



UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

**ESCUELA DE POSGRADO
PROGRAMA ACADÉMICO DE MAESTRÍA EN
INTERVENCIÓN PSICOLÓGICA**

Programa de inteligencia emocional en la resiliencia de mujeres
víctimas de violencia conyugal de un centro de salud – Sechura

TESIS PARA OBTENER EL GRADO ACADEMICO DE:
Maestro en Intervención Psicológica

AUTOR:

Paiva Saavedra, Wilson Enrique (orcid.org/0009-0005-7352-140X)

ASESORAS:

Dra. García Flores, Lizzeth Aimée (orcid.org/0000-0002-1975-2582)

Dra. Martínez Asmad, Giovanini María (orcid.org/0000-0002-3151-2557)

LÍNEA DE INVESTIGACIÓN:

Modelos de Intervención Psicológica

LÍNEA DE RESPONSABILIDAD SOCIAL UNIVERSITARIA:

Apoyo a la reducción de brechas y carencias en la educación en todos sus niveles

TRUJILLO – PERÚ

2024



**ESCUELA DE POSGRADO
PROGRAMA ACADÉMICO DE MAESTRÍA EN INTERVENCIÓN PSICOLÓGICA**

Declaratoria de Autenticidad del Asesor

Yo, GARCÍA FLORES LIZZETH AIMÉE, docente de la ESCUELA DE POSGRADO MAESTRÍA EN INTERVENCIÓN PSICOLÓGICA de la UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO SAC - TRUJILLO, asesor de Tesis titulada: "Programa de inteligencia emocional en la resiliencia de mujeres víctimas de violencia conyugal de un centro de salud – Sechura.", cuyo autor es PAIVA SAAVEDRA WILSON ENRIQUE, constato que la investigación tiene un índice de similitud de 17%, verificable en el reporte de originalidad del programa Turnitin, el cual ha sido realizado sin filtros, ni exclusiones.

He revisado dicho reporte y concluyo que cada una de las coincidencias detectadas no constituyen plagio. A mi leal saber y entender la Tesis cumple con todas las normas para el uso de citas y referencias establecidas por la Universidad César Vallejo.

En tal sentido, asumo la responsabilidad que corresponda ante cualquier falsedad, ocultamiento u omisión tanto de los documentos como de información aportada, por lo cual me someto a lo dispuesto en las normas académicas vigentes de la Universidad César Vallejo.

TRUJILLO, 07 de Julio del 2024

Apellidos y Nombres del Asesor:	Firma
GARCÍA FLORES LIZZETH AIMÉE DNI: 43015623 ORCID: 0000-0002-1975-2582	Firmado electrónicamente por: LGARCIAFL19 el 30- 07-2024 14:28:42

Código documento Trilce: TRI - 0801025



Declaratoria de Originalidad del Autor

Yo, PAIVA SAAVEDRA WILSON ENRIQUE estudiante de la ESCUELA DE POSGRADO MAESTRÍA EN INTERVENCIÓN PSICOLÓGICA de la UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO SAC - TRUJILLO, declaro bajo juramento que todos los datos e información que acompaña la Tesis titulada: "Programa de inteligencia emocional en la resiliencia de mujeres víctimas de violencia conyugal de un centro de salud – Sechura.", es de mi autoría, por lo tanto, declaro que la Tesis:

1. No ha sido plagiada ni total, ni parcialmente.
2. He mencionado todas las fuentes empleadas, identificando correctamente toda cita textual o de paráfrasis proveniente de otras fuentes.
3. No ha sido publicada, ni presentada anteriormente para la obtención de otro grado académico o título profesional.
4. Los datos presentados en los resultados no han sido falseados, ni duplicados, ni copiados.

En tal sentido asumo la responsabilidad que corresponda ante cualquier falsedad, ocultamiento u omisión tanto de los documentos como de la información aportada, por lo cual me someto a lo dispuesto en las normas académicas vigentes de la Universidad César Vallejo.

Nombres y Apellidos	Firma
WILSON ENRIQUE PAIVA SAAVEDRA DNI: 73126059 ORCID: 0009-0005-7352-140X	Firmado electrónicamente por: WEPAlVAS el 07-07- 2024 18:20:42

Código documento Trilce: TRI - 0801036

Dedicatoria

A todos aquellos, que desean lograr sus proyectos, que nada los detenga.

Agradecimiento

A mis padres, ellos me brindaron toda mi educación, a mi esposa e hija.

Índice de contenidos

Carátula	i
Declaratoria de autenticidad de asesora	ii
Declaratoria de originalidad de autor	iii
Dedicatoria.....	iv
Agradecimiento.....	v
Índice de contenidos	vi
Índice de tablas.....	vii
Resumen	viii
Abstract	ix
I. INTRODUCCIÓN.....	1
II. METODOLOGÍA.....	12
III. RESULTADOS	16
IV. DISCUSIÓN	21
V. CONCLUSIONES.....	26
VI. RECOMENDACIONES.....	27
REFERENCIAS	28
ANEXOS.....	32

Índice de tablas

Tabla 1	Eficacia del programa de inteligencia emocional en la resiliencia ...	16
Tabla 2	Niveles de las dimensiones de la resiliencia en relación a casos totales en pretest	17
Tabla 3	Niveles de las dimensiones de la resiliencia en relación a casos totales en post test.....	18
Tabla 4	Diferencias de la resiliencia y niveles de las dimensiones en el pretest y posttest.....	19

Resumen

Este estudio científico tuvo como objetivo determinar la eficacia de un programa de inteligencia emocional en la resiliencia de mujeres víctimas de violencia conyugal en el centro de salud de Sechura, alineándose con el 5to Objetivo de Desarrollo Sostenible (ODS), que busca lograr la igualdad de género y empoderar a todas las mujeres y niñas. Es de naturaleza aplicada, con un enfoque cuantitativo, y pertenece a un diseño cuasi experimental con pretest y posttest, trabajándose con una población de 48 mujeres víctimas de violencia conyugal. Los datos fueron recabados a través del instrumento Escala de Resiliencia de Wagnild y Young, cuya confiabilidad es alta, con un valor registrado de 0.89, y procesados a través de Excel y SPSS v29. En relación a los datos, se utilizó la prueba no paramétrica de los rangos con signo de Wilcoxon para muestras relacionadas. Finalmente, se evidenció que el programa de inteligencia emocional posee significativa eficacia en la resiliencia de mujeres víctimas de violencia conyugal, encontrándose un valor de $4.261 > 1.96$, y es significativa por $p\text{-valor } 0.001 < 0.05$, lo que indica que hay influencia significativa de la variable independiente sobre la variable dependiente.

Palabras clave: Inteligencia emocional, resiliencia, mujeres.

Abstract

This scientific study aimed to determine the effectiveness of an emotional intelligence program on the resilience of women victims of spousal violence at the Sechura health center, aligning with the 5th Sustainable Development Goal (SDG), which seeks to achieve gender equality and empower all women and girls. It is applied in nature, with a quantitative approach, and belongs to a quasi-experimental design with pretest and posttest, working with a population of 48 women victims of spousal violence. The data were collected through the Wagnild and Young Resilience Scale, which has high reliability, with a recorded value of 0.89, and processed using Excel and SPSS v29. Regarding the data, the non-parametric Wilcoxon signed-rank test for related samples was used. Finally, it was evidenced that the emotional intelligence program has significant effectiveness on the resilience of women victims of spousal violence, with a value of $4.261 > 1.96$, and is significant by p-value $0.001 < 0.05$, indicating that there is a significant influence of the independent variable on the dependent variable.

Keywords: Emotional intelligence, resilience, women.

I. INTRODUCCIÓN

En la sociedad actual, el bienestar emocional y la capacidad de adaptación se han convertido en aspectos cruciales para enfrentar los desafíos y demandas del entorno en constante cambio. En este contexto, la inteligencia emocional y la resiliencia surgen como dos fundamentos elementales que están directamente relacionados con la forma en que las personas afrontan y superan las adversidades. A pesar de la investigación independiente, de la inteligencia emocional y la resiliencia, emergen pruebas crecientes que apuntan a una íntima conexión entre ambos constructos.

Estas variables se presentan como una opción para abordar una problemática social profundamente arraigada en Latinoamérica. Como ilustración, en el año 2022, Ecuador reportó, 81 casos de feminicidios (Ministerio de la mujer y derechos humanos, 2024) y la Asociación Latinoamericana para el Desarrollo Alternativo (ALDEA) reportó 272 casos, catalogando “el país entre los más violentos de la región” (Asociación Latinoamericana para el Desarrollo Alternativo, 2022). Bolivia, reportó 94 feminicidios, ese mismo año, teniendo identificados más del 80% de los victimarios, quienes podrían purgar una sentencia de hasta 30 años de prisión (Ministerio Público de Bolivia, 2023). Colombia registró 614 casos de feminicidio, 47 771 casos de mujeres victimizadas por familiares (pareja), representando un aumento de 7 713 casos en comparación al año anterior (Procuraduría General de la Nación, 2023).

A nivel nacional, el Instituto Nacional de Estadística e Informática (2022) manifestó que, ese mismo año, las cifras de personas afectadas por la violencia familiar, ascendieron a 154 mil. Y se registraron 147 feminicidios, representando al menos 3 fallecimientos violentos de mujeres cada semana. Y en el periodo del 2015 hasta el 2022, llegaron a 1045 las víctimas. De ellas, el 71,4% de casos fueron perpetrados por la pareja o expareja, el 38,8% sucedieron en el hogar de la víctima, el 23,1%, se ejecutó través de estrangulamiento, asfixia o ahogamiento y según el INEI la principal causa de feminicidio es “celos”. Estas cifras son alarmantes y evidencian la seriedad y severidad de la violencia conyugal en Perú. Existe la posibilidad de que muchos casos de violencia conyugal no sean denunciados debido al temor, la

vergüenza o la dependencia económica, lo que implica que las reales cifras podrían ser aún más altas.

La provincia de Sechura no es ajena a esta realidad, son evidentes los múltiples documentos de derivación por parte del poder judicial, que ingresan día con día, para que quienes han sido denunciados y denunciados, reciban psicoterapia durante 6 meses por casos de violencia conyugal.

Esta alarmante realidad, acaecida en toda nuestra región, es la que motiva investigar una posible intervención tan necesaria que se alinee con el 5to Objetivo de Desarrollo Sostenible (ODS) que busca obtener la igualdad de género y consolidar a todas las mujeres y niñas, promoviendo su bienestar y autonomía al recuperar el control sobre sus vidas y tomar decisiones. Esto reduce la dependencia a sus parejas agresoras y puedan salir del ciclo de violencia, cambiando las normas sociales y culturales que perpetúan la desigualdad de género.

Es allí, que nace el interés por desarrollar un programa psicológico, planteándose la interrogante de investigación. ¿Cuál es la eficacia de un programa de inteligencia emocional en la resiliencia de mujeres víctimas de violencia conyugal de un centro de salud – Sechura?

Esta investigación se justificó desde el plano teórico, aunque cada uno de estos fenómenos ha sido ampliamente estudiado de manera independiente, no hay programas psicológicos realizados que aborden las variables juntas, en poblaciones de mujeres en contexto de violencia conyugal, promoviendo el interés teórico en la inteligencia emocional y su relación con la resiliencia. Así mismo, se justificó en la práctica, porque pretende ayudar en la disminución de la violencia, pues las mujeres adquirirán un amplio repertorio de habilidades y destrezas personales, para adaptarse y afrontar de manera efectiva las presiones del entorno en el que están inmersas, tal como lo indica Ugarriza (2001). Y en el plano metodológico, esta indagación muestra estrictos procesos científicos para llevar a cabo el programa, pudiendo ser utilizado para próximos estudios relacionados con este tema. Así mismo, se propone extender la implementación de este programa a otros centros de salud locales, que manifiesten la necesidad de incorporar esta valiosa iniciativa y

contribuir a la reducción de problemas psicosociales y hacer frente a la violencia en todas sus expresiones.

El fin general de este estudio es determinar la eficacia de un programa de inteligencia emocional en la resiliencia de mujeres víctimas de violencia conyugal en el centro de salud - Sechura. Al mismo tiempo, se proponen los siguientes objetivos específicos: evaluar el nivel y las dimensiones de resiliencia en las féminas víctimas antes de implementar el programa de inteligencia emocional. Evaluar el nivel y las dimensiones de resiliencia en las féminas víctimas de violencia conyugal después de la implementación del programa de inteligencia emocional y finalmente analizar las diferencias en los niveles de resiliencia y sus dimensiones antes y después de la implementación del programa de inteligencia emocional.

En el contexto de este estudio, se toman en cuenta las investigaciones previas llevadas a cabo: Giordano (2022) tuvo como fin analizar la eficacia del programa "Tutor de Resiliencia" sobre los síntomas relacionados con el trauma de los beneficiarios y las interacciones madre-hijo en un grupo de niños expuestos al maltrato. De diseño cuasi- experimental, con un grupo de control (N = 88; edad media = 10,76; DE = 2,57), las exámenes se realizaron al inicio y después de la ejecución. Mostrándose mejoras significativas para la mayoría de los indicadores del trauma (Estrés postraumático, ira, ansiedad y disociación, pero no depresión) así como mejoras adicionales en la ansiedad y la disociación para el grupo de intervención cuando las madres estaban involucradas. Las interacciones también mejoraron con el tiempo, al igual que sus síntomas generales de trauma y angustia. Los hallazgos apoyan la efectividad de los TdR, especialmente cuando involucran a las madres.

Lau (2024) examinó los factores de la inteligencia emocional rasgo y la resiliencia basándose en el enfoque de modelado de ecuaciones estructurales. El diseño empleado es exploratorio cuantitativo; con una población de 300 estudiantes de enfermería en pregrado. La escala breve de resiliencia y el cuestionario de inteligencia emocional de rasgos fueron utilizados para examinar las relaciones entre el rasgo de la inteligencia emocional y la resiliencia. Los análisis de datos se realizaron utilizando SPSS y AMOS software. Dicha investigación indicó que hubo

asociaciones entre las puntuaciones de autocontrol, sociabilidad y emocionalidad con las puntuaciones de bienestar. Los hallazgos proponen que la inteligencia emocional está asociada a la resiliencia.

Luis-de Cos et al. (2024) evaluó el impacto de un programa de educación física emocional en la inteligencia emocional de estudiantes universitarios que se están formando como futuros docentes. Participaron 104 estudiantes universitarios del País Vasco, divididos en 58 mujeres y 46 hombres. Se empleó un diseño cuasiexperimental con medidas repetidas pretest-postest y un grupo de control. Para evaluar la Inteligencia Emocional (IE) se utilizó la escala Trait Meta-Mood Scale (TMMS-24). Se realizó un análisis de covarianza (ANCOVA). Los resultados revelaron que los valores del pre y post poseen diferencias significativas en el grupo experimental en comparación con el grupo de control, específicamente en la dimensión de Claridad Emocional. Este estudio demuestra que el programa de educación física emocional es eficaz para mejorar la IE y sugiere la necesidad de realizar intervenciones destinadas a desarrollar la inteligencia emocional en estudiantes universitarios.

