



**UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO**

**ESCUELA DE POSGRADO**

**PROGRAMA ACADÉMICO DE MAESTRÍA EN**

**INTERVENCIÓN PSICOLÓGICA**

**Propuesta para mejorar la inteligencia emocional en estudiantes  
de una institución educativa, Huaraz, 2021**

TESIS PARA OBTENER EL GRADO ACADÉMICO DE MAESTRA EN  
INTERVENCIÓN PSICOLÓGICA

**AUTORA:**

Paredes Vásquez, Leslie Elizabeth (ORCID: 0000-0002-3123-7137)

**ASESOR:**

Dr. Sosa Aparicio, Luis Alberto (ORCID: 0000-0002-5903-4577)

**LINEA DE INVESTIGACIÓN:**

Modelos de Prevención y Promoción

CHIMBOTE – PERÚ

2021

## DEDICATORIA

Esta tesis está dedicada a:

A mis padres, quienes con su ejemplo y esfuerzo me han permitido lograr un objetivo más en mi vida, gracias, por el aliento, tiempo y dedicación que me brindaron siempre.

A mi esposo y a mi hijo, por la motivación y apoyo que me dieron durante este tiempo, porque fueron el mejor motivo para ascender en mi formación académica, por enseñarme que se pueden cumplir todo lo que nos proponemos.

Finalmente, quiero dedicar, esta tesis a mis amistades, Sheilah, Liliana, Ysenia, Davor, Fredy, por apoyarme cuando más los necesito, por estar en los mejores momentos y en los momentos estresantes, muchas gracias de corazón.

Leslie Elizabeth Paredes Vásquez

## AGRADECIMIENTO

Mi más sincero agradecimiento a la Universidad Cesar Vallejo, por brindarme la oportunidad de crecer como profesional al obtener diversos aprendizajes para ser una mejor psicóloga y mejor persona.

A mis docentes por las valiosas enseñanzas, les agradezco por su esmero y dedicación en este proceso de aprendizaje, por la motivación para la culminación de mis cursos y la culminación de esta tesis, gracias por la confianza.

La autora

## ÍNDICE DE CONTENIDOS

	Pág.
CARÁTULA	i
DEDICATORIA	ii
AGRADECIMIENTO	iii
RESUMEN	6
ABSTRACT	7
I. INTRODUCCIÓN	8
II. MARCO TEÓRICO	11
III. METODOLOGÍA	22
3.1. Tipo y diseño de investigación	22
3.2. Variables y operacionalización	22
3.3. Población	22
3.4. Técnicas e instrumentos de recolección de datos	23
3.5. Procedimientos (todos los títulos con negrita)	24
3.6. Método de análisis de datos	24
3.7. Aspectos éticos	24
IV. RESULTADOS	25
V. DISCUSIÓN	29
VI. CONCLUSIONES	33
VII. RECOMENDACIONES	34
VIII. PROPUESTA	35
REFERENCIAS	47
ANEXOS	54

## ÍNDICE DE TABLAS

	Pág.
Tabla 1: Distribución de los niveles generales de inteligencia emocional en estudiantes	25
Tabla 2: Distribución de los niveles de las escalas de inteligencia emocional	26
Tabla 3: Inteligencia emocional general y la variable sociodemográfica sexo	27
Tabla 4: Inteligencia emocional general y la variable sociodemográfica edad	28

## RESUMEN

El objetivo de esta investigación fue general una propuesta de mejora en inteligencia emocional para estudiantes, a través de los niveles de inteligencia emocional, en estudiantes de una institución educativa de Huaraz, 2021. Se realizó el estudio con una muestra de 180 estudiantes. Mediante un diseño no experimental de alcance descriptivo y de corte transversal. El instrumento empleado fue el Inventario Emocional de Baron ICE – NA. En dicha investigación se identificaron los siguientes resultados, el 75% de estudiantes, se ubican en el nivel de capacidad emocional por mejorar, es decir que, existe una falta significativa en habilidades emocionales. En cuanto a los niveles obtenidos por escala, en las escalas intrapersonal e interpersonal, el 51.1% y el 43.9% respectivamente se ubican en el nivel de capacidad de inteligencia emocional adecuada, es decir, que muestran mayor capacidad en las relaciones interpersonales y en la expresión de emociones. por otra parte, las escalas de adaptabilidad, manejo de estrés e impresión positiva, con un 55%, 58.9% y 50% respectivamente, se ubicaron en el nivel de capacidad emocional por mejorar, es decir que, muestran dificultad para adaptarse a situaciones cambiantes y estresantes, puesto que, están en un proceso de desarrollo de habilidades para afrontar situaciones cotidianas bajo un enfoque positivo.

**Palabras clave:** Inteligencia emocional, inteligencia intrapersonal, inteligencia interpersonal, adaptabilidad, manejo de estrés, impresión positiva.

## **ABSTRACT**

The objective of this research was a general proposal for improvement in emotional intelligence for students, through the levels of emotional intelligence, in students of an educational institution in Huaraz, 2021. The study was carried out with a sample of 180 students. Through a non-experimental design with a descriptive and cross-sectional scope. The instrument used was the Baron ICE - NA Emotional Inventory. In this research the following results were identified, 75% of students are located at the level of emotional capacity to improve, that is, there is a significant lack of emotional skills. Regarding the levels obtained by scale, on the intrapersonal and interpersonal scales, 51.1% and 43.9% respectively are located at the level of adequate emotional intelligence capacity, that is, they show greater capacity in interpersonal relationships and in communication. expression of emotions. On the other hand, the scales of adaptability, stress management and positive impression, with 55%, 58.9% and 50% respectively, were located at the level of emotional capacity to improve, that is, you show difficulty in adapting to changing situations and stressful, since they are in a process of developing skills to face everyday situations under a positive approach.

**Keywords:** Emotional intelligence, intrapersonal intelligence, interpersonal intelligence, adaptability, stress management, positive impression.

## **I. INTRODUCCIÓN**

Las regulación y aceptación de las emociones, en el entorno actual, es la preocupación que se pone en manifiesto, de manera relevante en los centros de estudios básicos regulares, por el desarrollo propio de la edad, y añadido a ello, la adaptación actual, como la pandemia, la transformación física y psicológica, parte de la adolescencia, su interrelación con un contexto de competencia y diversas conductas.

La adolescencia es una etapa de desarrollo cognitivo, físico, sexual y social, experimentando problemáticas al alcanzar las metas que se propongan provocando frustraciones y sentimiento desfavorables para ellos. En esta etapa, se afirman las relaciones sociales y la destreza en el control emocional, es decir, regulación emocional. De igual manera, en los últimos años se ha analizado las diferencias en el reconocimiento emocional entre varones y mujeres, mostrando un sutil incremento en el reconocimiento emocional en el sexo femenino (Connolly, Lefevre, Young y Lewis, 2019), sin embargo, aún se están realizando más estudios en relación a esta variable por su importancia en el desarrollo de las personas, para identificar di referencias y similitudes relevantes, como, la presencia de niveles altos de empatía en relación con el componente interpersonal de inteligencia emocional en el sexo femenino (Di Tella, Miti, Ardito y Adenzato, 2020).

Según Sánchez y Mejía (2020), dentro de su estudio mostraron altos niveles de desajuste, entre ello, los resultados denotan el estado emocional que atraviesan las personas ante una situación que promueve un cambio, en este caso, la pandemia.

Por ello, las emociones juegan un papel importante, como medio de expresión catártica, reconociendo situaciones que nos agradan o disgustan tales como la alegría y la ira, así también, como defensa ante el peligro, por ende, ser capaces de afrontar y resolver problemas. Así mismo, una adecuada inteligencia emocional les proporcionara un control sobre si mismos y de sus conductas ante situaciones hostiles. Por tal motivo es importante estudiar la variable inteligencia emocional dentro del desarrollo evolutivo, en este caso, la adolescencia, debido a que, es una situación del desarrollo huma con diversos cambios y adaptaciones, dentro de ello, su afirmación emocional, formando su



identidad y la necesidad de pertenecer y encajar en un grupo amical en un entorno en el cual, los alumnos y docentes se encuentran detrás de una pantalla, reinsertándose de manera semipresencial a las instituciones educativas.

Por lo expuesto en líneas anteriores, esta investigación pretende hallar resultados referentes a la inteligencia emocional en estudiantes de una institución educativa de la ciudad de Huaraz, con ello, realizar una propuesta acorde a los resultados.

