.	Puedo darme cuenta cuando mi amigo se siente triste.	1	2	3	4
56.	Me gusta mi cuerpo.	1	2	3	4
57.	Aún cuando las cosas sean difíciles, no me doy por vencido.	1	2	3	4

Anexo Nro. 3

Calificación computarizada del inventario de Bar-On ICE NA. Adaptado por Nelly Ugariza.

DATOS PERSONALES

Nombre:	
Sexo:	Femenino
Edad:	12
Fecha:	20/10/2016
Grado:	1
Colegio:	EL TAP "Manuel Piel Jirón"

INSTRUCCIONES

En el Cuadro P. Directo, escriba el puntaje que VE considere se acerca a su modo de pensar. Escríbelo en el espacio indicado.

Puntaje 5: Si la frase coincide **MUY MUY A VEZ**
 Puntaje 4: Si la frase coincide **MUY A VEZ**
 Puntaje 3: Si la frase coincide **A MENUDO**
 Puntaje 2: Si la frase coincide **MUY A MENUDO**
 Puntaje 1: Si la frase coincide **MUY A MENUDO**

PUNTAJE DIRECTO

INTRAPERSONAL	12	12
INTERPERSONAL	22	22
MANEJO DEL ESTRÉS	26	26
ADAPTABILIDAD	22	22
ÁNIMO GENERAL	49	49
IMPRESIÓN POSITIVA	12	12
TOTAL	134	134

ÍNDICE DE INCONSISTENCIA

4	1	1	2	2	1	3	2	2	2
4	2	1	1	1	1	3	2	4	1
1	1	1	1	1	1	1	2	2	1

PUNTAJE FINAL

INTRAPERSONAL	12
INTERPERSONAL	22
MANEJO DEL ESTRÉS	26
ADAPTABILIDAD	22
ÁNIMO GENERAL	49
IMPRESIÓN POSITIVA	12

INSTRUCCIONES

En el Cuadro P. Directo, escriba el puntaje que VE considere se acerca a su modo de pensar. Escríbelo en el espacio indicado.

Puntaje 5: Si la frase coincide **MUY MUY A VEZ**
 Puntaje 4: Si la frase coincide **MUY A VEZ**
 Puntaje 3: Si la frase coincide **A MENUDO**
 Puntaje 2: Si la frase coincide **MUY A MENUDO**
 Puntaje 1: Si la frase coincide **MUY A MENUDO**

Ítems del Inventario:

Ítem	1	2	3	4	5
1. Me gusta divertirme.	3	3			
2. Soy más tranquilo/a para comprender a otro/a que le gusta ser serio/a.	2	2			
3. Puedo mantener la calma cuando estoy nervioso/a.	1	1			
4. Soy feliz.	4	4			
5. Me importa lo que les sucede a las personas.	2	2			
6. Me es difícil controlar mi conducta.	1	4			
7. Es fácil decir a la gente cómo me siento.	1	1			
8. Me gustan todas las personas que conozco.	2	2			
9. Me siento seguro/a de mi trabajo/a.	4	4			
10. De cómo se venían las personas.	1	1			
11. De cómo manteniéme tranquilo/a.	2	2			
12. Intento usar diferentes formas de responder las preguntas difíciles.	4	4			
13. Fiero que los cosas que hago saben bien.	2	2			
14. Soy capaz de esperar a los demás.	3	3			
15. Me molesto demasiado de cualquier cosa.	2	3			
16. Es fácil para mí comprender a los que me van mal.	4	4			
17. Puedo hablar fácilmente sobre mis sentimientos.	2	2			
18. Fiero que los cosas que hago saben bien.	2	2			
19. Me gusta estar en compañía.	4	4			
20. Me gusta con la gente.	4	4			
21. Puedo comprender a las personas que se sienten diferentes.	4	4			
22. Me gusta estar con la gente.	4	4			
23. Me gusta estar con la gente.	4	4			
24. Me gusta estar con la gente.	4	4			
25. Me gusta estar con la gente.	4	4			
26. Me gusta estar con la gente.	4	4			
27. Me gusta estar con la gente.	4	4			
28. Me gusta estar con la gente.	4	4			
29. Me gusta estar con la gente.	4	4			
30. Me gusta estar con la gente.	4	4			
31. Me gusta estar con la gente.	4	4			
32. Me gusta estar con la gente.	4	4			
33. Me gusta estar con la gente.	4	4			
34. Me gusta estar con la gente.	4	4			
35. Me gusta estar con la gente.	4	4			
36. Me gusta estar con la gente.	4	4			
37. Me gusta estar con la gente.	4	4			
38. Me gusta estar con la gente.	4	4			
39. Me gusta estar con la gente.	4	4			
40. Me gusta estar con la gente.	4	4			
41. Me gusta estar con la gente.	4	4			
42. Me gusta estar con la gente.	4	4			
43. Me gusta estar con la gente.	4	4			
44. Me gusta estar con la gente.	4	4			

Anexo Nro. 4

Explicación del inventario de Bar-On mediante la plataforma Google MEET.

9:13 | wmy-tkma-rfo

9:08 | wmy-tkma-rfo

Anexo Nro. 5

Aplicación del inventario de Bar-On ICE NA mediante Google Forms.

Universidad del Azuay

CUESTIONARIO SOBRE INTELIGENCIA EMOCIONAL

Lee cada oración y elige la respuesta que mejor te describa, hay cuatro posibles respuestas:

1. Muy rara vez
2. Rara vez
3. A menudo
4. Muy a menudo

Dinos como te sientes, piensas o actúas LA MAYOR PARTE DEL TIEMPO, EN LA MAYORÍA DE LUGARES. Elige una y sola una respuesta para cada oración.

Nombres y Apellidos

Tu respuesta _____

Edad

Tu respuesta _____

1) Me gusta divertirme.

Muy rara vez

Rara vez

A menudo

Muy a menudo

2) Soy muy bueno (a) para comprender cómo la gente se siente.

Muy rara vez

Rara vez

A menudo

Muy a menudo

3) Puedo mantener la calma cuando estoy molesto.

Muy rara vez

Rara vez

Anexo Nro. 6

Psicoeducación a los estudiantes sobre la inteligencia emocional, donde se brinda el taller mediante la plataforma Google MEET.

The image displays two screenshots of a Google Meet video conference. The top screenshot shows a grid of participants including Arianna Anahi Ponliza C..., Melanie Samantha Muñoz..., Gabriela Vásquez, Glenda Patricia García Ma..., Mariana Concepción Zam..., Lindsay Ivanna Rivera García, Karla Nicole Cevallos Aguayo, and 'Tú'. The bottom screenshot shows a similar grid with participants like María Gracia Murillo Erazo, María Altamirano, Glenda Patricia García Martillo, Mariana Concepción Zambrana..., Annie Melissa Mero Ponce, Sofía Alejandra Quishpe García, Anabella Mielles Laurens, and 'Tú'. A 'Mensajes de la llamada' (Call Messages) panel is open on the right, listing messages from participants like Emily Amandie Moreira Saldarregga, Samanta María Arauz Cargaitongo, Ashley Zuleyka Mendoza Delgado, Dana Antonela Cedeño Andrade, and Gyneth Tamara Santos Solórzano.

Anexo Nro. 7

Plataformas interactivas que sirven para la interacción participativa de cada estudiante durante el taller.