Este estudio se propuso diseñar e implementar un curso avanzado de formación en inteligencia emocional con una duración de 30 horas. La muestra incluyó a 651 estudiantes de educación superior de tres países: España (n=193), Moldavia (n=302) y Argentina (n=156). Los resultados indicaron una mejora significativa en todas las habilidades emocionales evaluadas, afirmando la efectividad del programa de intervención, independientemente del país o cultura en el que se realizó y de las escuelas universitarias de los participantes. La factibilidad de colaborar en grupo para solucionar casos de estudio, aprender de manera autónoma y el uso de una plataforma de e-learning hacen del programa una herramienta única y efectiva para optimizar las competencias emocionales. Se discuten las implicaciones de estos resultados para la implementación de programas de Inteligencia Emocional en la Educación Superior (Gilar et.al, 2019).

Gilar et al. (2019) evaluaron la intervención destinada a fomentar la inteligencia emocional (IE) en estudiantes de educación superior. Se realizaron ocho sesiones grupales llevadas a cabo dentro de un curso regular, con el propósito de incrementar

la IE. Las sesiones abordaron estrategias y entrenamiento para percibir y entender las propias emociones y las de los demás, identificar y comprender cómo los sentimientos propios influyen en la toma de decisiones, expresar las propias emociones y el estrés experimentado, y gestionar tanto las emociones propias como las ajenas. 192 estudiantes de un Máster en Educación Primaria participaron, utilizándose un diseño cuasi experimental de pretest-post test con grupo control no equivalente, evaluándose la eficacia del programa, mediante análisis multinivel. Los hallazgos indicaron una mejora significativa en la IE del grupo experimental en comparación con el grupo de control. Este estudio indica que se puede desarrollar la IE en estudiantes de educación superior, mayores de edad, adultos, sin afectar la adquisición de competencias específicas ni interferir en su rendimiento académico, y sin imponer una carga adicional de trabajo fuera del aula.

Falla (2021) tuvo como objetivo diseñar y desarrollar un programa de inteligencia emocional que ayude a los estudiantes de educación secundaria de la Institución Educativa N° 14791 de Cieneguillo Norte en la provincia de Sullana a mejorar su resiliencia. Se utilizó un enfoque cuantitativo y un diseño descriptivo propositivo para su desarrollo, con una muestra de 102 estudiantes del primer y segundo grado de educación secundaria del año escolar 2021. Se emplearon, la escala de resiliencia adaptada de Gómez (2019) y la escala de rasgo de metaconocimiento emocional adaptada de Fernández-Berrocal et al. (2004). Se encontró que el nivel de resiliencia de los estudiantes es predominantemente bajo (46,1%), con una tendencia hacia el nivel medio (29,4); por dimensiones, los porcentajes más altos también corresponden al nivel bajo: confianza (44,1%), satisfacción personal (45,1%), sentirse bien (48,0%), competencia personal (50,0%) y aceptación de sí mismo (47,1%). Además, se confirmó que el nivel deficiente predomina (46,1%) en la medición de inteligencia emocional, y también hubo una deficiencia en las dimensiones de atención emocional (45,1%) y claridad emocional (49,0%). Se corroboró que la resiliencia de los estudiantes está fuertemente relacionada con la inteligencia emocional. En conclusión, se distingue que tanto la resiliencia como la inteligencia emocional son un problema para muchos estudiantes porque no pueden reconocer y manejar sus emociones de manera adecuada, lo que reduce su capacidad para enfrentar y superar las dificultades.

En cuanto Inteligencia emocional o IE, se presentaron los siguientes aportes teóricos: Bar-On (1997) caracteriza la IE como una gama de competencias individuales que facilitan la adaptación y afrontamiento ante las exigencias del entorno. Este tipo de inteligencia no cognitiva desempeña una función esencial en el logro del éxito y el bienestar emocional. Basándose en esta premisa, Bar-On (1997) elabora el Inventario de Cociente Emocional (I-CE), que se basa en un marco conceptual específico. Asimismo, la inteligencia emocional y social se compone de cinco elementos principales. El primero, llamado componente Intrapersonal (CIA), que aborda la virtuosidad de comprender nuestras emociones y sentimientos, expresarlos de manera asertiva y tener una buena imagen de uno mismo (Jamba et al., 2021). El segundo, denominado componente Interpersonal (CIE), abarca la empatía hacia los demás, la habilidad para establecer relaciones satisfactorias y ser responsable en el ámbito social. El tercero, es la Adaptabilidad (CAD), que involucra la capacidad para resolver problemas, evaluar la realidad y ajustarse a cambios (Del Valle et al., 2010). El cuarto componente es el Manejo del estrés (CME), que se refiere a tolerar el estrés y a controlar los impulsos. Y el quinto componente, es el estado de ánimo general (CAG) que engloba la felicidad y el optimismo (Mishar & Bangun, 2014).

Otro teórico reconocido es Goleman (1995), cuyo análisis profundiza en la primacía de la inteligencia emocional (IE) sobre el coeficiente intelectual en los ámbitos personal y profesional. Este investigador fundamenta su argumento en cuatro puntos cardinales, siendo el primero la autoconciencia emocional, un concepto que destaca la relevancia de elevar la conciencia sobre las propias emociones, reconocerlas de manera lúcida y comprender con profundidad cómo inciden en diversos aspectos de la experiencia humana. Permite tener un control mayor sobre nuestras reacciones y tomar decisiones más conscientes. Autorregulación emocional: que implica la habilidad de saber manejar y regular las emociones de forma constructiva (Neubauer & Freudenthaler, 2005). Esto permite controlar los impulsos, canalizar adecuadamente las emociones negativas y adaptar la respuesta emocional según el contexto. Empatía: entendida como la aptitud para comprender y reaccionar compasivamente ante las emociones de los demás. Este atributo posibilita establecer conexiones más profundas, fortalecer relaciones interpersonales y fomentar un entorno de respaldo mutuo (Fernández & Extremera, 2006). Habilidades

sociales: como la comunicación asertiva, el resolver conflictos y la negociación, que permitirán interactuar de manera más positiva y constructiva con los demás, promoviendo relaciones saludables y productivas.

Bradberry y Greaves (2009) propusieron estrategias prácticas y herramientas para desarrollar la IE y mejorar las habilidades en sociedad. Consideran fundamental, realizar una autoevaluación honesta de las fortalezas y debilidades emocionales. Esto implica identificar las áreas en las que se puede mejorar y establecer metas claras para lograr el crecimiento personal. Las estrategias de gestión emocional, incluye herramientas como la identificación de las emociones, la respiración consciente, la gestión del estrés y la práctica de la gratitud, entre otras. Por su parte, el desarrollo de habilidades sociales propone técnicas para mejorar la comunicación, la empatía, la escucha activa y la capacidad de mantener y establecer relaciones saludables (Stichler, 2006). También se ofrecen consejos para manejar los conflictos y construir un entorno de trabajo colaborativo. El Feedback y aprendizaje continuo, incluye el solicitar y dar retroalimentación constructiva y necesaria, así como aprender de los errores y convertirlos en oportunidades de desarrollo. Y finalmente, un Plan de acción (personalizado) que incluye objetivos claros, actividades prácticas y un seguimiento regular para evaluar el progreso y realizar ajustes necesarios (Bradberry & Greaves, 2009).

Se suma el investigador Davidson (2012), reconocido neurocientífico, experto en el estudio de las emociones, quien exploró la relación entre la actividad cerebral y las emociones, incluyendo aspectos relevantes para la IE. Davidson aborda la cuestión de la plasticidad cerebral, concebida como la notable capacidad del cerebro para modificar su estructura y funcionamiento con el propósito de adaptarse a las diversas vicisitudes de la vida cotidiana. Sostiene la premisa de que el entrenamiento mental y emocional tiene el potencial de inducir alteraciones en la estructura y función cerebral, facilitando así el desarrollo de competencias asociadas con la inteligencia emocional (IE). Con precisión, propone que la IE involucra la habilidad de discernir y gestionar eficazmente las propias emociones, fomentando, de este modo, un equilibrio emocional saludable. Asegura que la práctica sistemática de técnicas específicas puede fortalecer los circuitos cerebrales vinculados a la regulación emocional y el bienestar general.

Un punto importante son las conexiones sociales y emocionales, pues son estas interacciones con otras personas las que impactan en las emociones y pueden desarrollar las habilidades sociales para contribuir a un mayor bienestar emocional (Rajasekhar & Vijayasree, 2012).

El programa 'Viviendo sin Violencia', de funcionamiento en múltiples naciones, está orientado hacia la prevención de la violencia en el ámbito de las relaciones de pareja y la fomentación de uniones saludables. Proporciona sesiones formativas y recursos que tocan aspectos de la IE y el fortalecimiento de aptitudes comunicativas.

Entre los autores de resiliencia se toman los aportes de Wagnild y Young (1993), quienes manifestaron que la resiliencia puede ser descrita como una cualidad de la personalidad que mitiga los negativos efectos del estrés y genera adaptación. En otras palabras, puede ser entendida como la valentía y adaptabilidad que una persona demuestra ante las adversidades de la vida. Este concepto puede complementarse con la perspectiva presentada por Codinfa (2002), quien sostiene que la resiliencia es una competencia cognitiva, emocional y sociocultural que las personas desarrollan para enfrentar, reconocer y transformar de manera constructiva situaciones que causan sufrimiento o daño, amenazando su desarrollo.

Wagnild y Young (1993) también sostuvieron que los individuos deben potenciar un conjunto de atributos para poder solucionar los problemas cotidianos. Según estos autores, las personas resilientes muestran conductas de adaptación. Además, Druss y Douglas (1988, citado en Wagnild y Young, 1993), fueron aquellos que sostuvieron la perspectiva de que los resilientes cultivan una visión optimista y valiente frente a eventos como discapacidad congénita, el fallecimiento y otros eventos que conllevan riesgos para sus vidas.

La resiliencia, según Masten (2014) es la capacidad dinámica de enfrentar, adaptarse y recuperarse de desafíos y adversidades en la vida. Este proceso no se limita a un rasgo estático, sino que se puede desarrollar y fortalecer a lo largo del tiempo, manifestándose con factores internos (habilidades cognitivas y emocionales) y externos (apoyo social, modelos a seguir y oportunidades de aprendizaje). Destaca que la resiliencia se desarrolla en contextos sociales y

culturales específicos, implicando la capacidad de mantener una actitud positiva ante los obstáculos, aprender de experiencias adversas y desarrollar estrategias para enfrentar futuras dificultades. Diversas investigaciones respaldan su asociación con una mejor salud mental, mayor satisfacción con la vida y una mayor capacidad para manejar el estrés.

También examina cómo los sistemas familiares, escolares y comunitarios pueden influir en el desarrollo de la resiliencia, brindando apoyo y oportunidades para el crecimiento y la superación de adversidades. En relación con el “proceso de desarrollo”, la autora explora cómo la resiliencia se desarrolla en el transcurso del ciclo vital a partir de la infancia hasta la edad adulta. Examina cómo los desafíos y las experiencias adversas pueden brindar oportunidades para generar afrontamiento y fortaleza emocional. Presenta estrategias prácticas y enfoques de intervención que pueden promover la resiliencia en individuos y comunidades. Estos incluyen el fortalecimiento de habilidades sociales y emocionales, la promoción de entornos de apoyo, el fomento de la independencia y la toma de decisiones.

Otro aporte relevante, es el de Aron (2010) quien abordó la resiliencia desde la perspectiva de la autoestima y el amor propio, brindando herramientas para fortalecer la resiliencia emocional. En sus aportes resalta la autovaloración y el amor así mismo, el reconocimiento y la aceptación de la propia valía (independientemente de los estándares), la voz interna, es decir, los mensajes y creencias internas que se comunica el sujeto a sí mismo (que explora cómo esta voz puede afectar la autoestima y limita el potencial) (Wagnild, 2009). Propone técnicas para identificar y transformar los patrones de pensamiento negativos y autocríticos en una voz más compasiva y positiva. Aron (2010) sugirió que la resiliencia y el bienestar emocional se basan en encontrar un equilibrio entre el amor y el poder en la propia vida. El amor se refiere a la conexión con los demás y el cuidado de las relaciones, mientras que el poder, a la capacidad de actuar y tomar decisiones que reflejen los valores y necesidades propias. Propone técnicas y prácticas que ayudan a reconocer y satisfacer necesidades emocionales, como establecer límites saludables, practicar la autocompasión y priorizar el autocuidado (Shahzadi & Khan, 2022).

Así también, Rutter (1987) refirió en relación a los tipos de resiliencia, con enfoques amplios que abordan como los individuos y las comunidades enfrentan y superan la adversidad. En cuanto a la resiliencia individual, se exploró como las características personales, como la auto eficiencia, el optimismo, y las habilidades de enfrentamiento, permiten a las personas manejar el estrés y las dificultades. En relación a la Resiliencia Familiar, se abordó cómo las dinámicas familiares saludables y el apoyo mutuo pueden proteger a los individuos, específicamente a los niños de los efectos negativos del estrés y el trauma. Resiliencia Comunitaria, describió como la capacidad de todo un grupo comunitario para resistir y recuperarse de desastres o crisis, apoyándose en sus recursos sociales y redes de apoyo; las comunidades fuertes y solidarias, brindan un entorno seguro y recursos que ayudan a sus miembros a superar adversidades, desde desastres naturales hasta crisis económicas. Finalmente se mencionó Resiliencia Cultural, donde las culturas con tradiciones de apoyo mutuo y rituales que fomentan la cohesión social y pueden facilitar la resiliencia, permitiendo a sus miembros acceder a un sentido de pertenencia y propósito en tiempos difíciles,

Por otro lado, se tomaron los aportes de Bonanno (2004) cuyo trabajo se centró en como las personas pueden recuperarse de experiencias extremadamente adversas, y ha desarrollado un marco para entender las intervenciones que fomentan la resiliencia. En ese sentido, mencionó que la resiliencia es una respuesta común y natural al trauma, distinta a la creencia de que la mayoría de las personas quedan marcadas permanentemente por eventos traumáticos. Para ello se debe recurrir a la flexibilidad emocional y cognitiva, como componentes claves. Resaltó que, las intervenciones debieron promover la capacidad de adaptarse a diferentes situaciones, ajustar estrategias de afrontamiento, y mantener una perspectiva flexible son esenciales para desarrollar la resiliencia, la terapia centrada en la flexibilidad emocional, donde se compartan técnicas para regular las emociones de manera más eficaz, y la reestructuración cognitiva, que ayuda a las personas a reinterpretar sus experiencias de manera que sean menos estresantes. También promovió el uso de estrategias basadas en evidencias, como la terapia cognitivo conductual, y el entrenamiento en habilidades de afrontamiento, que han demostrado su efectividad para ayudar a las personas a manejar el estrés y recuperarse de traumas.