El tema se justifica en base a lo expuesto por Naranjo M. (2007) "En dicha conclusión con respecto a la educación, es preciso decir que, el interés adecuado por uno mismo debe considerarse la meta de toda persona inmerso en el desarrollo de la educación".

Es decir que, el denotar el conocimiento de la propia persona, permitirá realzar diversas cualidades y virtudes a nivel general, lo cual, también permitirá gestionar las emociones partiendo del conocimiento de sí mismo.

Por ello, se formula el siguiente problema: Propuesta para mejorar la Inteligencia emocional en estudiantes de una institución educativa, Huaraz, 2021. Ello, va a permitir promover en la entidad la pertinencia en la aplicación de estrategias innovadoras adecuadas a los estudiantes, con ello, podrán manifestar sus diferentes emociones, problemas, y pensamiento con respeto. Ello fortificará el progreso emocional en los estudiantes.

En cuanto al grado teórico, la investigación evidenciará los niveles de cada dimensión de inteligencia emocional, para futuras investigaciones, más aún, poder innovar en una propuesta de prevención que contribuirá a las necesidades específicas obtenidas en los resultados.

En tanto, a la contribución metodológica se encamina a establecer una propuesta preventiva a fin de potenciar la magnitud de las características de la inteligencia emocional.

Por lo tanto, los resultados permitirán que, en las instituciones educativas, se pueda identificar las dimensiones predominantes y variaciones según edades y sexo en la Inteligencia en los estudiantes. Asimismo, la propuesta preventiva de mejora tiene el objetivo de valer para el desarrollo y la importancia para la interrelación con su medio externo e interno, para administrar y distinguir las

características emocionales. Promoviendo con ello, el control de impulsos y la adaptabilidad a diversas situaciones. Finalmente, será de utilidad, para poder generar conocimiento más allá de lo intelectual, enmarcado en un conocimiento intrapersonal, para que, sea capaz de afrontar problemas y el cambio más próximo de aceptación y variaciones tanto físicas como psicológicas que ocurren en la adolescencia. Promoviendo el progreso intrapersonal, afrontando situaciones tales como, la pandemia.

Por lo mencionado, se establecen los siguientes objetivos e hipótesis para explicar los niveles de las variables y enmarcar a partir de ello, la propuesta de intervención.

Objetivo general:

- Generar, una propuesta, de mejora, en inteligencia emocional, para estudiantes.
- Determinar, el nivel de inteligencia emocional, en estudiantes.

Objetivos específicos:

- Identificar el nivel de inteligencia emocional de la escala intrapersonal en estudiantes.
- Identificar el nivel de la escala interpersonal en estudiantes.
- Identificar el nivel de inteligencia emocional de la escala adaptabilidad en estudiantes.
- Identificar el nivel de inteligencia emocional de la escala manejo de estrés en estudiantes.
- Identificar el nivel de inteligencia emocional de la escala impresión positiva en estudiantes.
- Identificar la inteligencia emocional según la variable sexo.
- Identificar la inteligencia emocional según la variable edad.

## II. MARCO TEÓRICO

En cuanto, a los precedentes que se han considerado dentro de este capítulo, se mencionan a continuación, los antecedentes internacionales, nacionales y los antecedentes locales.

A nivel internacional tenemos las siguientes investigaciones:

Solis (2021), Propusieron analizar la variable inteligencia emocional en relación a la empatía ante factores de riesgo en estudiantes de educación secundaria, obteniendo como resultados que los componentes de inteligencia emocional y la empatía debilitan los factores de riesgo.

Por su parte, Portillo y Reynoso (2021), analizaron la relación entre inteligencia emocional y autoconcepto en estudiantes de educación secundaria, en donde, los resultados mostraron puntajes elevados en autoconcepto, así mismo, en lo referente a la variable sexo, los varones mostraron un alto índice de autoconcepto, mientras que, el sexo femenino, denota un alto índice en inteligencia emocional.

Rosario, Sáez y Esnaola (2020), establecieron analizar la inteligencia emocional en estudiantes de educación secundaria de ambos sexos, con edades de 11 a 19 años, bajo un modelo mixto, en donde, se halló que, en el sexo femenino presenta mejor que en los varones.

En tanto, Siguenza, Carballido, Pérez y Fonseca (2019) establecieron evaluar una intervención de inteligencia emocional en el marco de un entorno educativo, obteniendo como resultado la satisfacción de los participantes, por lo cual, denota el implementar una mejora continua en el ámbito emocional para una mejora integral del adolescente.

Schoeps, Tamarit, González y Montoya (2019) propusieron hallar la relación entre inteligencia emocional en la adolescencia, en donde, se obtuvo que, las participantes de sexo femenino perciben y entienden en un nivel mayor a los varones, las emociones, de igual forma, los participantes del sexo masculino presentan mayor nivel de dificultades emocionales. Es decir que, aunque el estudio halla carecido de indicadores de diferencia en la edad, en cuanto, a la variable sexo denota diferencias.

Asimismo, Broc (2019), estableció analizar la variable de inteligencia emocional en una institución educativa pública, hallando que, los varones

superan a las mujeres en la dimensión de estado de ánimo y adaptabilidad, mientras que en las dimensiones interpersonales y de manejo de estrés presentaron niveles bajos, en donde, el sexo femenino, supera a los varones en niveles de la dimensión interpersonal.

Por su parte, Vicepresidente, Badenes y Plumed (2018) establece conocer la relación entre inteligencia emocional e indicadores de bienestar en adolescentes, los resultados, mostraron una influencia entre inteligencia emocional y la mejora del bienestar, es decir, satisfacción con la vida de los adolescentes.

Saylik, Raman y Szameitat (2018), establecieron analizar la diferencia en el reconocimiento emocional entre varones y mujeres, denotando un mejor reconocimiento emocional por parte de las mujeres, mientras los varones mostraban mayor nivel en las pruebas cognitivas.

En tanto, Esnaola, Revuelta y Sarasa (2017), analizaron la inteligencia emocional en adolescentes estudiantes, de 12 a 18 años de edad, en donde, los hallazgos, no evidenciaron diferencias en relación a la edad, a excepción del componente de estrés en el sexo femenino.

Cobos, Flujas y Gómez (2017), analizaron la variable inteligencia emocional en el entorno escolar con adolescentes de promedio de 13 años de edad, lo cual, mostró que, en tanto exista un alto nivel de inteligencia emocional disminuirá la impulsividad conductual.

Ysern (2016), propuso determinar en qué medida se entrelazan la inteligencia emocional con la probabilidad de presentar problemas psicológicos en la adolescencia, hallando que, el sexo femenino denota un alto nivel de inteligencia emocional, en edad, se evidencio la disminución de inteligencia emocional conforme la edad incrementa.

Por su parte, Antonio, Azpiazu, Esnaola y Sarasa (2015), establecieron analizar la influencia de la inteligencia emocional como predictor de habilidades sociales en adolescentes en centros educativos de secundaria, hallando influencia entre la variable de estudio y la variable sexo, predominando en los varones, en cuanto a las mujeres, marcaron influencia los componentes de autoconcepto, para el desarrollo de habilidades sociales en los centros educativos.

Gazquez, Pérez, Díaz, García e Ingles (2015), establecieron analizar la relación de inteligencia emocional y el comportamiento social de los adolescentes, hallaron un nivel de inteligencia emocional bajo, sin embargo, los adolescentes con inteligencia emocional y regulación emocional altos, denotaban comportamientos sociales positivos.

A nivel nacional, tenemos las siguientes investigaciones:

Remigio (2018), estableció analizar la inteligencia emocional en relación a la autoestima, en estudiantes de una institución educativa pública, en donde, hallaron que ambas variables dependen una de la otra, es decir, a mayor estima hacia uno mismo mayor índice de inteligencia emocional.

Asimismo, Ruiz y Carranza (2018), propusieron analizar la inteligencia emocional en un entorno educativo, con adolescentes, resultando, diferencias en cuanto a género en el componente empatía y habilidades sociales, dado que, las mujeres mostraron puntuaciones más altas, sin embargo, en cuanto a, inteligencia emocional general, no se obtuvieron diferencias en género.

Por su parte, Miranda (2017), propuso investigar la relación de inteligencia emocional según género en estudiantes adolescentes de una institución educativa nacional, hallando que, no existen diferencias significativas entre varones y mujeres, puesto que, obtuvieron puntajes similares.

Asimismo, Peralta y Sandoval (2016), propusieron conocer los niveles de inteligencia emocional en estudiantes, obteniendo como resultados, un nivel bajo de inteligencia emocional en la institución educativa pública en comparación a la institución educativa particular.