Para profundizar en la idea de Bonanno, se descubrió que, después de los ataques del 11 de septiembre, la mayoría de las personas en Nueva York no desarrollaron síntomas prolongados de estrés post traumático, y quienes si lo hicieron a menudo se beneficiaron de intervenciones que promovían el afrontamiento flexible y el apoyo social. Sugiriendo este hallazgo, que las intervenciones efectivas no necesitan ser intensivas o prolongadas para ser eficaces, sino que deben estar orientadas a fortalecer la capacidad natural de los individuos a para daptarse.

En lo concerniente a la violencia conyugal, el aporte de Walker delineó este fenómeno como un patrón intrincado de comportamientos abusivos y coercitivos desplegados por uno de los cónyuges con el fin de ejercer un dominio y control sobre la contraparte en la relación de pareja. Además, su contribución se distingue por la valiosa perspectiva otorgada por mujeres que han experimentado la violencia, desentrañando que esta dinámica en una relación de pareja sigue un ciclo que comprende fases de creciente tensión, episodios de violencia explosiva y períodos subsiguientes de reconciliación o relativa calma (Walker, 2017).

Novick (2006), una destacada socióloga argentina especializada en violencia de género proporciona una definición precisa de la violencia conyugal, donde uno de los cónyuges ejerce un poder y control desmedidos sobre el otro mediante tácticas de intimidación, maltrato y coerción. La validez de tales conceptualizaciones ha sido corroborada a través de diversas investigaciones que han abordado estas variables en el contexto de la violencia conyugal. Un ejemplo paradigmático es el Programa Dulce María Sauri (PDMS), que se concentra en ofrecer apoyo a mujeres víctimas de violencia conyugal en México. Abarca no sólo la asistencia psicológica y la orientación legal, sino también sesiones de crecimiento personal que incorporan aspectos relacionados con el desarrollo de habilidades emocionales.

Todo lo antes mencionado, permite hipotetizar, con base en los distintos estudios y aportes científicos que, los efectos de un programa de inteligencia emocional en la resiliencia de mujeres víctimas de violencia conyugal, son significativos y que existen significativas diferencias en los niveles de resiliencia y sus dimensiones antes y después de la ejecución del programa de inteligencia emocional en las féminas víctimas de violencia conyugal.

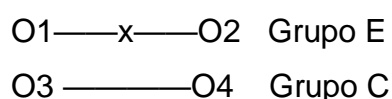
II. METODOLOGÍA

La naturaleza de esta investigación se clasifica como aplicada, ya que se enfocó en abordar una problemática específica y demostrar cómo se puede resolver a través del uso del conocimiento científico y procedimientos metodológicos. En este caso, se implementó un programa con el objetivo de ofrecer una solución concreta a la problemática identificada (CONYTEC, 2018).

La metodología empleada, posee características del enfoque cuantitativo, lo cual implica la recopilación de datos utilizando un instrumento estandarizado. Esta elección metodológica permitió poner a prueba una hipótesis planteada mediante la medición numérica de variables y evaluación estadístico de los datos recabados (Hernández, 2014).

Se utilizó el diseño cuasiexperimental con pretest y postest para sus mediciones. En el diseño cuasi experimental, se destacó la asignación de los participantes a grupos de manera no aleatoria, lo cual implica que el investigador no tiene un control total sobre la manipulación de la variable independiente (Trochim et al., 2008).

La gráfica se muestra continuación:



Dónde:

E = Grupo experimental C= Grupo control

x = Programa de Inteligencia Emocional

Pretest = O1 y O3 Escala de Resiliencia de Wagnild & Young

Postest = O2 y O4 Escala de Resiliencia de Wagnild & Young

La variable independiente es el programa de inteligencia emocional, que en la definición conceptual de (Bar-On, 1997) la define como la aptitud de conocer, comprender y sobrellevar tanto las propias emociones como las de quienes están alrededor. Además, implica utilizar esta información emocional de manera efectiva para orientar el pensamiento y el comportamiento. Esta definición engloba diversos aspectos de la inteligencia emocional, entre ellas la aptitud de ser consciente de las

emociones propias, regularlas adecuadamente, motivándolos, demostrando empatía y desarrollando habilidades sociales. De acuerdo con la definición operacional el programa consta de 12 sesiones sustentadas bajo la teoría de Bar-On (1997), teniendo una duración de 45 min con una frecuencia de aplicación de una vez por semana. Por último, indicar que la variable dependiente correspondió a una escala de medición nominal.

Y la variable dependiente es la Resiliencia cuya definición conceptual la brinda Wagnild y Young (1993), entendiéndose como la habilidad de adaptarse y recuperarse ante la adversidad, el estrés y las pruebas de la vida. Y en relación con la definición operacional, esta se da a través de la prueba de Resiliencia de Wagnild y Young (1993) implica el uso de una herramienta de evaluación específica, conocida como el "Resilience Scale" o Escala de Resiliencia. Este instrumento se ha estructurado de diferentes ítems que evalúan los diversos aspectos de la resiliencia. Proporciona una medida cuantitativa de los niveles de resiliencia de una persona, y de carácter ordinal, permitiendo evaluar y comparar su capacidad para adaptarse y recuperarse frente a la adversidad. La prueba de Resiliencia de Wagnild y Young (1993) evalúa factores como la percepción de la propia competencia, la aceptación del cambio, la capacidad para establecer metas y tomar decisiones, así como la presencia de apoyo social. A través de la puntuación en esta prueba, se obtiene una medida concreta y cuantitativa de los niveles de resiliencia de un individuo.

La población de este estudio fueron las mujeres que acuden al consultorio psicológico del centro de salud de Sechura, para recibir sesiones psicológicas, como parte de la problemática por violencia conyugal. Teniendo en cuenta los criterios de inclusión; mujeres de la ciudad de Sechura, con edades comprendidas entre 18 a 40 años, que acudieron en los meses de marzo hasta julio, así mismo que expresaron de manera escrita su consentimiento para formar parte de este programa, y por último, que aceptaron el compromiso de involucrarse en más del 90% de las asistencias. Y los criterios de exclusión; mujeres que retiraron la denuncia de violencia conyugal, retomaron la convivencia con sus cónyuges.

En relación con la muestra, fue establecida por el grupo experimental (24 mujeres) y el grupo control (24 mujeres) asistentes al consultorio psicológico. El muestreo que

se utilizó fue de naturaleza no probabilístico por conveniencia, puesto que la elección de las asistentes se realizó por los criterios de selección.

Para las técnicas e instrumentación de recolección de datos se empleó el instrumento Escala de Resiliencia de Wagnild y Young (1993) que es un instrumento utilizado para evaluar el nivel de resiliencia en individuos. Fue desarrollada por las investigadoras Kathryn M. Wagnild y Mary H. Young, reconocidas en el ámbito de la resiliencia. La escala se compone de 25 afirmaciones que abordan diversos aspectos relacionados con la resiliencia, como la capacidad de adaptación, la confianza en uno mismo, la habilidad para superar obstáculos y la habilidad de mantener una perspectiva optimista frente a las adversidades. Cada ítem se valora en una escala de respuesta, en función del grado de identificación de la persona con cada afirmación. Las respuestas se puntúan y se suman para obtener una puntuación total de resiliencia, que indica el nivel general percibida por el individuo.

En el año 2002, la investigadora Novella realizó una adaptación peruana de esta prueba, en la UNMSM. En 2019 se llevó a cabo en Lima - Perú la estandarización de esta escala con estudiantes universitarios, mayores de edad. Dicha muestra fue seleccionada a través de un muestreo no aleatorio, compuesto por 468 mayores de edad, comprendidos entre los 18 y 25 años. De los resultados obtenidos se refiere, que en Alfa de Cronbach de $\alpha=.87$, los reactivos miden con precisión las características de la resiliencia. Similar a los hallazgos de Novella en el año 2002 con $\alpha=.89$ en alfa de Cronbach. Los análisis de validez del constructo revelaron correlaciones significativas entre los puntajes en la escala y medidas relacionadas con la resiliencia, demostrando su capacidad para medir de manera precisa y confiable la resiliencia percibida en diversas poblaciones y contextos.

Se empleó el análisis estadístico descriptivo para examinar los resultados a través de tablas de distribución de frecuencia; y los softwares Excel y SPSS para procesar los datos de las variables de estudio. Dado que la muestra era menor de 50, se utilizó la prueba de normalidad de Shapiro-Wilk, la cual mostró que los datos seguían una distribución no normal. Además, la prueba de rangos con signo de Wilcoxon, una prueba no paramétrica utilizada cuando los datos no cumplen con los supuestos necesarios para métodos paramétricos y es ampliamente utilizado en el análisis de datos emparejados en diferentes campos.

En cuanto a los aspectos éticos, la investigación se llevó a cabo con autenticidad y todas las referencias fueron debidamente citadas y registradas. Se respetó el derecho de los participantes a decidir libremente su participación, esto abarca la obtención de un consentimiento informado idóneo, asegurando que comprendan los riesgos y beneficios antes de sumarse, siguiendo el Código de Ética Profesional de los Psicólogos Peruanos - artículo N° 64 del código ético. Este estudio fue ideado con un nítido valor social que persigue el bienestar de los participantes. Se aseguró la confidencialidad de la información recopilada durante el estudio y se protegió sus identidades, utilizándose únicamente para fines investigativos. No se ocasionó daño superfluo a los participantes en la investigación y se garantizó la justa compartición de la investigación.

III. RESULTADOS

Tabla 1

Eficacia del programa de inteligencia emocional en la resiliencia

Dimensión	Satisfacción personal	Ecuanimidad	Sentirse bien solo	Confianza en sí mismo	Perseverancia	Resiliencia
	Pre test – pos test	Pre test – pos test	Pre test – pos test	Pre test – pos test	Pre test – pos test	Pre test – pos test
Z	-3,780 ^b	-2,979 ^b	-4,069 ^b	-4,128 ^b	-3,086 ^b	-4.261 ^b
Sig. asin. (bilateral)	< 0,001	0,003	< 0,001	< 0,001	0,002	<0.001

La tabla 1 nos muestra los valores de Z de las dimensiones de la resiliencia son -3,780b, - 2,279b, -4,069b, -4,128b, -3,086b >1,96, por tanto, se rechaza la Ho y se acepta H3: $Me \neq 0$, es decir, que existen diferencias significativas en los niveles de las dimensiones de resiliencia antes y después de aplicar el programa y es significativa p –valor $0.003 < 0.01$. Se puede afirmar que la región donde se rechaza la hipótesis nula es aquella que está ubicada fuera del intervalo de aceptación de la hipótesis nula, que corresponde al rango de -1.96 y de - 1.96 de la prueba estadística de Wilcoxon.

Tabla 2

Niveles de las dimensiones de la resiliencia en relación a casos totales en pretest

Niveles	Mayor		Moderada		Escasa	
	F	%	F	%	F	%
Satisfacción personal	6	25.0	18	75.0	0	0.0
Ecuanimidad	16	66.7	8	33.3	0	0.0
Sentirse bien solo	9	37.5	12	50.0	3	12.5
Confianza en sí mismo	7	29.2	17	70.8	0	0.0
Perseverancia	8	33.3	16	66.7	0	0.0

En la tabla 2, indica que, en el pretest, las dimensiones de: satisfacción personal el 25% se ubica en un nivel alto, el 75% en un nivel promedio y un 0% en un nivel bajo. En ecuanimidad el 66.7% está ubicado en un nivel alto, un 33.3% está un nivel promedio y un 0% se ubica en un bajo nivel. En sentirse bien sola, el 37.5% está ubicado en un nivel alto, un 50% un nivel promedio y un 12.5% un bajo nivel. confianza en sí mismo indica que el 29.2% se ubica en un nivel alto, un 70.8% en un nivel promedio y en perseverancia el 33.3% se ubica en un nivel alto, un 66.7% se ubica en un nivel promedio y un 0% está ubicado en un bajo nivel

Tabla 3

Niveles de las dimensiones de la resiliencia en relación a casos totales en post test

Dimensiones de la resiliencia	Mayor		Moderada		Escasa	
	F	%	F	%	F	%
Satisfacción personal	15	62.5	9	37.5	0	0.0
Ecuanimidad	19	79.2	5	20.8	0	0.0
Sentirse bien solo	20	83.3	4	16.7	0	0.0
Confianza en sí mismo	20	83.3	4	16.7	0	0.0
Perseverancia	15	62.5	9	37.5	0	0.0

La tabla 3, indica que, en el postest, las dimensiones tienen los siguientes porcentajes: satisfacción personal con el 62.5% ubicado en un nivel alto y un 37.5% en un nivel promedio; ecuanimidad con el 79.2% está ubicado en un nivel alto y un 20.8% está ubicado en un nivel promedio; en la dimensión sentirse bien sola el 83.3% se ubica en un nivel alto y un 16.7% en un nivel promedio; en perseverancia el 33.3% se ubica en un nivel alto y un 66.7% se ubica en un nivel promedio; confianza el 83.3% se ubica en un nivel alto y un 16.7% se ubica en un nivel promedio.

Tabla 4*Diferencias de la resiliencia y niveles de las dimensiones en el pretest y posttest*

		Pretest		Posttest		Diferencia	
		F	%	F	%	F	%
Satisfacción personal	Mayor	6	25	15	62.5	9	37.5
	Moderado	18	75	9	37.5	-9	-37.5
	Escasa	0	0	0	0	0	0
Ecuanimidad	Mayor	16	66.7	19	79.2	3	12.5
	Moderado	8	33.3	5	20.8	-3	-12.5
	Escasa	0	0	0	0	0	0
Sentirse bien solo	Mayor	9	37.5	20	83.3	11	45.8
	Moderado	12	50	4	16.7	-8	-33.3
	Escasa	3	12.5	0	0	-3	-12.5
Confianza en sí mismo	Mayor	7	29.2	20	83.3	13	54.1
	Moderado	17	70.8	4	16.7	-13	-54.1
	Escasa	0	0	0	0	0	0
Perseverancia	Mayor	8	33.3	15	62.5	7	29.2
	Moderado	16	66.7	9	37.5	-7	-29.2
	Escasa	0	0	0	0	0	0
Escala de resiliencia	Mayor	2	8.3	14	58.3	12	50
	Moderado	15	62.5	7	29.2	-8	-33.3
	Escasa	7	29.2	3	12.5	-4	-16.7
Total		24	100	24	100	0	0

La tabla 4, indica que posterior a la ejecución del programa existen disimilitudes en los niveles de resiliencia, pues se observa un aumento en el nivel alto de 50%, una disminución del 33.3% en el nivel promedio y una disminución del 16.7% en el nivel bajo. En satisfacción personal hay un incremento de 37.5% en el nivel alto y una disminución del 37.5% en el nivel promedio. En ecuanimidad hay un incremento del 12.5% en el nivel alto y una disminución de 12.5% en el nivel promedio. En la dimensión sentirse bien sola se evidencia un incremento del 45.8% en el nivel alto y una disminución de 33% en el nivel promedio y una

disminución del 12.5% en el nivel bajo. En la dimensión confianza en sí mismo se evidencia un aumento del 54.1% en el nivel alto y una disminución de 54.1% en el nivel promedio. Por último, en perseverancia se evidencia un aumento del 29.2% en el nivel alto y una disminución del nivel moderado del 29.2%.

IV. DISCUSIÓN

En alineación con el objetivo general determinar la eficacia de un programa de inteligencia emocional en la resiliencia de mujeres víctimas de violencia conyugal en de un centro de salud. Se evidenció que sí hubo un aumento en la resiliencia, ya que, en el pretest, solo un 8.3% de los individuos había logrado nivel alto de resiliencia; sin embargo, en el postest, el 58.3% logró el nivel alto. Además, demostrado por “Z” = -4.261 > 1,96, y es significativa por p-valor $0.001 < 0.05$. Indicando que el programa tiene efectos significativos, en la resiliencia de la población estudiada.

Este resultado, concuerda con los hallazgos de Falla (2021) quien diseñó y propuso un programa de IE que contribuía en el fortalecimiento de la resiliencia de adolescentes de educación secundaria. Quien indicó que la IE posee relación significativa con la resiliencia de los estudiantes con ($\rho = ,743$; sig = ,000). Esto indicaría que los programas de inteligencia emocional, al desarrollarse en distintas poblaciones, no solo son efectivos en adolescentes en etapa escolar, sino también en mujeres, mayores de edad, y para este contexto, como víctimas de violencia.

Además, los resultados tienen una misma dirección con los aportes teóricos de Goleman (1995), quien teoriza que la inteligencia emocional, permite al individuo conocer y desarrollar de manera adecuada cada una de las emociones en una amplia gama, obteniendo un papel primordial en el éxito personal y la mirada constante un futuro provechoso y con posturas optimistas, acogiendo con liderazgo la toma de decisiones efectivas, solucionando conflictos y construyendo relaciones sólidas en el plano personal y profesional. Otro autor que respalda la eficacia significativa en un programa de estas variables es Boyatzis (2005) quien a través de su postulado “Liderazgo resonante” se enfoca en como aquellos líderes, hacen empleo de la inteligencia emocional y crean resonancia en sus equipos y organizaciones. Dicho, en otros términos, de aquellas personas que pueden inspirar y crear conexión emocional desarrollándose de manera efectiva través sus emociones generando un impacto positivo, en los demás a través de la compasión empatía y la esperanza. Siendo propensos a promover la resiliencia en sus grupos o equipos, facilitando un clima donde la adaptabilidad, el volverse a centrar, y recuperarse ante nuevos objetivos sean más efectivos.

Se puede indicar que el investigador Falla y los dos teóricos mencionados, coinciden en que, si es un factor crucial en la resiliencia, los programas de inteligencia emocional, ya que el conocerse emocionalmente y encausarse en manejarse adecuadamente no solo facilita la navegación por las dificultades y los episodios de crisis, sino que también facilita la recuperación emocional y psicológica después de experiencia adversas.

Segundo, evaluar el nivel y las dimensiones de resiliencia en las féminas víctimas antes de implementar el programa de inteligencia emocional. Encontrándose que, existía un predominio de los niveles bajos en las siguientes dimensiones: Sentirse bien sola, con 37.5%; Confianza en sí mismo con 29.2%; Satisfacción personal con 25% y Perseverancia con un 33.3%. Contrario a Ecuanimidad existiendo un predominio de 66.7% en el pretest. Estos niveles bajos encontrados antes de la aplicación del programa reafirman lo expuesto por (Viera et al. 2021) quienes en su investigación “Experiencias de violencia y trastornos psicológicos sufridos por mujeres víctimas de violencia conyugal”. Aquellas víctimas, presentaban los síntomas siguientes síntomas primarios, explicados a través de las dimensiones depresión ($X=1,81$), la obsesión – compulsión ($X=1,74$), la ansiedad ($X=1,70$) y la somatización ($X=1,69$). Mostrando en cifras globales que, estas mujeres presentan 56 síntomas positivos.

Se observó que la repercusión de esta realidad abarca desde la autopercepción de la mujer, manifestada en sentimientos de inseguridad e impotencia, hasta sus relaciones con el entorno social, debilitadas por la situación de aislamiento. Los estados de trastorno emocional, pánico, nerviosismo, ansiedad, miedo e inseguridad destacaron como cambios psicológicos resultantes de la violencia experimentada. Así como, en el que expresamente se solicitaba la intervención de un profesional capacitado e integrado en una red puede proporcionar a la mujer una atención mejorada y estrategias que contribuyan a su protección y recuperación.

Dentro de los aportes teóricos Mayer (2004) ha contribuido significativamente en este campo, y manifiesta que la falta de habilidades de Inteligencia emocional, reflejan una menor capacidad para enfrentar los desafíos emocionales y psicológicos. Puesto que no hay una regulación emocional, compresión ni percepción para poder redefinir nuevas metas. Así mismo Seligman en sus indagaciones sobre el bienestar

psicológico, proponen que la resiliencia puede ser fortalecida a través del desarrollo de habilidades emocionales y cognitivas. Así también pone de manifiesto que las personas con bajo IE. Se les dificulta manejar el estrés de manera efectiva, y no tienen una perspectiva optimista, indicando que en una población donde no se ha instaurado un programa de inteligencia emocional, es muy probable y se puede constatar que los niveles iban a estar muy bajos.

Tercero, se evaluó el nivel y las dimensiones de resiliencia en las féminas víctimas de violencia conyugal después de la implementación del programa de inteligencia emocional. Encontrándose un predominio en los niveles altos de las siguientes dimensiones, Sentirse bien sola, con un 83.3%; Confianza en sí mismo con un 83.3%; Satisfacción personal con un 62.5%; Perseverancia con un 62.5% y Ecuanimidad con un 79.2%. Se distingue una modificación favorable en las mujeres aumentando los niveles de resiliencia.

Esto se corrobora con los resultados del estudio de Lau, (2024) quien examinó los factores de la inteligencia emocional rasgo y la resiliencia basándose en enfoque de modelado de ecuaciones estructurales, donde dicha investigación indicó que hubo asociaciones entre las puntuaciones de autocontrol, sociabilidad y emocionalidad con las puntuaciones de bienestar. Los hallazgos proponen que la inteligencia emocional está asociada a la resiliencia. Y teóricamente se ratifica con Davidson quien aborda desde la cuestión de la plasticidad cerebral, que la IE está relacionada con la resiliencia como la notable capacidad del cerebro para modificar su estructura y funcionamiento con el propósito de adaptarse a las diversas vicisitudes de la vida cotidiana afrontando todos los desafíos.

Por otro lado, están los aportes de Peter Salovey quien fundamentó un modelo de desarrollo de la IE, en el que se sugiere que estas habilidades tan necesarias, pueden ser entrenadas y desarrolladas para mejorar el manejo emocional y promover un ajuste psicológico óptimo y que los programas no solo en esta variable, sino también en el de manejo de conflictos, liderazgo, y resiliencia pueden ser muy beneficiosas. Entonces, los programas orientados hacia el desarrollo de la inteligencia emocional están concebidos para instruir y fomentar estas competencias desde la infancia hasta la adultez. A través de metodologías que incluyen la instrucción emocional en instituciones educativas, la capacitación en habilidades de comunicación y resolución

de conflictos en contextos laborales, y programas de crecimiento personal en comunidades, se pretende fortalecer la habilidad de los individuos para enfrentar y superar el estrés y la adversidad.

Cuarto, se analizaron las diferencias en los niveles de resiliencia y sus dimensiones antes y después de la implementación del programa de inteligencia emocional. Encontrándose en dirección a los niveles: un aumento en el nivel alto de 50%, una disminución del 33.3% en el nivel promedio y una disminución del 16.7% en un nivel bajo. Así mismo en relación a las dimensiones: Satisfacción personal se observa un incremento de 37.5% en el nivel alto y una disminución del 37.5% en un nivel promedio. Ecuanimidad se evidencia un aumento del 12.5% en un nivel Alto y una disminución de 12.5% en el nivel promedio, Sentirse bien se evidencia un aumento del 45.8% en el nivel Alto y una disminución de 45.8% en el nivel promedio. Confianza en sí mismo se evidencia un aumento del 54.1% en el nivel Alto y una disminución de 54.1% en el nivel promedio. Perseverancia se evidencia un aumento del 29.2% en el nivel Alto y una disminución del nivel moderado del 29.2%.

Estos datos concuerdan con la investigación de Gilar et.al, (2019) que evaluó la intervención destinada a fomentar la inteligencia emocional (IE) en estudiantes de educación superior, en este caso considerados población adulta, y sus hallazgos indicaron una mejora significativa en la IE de del grupo experimental, entendida en las habilidades de percibir y entender las propias emociones y las de los demás, identificar y comprender cómo los sentimientos propios influyen en la toma de decisiones, expresar las propias emociones y el estrés experimentado, y gestionar tanto las emociones propias como las ajenas.

Este estudio indica que se puede desarrollar programas de IE en mayores de edad, sin afectar la adquisición de competencias específicas ni interferir en su rendimiento académico, y/o laboral. Por otro lado, Muñoz (2017) y su programa de educación emocional y habilidades interpersonales para la resiliencia en adolescentes diagnosticados de trastorno mental indicó impactos positivos y estadísticamente significativos en diversos aspectos, tales como la capacidad de resiliencia total, la atención emocional, la reparación emocional, la tolerancia a la frustración, el bienestar subjetivo.

Así mismo, la implementación de esta intervención resulta en mejoras de las competencias emocionales, incluyendo la capacidad de tolerancia a la frustración y, en última instancia, en el bienestar psicológico subjetivo, especialmente cuando estos se encuentran previamente por debajo de la media de la población general. Es por ello, que con esta nueva investigación se ratifica la hipótesis de que la ejecución en programas estructurados de inteligencia emocional puede tener un impacto positivo y cuantificable en la resiliencia. Por ejemplo, aquellos estudios que además de ejecutarse en población de mujeres, adultas en un determinado contexto, han documentado también, que los estudiantes que reciben formación en inteligencia emocional exhiben una mayor capacidad para manejar situaciones estresantes y confrontar desafíos académicos y sociales con mayor confianza y eficiencia (Brackett et al., 2011).

Adicionalmente, iniciativas como el modelo de "Aprendizaje Emocional" desarrollado por Marc Brackett y sus colaboradores en la Universidad de Yale, han evidenciado que la enseñanza de habilidades emocionales genera mejoras sustanciales en el bienestar emocional y en la capacidad de recuperación de los estudiantes frente a situaciones adversas en el entorno educativo (Brackett et al., 2019).

V. CONCLUSIONES

El programa de Inteligencia Emocional tuvo efectos significativos en la resiliencia de mujeres víctimas de violencia conyugal del Centro de Salud I4 Sechura 2023, porque se obtuvo un valor de $4.261 > 1,96$, y es significativa por p -valor $0.001 < 0.05$. Por ende, los recursos del programa de inteligencia emocional han favorecido el cambio conductual para la mejora de la resiliencia teniendo una mayor predisposición para afrontar las adversidades de la vida.

El nivel y las dimensiones de resiliencia antes de la aplicación del programa de Inteligencia emocional en mujeres víctimas de violencia conyugal, eran Bajos. Puesto que existía un predominio de los niveles bajos: Sentirse bien sola, con 37.5%; Confianza en sí mismo con 29.2%; Satisfacción personal con 25% y Perseverancia con un 33.3%.

El nivel y las dimensiones de resiliencia posterior a la ejecución del programa de IE, eran Altos. Puesto que existía un predominio en los niveles altos de las siguientes dimensiones, Sentirse bien sola, con un 83.3%; Confianza en sí mismo con un 83.3%; Satisfacción personal con un 62.5%; Perseverancia con un 62.5% y Ecuanimidad con un 79.2%.

Se concluye que hay diferencias significativas antes y después de la aplicación del programa encontrándose en relación con los niveles: un aumento en el nivel alto de 50%, una disminución del 33.3% en el nivel promedio y una disminución del 16.7% en un nivel bajo. Así mismo con relación a las dimensiones: Satisfacción personal se observa un incremento de 37.5% en el nivel alto. Ecuanimidad se evidencia un aumento del 12.5% en el nivel Alto. Sentirse bien se evidencia un aumento del 45.8% en el nivel Alto. Confianza en sí mismo se evidencia un aumento del 54.1% en el nivel Alto. Perseverancia se evidencia un aumento del 29.2% en el nivel Alto.

VI. RECOMENDACIONES

A la Dirección regional de salud, continuar con la evaluación creación de programas de inteligencia emocional en sus centros de salud, con diferentes grupos de mujeres víctimas de violencia conyugal y así ayudarles a aumentar sus niveles de resiliencia para sobreponerse ante los casos de Violencia que se acometen en nuestra región.

A la Dirección del establecimiento de salud, brindar esta investigación a sus profesionales de la salud mental y así contar con herramientas para contribuir en el aumento de resiliencia de mujeres víctimas de violencia conyugal.

Evaluar el programa a largo plazo para corroborar su impacto en la vida de las participantes. Esto permitirá analizar cómo la mejora en la inteligencia emocional se traduce en la capacidad de enfrentar desafíos emocionales y situaciones de violencia conyugal a lo largo del tiempo.

Involucrar a profesionales interdisciplinarios, psiquiatras, trabajadores sociales y abogados especializados en violencia conyugal pues participación puede enriquecer el programa y brindar una más completa red de apoyo a las participantes.

Implementar actividades basadas en este programa en otras comunidades de mujeres, con el fin de aumentar sus niveles de inteligencia emocional y resiliencia.