Sumari y Vaca (2017), establecieron analizar la inteligencia emocional en estudiantes de secundaria, hallando una relación negativa, es decir que, cuanto mayor nivel de inteligencia emocional, concebirán menos conductas destructivas.

A nivel local, tenemos las siguientes investigaciones:

Alegre (2018), propuso analizar la inteligencia emocional en relación a la autoestima en estudiantes adolescentes de una institución educativa pública, denotando, una correlación significativa, en donde, el resultado positivo dependerá de ambas variables.

Por lo cual, se abarcarán los enfoques referentes a inteligencia emocional y propuesta preventiva.

En primer lugar, al hablar de inteligencia emocional:

De acuerdo con Goleman (1995) el cual, representó la idea de una inteligencia emocional, la cual, es considerada como una característica que proporciona una capacidad, siendo esta, una característica que se puede desarrollar con otras habilidades.

Conceptualizándola como una característica relevante para el crecimiento personal y su acople en la sociedad, la cual, comprende en consecuencia de su desarrollo, una obtención de sus metas en todos los ámbitos de su vida. Lo cual, denota un mejor control, al iniciar la mejora de control de emociones en niños, destacando que, con ello, puedan tener la capacidad de repararse emocionalmente a uno mismo (López, Ortega, Jiménez y Valero, 2021). Siendo el causante de esta teoría, destaca componentes relevantes del crecimiento de tal inteligencia, los cuales, se mencionan a continuación: conciencia emocional, caracterizada por reconocer las propias emociones; autocontrol, esta representa la regulación y equilibrio de emociones; la motivación, la cual, dirige el cumplimiento de las metas; la empatía, caracterizada por comprender las situaciones ajenas; finalmente, la destreza social, referente a las habilidades que comprenden a la moral y a la amabilidad.

La fase de la evolución que comprende a los adolescentes, según Papalia (2001), la cual, inicia a los once y culmina a los veinte años, a lo largo de esta fase, las personas obtienen el, durante esta etapa el individuo alcanza un desarrollo óptimo a nivel físico, con la meta de adquirir una conciencia emocional, logrando en paralelo compromisos y obligaciones ante el juicio social. Para una mejor comprensión, del desarrollo en esta etapa de la adolescencia, se analiza el área del cerebro, en donde, los adolescentes entre 11 a 13 años de edad, utilizan la amígdala, ubicada en el lóbulo temporal, la cual interviene en las reacciones emocionales; en cuanto, a los adolescentes de 14 años en adelante, tienen mayor ejecución de los lóbulos frontales, encargados de la función de planificar, razonar, del juicio y control. Asimismo, nos hace mención, en el incremento de materia gris en

la adolescencia temprana, en la corteza prefrontal, proceso en el cual se eliminan sinapsis neuronales que no se utilizan. Por ende, la estimulación cognitiva en esta etapa es importante, para el desarrollo cerebral, puesto que, sus experiencias y habilidades adquiridas determinaran que conexiones neuronales se conservan. (Papalia, 2009)

Evidenciando que, las reacciones emocionales mantienen una base fisiológica, resultando que aparece la emoción y luego el pensamiento para su análisis. (Gan y Triginé, 2012)

Referente a lo mencionado, remarca que, es una etapa de cambios y adaptación, en la cual, forma su identidad a través de diferentes costumbres, afrontando retos sociales e intelectuales y construyendo características personales para su desenvolvimiento individual y social, en donde, es importante reconocer el desarrollo de la inteligencia emocional a través de diversos recursos o técnicas de relajación (López, 2007). Siendo importante su mención, debido a que, la propuesta del programa en mención está dirigido a menores desde el primer año de educación secundaria hasta quinto, por ende, individuos, que se encuentran en el desarrollo físico y emocional, parte de la adolescencia. En cuanto, a las propuestas investigadas, establecen una diferencia emocional y social entre varones y mujeres, en donde, se encontró, que los varones que maduran antes, desarrollan mejor autoestima y son menos impulsivos que los que maduran después. Por su parte las mujeres, se sienten más felices si maduran al mismo tiempo que las demás, siendo que, las que maduran antes de tiempo, desarrollan menos las habilidades interpersonales, comunicándose con menos frecuencia y siendo negativas ante las experiencias. (Papalia, 2009)

Asimismo, se han distinguido mayor expresividad emocional en mujeres que en varones dependiendo del contexto en el que se desarrollen, (Fischer, y Lafrance, 2015), corroborándose los mismos resultados con estudios en otras culturas occidentales y europeas, en donde, resulta que las mujeres son más emocionales que los varones. (Gong, Wong, y Wang, 2018)

Lo cual, Gordillo (2021), considera que, las mujeres son las sensitivas a la percepción de los cambios emocionales en comparación con los varones, los cuales, para tener una percepción objetiva deben presentar emociones claras de la expresión facial. Asimismo, Fisher (2018) evidencia una ventaja en el reconocimiento emocional en el sexo femenino, del mismo modo, estudios de reconocimiento de expresiones faciales, en donde, las mujeres denotan un nivel alto de precisión a diferencia de los varones en dicho reconocimiento de emociones a través del rostro (Wingenbach, Ashwin y Brosman, 2018).

De igual modo, los adolescentes denotan un procesamiento de emociones diferentes a la de los adultos. En donde, los adolescentes tempranos con edades establecidas de 11 a 13 años, utilizan la amígdala localizada a nivel profundo en el lóbulo temporal, comprometida con las emociones. A diferencia de los adolescentes mayores que usaban los lóbulos frontales, implicados en la planificación, juicio, regulación de las emociones y control de las conductas impulsivas. Para una mejor explicación, el autor hace referencia al aspecto del crecimiento de la producción de materia gris en los lóbulos frontales en la pubertad, posterior a ello declina a gran medida, eso significa una poda de sinapsis o conexiones neuronales que dejan de ser usadas, fortaleciendo las que, si permanecen, en donde, al prender de situaciones que nos producen sensaciones de dolor, potenciara su experiencia para futuras situaciones (Castanyer, Cañizares y García, 2015). Por ende, la estimulación cognitiva en esta etapa es importante, para el desarrollo cerebral, puesto que, sus experiencias y habilidades adquiridas determinaran que conexiones neuronales se conservan. (Papalia, 2009)

Modelos mixtos

Modelo de Baron de inteligencia emocional social

Baron (citado por Ugarriza y Pajares, 2003), estimaron a la inteligencia emocional, la cual, también es considerada como no cognoscitivo, como un grupo de características de la persona que se vuelven estables con forme el crecimiento personal, habilidades consentidas en el ámbito emocional como a nivel social, las cuales, van a contribuir en el proceder de cada



individuo de una manera astuta y responsable, siendo estas, las que van a fijar la vehemencia para entender a los demás y las diferentes situaciones que vayamos atravesando. En adición, se ha demostrado que los varones que maduran antes desarrollan mayor estima hacia si mismos con mejor control de impulsos, del mismo modo, las mujeres se sienten mejor consigo mismas al madurar al mismo tiempo que las demás, puesto que, al madurar antes de tiempo desempeñan menos características en las relaciones interpersonales. (Papalia, 2009)

Su conceptualización, se centra en teorías en las cuales se rescatan las emociones como recurso para sobrevivir y ajustarse al medio social, del mismo modo, rescata la importancia del proceder de las personas en relación a los componentes emocionales en fusión con la inteligencia.

Debido a ello, esta teoría referente a inteligencia emocional en relación al ámbito social, sugiere una mezcla de habilidades emocionales y de interrelación personal, las cuales, van a establecer la manera en que comprendemos y nos comprendemos a uno mismo, y la manera de afrontar las situaciones o retos que se presentan. De igual forma, Teruel, Salavera, Usán y Antoñanzas (2019), evidenciaron la importancia de la importancia emocional a partir del egocentrismo en contraste con las emociones basadas en los demás para un eficaz control de emociones a nivel general. De igual modo, se destaca que, inmersos en la etapa de la adolescencia al producirse un vacío emocional, se originan las conductas impulsivas, en donde, en las emociones son inestables, dedicándole más tiempo a las relaciones interpersonales fuera de la familia. (Guemes, Ceñal, y Hidalgo, 2017)

López, Macia y Juan (2018), recalcan la importancia social de la gestión de emociones en el marco de la dimensión de flexibilidad en la adaptación y afrontamiento de problemas. Siendo estas evidencias predictoras de conductas de riesgo, lo cual, puede ser de ayuda en intervenciones con la población adolescente. (González, Martín y Lázaro, 2019).