REFERENCIAS

- Alvarado, G.P. (2015) *Efecto de un programa basado en la inteligencia emocional para la mejora de la resiliencia en alumnos del quinto grado de secundaria en situación de pobreza. Trujillo*. In Crescendo.
- Annals of the New York Academy of Sciences*, 1094(1), 13-27.
- Aron, E. N. (2010). *The Undervalued Self: Restore Your Love/Power Balance, Transform the Inner Voice That Holds You Back, and Find Your True Self-Worth*. New York, NY: Editorial Little, Brown Spark.
- Bamberger, E., Genizi J, Kerem N, Reuven-Lalung, A., Dolev N., Srugo, I., & Rofe, A. (2017). A pilot study of an emotional intelligence training intervention for a paediatric team. *Arch Dis Child* 102, 159–164.
- Bar-On, R. (1997). *The Bar-On Emotional Quotient Inventory (EQ-i): Technical Manual*. Toronto, Canada: Editorial Multi-Health Systems.
- Bradberry, T., & Greaves, J. (2006). *The emotional intelligence quick book: Everything you need to know to put your EQ to work*. Editorial Simon and Schuster.
- Bradberry, T., & Greaves, J. (2009). *Emotional Intelligence 2.0*. San Diego, CA: Editorial TalentSmart.
- Brooks, R., & Goldstein, S. (2004). *The Power of Resilience: Achieving Balance, Confidence, and Personal Strength in Your Life*. New York, NY: Editorial McGraw-Hill.
- Brooks, R., & Goldstein, S. (2008). The mindset of teachers capable of fostering resilience in students. *Canadian Journal of School Psychology*, 23(1), 114-126.
- Cejudo, J., García, S., & López, M. L. (2017). Efectos de un programa de inteligencia emocional en la ansiedad y el autoconcepto en mujeres con cáncer de mama. *Terapia psicológica*, 35(3), 239-246.
- Davidson, R. J. (2012). *The Emotional Life of Your Brain: How Its Unique Patterns Affect the Way You Think, Feel, and Live—and How You Can Change Them*.

New York, NY: Editorial Hudson Street Pres

Dutton, D. G. (2007). *Rethinking domestic violence*. Editorial University of British Columbia Press. Editorial Nova Publisher

Editorial Oxford University Press.

Ekman, P. (2003). *Emotions Revealed: Recognizing Faces and Feelings to Improve Communication and Emotional Life*. New York, NY: Editorial Times Books.

Ekman, P., O'Sullivan, M., & Geher, G. (2008). *Face recognition: New research*.

Elfenbein, H. A., Marsh, A. A., & Ambady, W. I. N. (2002). *Emotional intelligence and the recognition of emotion from facial expressions. The Wisdom in Feeling: Psychological Processes in Emotional Intelligence*; New York, NY, USA: Editorial Guilford Press.

Emotional intelligence: An international handbook, 2005, 31-50.

Fernández, K. (2015). *Inteligencia emocional y conducta social en estudiantes del quinto año de secundaria de una institución educativa, Trujillo – 2014*. (Tesis Para optar el Título Profesional de Licenciada en Psicología) Universidad Privada Antenor Orrego, Trujillo, Perú.

Fernández, P., & Extremera, N. (2006). Emotional intelligence: A theoretical and empirical review of its first 15 years of history. *Psicothema*, 18, 7-12.

Frijda, N. (1986). *The emotions*. UK: Cambridge University Press Gismero, E. (2000). "Escala de habilidades sociales". Madrid, España: Editorial TEA.

Goldstein, S., & Brooks, R. B. (2012). *Handbook of resilience in children*. Boston, MA: Editorial Springer US.

Goleman, D. (1995). *Inteligencia emocional*. Buenos Aires, Argentina: Editorial Kairos.

Goleman, D. (1996). *Inteligencia emocional*. Barcelona, Editorial Kairós

Goleman, D. (1998). *La práctica de la Inteligencia Emocional*. Barcelona, España: Editorial Kairós. *Handbook of intelligence*, 2, 396-420.

Harper & Row. Walker, L. E. (2017). *Domestic Violence*. Editorial Routledge.

Hildebrandt, A., Sommer, W., Schacht, A., & Wilhelm, O. (2015). *Perceiving and*

remembering emotional facial expressions - A basic facet of emotional intelligence. *Intelligence*, 50, 52-67.

Howard, L. M., Trevillion, K., & Agnew-Davies, R. (2010). Domestic violence and mental health. *International Review of Psychiatry*, 22(5), 525-534.

Howell, K., Miller, L., Lilly, M., Burlaka, V., Grogan, A., & Graham, S. (2014). Strengthening Positive Parenting Through Intervention: Evaluating the Moms' Empowerment Program for Women Experiencing Intimate Partner Violence. *Journal of Interpersonal Violence*, 30(2).

Intelligence, 17(4), 433-442.

Jackson, N. A. (2007). *Encyclopedia of domestic violence*. Editorial Routledge.

Jamba, A., Vidal, R., Cossio, M., Hernández, O., Gómez, I., & Gomez, R. (2021). Instrumentos que evalúan la inteligencia emocional en estudiantes universitarios: una revisión sistemática. *Revista Ecuatoriana de Neurología*, 30(2), 68-75.

Johnson, M. P. (2008). *A Typology of Domestic Violence: Intimate Terrorism, Violent Resistance, and Situational Couple Violence*. Boston, MA: Editorial Northeastern University Press.

Lockton, D., & Ward, R. (2016). *Domestic violence*. Editorial Routledge.

Mandler, G. (1992). Memory, Arousal, and Mood: A Theoretical Integration, en S.A Christianson [ed.]: *The Handbook of Emotion and Memory*. Research and Theory, pp. 93-110. Hillsdale, NJ.: Editorial Lawrence Erlbaum Associates.

Masten, A. S. (2014). *Ordinary Magic: Resilience in Development*. New York, NY: Editorial Guilford Press.

Masten, A. S., & Obradović, J. (2006). Competence and resilience in development.

Mayer, J. D., & Salovey, P. (1993). The intelligence of emotional intelligence.

Mayer, J. D., Salovey, P., & Caruso, D. (2000). Models of emotional intelligence.

Mishar, R., & Bangun, Y. R. (2014). Create the EQ modelling instrument based on Goleman and Bar-on models and psychological defense mechanisms. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 115, 394-406.

- Muñoz, J. (2018). Efectividad de un programa de educación emocional y habilidades interpersonales sobre la capacidad de resiliencia en adolescentes con trastorno mental. Tesis de Doctorado. Universidad de Murcia, España.
- Neubauer, A. C., & Freudenthaler, H. H. (2005). Models of emotional intelligence.
- Novick, M. (2006). ¿Emerge un nuevo modelo económico y social? El caso argentino 2003-2006. *RELET-Revista Latinoamericana de Estudios del Trabajo*, 11(18), 53-78.
- Prado, R., & del Águila Chávez, M. (2003). Diferencia en la resiliencia según género y nivel socioeconómico en adolescentes. *Persona*, (6), 179-196.
- Southwick, S. M., & Charney, D. S. (2012). *Resilience: The Science of Mastering Life's Greatest Challenges*. New York, NY: Editorial Cambridge University Press.
- Resilience: an update. *PTSD research Quarterly*, 25(4), 1-10.
- Rutter, M. (1987). Psychosocial resilience and protective mechanisms. *American Journal of Orthopsychiatry*, 57(3), 316–331. <https://doi.org/10.1111/j.1939-0025.1987.tb03541.x>
- Southwick, S. M., Pietrzak, R. H., Tsai, J., Krystal, J. H., & Charney, D. (2015).
- Southwick, S. M., Vythilingam, M., & Charney, D. S. (2005). The psychobiology of depression and resilience to stress: implications for prevention and treatment. *Annu. Rev. Clin. Psychol.*, 1, 255-291.
- Stark, E. (2007). *Coercive Control: How Men Entrap Women in Personal Life*.
- Stichler, F. (2006). Emotional intelligence. *Nursing for Women's Health*, 10(5), 422-425.
- Wagnild, G. (2009). A review of the Resilience Scale. *Journal of nursing measurement*, 17(2), 105-113.
- Walker, L. E. (1979). *The Battered Woman*. Editorial
- Walker, L. E. (1994). *Abused Women and Survivor Therapy: A Practical Guide for the Psychotherapist*. Washington, DC: Editorial American Psychological Association.

ANEXOS

Anexo 1: Programa de inteligencia emocional en resiliencia

PROGRAMA DE INTELIGENCIA EMOCIONAL EN RESILIENCIA

I. Datos generales

Denominación del programa	: Programa de Inteligencia emocional en la resiliencia de mujeres - Sechura
Institución	: Centro de Salud Sechura
Beneficiarios	: Mujeres víctimas de Violencia conyugal.
Nro. de participantes	: 24 mujeres
Horario	: 26/06 - 14/07
Responsable del programa	: Ps. Wilson Enrique Paiva Saavedra

II. Fundamentación

BarOn (1997) conceptualiza la inteligencia emocional como un conjunto de competencias intro-personales, interpersonales y adaptativas que nos capacitan para ajustarnos y afrontar los requerimientos ambientales. Esta facultad no cognitiva desempeña un rol esencial en el logro y la salud emocional. En virtud de esta premisa, Bar-On elabora el Inventario de Cociente Emocional (I-CE), fundamentado en un marco conceptual preciso.

Un programa de inteligencia emocional, para la persona que han experimentado violencia conyugal, es importante puesto que se ve afectada por traumas emocionales significativos, los cuales facilitan la comprensión y procesamiento de las emociones, así como el desarrollo de habilidades de gestión del estrés, la ansiedad, el miedo y la tristeza asociados con la violencia vivida. Estos programas proporcionan herramientas prácticas para reconstruir la autoestima y la confianza, fomentar la resiliencia y promover el bienestar emocional general. Asimismo, se enfocan en la identificación y regulación emocional, ayudando a las víctimas a reconocer y comprender sus propias emociones, así como las señales emocionales de los demás, lo cual facilita el desarrollo de habilidades de comunicación asertiva y el establecimiento de límites saludables en las relaciones, previniendo así la re- victimización.

Además, estos programas desempeñan un papel crucial en la prevención del ciclo de violencia al ayudar a las víctimas a comprender las dinámicas emocionales que rodean la violencia conyugal, rompiendo patrones negativos y proporcionando estrategias para evitar relaciones abusivas en el futuro, promoviendo la autoconciencia emocional y la toma de decisiones informada, empoderando a las víctimas para construir relaciones saludables y seguras. Por último, los programas de inteligencia emocional ofrecen apoyo continuo a las personas víctimas de violencia conyugal, incluso después de dejar la relación abusiva, al brindar herramientas y recursos para superar los efectos traumáticos a largo plazo, actuando como una red de apoyo constante en situaciones donde puede haber obstáculos para acceder a servicios tradicionales de apoyo.

Según Salovey, Brackett y Mayer (2004), la inteligencia emocional se define como la capacidad de percibir, comprender y regular tanto las emociones propias como las de los demás. Este enfoque teórico sostiene que la inteligencia emocional es un conjunto de habilidades que pueden adquirirse y desarrollarse. Uno de los aspectos fundamentales es el reconocimiento y la expresión emocional, que implica la capacidad de identificar y comprender las emociones propias y ajenas, así como expresarlas de manera adecuada y constructiva. Además, se destaca la regulación emocional, que se refiere a la capacidad de manejar y regular las emociones de manera efectiva mediante estrategias como la autorregulación, la resolución de problemas y la adaptación emocionales. Asimismo, se enfatiza el uso de la inteligencia emocional en diversos contextos, tanto en el ámbito personal como profesional, abordando temas como el liderazgo emocional, la toma de decisiones basada en las emociones y la gestión de las relaciones interpersonales. Salovey y Mayer (1990) proporcionaron una definición de la inteligencia emocional como una habilidad humana que capacita para identificar, comprender y diferenciar tanto las propias emociones y sentimientos como los de los demás. Esta capacidad permite utilizar dicha percepción como guía en el pensamiento y en las acciones, con el objetivo de influir en las emociones de los demás.

III. **Objetivo general**

Promover el desarrollo y fortalecimiento de la Inteligencia emocional en mujeres víctimas de violencia conyugal.

Específicos

- Desarrollar la capacidad de manejar adecuadamente las emociones y sobrellevar situaciones desafiantes a través de estrategias de autorregulación emocional.
- Promover el reconocimiento y comprensión de las emociones propias, así como las emociones de los demás, fomentando la empatía y la sensibilidad emocional.
- Enseñar habilidades de comunicación efectiva y resolución de conflictos para las relaciones interpersonales saludables y satisfactorias.
- Facilitar el autoconocimiento, el desarrollo de la autoestima y la autoconfianza, para el crecimiento personal y la toma de decisiones conscientes y alineadas con los valores individuales.
- Brindar herramientas para manejar el estrés y la ansiedad de manera efectiva, a través de técnicas de relajación y respiración.
- Promover el uso de la inteligencia emocional en el entorno familiar y laboral, con habilidades de liderazgo emocional, trabajo en equipo, adaptabilidad.

IV. Actividades

SESIÓN	DENOMINACIÓN	OBJETIVO	ESTRATEGIAS	MATERIALES	T°
1	"Auto- conciencia"	Desarrollar la capacidad de reflexionar sobre las causas y los desencadenantes de las emociones.	Se realiza preguntas reflexivas sobre hechos que los hicieron sentir de determinada manera.	Ficha pretest.	25"
			Cuestiona los pensamientos automáticos y las distorsiones cognitivas.	parlantes proyector laptop papelotes y plumón	
2	"Auto- evaluación"	Evaluar objetivamente las áreas de mejora y debilidades personales sin distorsiones o exageraciones	Esquematiza un FODA personal basándose en la autoobservación consciente.	Ficha FODA hojas parlante	25"
			Registra propias emociones, experiencias y pensamientos		
3	"Auto- confianza"	Identificar y reconocer logros pasados y éxitos personales para	Manifiesta experiencias en las que sus destrezas hallan relucido.	Fotografía personal proyector	25"

		fortalecer la confianza en uno mismo	Establece metas realistas y alcanzables para fomentar la creencia en las propias capacidades.		
4	"Empatía"	Practicar la escucha activa y la validación emocional para establecer una conexión más profunda con los demás.	Analiza diferentes perspectivas y puntos de vista, basándose en sus estados de ánimo.	Proyector celular	25"
			Presta atención a casos expuestos sin interrumpir ni juzgar.	Tele-prompter Papelotes	
5	"Relaciones interpersonales"	Aprender a comunicarse y establecer límites saludables en las relaciones y	Manifiesta frases de comunicación asertiva para expresar sus necesidades, opiniones y límites de manera clara, directa y respetuosa.	Proyector parlante celular	25"
			Emplea estrategias de negociación, búsqueda de soluciones creativas y promoción de la colaboración.	Material informativo	
6	"Responsabilidad social"	Promover la conciencia de la importancia de contribuir al bienestar de los demás y de la sociedad en general.	Escenifican casos de conexión emocional con los demás (Desastres, pobreza, voluntariado).	Celular noticias Libro de primeros auxilios	25"
			Reflexiona sobre cómo sus acciones individuales pueden tener un impacto en el bienestar de los demás.		

7	"Flexibilidad"	Fomentar la apertura a nuevas ideas, perspectivas y formas de hacer las cosas	Explora con aparatos tecnológicos diferentes áreas de interés,	Laptop celular proyector lápiz y papel parlante	25"
			Aprende sobre nuevas temáticas y busca experiencias enriquecedoras.		
8	"Tolerancia al estrés"	Enseñar técnicas de manejo del estrés, como la respiración profunda, la relajación muscular y la atención plena	Realiza el ejercicio de respiración profunda (Hiperventilación controlada)	Parlante manda	25"
			Realiza el ejercicio de relajación muscular.		
9	"Optimismo"	Fomentar la práctica de la gratitud y el enfoque en las experiencias positivas y las fortalezas personales.	Reflexiona sobre las experiencias positivas que han tenido durante la semana, los logros y las personas que les han brindado apoyo	lapicero video proyector	25"
				Hoja lapicero	
10	"Solución de problemas"	Fomentar la generación de posibles soluciones y evaluar los pros y contras de cada una	Realiza lluvia de ideas sobre soluciones ante algún problema para generar múltiples opciones y soluciones.	Proyector parlante papelotes plumones	25"

		antes de tomar una decisión.	Evalua cada opción en términos de su viabilidad, beneficios, limitaciones y posibles consecuencias		
11	“Toma de decisiones adecuadas”	Promover la capacidad de tomar decisiones informadas y racionales, basadas en la realidad y los valores personales.	Busca información confiable y objetiva relacionada con una situación o problema que están enfrentando (Por ejemplo - Dengue). Hablan de distintos puntos de vista de un tema controversial y ofrecen sus conclusiones finales.	Nota periodística celulares	25”
12	“Emociones”	Fomentar la expresión saludable de las emociones y el desarrollo de habilidades para manejar los desafíos emocionales de manera constructiva.	Expresa sus emociones sin temor a ser juzgada. Expresa de manera creativa sus emociones como una forma de canalizar y procesar las emociones negativas	Parlante	25”

V. Cronograma de ejecución del programa

N. o.	NOMBRE DE LA SESIÓN	CRONOGRAMA								
		Junio			Julio					
		L	M	V	L	M	V	L	M	V
		26	28	30	3	5	7	10	12	14
1	“Mis emociones importan”	X								
2	“Valoro cada aspecto de mí”		X							
3	“Pude, puedo y podré”			X						
4	“El puente de la comprensión”			X						
5	“La fuerza del vínculo humano”				X					
6	“Soy vida y ayudo a más vida”					X				
7	“Existen más mundos después de mi horizonte”.					X				
8	“La serenidad y la calma”						X			
9	“Con ojos de triunfo”							X		
10	“De obstáculos a oportunidades”							X		
11	“Una mirada auténtica a la vida”								X	
12	“La decisión más acertada”								X	
13	“El motor solar”									X

VI. Desarrollo de las sesiones

Sesión 1	“Mis emociones importan”
Institución	Centro de salud I4- Sechura
Población	Mujeres víctima de violencia conyugal
Secuencia de actividades	

Momento	Descripción de la sesión	Materiales y recursos	T°
Motivación	Se da la cordial bienvenida a todas las mujeres, a través de canciones. Se aplica (el pre- test) y se establecen las normas de convivencia, así como una breve descripción de lo que se realizará en el presente programa. A partir de las canciones escuchadas en el inicio, evocarán emociones que éstas les hagan sentir, así mismo, que otras experiencias les generan las mismas sensaciones. Hasta pasar al plano cotidiano	Ficha pretest Parlantes	15”
Desarrollo	Se mostrará un video sobre las emociones y cómo estas influyen en nuestra salud, comportamientos y pensamientos. Se dialoga sobre el video mostrado y además se enfatiza en aquellos pensamientos automáticos que tergiversan nuestras emociones.	Proyector laptop	15”
Cierre	En grupos de cuatro participantes realizan un organizador gráfico de las emociones, pensamientos y acciones; y reflexionan sobre sus causas y los estímulos que lo desencadenan.	Papelotes y plumón	15”

Sesión 2	“Valoro cada aspecto de mí”
Institución	Centro de salud I4- Sechura
Población	Mujeres víctima de violencia conyugal
Secuencia de actividades	

Momento	Descripción de la sesión	Materiales y recursos	T°
Motivación	Se inicia la sesión preguntando a las asistentes sobre lo tratado la sesión anterior...Se hace entrega de una ficha (FODA en blanco) y se realiza una explicación de cómo es que se rellena basándose en la información personal.	Ficha FOD A	15”
Desarrollo	Las asistentes deben rellena estos espacios con fortalezas, oportunidades, debilidades y amenazas ejemplificando demás y justificando el porqué de esa característica.	Lapiceros	15”
Cierre	Las asistentes comentan su sentir después de analizar de manera objetiva su FODA subrayan además los aspectos más relevantes y qué información pueden rescatar de esta herramienta.	Parlante	15”

Sesión 3	“Pude, puedo y podré”
Institución	Centro de salud I4- Sechura
Población	Mujeres víctima de violencia conyugal
Secuencia de actividades	

Momento	Descripción de la sesión	Materiales y recursos	T°
Motivación	Se le solicita con anterioridad a la asistente llevar una fotografía de ellas de cualquier etapa de su vida comentarán que recuerdos evoca esa fotografía y que momentos se tornaron importantes para ellas en aquel entonces.	Fotografía personal	15”
Desarrollo	A continuación comentarán alguna experiencia en la que ellas hayan obtenido logros importantes, éxitos personales y se conversará de manera espontánea.	Proyector laptop	15”
Cierre	Finalmente se propondrá el reto de continuar con cada una de estas metas por cumplir y de esta manera demostrar que pueden lograr cierta actividad se finaliza con la canción “Yo viviré”	Parlante y proyector	15”

Sesión 4	“El puente de la comprensión”
Institución	Centro de salud I4- Sechura
Población	Mujeres víctima de violencia conyugal
Secuencia de actividades	

Momento	Descripción de la sesión	Materiales y recursos	T°
Motivación	Se realiza la dinámica “El noticiero” con una de las integrantes del grupo como periodista, las asistentes además brindarán ideas de qué otras noticias (en relación con empatía) pueden ser similares y se propongan puntos de vista distintos, ante determinada situación.	Tele-prompter	15”
Desarrollo	Se brinda información sobre empatía y que debemos tener en cuenta para desarrollarla. Las asistentes comentan que es lo que piensan (opinan) de esta situación: primero, como afectada “A” y luego como afectada “B”	Proyector Celular	15”
Cierre	Se enfatiza en que para haber llegado a cada una de estas posturas, es importante pensar y sentir como cada una de estas partes. Así mismo que para llegar a un buen análisis es importante no interrumpir ni juzgar.		15”

Sesión 5	“La fuerza del vinculo humano”
Institución	Centro de salud I4- Sechura
Población	Mujeres víctima de violencia conyugal
Secuencia de actividades	

Momento	Descripción de la sesión	Materiales y recursos	T°
Motivación	Se da la bienvenida a las participantes a esta nueva sesión y se muestra un video sobre tres tipos de comunicación agresiva, asertiva y pasiva	Proyector parlante	15”
Desarrollo	Se profundiza en la conceptualización de éstos tres tipos de comunicación y orienta a la elección de la comunicación más adecuada para evitar conflictos (Asertiva). Se dan ejemplos.	celular	15”
Cierre	En grupo las participantes brindan mas ejemplos acerca de frases con comunicación asertiva, además se brinda un listado de características de personas con las que es preferible no tener mucha frecuencia.	Material informativo	15”

Sesión 6	“Soy vida y ayudo a más vida”
Institución	Centro de salud I4- Sechura
Población	Mujeres víctima de violencia conyugal
Secuencia de actividades	

Momento	Descripción de la sesión	Materiales y recursos	T°
Motivación	Se recibe cordialmente a las asistentes y se dialoga de manera indirecta acerca de los últimos hechos acontecidos en la ciudad, accidentes, casos de pobreza o de ayuda humanitaria	Ficha FOD A	15”
Desarrollo	Se brindan, por ejemplo, algunas indicaciones de cómo intervenir en caso de alguna lesión p accidente, como primeros auxilios, llamar a las instituciones correspondientes y cómo este hecho puede ayudar en un caso puntual a una persona que no conocemos. Qué hacer con animalitos abandonados, o familias que están pasando por necesidades	Lapiceros	15”
Cierre	Analiza de manera crítica cómo es que pueden influir en los demás al ayudarles y conociendo qué instituciones, ellas brinden apoyo voluntario con la sociedad	Parlante	15”

Sesión 7	“Existen más mundos después de mi horizonte”
Institución	Centro de salud I4- Sechura
Población	Mujeres víctima de violencia conyugal
Secuencia de actividades	

Momento	Descripción de la sesión	Materiales y recursos	T°
Motivación	Se inicia esta sesión utilizando medios tecnológicos de gran avance: la inteligencia artificial, creación de contenidos, videos, tecnología de presentación de información y usos avanzados de sus aparatos tecnológicos, con el objetivo dar a comprender que estamos en un cambio continuo y acelerado.	Laptop Internet Cañon Multimedia Sitios web	15”
Desarrollo	Se realiza un viaje virtual a través de plataformas digitales a otras ciudades para que puedan conocer la Urbe y se brinda cierta información de relevancia de esa cultura, y que sea distinta a nuestra realidad social.	Googl e maps	15”
Cierre	Se les motiva a escuchar canciones distintas a las que ellas elegirían, preparar platillos que no forman parte de su cotidianidad, ver algún pasatiempo de interés que no sea común para ellas.		15”

Sesión 8	“La serenidad y la calma”
Institución	Centro de salud I4- Sechura
Población	Mujeres víctima de violencia conyugal
Secuencia de actividades	

Momento	Descripción de la sesión	Materiales y recursos	T°
Motivación	Se recibe cordialmente a las participantes y se explica brevemente el importancia de la relajación como una herramienta para manejar el estrés	Parlante	15”
Desarrollo	Se ambienta el lugar de tal manera en que música de fondo e indicaciones del psicólogo ayuden al participante a ejecutar de manera adecuada el ejercicio de respiración profunda y el ejercicio de relajación muscular		15”
Cierre	Las participantes explican de manera detallada el proceso para lograr realizar de manera correcta estos ejercicios y se establece una meta de tantas repeticiones hasta la siguiente sesión.		15”

Sesión 9	“Con ojos de triunfo”
Institución	Centro de salud I4- Sechura
Población	Mujeres víctima de violencia conyugal
Secuencia de actividades	

Momento	Descripción de la sesión	Materiales y recursos	T°
Motivación	Se revisa las actividades encomendadas la sesión anterior y se da la bienvenida. Las participantes ponen un lapicero encima de sus labios observan ciertas imágenes después muerden en lapicero y observan las mismas imágenes, con el objetivo de revisar como nuestro sueño o como nuestra actitud modifica la manera en cómo vemos nuestra realidad	lapicero video proyector	15”
Desarrollo	En una hoja se redacta cada una de las experiencias actividades que han realizado la semana anterior entre positivas y negativas, revisamos que muchas de esas actividades han sido desarrolladas de manera exitosa y, si de lo contrario, alternativas para que cada una de ellas sean de mejora y de continuidad a experiencias positivas	Hoja lapicero	15”
Cierre	Se enfatiza en la importancia de asumir las actividades desde un enfoque positivo desde un enfoque optimista o realista eliminando aquellos pensamientos que tienden al pesimismo		15”

Sesión 10	“De obstáculos a oportunidades”
Institución	Centro de salud I4- Sechura
Población	Mujeres víctima de violencia conyugal
Secuencia de actividades	

Momento	Descripción de la sesión	Materiales y recursos	T°
Motivación	Se da la bienvenida a las participantes a esta nueva sesión y se muestra un video sobre resolución de conflictos.	Proyector parlante papelotes plumones	15”
Desarrollo	Comentan dos casos en los que hay conflictos y como haríamos para resolverlo, además se dialoga sobre temas de negociación y solución de conflictos.		15”
Cierre	En grupo las participantes brindan mas ejemplos sobre conflictos, y se brindan tips de negociación para llegar a un acuerdo entre dos partes.		15”

Sesión 11	“La decisión mas acertada”
Institución	Centro de salud I4- Sechura
Población	Mujeres víctima de violencia conyugal
Secuencia de actividades	

Momento	Descripción de la sesión	Materiales y recursos	T°
Motivación	Se da la bienvenida a las participantes haciendo lectura a una nota periodística sobre casos de dengue. Y se recaba la información previa de cómo actuar frente a esta situación	Nota periodística celulares	15”
Desarrollo	Luego se solicita una ayuda informada a través de comentarios profesionales Libros o busca la información en fuentes confiables y que hablen sobre este tema y cómo abordar lo de la manera más responsable posible.	Internet	15”
Cierre	Realiza una crítica acerca de qué me puso un utilizado ayer establecer una salida adecuada ante alguna situación en específico		15”

Sesión 12	“Sentir con una sonrisa”
Institución	Centro de salud I4- Sechura
Población	Mujeres víctima de violencia conyugal
Secuencia de actividades	

Momento	Descripción de la sesión	Materiales y recursos	T°
Motivación	En esta sesión las participantes demuestran los talentos y habilidades que poseen. Dichos talentos han sido preparados con antelación si es necesario. Caso contrario lo pondrán en marcha durante la sesión	Equipo de sonido plumón es materiales de escritorio etc.	15”
Desarrollo	Desarrollarán en la sesión este hobby o talento además mencionan que otras habilidades generan emociones positivas en ellas. Así mismo se enfatiza en la importancia de las emociones positivas.		15”
Cierre	Conclusiones: se proponen realizar un habito- rutina de actividades, como pasatiempos importantes, para mantener un estado óptimo de sus emociones		15”

Sesión 13	“El motor solar”
Institución	Centro de salud I4- Sechura
Población	Mujeres víctima de violencia conyugal
Secuencia de actividades	

Momento	Descripción de la sesión	Materiales y recursos	T°
Motivación	Las participantes son recibidas en la nueva sesión y se establece que de manera respetuosa podamos expresar y escuchar aquellos temores e ideas persistentes que poseen.	Equipo de sonido	15”
Desarrollo	Dialoga acerca de la importancia de la expresión de las emociones con las personas de confianza y como a través de su expresión, aquellas podrían brindarnos algunos consejos. Asimismo se brindan algunos ejemplos de cómo podemos hacer para canalizar y procesar las emociones negativas	Proyectos	15”
Cierre	Los participantes buscarán expresar sus emociones negativas (conversación, cántico, baile, algún dibujo o alguna actividad etc. Se aplica post test y se da cierre a al programa invitándolos, a una asistencia periódica la consultorio		15”