Estas características a nivel emocional e interpersonal, abarcan factores relevantes que se han mencionado con Darwin hasta nuestro tiempos actuales, una de ellas es el componente de reconocer, siendo esta capaz

de percibir diferentes estímulos para adaptarlos a las situaciones actuales; el componente de entender y expresar emociones, esta es la conciencia emocional para dar respuesta con nuestros sentimiento de acuerdo a las circunstancias, siendo influenciado desde el nacimiento por situaciones culturales (Rulicki,2014); el componente de entender los sentimientos de los demás y controlar emociones, centrándose en una armonía entre lo que sucede y lo que sentimos; asimismo, el componente de manejar el cambio, el cual, se refiere a la adaptación, y la resolución de conflictos con uno mismo, siendo este último, un causante real para alcanzar las metas propuestas, con lo cual afirma que, la base biológica más el entrenamiento, da como resultado una óptima conciencia emocional. (Reverté y Merino, 2018)

En la destreza de la comprensión del yo, como característica de la inteligencia intrapersonal, consiste en percatarse de cada una de nuestras emociones y como expresarlas de manera funcional, puesto que, las emociones llegan ser el conjunto de información para la destreza de gestionarlas (Muñoz, 2014).

Abarcaría las distintas características que se explican en las siguientes líneas:

En primer lugar, se encuentra el componente de autoconciencia emocional, referida a la seguridad de reconocer las emociones de uno mismo y entenderlas.

En segundo lugar, se halla el componente de la asertividad, la cual, consiste en manifestar idóneamente las emociones, sin manifestar agresividad, considerando los derechos de los demás y los propios.

En tercer lugar, se considera el componente de la autoestima, es decir, el amor y respeto propio con dignidad y valoración, la cual, permite, alcanzar objetivos.

En cuarto lugar, está considerada la independencia, esta característica consiste en manejar y reconocer nuestras cogniciones y nuestro actuar, con lo cual, un individuo es autónomo emocionalmente.

En quinto lugar, cabe destacar al componente interpersonal, referido a la destreza de estimar los afectos de las demás personas para una

socialización que se ajuste al entorno en el que se desenvuelven. Asimismo, este componente, se incorporan, características tales como, el ponerse en el lugar emocional de las otras personas, el establecer un dialogo civilizado y pertenecer a un grupo para asumir compromisos, ayudando al crecimiento individual. Lo cual, se evidencia al hallar niveles altos de inteligencia emocional mejoraran las habilidades sociales. (Quintana, Rey y Neto, 2015)

En sexto lugar, cabe destacar al componente de adaptación, caracterizada por la adecuación para aplicar soluciones en el ámbito individual y en relación con los demás, caracterizada también por producir soluciones realistas, actuando en reflexión entre un pensamiento y las emociones con objetividad, dependiendo de cada circunstancia. Evidenciado en resultados de investigaciones internacionales europeas, en donde, se evidencia que los programas que promueven la inteligencia emocional mejora el trabajo en las aulas. (García y Marín, 2021). De igual modo, los niños que se encuentran en un programa de prevención de emociones, denotan disminución de las emociones negativas, también mejoró el conocimiento de emociones y la regulación emocional. (Finlon, Izard, Seidenfeld, Johnson, Cavadel, Ewing y Morgan, 2015).

En séptimo lugar, se encuentra el componente del manejo de estrés, caracterizada por afrontar situaciones agobiantes, ello abarcaría, la paciencia ante la ansiedad y manejo de la fuerza con las que se presentan las emociones, actuando de una manera socialmente aceptada.

Finalmente, consideraremos el estado de ánimo, el cual, esta caracterizado por la expresión y concordancia entre las emociones y los pensamientos de manera positiva, ello incluye la satisfacción, la posibilidad de divertirse manifestando emociones positivas para estar complacido, observando el lado bondadoso de cada circunstancia en momentos estresante.

Asimismo, Goleman (1997), se refirió a la inteligencia emocional como “aquella característica importante para entender y controlar eficazmente el sentir propio y poder comprender el de los demás”. De igual modo, se considera que, la inteligencia en mención tiene la capacidad de autoincentivarse a realizar y alcanzar proyectos, ejecutando de forma

aceptable las relaciones interpersonales, influenciando en el proyecto de vida y a nivel físico (Garriga, 2016). De igual modo, se evidencio en centros educativos con adolescentes, que la inteligencia emocional está relacionada por variables de edad y género, demostrando que la impresión positiva se relaciona con la emoción (Pulido y Herrera, 2018). Sin embargo, existen limitados números de estudios entre la etapa de la adolescencia y variables referentes al bienestar en relación del afrontamiento positivo con la vida. (Gasco, Badenes y Plumed, 2018)

Esta pauta de componentes personales, como la toma de decisiones, otorga a la inteligencia emocional, sugiere su desarrollo y adaptación en otros ámbitos como en el trabajo, para generar una ventaja laboral, por el alcance de objetivos (Saracho, 2015). Por lo cual, la inteligencia emocional se encuentra destacada como “teoría mixta”, centrada en las características personales, voluntad en combinación con el ámbito intelectual, abarcando procesos cognitivos y emocionales.

Cuando delimitamos la inteligencia emocional, hace referencia a las destrezas intrapersonales y sociales, como aquella característica que nos permite incorporarnos a la realidad y afrontar las imposiciones diarias y reglas de convivencia. (Baron, 1977, citado por Ugarriza, 2001)

De igual modo, se indica a la inteligencia emocional como una característica suprema para adaptarse y mantener un equilibrio, lo cual, mejora el estado emocional, siendo parte de un resultado social (Sánchez, 2016).

Por su parte, destacamos las destrezas de la inteligencia emocional manifestados por Baron (citado por Ugarriza y Pajares, 2003), las cuales, se describen a continuación:

En cuanto al elemento interpersonal, integra el entendimiento de uno mismo, y apreciar las características de los demás de forma favorable, ejecutándose acciones sociales reciprocas (Sánchez, García y Gómez, 2016). En esta categoría es relevante el observar y percibir las emociones positivas y negativas de las demás personas, estimando que cada individuo vive diferentes situaciones, en las cuales, actuamos de manera

inconsciente, estableciendo un desarrollo interpersonal, con destrezas sustentadas en el comportamiento (Maureira, 2018).

En tanto el elemento intrapersonal, remarca características para promover la empatía, con responsabilidad ante las interrelaciones con los demás, generando sentimientos apacibles, quiere decir que, permitan percibir y examinar los sentimientos de la sociedad cercana a nosotros para un manejo adecuado de las emociones y su expresión (Jiménez, 2008). En tal sentido, recatamos características en las cuales, se rescaten las expresiones emocionales de los demás, armonizando y reconociendo la impresión de cada emoción y como se revelan socialmente.

Por su cuenta, el elemento de la adaptabilidad, considera la capacidad para afrontar adversidades de manera objetiva, con destreza para la adecuación a los cambios y control de conflictos, es decir, que, esta influenciado por la percepción de la experiencia, atribuyéndole un juicio (Peñalver, 2009). En tal sentido, consiste en promover capacidades de afrontamiento realista, basado en emociones agradables y desagradables, con control emocional antes situaciones agobiantes o que provoquen ansiedad, lo cual, incentiva la adaptación (Rojas, 2019).

En cuanto al elemento del manejo de estrés, en el cual, se promueve el control de valorar las emociones en relación a nuestro actuar ante situaciones agobiantes, desarrollando tolerancia y control de emociones impulsivas, puesto que, las crisis son oportunidades para afinar la inteligencia emocional (Bharwaney, 2010).

Asimismo, se halla la terminación denominada impresión positiva, siendo su objetivo, manifestar emociones agradables, como estar contentos, o la característica de ser felices, en situaciones específicas, bajo una conceptualización positiva, para coexistir con estas situaciones relacionado, con el incremento del desarrollo de las habilidades de las personas (Sáenz y Fernández, 2016). Ello, se corrobora al encontrar una relación significativa entre el componente de felicidad y la inteligencia emocional tanto en varones como en mujeres. (Acosta y Clavero, 2018)

### **III. METODOLOGÍA**

#### **3.1. Tipo y diseño de investigación**

La presente investigación, es de tipo cuantitativo descriptivo, con lo cual, se podrá medir y estimar magnitudes del problema de estudio, de igual modo, se destacará para describir características de los participantes, los cuales, serán sometidos a análisis objetivos. (Hernández, Fernández y Baptista, 2014).