Anexo 2: Tabla de operacionalización de variables

Variable	Definición conceptual	Definición operacional	Dimensiones	Indicadores
V.I Programa de inteligencia emocional	Se basa en la habilidad de reconocer, comprender y sobrellevar tanto nuestras emociones propias como las de quienes nos rodean El desarrollo de la inteligencia emocional es esencial para el logro del bienestar personal, el establecimiento de relaciones saludables y el éxito en todas las áreas de la vida Bar-On (1997)	Barón ICE se basa en la puntuación obtenida en el Inventario de Coeficiente Emocional de Barón Los resultados de este inventario proporcionan una medida cuantitativa de los niveles de inteligencia emocional de una persona	Capacidad intrapersonal	Comprensión emocional de sí
				Asertividad
				Autoconcepto
				Autorrealización
				Independencia
			Capacidad interpersonal	Empatía
				Responsabilidad social
				Relación interpersonales
			Adaptabilidad	Solución de problemas
				Prueba de realidad
	Flexibilidad			
Manejo de estrés	Tolerancia al estrés			

				Control de impulsos
			Estado de ánimo	Felicidad
				Optimismo
V.D Resiliencia	Según Wagnild y Young, la resiliencia se refiere a la habilidad de adaptarse y recuperarse ante la adversidad, el estrés y los desafíos de la vida. Es un proceso complejo y dinámico que implica mantener un equilibrio emocional, superar obstáculos y utilizar recursos internos y externos de manera efectiva.	Test "Resilience Scale" o Escala de Resiliencia. Este instrumento se compone de diferentes ítems que evalúan los diversos aspectos de la resiliencia. Proporciona una medida cuantitativa, permitiendo evaluar y comparar su capacidad para adaptarse y recuperarse frente a la adversidad.	Satisfacción Personal	
			Ecuanimidad	
			Sentirse bien solo	
			Confianza en sí mismo	
			Perseverancia	

Anexo 3: Matriz de consistencia

PROBLEMA	OBJETIVOS	HIPÓTESIS	VARIABLE	MARCO TEÓRICO
¿Cuáles es la eficacia de un programa de inteligencia emocional en la resiliencia de mujeres víctimas de violencia conyugal de un Centro de Salud - Sechura 2024?	OG: Determinar la eficacia de un programa de inteligencia emocional en la resiliencia de mujeres víctimas de violencia conyugal de un Centro de Salud - Sechura 2024	HG: Existen efectos significativos después de la aplicación de un programa de I.E. la resiliencia de mujeres víctimas de violencia conyugal de un Centro de Salud Sechura 2024	VI Programa de Inteligencia Emocional Instrumento Baron Ice	Definición de Inteligencia emocional
	OE1. Determinar el nivel de Resiliencia y sus dimensiones antes de aplicar el programa en inteligencia emocional de mujeres víctimas de violencia conyugal	H2. Los niveles de Resiliencia y sus dimensiones antes de aplicar el programa son Bajos.	VD Resiliencia	Dimensiones de Inteligencia Emocional. Antecedentes de programas
	OE2. Determinar el nivel de Resiliencia después de aplicar el programa en inteligencia emocional de mujeres víctimas de violencia conyugal	H3. Los niveles de las dimensiones de Inteligencia emocional después de aplicar el programa son Altos.	VC Mujeres víctimas de Violencia Conyugal	Definición de Resiliencia Dimensiones de resiliencia
	OE3. Determinarla diferencia de los niveles de Resiliencia y sus dimensiones antes y después de aplicar el programa mujeres víctimas de violencia conyugal	H4. Existen diferencias significativas en los niveles de Resiliencia y sus dimensiones antes y después de aplicar el programa.		Violencia conyugal Causas de la violencia conyugal

Anexo 4: Instrumentos de recolección de datos

ESCALA DE RESILIENCIA DE WAGNILD Y YOUNG (2002)

Edad: _____ Estado civil: _____ otros: _____ Número
de hijos: _____ Nivel de instrucción: _____

INSTRUCCIONES:

A continuación le presentamos una serie de afirmaciones referidas a diferentes aspectos de su vida, donde tendrá que leer cada una de ellas y marcar que tan acuerdo o en desacuerdo esta con ellas. Recuerde que no hay respuestas correctas e incorrectas.

ITEMS	En desacuerdo							De acuerdo						
	1	2	3	4	5	6	7	1	2	3	4	5	6	7
1. Cuando planeo algo lo realizo	1	2	3	4	5	6	7							
2. Frente a un problema generalmente me las arreglo de una manera u otra	1	2	3	4	5	6	7							
3. Dependo mas de mi misma que de otras personas	1	2	3	4	5	6	7							
4. Es importante para mi mantenerme interesada de las cosas que suceden a mi alrededor.	1	2	3	4	5	6	7							
5. Puedo estar sola si tengo que hacerlo	1	2	3	4	5	6	7							
6. Me siento orgullosa de haber logrado cosas en mi vida	1	2	3	4	5	6	7							
7. Usualmente veo las cosas a largo plazo	1	2	3	4	5	6	7							
8. Soy amiga de mi misma	1	2	3	4	5	6	7							
9. Siento que puedo manejar varias cosas al mismo tiempo	1	2	3	4	5	6	7							
10. Soy decidida	1	2	3	4	5	6	7							
11. Rara vez me pregunto cuál es la finalidad de todo	1	2	3	4	5	6	7							
12. Tomo las cosas una por una	1	2	3	4	5	6	7							
13. Puedo enfrentar las dificultades porque las he experimentado anteriormente	1	2	3	4	5	6	7							
14. Tengo autodisciplina	1	2	3	4	5	6	7							
15. Me mantengo interesada en las cosas	1	2	3	4	5	6	7							
16. Por lo general encuentro algo de que reírme	1	2	3	4	5	6	7							
17. El creer en mí misma me permite atravesar	1	2	3	4	5	6	7							

tiempos difíciles							
18. En una emergencia soy una persona en quien se puede confiar	1	2	3	4	5	6	7
19. Generalmente puedo ver una situación de varias maneras	1	2	3	4	5	6	7
20. Algunas veces me obligo hacer cosas que no quiera	1	2	3	4	5	6	7
21. Mi vida tiene significado	1	2	3	4	5	6	7
22. No me lamento de las cosas por las que no puedo hacer nada	1	2	3	4	5	6	7
23. Cuando estoy en la situación difícil generalmente encuentro una salida	1	2	3	4	5	6	7
24. Tengo la energía suficiente para hacer lo que debo hacer	1	2	3	4	5	6	7
25. Acepto que hay personas a las que no les agrado	1	2	3	4	5	6	7

Anexo 5: Fichas de validación de instrumentos para la recolección de datos

Escala: fiabilidad

Resumen de procesamiento de casos

		N	%
Casos	Válido	24	4,0
	Excluido ^a	576	96,0
	Total	600	100,0

a. La eliminación por lista se basa en todas las variables del procedimiento.

Estadísticas de fiabilidad

Alfa de Cronbach	N de elementos
,820	25

Ficha de validación de contenido para un instrumento

EVALUACIÓN POR JUICIO DE EXPERTOS

Respetada jueza: Usted ha sido seleccionada para evaluar el programa “Inteligencia Emocional en la resiliencia de mujeres”. La evaluación del programa es de gran relevancia para lograr que sea válido y que los resultados obtenidos a partir de éste sean utilizados eficientemente; aportando al quehacer psicológico. Agradecemos su valiosa colaboración.

1. Datos generales del juez

Nombre del juez:	Máximo Correa Campos
Grado profesional:	Maestría (x) Doctor ()
Área de formación académica:	Clínica (x) Social () Educativa() Organizacional ()
Área de experiencia profesional:	Clínica Forense
Institución donde labora:	Unidad Médico Legal de Sullana
Tiempo de experiencia profesional en el área:	2 a 4 años () Más de 5 años (x)
Experiencia en Investigación preexperimental:	

2. Propósito de la evaluación:

Validar el contenido del instrumento, por juicio de expertos.

3. Datos de la intervención

Nombre:	Inteligencia Emocional en la resiliencia de mujeres
Autor:	Wilson Enrique Paiva Saavedra

Procedencia:	Perú - Trujillo
Administración:	Grupal
Tiempo de aplicación:	13 sesiones
Ámbito de aplicación:	Mujeres +18 años centro de salud- Sechura
Significación:	La intervención tiene 1 dimensión, con 16 sesiones por área. Además, su objetivo promover el desarrollo y fortalecimiento de la inteligencia emocional.

4. Soporte teórico

Escala/ÁREA Subescala	Escala/ÁREA Subescala	Escala/ÁREA Subescala	Escala/ÁREA Subescala	Escala/ÁREA Subescala
Intrapersonal	Interpersonal	Adaptabilidad	Toma de decisiones	Estado de ánimo

5. Presentación de instrucciones para el juez:

A continuación, a usted le presento la intervención basada en autocontrol para disminuir la agresividad, elaborada por el autor en el año 2023. De acuerdo con los siguientes indicadores califique cada una de las sesiones según corresponda.

Categoría	Calificación Indicador	Calificación Indicador
CLARIDAD La sesión se comprende fácilmente, es decir, su sintáctica y semántica son	1. No cumple con el criterio.	La sesión no es clara.
	2. Bajo Nivel	La sesión requiere bastantes modificaciones o una modificación muy grande en el uso de las palabras de acuerdo con su significado o por la ordenación de estas.

adecuadas.	3. Moderado nivel	Se requiere una modificación muy específica de algunos de los términos de la sesión.
	4. Alto nivel	La sesión es clara, tiene semántica y sintaxis adecuada
COHERENCIA	1. totalmente en desacuerdo (no cumple con el criterio).	La sesión no tiene relación lógica con la dimensión.
	2. Desacuerdo (bajo nivel de acuerdo).	La sesión tiene una relación tangencial /lejana con la dimensión.
	3. Acuerdo (moderado nivel).	La sesión tiene una relación moderada con la dimensión que se está midiendo.
	4. Totalmente de Acuerdo (alto nivel).	La sesión se encuentra está relacionado con la dimensión que está midiendo
REVELANCIA	1. No cumple con el criterio	La sesión puede ser eliminado sin que se vea afectada la medición de la dimensión.
	2. Bajo Nivel	La sesión tiene alguna relevancia, pero otro ítem puede estar incluyendo lo que mide éste.
	3. Moderado nivel	La sesión es relativamente importante.
	4. Alto nivel	La sesión es muy relevante y debe ser incluida.

Leer con detenimiento las sesiones y calificar en una escala de 1 a 4 su valoración, así como solicitamos brinde sus observaciones que considere pertinente

1 No cumple con el criterio
2. Bajo Nivel
3. Moderado nivel
4. Alto nivel

Dimensiones	Indicadores	Se sio ne s	Cl ari da d	Coher encia	Releva ncia	Observaciones/ Recomendacion es
Intervención en Inteligencia emocional	Autoconciencia emocional	1	3	3	3	Término subjetivo
	Autoevaluación	2	4	4	4	
	Autoconfianza	3	4	4	4	
	Empatía	4	4	4	4	
	Relación interpersonal	5	4	4	4	
	Responsabilidad social	6	4	4	4	
	Flexibilidad	7	4	4	4	
	Tolerancia al estrés	8	4	4	4	
	Optimismo	9	4	4	4	
	Solución de problemas	10	4	4	4	
	Toma de decisiones	11	4	4	4	
	Emociones	12	3	3	3	Clarificar que no hay emociones positivas o negativas, hay emociones expresadas de manera inadecuada
	Emociones II Manejo adecuado	13	4	4	4	

EVALUACIÓN POR JUICIO DE EXPERTOS

Respetada jueza: Usted ha sido seleccionada para evaluar el programa “Inteligencia Emocional en la resiliencia de mujeres”. La evaluación del programa es de gran relevancia para lograr que sea válido y que los resultados obtenidos a partir de éste sean utilizados eficientemente; aportando al quehacer psicológico. Agradecemos su valiosa colaboración.

1. Datos generales del juez

Nombre del juez:	ROSA OROPEZA GARCIA
Grado profesional:	Maestría (X) Doctor ()
Área de formación académica:	Clínica (X) Social ()
Área de experiencia profesional: Clínica /Forense	Clínica Forense
Institución donde labora:	Unidad Médico Legal de Piura/clinica Auna
Tiempo de experiencia profesional en el área:	2 a 4 años () Más de 5 años (x)
Experiencia en Investigación preexperimental:	

2. Propósito de la evaluación:

Validar el contenido del instrumento, por juicio de expertos.

3. Datos de la intervención

Nombre:	Inteligencia Emocional en la resiliencia de mujeres
Autor:	Wilson Enrique Paiva Saavedra
Procedencia:	Perú - Trujillo
Administración:	Grupal

Tiempo de aplicación:	13 sesiones
Ámbito de aplicación:	Mujeres +18 años centro de salud- Sechura
Significación:	La intervención tiene 1 dimensión, con 13 sesiones por área. Además, su objetivo promover el desarrollo y fortalecimiento de la inteligencia emocional,

4. Soporte teórico

Escala/ÁREA Subescala	Escala/ÁREA Subescala	Escala/ÁREA Subescala	Escala/ÁREA Subescala	Escala/ÁREA Subescala
Intrapersonal	Interpersonal	Adaptabilidad	Toma de decisiones	Estado de animo

5. Presentación de instrucciones para el juez:

A continuación, a usted le presento la intervención basada en autocontrol para disminuir la agresividad, elaborada por el autor en el año 2023. De acuerdo con los siguientes indicadores califique cada uno de las sesiones según corresponda.

Categoría	Calificación Indicador	Calificación Indicador
CLARIDAD La sesión se comprende fácilmente, es decir, su sintáctica y semántica son adecuadas.	1. No cumple con el criterio.	La sesión no es clara.
	2. Bajo Nivel	La sesión requiere bastantes modificaciones o una modificación muy grande en el uso de las palabras de acuerdo con su significado o por la ordenación de estas.

	3. Moderado nivel	Se requiere una modificación muy específica de algunos de los términos de la sesión.
	4. Alto nivel	La sesión es clara, tiene semántica y sintaxis adecuada
COHERENCIA	1. totalmente en desacuerdo (no cumple con el criterio).	La sesión no tiene relación lógica con la dimensión.
	2. Desacuerdo (bajo nivel de acuerdo).	La sesión tiene una relación tangencial /lejana con la dimensión.
	3. Acuerdo (moderado nivel).	La sesión tiene una relación moderada con la dimensión que se está midiendo.
	4. Totalmente de Acuerdo (alto nivel).	La sesión se encuentra está relacionado con la dimensión que está midiendo
REVELANCIA	1. No cumple con el criterio	La sesión puede ser eliminado sin que se vea afectada la medición de la dimensión.
	2. Bajo Nivel	La sesión tiene alguna relevancia, pero otro ítem puede estar incluyendo lo que mide éste.
	3. Moderado nivel	La sesión es relativamente importante.
	4. Alto nivel	La sesión es muy relevante y debe ser incluida.