Asimismo, el tipo de diseño es no experimental transversal, debido a que, se recolecta los datos en un único momento para su análisis, sin manipulación de las variables de estudio. (Hernández, Fernández y Baptista, 2014).

#### **3.2. Variables y operacionalización**

- Definición conceptual de inteligencia emocional

Son competencias emocionales individuales y sociales, en donde, predomina la destreza por priorizar las características emocionales en las situaciones cotidianas. (Baron, 1997, citado por Ugarriza y Pajares, 2003).

- Definición operacional

Inventario, construido por Baron ICE, adaptado por Ugarriza y Pajares en el 2003, con el propósito de analizar datos, los cuales constan de cinco escalas, intrapersonal, interpersonal, adaptabilidad, manejo de estrés e impresión positiva, de los cuales, al ser calificados, se consideran los siguientes niveles, 84 a menos se ubica en la capacidad emocional por mejorar, de 85 a 115, se ubica en la capacidad emocional adecuada, y de 116 a más se ubica en la capacidad emocional muy desarrollada.

#### **3.3. Población**

Población:

La población está constituida por 186 estudiantes entre varones y mujeres de 1ro a 5to grado de educación secundaria, cuyas edades varían de los 12 a los 17 años de edad.

Criterios de inclusión:

- Estudiantes de primero a quinto grado de educación secundaria.
- Pertenecientes a una institución educativa.
- Edades desde los 12 a los 17 años de edad.

### 3.4. Técnicas e instrumentos de recolección de datos

Técnica:

Encuesta

Instrumento:

Inventario de inteligencia emocional Baron Ice NA

- Ficha Técnica

Nombre Original: EQ-I BarOn Emotional Quotient Inventory.

Autor: Reuven Bar-On Procedencia Toronto – Canadá

Adaptación Peruana: Nelly Ugarriza Chávez

Administración: Individual o colectiva.

Formas Abreviada y completa

Duración: Sin límite de tiempo. (Forma completa: 20 a 25 minutos abreviada de 10-15 minutos)

Aplicación: Niños y adolescentes entre 7 y 18 años.

Puntuación: Calificación computarizada

Evalúa: características emocionales y sociales

Áreas que evalúa:

- Intrapersonal: correspondiente a la conciencia e interpretación propia
- Interpersonal: corresponde a la habilidad empática, y relaciones sociales con responsabilidad
- Adaptabilidad: corresponde a la adaptación al medio actual, solucionando situaciones problemáticas
- Manejo de estrés: corresponde al control de conductas impulsivas ante situaciones de presión
- Impresión positiva: corresponde a la satisfacción con la vida con ánimo positivo

- Validez:

En el análisis de Ugarriza (2001), se empleó un análisis de componentes primordiales con una rotación Varimax. En cuanto a la muestra para la adaptación peruana, la población estuvo conformada por 3374 niños y adolescentes del departamento de Lima, analizado bajo la rotación de Varimax, con 1793 varones, 15819 mujeres, de 1858 instituciones

estatales y 1516 instituciones particulares, en donde, no se encontraron variaciones de acuerdo a la gestión institucional.

Confiabilidad:

Ugarriza (2001), estableció el análisis de confiabilidad a través del test – retest, en donde, sus componentes varían entre 88, la consistencia interna fue analizada mediante el coeficiente de Alfa de Crombach.

### **3.5. Procedimientos**

Para la recopilación de los datos se ejecutaron las siguientes acciones: (de manera narrativa)

- Selección del instrumento de investigación.
- Aplicación de manera colectiva e individual
- Se pidió autorización a la institución educativa
- Se utilizó el formulario de Google para la aplicación de encuestas

### **3.6. Método de análisis de datos**

Los datos obtenidos fueron sometidos a estudios estadísticos, bajo el análisis descriptivo. De igual modo, los resultados se presentan en tablas, acorde a los objetivos, mediante estadísticos de frecuencias.

### **3.7. Aspectos éticos**

Se estableció mediante el consentimiento informado, por respeto a la autonomía de las personas ejecutándose de manera voluntaria, con información suficiente sobre la investigación en la que participará.



#### IV. RESULTADOS

*Tabla 1: Distribución de los niveles generales de inteligencia emocional en estudiantes.*

<b>Niveles</b>	<b>F</b>	<b>%</b>
Capacidad emocional por mejorar	135	75,0
Capacidad emocional adecuada	45	25,0
<b>Total</b>	<b>180</b>	<b>100,0</b>

En la tabla número 1, se puede evidenciar que la inteligencia emocional general, se ubica en un nivel bajo denominado Capacidad emocional por mejorar con 75% y un 25% se ubica en el nivel Capacidad emocional adecuada, lo cual indica que, existe una falta significativa de habilidades emocionales y sociales en estudiantes de nivel secundaria, lo cual, podría afectar la expresión emocional.

Tabla 2: Distribución de los niveles de las escalas de inteligencia emocional

ESCALA	la		le		A		Me		lp	
NIVEL	f	%	f	%	f	%	f	%	f	%
Capacidad emocional por mejorar	10	5,6	35	19,4	99	55,0	106	58,9	90	50,0
capacidad de inteligencia emocional adecuada	92	51,1	79	43,9	37	20,6	35	19,4	35	19,4
Capacidad de inteligencia emocional muy desarrollada	78	43,3	66	36,7	15	8,3	15	8,3	55	30,6
Total	180	100	180	100	180	100	180	100	180	100

Leyenda: la = Intrapersonal, le = Interpersonal, A = Adaptabilidad, Me = Manejo de estrés, lp = Impresión positiva

En la tabla número 2, en cuanto a la descripción de los niveles por escala, se evidenció que, la escala intrapersonal e interpersonal, el 51.1% y 43.9% respectivamente, se ubican en la capacidad de inteligencia emocional adecuada, es decir que, los estudiantes de esta población, son capaces de comprender sus emociones, expresarlas, comunicando sus sentimientos y necesidades al mismo tiempo que, son capaces de comprender y apreciar los sentimientos de los demás, sin embargo, aun pueden alcanzar un nivel óptimo. En cuanto a la escala de adaptabilidad el 55% de estudiantes, se encontraron ubicados en la capacidad emocional por mejorar, es decir que, tienen dificultad para el manejo de cambios y en el afrontamiento de los problemas cotidianos. En cuanto a la escala manejo de estrés el 58% de la población evaluada, se encontró ubicada dentro de la capacidad emocional por mejorar, es decir que, presentan dificultad para afrontar situaciones bajo presión, con posibles respuestas impulsivas.

En cuanto a la escala impresión positiva se encontraron ubicados dentro de la capacidad emocional por mejorar, es decir que, el 50% de estudiantes tienen dificultad para disfrutar, sentirse satisfechos con la vida y expresar sentimientos positivos, con posibles actitudes adversivas.

Tabla 3: Inteligencia emocional general y la variable sociodemográfica sexo.

<b>Inteligencia emocional</b>			
Sexo	Nivel	F	%
Masculino	Capacidad emocional por mejorar	64	71,1
	Capacidad emocional adecuada	26	28,9
	Total	90	100,0
Femenino	Capacidad emocional por mejorar	71	78,9
	Capacidad emocional adecuada	19	21,1
	Total	90	100,0

En la tabla 3, dando respuesta al sexto objetivo específico, se puede observar que, según el estadístico descriptivo, el sexo masculino, denotó un 71.1% de capacidad emocional por mejorar, en relación al sexo femenino, el cual, presentó un 78.9 en la capacidad emocional por mejorar, siendo ambos niveles bajos.

Tabla 4: Inteligencia emocional general y la variable sociodemográfica edad.

<b>Inteligencia emocional</b>			
<i>Edad</i>	<i>Nivel</i>	<i>F</i>	<i>%</i>
12	<i>Capacidad emocional por mejorar</i>	12	75,0
	<i>Capacidad emocional adecuada</i>	4	25,0
	<i>Total</i>	16	100,0
13	<i>Capacidad emocional por mejorar</i>	29	70,7
	<i>Capacidad emocional adecuada</i>	12	29,3
	<i>Total</i>	41	100,0
14	<i>Capacidad emocional por mejorar</i>	38	86,4
	<i>Capacidad emocional adecuada</i>	6	13,6
	<i>Total</i>	44	100,0
15	<i>Capacidad emocional por mejorar</i>	11	84,6
	<i>Capacidad emocional adecuada</i>	2	15,4
	<i>Total</i>	13	100,0
16	<i>Capacidad emocional por mejorar</i>	31	73,8
	<i>Capacidad emocional adecuada</i>	11	26,2
	<i>Total</i>	42	100,0
17	<i>Capacidad emocional por mejorar</i>	14	58,3
	<i>Capacidad emocional adecuada</i>	10	41,7
	<i>Total</i>	24	100,0

En la tabla 4, se pudo evidenciar que, según el estadístico descriptivo, no se halló diferencia en cuanto a las edades, ubicados en el nivel de capacidad emocional por mejorar, es decir que, la inteligencia emocional puede estar influenciada por otros factores a parte de la edad del estudiante.

## V. DISCUSIÓN

Entendiendo que inteligencia emocional es una destreza que promueve un desarrollo social e intrapersonal óptimo, a través de características como, el reconocimiento de los propios sentimientos y de los demás, afrontando situaciones de presión hasta alcanzar la satisfacción con cada experiencia, con las cuales, enfrentamos las demandas del medio. Así mismo, cuando esta no es desarrollada, puede ocasionar conductas impulsivas e impidiendo la adaptabilidad al medio en que se desarrolla cada individuo. Con la investigación, se hallaron los niveles de dicha variable, lo cual, se describe a continuación.

En cuanto a los objetivos generales, se puede evidenciar que el nivel de inteligencia emocional general que predomina, es el nivel de capacidad de inteligencia emocional por mejorar con un 75%, es decir que, presentan dificultades al relacionarse y adaptarse con su medio. Dicha información se corrobora, con el estudio de Gazquez, Perez, Diaz, Garcia e Ingles en el 2015, en el cual, a evaluar inteligencia emocional en adolescentes, obtuvieron puntuaciones bajas. Ello se explica con el estudio de la organización UNICEF (2009), describiendo la etapa de la adolescencia, como una construcción personal, formando nuevos valores y comportamientos para un propio yo. Del mismo modo, Papalia (2009), detalla el proceso de la conexión neuronal, en donde, las sinapsis se debilitan durante los procesos cuando no se usan y se fortalecen las habilidades que se practican.

En cuanto al primero objetivo específico, se evidencia que, existe un desenvolvimiento intrapersonal adecuado con un porcentaje del 51.1%, es decir, que tienen la capacidad de conocerse a sí mismos, apreciando sus propios sentimientos, percatándose de la manera de expresarlas de manera funcional. Asimismo, Muñoz (2014), en su libro señala el tema de las emociones como paquetes de información que se van perfeccionando con el pasar del tiempo. Ello se corrobora con el estudio de Portillo y Reynoso (2021), quienes obtuvieron puntajes elevados en el área de conocimiento de sí mismos. De igual forma, Antonio, Azpiazu, Esnaola y Sarasa (2015), en su investigación con estudiantes

de secundaria marco la importancia del desarrollo del autoconcepto, en relación a sus habilidades y defectos.

En cuanto al segundo objetivo específico, se evidencia que, existe desenvolvimiento interpersonal adecuado con un 43.9%, es decir, que se encuentran en un proceso de adquisición de habilidades sociales para relacionarse con su entorno, así lo corrobora Guemes, Ceñal e Hidalgo (2017), señalando en su estudio, altos grados en la importancia que le dan los adolescentes a pasar más tiempo con los amigos y búsqueda de personas a quien amar.

Asimismo, al encontrar un mismo nivel entre la escala intrapersonal y la escala interpersonal, Ugarriza y Pajares (2009), evidenciaron que el análisis de los propios sentimientos y el interés por los sentimientos de los demás en el marco interpersonal son inseparables, siendo que una depende de la otra para su desarrollo.

En cuanto al tercer objetivo específico, se evidencia que la escala adaptabilidad, establecen un nivel de inteligencia emocional baja con un 55%, es decir que, los estudiantes presentan dificultad al identificar problemas y afrontarlos para poder gestionar soluciones. De igual manera, Peñalver (2009), considera esta habilidad, como la capacidad funcional para afrontar problemas de forma objetiva. Es importante, mencionar que, afrontamiento de dificultades permite un adecuado desenvolvimiento en la sociedad. Asimismo, la característica en mención, permitirá el desarrollo de habilidades en un desempeño con la sociedad y habilidades que se irán desarrollando conforme a su madurez para autorregular las conductas, acorde con Ugarriza y Pajares (2005).

En cuanto, al cuarto objetivo específico, los estudiantes obtuvieron un nivel bajo en manejo de estrés con un 58.9%, es decir que, tienen dificultad al manejar situaciones de presión con posibles conductas impulsivas. En adición la investigación de Solis (2021), consideró al manejo de estrés como un factor protector en estudiantes frente a situaciones violentas. Cabe resaltar que, el desarrollo tolerancia y

control de emociones impulsivas, son oportunidades para afinar la inteligencia emocional desde el punto de vista de Bharwaney (2010).

En cuanto, al quinto objetivo específico, los estudiantes obtuvieron un nivel bajo en la escala de impresión positiva con un 50%, es decir que, presentan dificultad para manifestar satisfacción con respecto a su entorno, truncado la posibilidad de tener actividades aceptables acorde a sus experiencias individuales, evitando una visión positiva de ellos y de su medio. Acorde con el estudio con Acosta y Clavero (2018), evidencian que, los individuos con mayores niveles en la dimensión correspondiente a la felicidad, es parte del desarrollo de la inteligencia emocional. Cabe señalar que Goleman (1995), refiere que, el desarrollo de un pensamiento optimista es importante para adquirir logros, sin embargo, al no tener una visión aceptable del entorno, puede distorsionar nuestro actuar.

Por otro lado, en cuanto a los niveles de inteligencia emocional según la variable sexo, dando respuesta al quinto objetivo específico, en donde, tanto el sexo masculino con 71.1% como el sexo femenino 78.9%, se encuentran en el nivel de capacidad emocional por mejorar, lo cual, denota una dificultad en el manejo de habilidades para el afrontamiento emocional sin marcar diferencias. Así Miranda (2017), corrobora que, según el sexo no se evidencian diferencias en inteligencia emocional, puesto que, denota la importancia de las experiencias entorno a otros factores como, la familia. Al igual que, Ruiz y Carranza (2018), menciona no encontrar diferencias entre género en relación a la inteligencia emocional en una institución de Lurigancho. Sin embargo, al contrastar con estudios internacionales de acuerdo a Portillo y Reynoso (2021), las estudiantes de sexo femenino mostraban un alto índice en inteligencia emocional, así también, teniendo en cuenta a Rosario, Saez y Esnaloa, indican mejores resultados en inteligencia emocional las mujeres. Ello se puede corroborar en cuanto a la mención de López, Ortega, Jiménez y Valero (2021) en donde, indica que el sexo femenino destaca la capacidad de control emocional, siendo capaces de repararse a sí mismas ante una decepción. En tanto, la teoría de Baron

(1997 citado por Ugarriza y Pajares, 2005), considera que tanto, varones y mujeres tienen la destreza de desarrollar una inteligencia emocional adecuada, por tanto, se podrían considerar otras variables. Por otro lado, en cuanto a los niveles de inteligencia emocional según la variable edad, dando respuesta al quinto objetivo específico, en donde, no se hallaron diferencias por edad, es decir, que no es un factor determinante. Por su parte, Esnaloa, Revuelta, Ros y Sarasa (2017) señalan en estudios realizados en adolescentes españoles, que no existen diferencias en relación a la edad. En contraste, Portillo y Reynoso (2021), evidenciaron que existen diferencias en cuanto a edad a partir de los 30 años, denotando mejores habilidades emocionales. De acuerdo con Papalia (2009), durante esta etapa el individuo tiene la meta de adquirir una conciencia emocional, logrando en paralelo compromisos y obligaciones ante el juicio social, así también, al analizar el área del cerebro, los adolescentes entre 11 a 13 años de edad, utilizan la amígdala, ubicada en el lóbulo temporal, la cual interviene en las reacciones emocionales; en cuanto, a los adolescentes de 14 años en adelante, tienen mayor ejecución de los lóbulos frontales, encargados de la función de planificar, razonar, del juicio y control, sin embargo, durante esta etapa, se conservan las conexiones sinápticas reforzadas por el individuo, es decir, se conservan las habilidades que se practiquen con mayor constancia.



## **VI. CONCLUSIONES**

Primero. Inteligencia emocional general en estudiantes evidenció un nivel de capacidad por mejorar.