Leer con detenimiento las sesiones y calificar en una escala de 1 a 4 su valoración, así como solicitamos brinde sus observaciones que considere pertinente

1 No cumple con el criterio
2. Bajo Nivel
3. Moderado nivel
4. Alto nivel

Dimensiones	Indicadores	Sesiones	Claridad	Coherencia	Relevancia	Observaciones/ Recomendaciones
Intervención en Inteligencia emocional	Autoconciencia emocional	1	4	4	4	
	Autoevaluación	2	4	4	4	
	Autoconfianza	3	4	4	4	
	Empatía	4	4	4	4	
	Relación interpersonal	5	4	4	4	
	Responsabilidad social	6	4	4	4	
	Flexibilidad	7	3	3	3	Flexibilidad cognitiva
	Tolerancia al estrés	8	4	4	4	
	Optimismo	9	4	4	4	
	Solución de problemas	10	4	4	4	

	Toma de decisiones	11	4	4	4	
	Emociones	12	3	3	3	Control de emociones
	Emociones II	13	3	3	3	

EVALUACIÓN POR JUICIO DE EXPERTOS

Respetada jueza: Usted ha sido seleccionada para evaluar el programa “Inteligencia Emocional en la resiliencia de mujeres”. La evaluación del programa es de gran relevancia para lograr que sea válido y que los resultados obtenidos a partir de éste sean utilizados eficientemente; aportando al quehacer psicológico. Agradecemos su valiosa colaboración.

1. Datos generales del juez

<u>Nombre del juez:</u>	ROXANA ELISA URQUIZA ZAVALETA
<u>Grado profesional:</u>	Maestría () Doctor ()
<u>Área de formación académica:</u>	Clínica () Social ()
<u>Área de experiencia profesional:</u> Clinica /Forense	
<u>Institución donde labora:</u>	
<u>Tiempo de experiencia profesional en el área:</u>	2 a 4 años () Más de 5 años (x)
<u>Experiencia en Investigación preexperimental:</u>	

2. Propósito de la evaluación:

Validar el contenido del instrumento, por juicio de expertos.

3. Datos de la intervención

Nombre:	Inteligencia Emocional en la resiliencia de mujeres
Autor:	Wilson Enrique Paiva Saavedra
Procedencia:	Perú - Trujillo
Administración:	Grupal

Tiempo de aplicación:	13 sesiones
Ámbito de aplicación:	Mujeres +18 años centro de salud- Sechura
Significación:	La intervención tiene 1 dimensión, con 13 sesiones por área. Además, su objetivo promover el desarrollo y fortalecimiento de la inteligencia emocional,

4. Soporte teórico

Escala/ÁREA Subescala	Escala/ÁREA Subescala	Escala/ÁREA Subescala	Escala/ÁREA Subescala	Escala/ÁREA Subescala
Intrapersonal	Interpersonal	Adaptabilidad	Toma de decisiones	Estado de animo

5. Presentación de instrucciones para el juez:

A continuación, a usted le presento la intervención basada en autocontrol para disminuir la agresividad, elaborada por el autor en el año 2024. De acuerdo con los siguientes indicadores califique cada uno de las sesiones según corresponda.

Categoría	Calificación Indicador	Calificación Indicador
CLARIDAD La sesión se comprende fácilmente, es decir, su sintáctica y semántica son adecuadas.	1. No cumple con el criterio.	La sesión no es clara.
	2. Bajo Nivel	La sesión requiere bastantes modificaciones o una modificación muy grande en el uso de las palabras de acuerdo con su significado o por la ordenación de estas.
	3. Moderado nivel	Se requiere una modificación muy específica de algunos de los términos de la sesión.

	4. Alto nivel	La sesión es clara, tiene semántica y sintaxis adecuada
COHERENCIA	1. totalmente en desacuerdo (no cumple con el criterio).	La sesión no tiene relación lógica con la dimensión.
	2. Desacuerdo (bajo nivel de acuerdo).	La sesión tiene una relación tangencial /lejana con la dimensión.
	3. Acuerdo (moderado nivel).	La sesión tiene una relación moderada con la dimensión que se está midiendo.
	4. Totalmente de Acuerdo (alto nivel).	La sesión se encuentra está relacionado con la dimensión que está midiendo
REVELANCIA	1. No cumple con el criterio	La sesión puede ser eliminado sin que se vea afectada la medición de la dimensión.
	2. Bajo Nivel	La sesión tiene alguna relevancia, pero otro ítem puede estar incluyendo lo que mide éste.
	3. Moderado nivel	La sesión es relativamente importante.
	4. Alto nivel	La sesión es muy relevante y debe ser incluida.

Leer con detenimiento las sesiones y calificar en una escala de 1 a 4 su valoración, así como solicitamos brinde sus observaciones que considere pertinente

1 No cumple con el criterio

2. Bajo Nivel
3. Moderado nivel
4. Alto nivel

Dimensiones	Indicadores	Sesiones	Claridad	Coherencia	Relevancia	Observaciones/ Recomendaciones
Intervención en Inteligencia emocional	Autoconciencia emocional	1	4	4	4	
	Autoevaluación	2	4	4	4	
	Autoconfianza	3	4	4	4	
	Empatía	4	4	4	4	
	Relación interpersonal	5	4	4	4	
	Responsabilidad social	6	4	4	4	
	Flexibilidad	7	4	4	4	
	Tolerancia al estrés	8	4	4	4	
	Optimismo	9	4	4	4	
	Solución de problemas	10	4	4	4	
	Toma de decisiones	11	4	4	4	

	Emociones	12	3	3	3	
	Emociones II	13	3	3	3	

EVALUACIÓN POR JUICIO DE EXPERTOS

Respetada jueza: Usted ha sido seleccionada para evaluar el programa “Inteligencia Emocional en la resiliencia de mujeres”. La evaluación del programa es de gran relevancia para lograr que sea válido y que los resultados obtenidos a partir de éste sean utilizados eficientemente; aportando al quehacer psicológico. Agradecemos su valiosa colaboración.

1. Datos generales del juez

Nombre del juez:	MARIA RUIZ GALLO
Grado profesional:	Maestría (X) Doctor ()
Área de formación académica:	Clínica (X) Social () Educativa() Organizacional ()
Área de experiencia profesional: Clínica /Forense	Clínica Forense
Institución donde labora:	Universidad César Vallejo.
Tiempo de experiencia profesional en el área:	2 a 4 años () Más de 5 años (x)
Experiencia en Investigación preexperimental:	

2. Propósito de la evaluación:

Validar el contenido del instrumento, por juicio de expertos.

3. Datos de la intervención

Nombre:	Inteligencia Emocional en la resiliencia de mujeres
Autor:	Wilson Enrique Paiva Saavedra
Procedencia:	Perú - Trujillo
Administración:	Grupal

Tiempo de aplicación:	13 sesiones
Ámbito de aplicación:	Mujeres +18 años centro de salud- Sechura
Significación:	La intervención tiene 1 dimensión, con 13 sesiones por área. Además, su objetivo promover el desarrollo y fortalecimiento de la inteligencia emocional,

4. Soporte teórico

Escala/ÁREA Subescala	Escala/ÁREA Subescala	Escala/ÁREA Subescala	Escala/ÁREA Subescala	Escala/ÁREA Subescala
Intrapersonal	Interpersonal	Adaptabilidad	Toma de decisiones	Estado de ánimo

5. Presentación de instrucciones para el juez:

A continuación, a usted le presento la intervención basada en autocontrol para disminuir la agresividad, elaborada por el autor en el año 2023. De acuerdo con los siguientes indicadores califique cada uno de las sesiones según corresponda.

Categoría	Calificación Indicador	Calificación Indicador
CLARIDAD La sesión se comprende fácilmente, es decir, su sintáctica y semántica son adecuadas.	1. No cumple con el criterio.	La sesión no es clara.
	2. Bajo Nivel	La sesión requiere bastantes modificaciones o una modificación muy grande en el uso de las palabras de acuerdo con su significado o por la ordenación de estas.

	3. Moderado nivel	Se requiere una modificación muy específica de algunos de los términos de la sesión.
	4. Alto nivel	La sesión es clara, tiene semántica y sintaxis adecuada
COHERENCIA	1. totalmente en desacuerdo (no cumple con el criterio).	La sesión no tiene relación lógica con la dimensión.
	2. Desacuerdo (bajo nivel de acuerdo).	La sesión tiene una relación tangencial /lejana con la dimensión.
	3. Acuerdo (moderado nivel).	La sesión tiene una relación moderada con la dimensión que se está midiendo.
	4. Totalmente de Acuerdo (alto nivel).	La sesión se encuentra está relacionado con la dimensión que está midiendo
REVELANCIA	1. No cumple con el criterio	La sesión puede ser eliminado sin que se vea afectada la medición de la dimensión.
	2. Bajo Nivel	La sesión tiene alguna relevancia, pero otro ítem puede estar incluyendo lo que mide éste.
	3. Moderado nivel	La sesión es relativamente importante.
	4. Alto nivel	La sesión es muy relevante y debe ser incluida.

Leer con detenimiento las sesiones y calificar en una escala de 1 a 4 su valoración, así como solicitamos brinde sus observaciones que considere pertinente

1 No cumple con el criterio
2. Bajo Nivel
3. Moderado nivel
4. Alto nivel

Dimensiones	Indicadores	Sesiones	Claridad	Coherencia	Relevancia	Observaciones/ Recomendaciones
Intervención en Inteligencia emocional	Autoconciencia emocional	1	4	4	4	
	Autoevaluación	2	4	4	4	
	Autoconfianza	3	4	4	4	
	Empatía	4	4	4	4	
	Relación interpersonal	5	4	4	4	
	Responsabilidad social	6	4	4	4	
	Flexibilidad	7	4	4	4	
	Tolerancia al estrés	8	4	4	4	
	Optimismo	9	4	4	4	
	Solución de problemas	10	4	4	4	

	Toma de decisiones	11	4	4	4	
	Emociones	12	3	3	3	Fundamentar la adecuada gestión de emociones
	Emociones II	13	3	3	3	Fundamentar la inadecuada gestión de emociones

Anexo 6: Consentimiento informado

Consentimiento Informado

Título de la investigación: “Programa de Inteligencia Emocional en la resiliencia de mujeres víctimas de violencia conyugal de un Centro de Salud”

Investigador (a) (es): Psico. Wilson Enrique Paiva Saavedra

Propósito del estudio

Le invitamos a participar en la investigación “Programa de Inteligencia Emocional en la resiliencia de mujeres víctimas de violencia conyugal de un Centro de Salud”, cuyo objetivo es Evaluar los efectos de un programa de inteligencia emocional en la resiliencia de mujeres víctimas de violencia conyugal de un Centro de Salud I4 Sechura. Esta investigación es desarrollada por estudiantes del programa de estudio de Maestría en Intervención psicológica, de la Universidad César Vallejo del campus Trujillo, aprobado por la autoridad correspondiente de la Universidad y con el permiso de la institución Centro de Salud I-4 Sechura.

Procedimiento

Si usted decide participar en la investigación se realizará lo siguiente:

1. Se realizará una encuesta o entrevista donde se recogerán datos personales y algunas preguntas
2. Esta encuesta o entrevista tendrá un tiempo aproximado de 15 minutos y se realizará en el ambiente de salón de actividades del centro. Las respuestas al cuestionario o guía de entrevista serán codificadas usando un número de identificación y, por lo tanto, serán anónimas.



Participación voluntaria (principio de autonomía):

Puede hacer todas las preguntas para aclarar sus dudas antes de decidir si desea participar o no, y su decisión será respetada. Posterior a la aceptación no desea continuar puede hacerlo sin ningún problema.

Riesgo (principio de No maleficencia):

Indicar al participante la existencia que NO existe riesgo o daño al participar en la investigación. Sin embargo, en el caso que existan preguntas que le puedan generar incomodidad. Usted tiene la libertad de responderlas o no.

Beneficios (principio de beneficencia):

Se le informará que los resultados de la investigación se le alcanzará a la institución al término de la investigación. No recibirá ningún beneficio económico ni de ninguna otra índole. El estudio no va a aportar a la salud individual de la persona, sin embargo, los resultados del estudio podrán convertirse en beneficio de la salud pública.

Confidencialidad (principio de justicia):

Los datos recolectados deben ser anónimos y no tener ninguna forma de identificar al participante. Garantizamos que la información que usted nos brinde es totalmente Confidencial y no será usada para ningún otro propósito fuera de la investigación. Los datos permanecerán bajo custodia del investigador principal y pasado un tiempo determinado serán eliminados convenientemente.

Problemas o preguntas:

Si tiene preguntas sobre la investigación puede contactar con el Investigador (a) (es) Psico. Wilson Paiva Saavedra pswilsonsaavedra@gmail.com y asesor Dra. García Flores Lizzeth Aimée email: lgarciafl@ucv.edu.pe

Consentimiento

Después de haber leído los propósitos de la investigación autorizo participar en la investigación antes mencionada.

Nombre y apellidos: _____

Fecha y hora: _____



Anexo 8: Autorizaciones para el desarrollo del proyecto de investigación



AÑO DE LA UNIDAD, LA PAZ Y EL DESARROLLO

Trujillo, 07 de julio de 2023

CARTA N° 481-2023-UCV-VA-EPG-F01/J
Dra. Lizeth Vite Chulle
Directora
CENTRO DE SALUD SECHURA I-4
Presente.

ASUNTO: AUTORIZACIÓN PARA APLICAR INSTRUMENTOS PARA EL DESARROLLO DE TESIS

Es grato dirigirme a usted para saludarle cordialmente y así mismo presentar al estudiante **WILSON ENRIQUE PAIVA SAAVEDRA**, del programa de **MAESTRÍA EN INTERVENCIÓN PSICOLÓGICA**, de la Escuela de Posgrado de la Universidad César Vallejo.

El estudiante en mención solicita autorización para aplicar los instrumentos necesarios para el desarrollo de su tesis denominada: **PROGRAMA DE INTELIGENCIA EMOCIONAL PARA LA RESILIENCIA DE MUJERES VÍCTIMAS DE VIOLENCIA CONYUGAL DE UN CENTRO DE SALUD - SECHURA 2023**, en la institución que usted dirige.

El objetivo principal de este trabajo de investigación es determinar los efectos de un programa cognitivo conductual, en la inteligencia emocional de mujeres víctimas de violencia conyugal, del consultorio psicológico del Centro de Salud I4, Sechura 2021.

Agradeciendo la atención que brinde a la presente, aprovecho la oportunidad para expresarle mi consideración y respeto.

Atentamente,



Mg. Ricardo Benites Allaga
Jefe de la Escuela de Posgrado-Trujillo
Universidad César Vallejo

ADIUNTO:

- Instrumentos de recolección de datos.