Segundo. En cuanto a la escala intrapersonal, se puede evidenciar un nivel de capacidad adecuada, siendo ello, un indicio para mejorar el manejo emocional.

Tercero. En cuanto, a la escala interpersonal, los niveles presentan una capacidad adecuada, lo cual, puede encaminar su mejora en la interacción con los demás.

Cuarto. En cuanto a los niveles de la escala de adaptabilidad, presentan una capacidad por mejorar, ello, puede ocasionar dificultad al identificar problemas y afrontarlos de manera objetiva.

Quinto. En cuanto a los niveles de la escala de manejo de estrés, presentaron, una capacidad por mejorar, ello indica que, en este grupo, puede existir dificultad para afrontar situaciones bajo presión.

Sexto. En cuanto, a los niveles de la escala impresión positiva, presentaron una capacidad por mejorar, lo cual indica que, presentan dificultad para manifestar satisfacción con respecto a su entorno

Séptimo. En cuanto a inteligencia emocional y la variable sexo, no se hallaron diferencias significativas.

Octavo. En cuanto a inteligencia emocional y la variable edad, no se hallaron diferencias significativas.

## **VII. RECOMENDACIONES**

- Primero. Se recomienda la realización de réplicas del estudio a futuros investigadores para hallar diferencias o similitudes a futuras investigaciones en cuanto a inteligencia emocional.
- Segundo. Se recomienda a la institución educativa promover estrategias de fortalecimiento en habilidades intrapersonales en adolescentes.
- Tercero. Se recomienda a la institución educativa promover estrategias de fortalecimiento en habilidades interpersonales en adolescentes.
- Cuarto. Se recomienda a la institución educativa promover estrategias de fortalecimiento en habilidades de solución y afrontamiento de problemas en adolescentes.
- Quinto. Se recomienda a la institución educativa promover estrategias de fortalecimiento en habilidades para el manejo de estrés en adolescentes.
- Sexto. Se recomienda a la institución educativa promover estrategias de fortalecimiento en la visualización positiva en adolescentes.
- Séptimo. Se recomienda a futuros investigadores realizar réplicas del estudio para hallar diferencias entre edad e inteligencia emocional de los adolescentes.
- Octavo. Se recomienda a futuros investigadores realizar réplicas del estudio para hallar diferencias entre sexo e inteligencia emocional de los adolescentes.

## VIII. PROPUESTA

### A. DATOS GENERALES

Título de la propuesta: “Fabrica de herramientas emocionales”

Responsable: Leslie Elizabeth Paredes Vásquez

Beneficiarios: Estudiantes de una institución educativa

Duración: 19 sesiones / 10 meses

### B. FUNDAMENTACIÓN



La propuesta de intervención estará basada en la teoría desarrollada por Baron ICE referente a las dimensiones propuestas por el test de inteligencia emocional, las cuales, en la adaptación de Ugarriza y Pajares, arrojaron los siguientes resultados:

- Capacidad por mejorar en inteligencia emocional general
- Capacidad adecuada en la escala de inteligencia intrapersonal
- Capacidad adecuada en la escala de inteligencia interpersonal.
- Capacidad por mejorar en la escala adaptabilidad.
- Capacidad por mejorar en la escala manejo de estrés.
- Capacidad por mejorar en la escala impresión positiva.

Se desarrollará con un enfoque cognitivo conductual, en el marco de un modelo ecológico, puesto que, podremos trabajar con las conductas emocionales en el desarrollo de la inteligencia emocional en las áreas específicas, teniendo en cuenta el contexto en el que se desenvuelven los estudiantes, lo cual, permitirá que se establezcan objetivos específicos por sesión.

#### C. OBJETIVO GENERAL

Generar una propuesta de mejora en inteligencia emocional para estudiantes.

#### D. PLAN DE ACTIVIDADES

ESCALA	SESIÓN	OBJETIVO	DESCRIPCIÓN	MATERIALES	TIEMPO
GENERAL	1	Psico educar a los estudiantes involucrados.	Aplicación de un pre test para contrarrestar resultados finales de la aplicación de la propuesta. Sensibilización sobre el conocimiento y manejo emocional al afrontar diversas situaciones.	Proyector Dípticos	45 min
	2	Promover el conocimiento de cualidades y defectos	Elaboración de un cuadro de doble entrada, en donde, se consideren los siguientes apartados: cualidades que resaltan en mí, lo que te gusta, que podría mejorar de mi persona	Cartulinas Plumones Fotos o siluetas	45 min
INTRAPERSONAL	3	Promover la conciencia	Mediante historietas, reconocemos las expresiones faciales y	Historietas Cuentos	45 min

INTERPERSONAL		emocional	emociones que nos producen las escenas.	Cartillas con expresiones faciales	
	4	Incrementar el conocimiento personal	Mediante la dinámica de la ventana de Johari, cada estudiante examinará, características que el reconoce, características que otros reconocen en ellos, características que no conoce.	Cartulina guía Cajas de colores Lapiceros Hojas de colores	45 min
	5	Promover la comunicación interpersonal	Mediante la estrategia de trabajo en equipos, se iniciará pidiendo que cada estudiante mencione en voz alta una cualidad y un defecto, y las escriba en una cartulina, terminado el ejercicio. Se les pedida que en grupos armen la torre más grande con las virtudes y defectos de sus integrantes que fueron escritas. Finalmente, partiendo de la comunicación y la cooperación se realiza una	Cartulinas. Plumones	45 min

			reflexión de cómo se sintieron trabajando en equipo.		
	6	Promover la empatía.	A través del reconocimiento de diferentes personajes de la historia, se analiza que les motivo a realizar diversas acciones y reconocen que sintieron en esos momentos.	Historietas	45 min
	7	Aprender a interactuar de manera no verbal.	En primer lugar, se realiza una orientación sobre la comunicación verbal y no verbal y su importancia para interactuar. Luego, los estudiantes distribuidos en equipos de tres personas, en donde, dos de ellos entablaran una conversación de cinco minutos (temas al azar), mientras que el tercero, deberá observar la conversación, anotando las conductas no verbales de ambos, compartiendo los aspectos positivos y como podrían mejorar.	Cartillas con temas al azar lapiceros	45 min
4	8	Promover un	Aprenden a ejecutar un F.O.D.A,	Cartulinas.	45 min

	estado de conciencia sobre situaciones actuales	con lo que más resaltan en su último año, terminando en un proceso reflexivo, a través de un espejo, en el que se les pedirá, que valoran en ellos mismos.	Plumones Espejo	
9	Reforzar la habilidad de resolución de conflictos.	Proponemos que cada estudiante escriba una situación que le haya ocasionado malestar y que solución le dio en ese momento para mantener la calma, ponerlo en la caja de los conflictos, por cada conflicto los estuantes propondrán una solución distinta.	La caja de los conflictos Plumones Cartulinas de colores	45 min
10	Aprender a asimilar de forma asertiva las negativas de otras personas,	Se distribuyen a los estudiantes en equipos de cuatro, con la intención de que contesten a las negativas de sus amigos, de manera asertiva. Cada grupo recibirá una cartilla con una situación a recrear, en donde, la persona que reciba la negativa, pueda aceptarla de manera	Cartillas con situaciones.	45 min



			asertiva. Reflexionando al final sobre los aspectos positivos que han observado.		
	11	Promover un afrontamiento adaptativo y el uso de estrategias alternativas-	Primero se realiza una orientación sobre cómo podemos identificar situaciones de incertidumbre. Proseguirán, realizando grupos e identificando las características que vuelven una situación más o menos difícil de aceptar y afrontar, para ello, cada estudiante habrá escrito una problemática a analizar y depositado en el baúl del cambio.	Baúl. Cartulinas. Lapiceros.	45 min
MANEJO DE ESTRÉS	12	Promover estrategias de relajación	A través de la relajación muscular, producirán estados de calma, al tomar conciencia de su persona y su respiración, y poder ejecutarlo en momentos de presión.	Colchonetas Sillas Música	45 min
	13	Identificar pensamientos que	Se inicia, realizando suposiciones, con las preguntas, por ejemplo: “mis padres no me dan permiso de	Cartillas	45 min

		<p>antecedentes a una situación</p> <p>salir con mis amigos” ¿qué haces si te sucede a ti? ¿Qué es lo primero que piensas?</p> <p>Luego se informará sobre la importancia de conocer los pensamientos que se activan frente a situaciones cotidianas, pudiendo cambiar el resultado de las situaciones.</p> <p>Posterior a ello, se reparten cartillas con situaciones cotidianas, aplicando las preguntas de inicio.</p>		
14	Promover estrategias de gestión emocional	A través de la pintura, representamos nuestros días buenos y días no tan buenos, dando a conocer cómo se sintieron en aquel momento y como lo afrontaron.	Temperas Pinceles Botellas de agua	45 min
15	Desarrollar habilidades de	Se establece un cuadro de doble entrada, en el cual se consideran los siguientes apartados: situación,	Hojas bond Lapiceros	45 min

		afrontamiento	emoción, pensamiento, conducta, consecuencia.		
IMPRESIÓN POSITIVA	16	Establecer creencias positivas y negativas	Establecer el modelo de creencias, partiendo de la información, continuando con el análisis de tres indicadores a desarrollar: creencia de un determinado problema, definir si la creencia nos vuelve vulnerables o nos permite afrontar la situación, ventaja y desventaja que ocasiona la creencia	Dípticos cartulinas	45 min
	17	Promover el pensamiento positivo a través de situaciones reales.	Mediante el colage de momentos felices, cada estudiante realizará primero una lista reconociendo las situaciones positivas que le han sucedido, luego las acomodará en una pirámide de imágenes al estilo colage.	Cartulinas Recorte Tijeras Gomas Plumones	45 min
	18	Mejorar la capacidad para hacer y	Los estudiantes forman dos filas, colocándose uno frente a otro, los compañeros de la primera fila	Hojas de colores. Lapiceros.	45 min

		recibir elogios	deberán decirles un elogio sincero, destacando sus cualidades u otros aspectos positivos, luego cambian de lugar. Finalmente, los alumnos reflexionan sobre las características e información positiva que los demás saben sobre ellos y que a veces se quitan mérito. Realizando una carta de agradecimiento para su compañero.		
19	Estimular la actitud de apertura positiva y la confianza	Iniciamos con el ejercicio de confianza, en parejas, en donde uno se pone de espaldas frente al otro, y se deja caer por 5 segundos cada uno, posterior a ello, deberán expresar situaciones similares en las que han debido confiar en otros planes y en otras personas, denotando que tipo de pensamiento tuvieron y como	Test	45 min	

			<p>actuaron. Finalmente, de manera individual reflexionan sobre lo siguiente: " ¿Cómo te gusta que sea el mundo?, ¿qué puedes hacer tu para mejorar las situaciones?, ¿Qué necesitas para ser feliz?, ¿Qué puedes hacer tu para ser más feliz?</p> <p>Se aplica el post tes.</p>		
--	--	--	--	--	--

## E. PRESUPUESTO

Materiales:

Proyector: s/. 2199

Materiales de escritorio: s/. 1000

Total: s/. 3199

Financiamiento:

Entidad educativa

Profesionales en psicología

## F. CRONOGRAMA

<b>ACTIVIDAD</b>	Marzo	Abril	Mayo	Junio	Julio	Agosto	Set	Oct.	Nov.	Dic
SESION 1 y 2	X									
SESION 3 y 4		X								
SESION 5 y 6			X							
SESION 7 y 8				X						
SESION 9 y 10					X					
SESION 11 y 12						X				
SESION 13 y 14							X			
SESION 15 y 16								X		
SEION 17, 18 y 19									X	

## REFERENCIAS

- Acosta, FP, Clavero, FH (2018) Predictors of happiness and emotional intelligence in secondary education. *Revista Colombiana de Psicología*, 27 (1), 71-84. DOI: 10.15446/rcp.v27n1.62705
- Antonio, I., Azpiazu, L., Esnaola, I., Sarasa, M. (2015) Predictive ability of self-concept and emotional intelligence in perceived school adjustment. *Bordon*, 67 (4), 9-25. DOI: 10.13042/Bordon.2015.67401
- Bharwaney, G. (2010). *Vida emocionalmente Inteligente: estrategias para incrementar el coeficiente emocional*. Editorial Desclée de Brouwer. Recuperado de <https://elibro.net/es/lc/uladech/titulos/47931>
- Broc, M.Á. (2019) Emotional intelligence and academic performance in students of compulsory secondary education. *Revista Española de Orientación*, 30 (1), 75–92. DOI: 10.5944/REOP.VOL.30.NUM.1.2019.25195
- Castanyer, O. Cañizares, O. y García, C. (2015). *Hazte experto en inteligencia emocional* (2ª. ed.). Editorial Desclée de Brouwer. Recuperado de <https://elibro.net/es/lc/uladech/titulos/127681>
- Cobos, L., Fluja, JM, Gómez, I. (2017) The role of emotional intelligence in psychological adjustment among adolescents. *Anales de Psicología*, 33 (1), 66-73. DOI: 10.6018/analesps.33.1.240181
- Connolly, HL, Lefevre, CE, Young, AW y Lewis, GJ (2019). Sex differences in emotion recognition: Evidence for a small overall female superiority on facial disgust.. *Emocion*, 19 (3), 455–464. <https://doi.org/10.1037/emo0000446>
- Di Tella, M., Miti, F., Ardito, R., & Adenzato, M. (2020). Social cognition and sex: Are men and women really different? *Personality and Individual Differences*, 162(1), 110045. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2020.110045>
- Dueñas, M. (2002). Importancia de la inteligencia emocional: un nuevo reto para la orientación educativa. *Educación XX1*, (05), 77-96.

- Esnaola, I., Revuelta, L., Ros, I., Sarasa, M. (2017) The development of emotional intelligence in adolescence. *Anales de Psicología*, 33 (2), 327-333. DOI: 10.6018/analesps.33.2.251831
- Finlon, K. J., Izard, C. E., Seidenfeld, A., Johnson, S. R., Cavadel, E. W., Ewing, E. S. K., & Morgan, J. K. (2015). Emotion-based preventive intervention: Effectively promoting emotion knowledge and adaptive behavior among at-risk preschoolers. *Development and psychopathology*, 27(401), 13-53. doi: 10.1017/S0954579414001461
- Fischer, A. H., & LaFrance, M. (2015). What drives the smile and the tear: Why women are more emotionally expressive than men. *Emotion Review*, 7(1), 22-29. <https://doi.org/10.1177/1754073914544406>
- Fischer, A. H., Kret, M. E., & Broekens, J (2018). Gender differences in emotion perception and self-reported emotional intelligence: A test of the emotion sensitivity hypothesis. *PLoS ONE*, 13(1), e0190712. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0190712>
- Gan, F. y Triginé, J. (2012). Inteligencia emocional. Recuperado de <https://elibro.net/es/lc/uladech/titulos/62717>.
- García, P. y Marín, P. (2021) Educación de la inteligencia emocional en edad escolar: Un estudio exploratorio desde la perspectiva docente. *Revista Electronica Educare*, (25), 1-21. DOI: 10.15359/ree.25-3.6 <https://doaj.org/article/c1a0ebe613f04d189c30e331cf5cb500>
- Garriga, J. (2016). Desarrollo emocional: recursos en inteligencia emocional para el crecimiento personal en armonía y equilibrio con el entorno. Madrid, Bubok Publishing S.L. Recuperado de <https://elibro.net/es/lc/uladech/titulos/113170>.
- Gascó, VP, Badenes, LV, Plumed, AG (2018) Trait emotional intelligence and subjective well-being in adolescents: The moderating role of feelings. *Psicotema* 30 (3), 310-315. DOI 10.7334/psicothema2017.232



- Gascó, VP, Badenes, LV, Plumed, AG (2018) Trait emotional intelligence and subjective well-being in adolescents: The moderating role of feelings. *Psicotema* 30 (3), 310-315. DOI 10.7334/psicothema2017.232
- Gazquez, J., Pérez, M., Diaz A., Garcia, J. & Ingles, C. (2015) Profiles of emotional intelligence and social behavior in Spanish adolescents. *Behavioral Psychology/ Psicología Conductual* (23), 141-160
- Gong, X., Wong, N., & Wang, D. (2018). Are Gender Differences in Emotion Culturally Universal? Comparison of Emotional Intensity Between Chinese and German Samples. *Journal of Cross-Cultural Psychology*, 49(6), 993-1005. <https://doi.org/10.1177/0022022118768434>
- González-Yubero, S., Martín, RP, Lázaro-Visa, S. (2019) Trait and ability emotional intelligence as predictors of alcohol consumption in adolescents *Psicotema* 31 (3), 292-297. DOI: 10.7334/psicothema2018.315
- Gordillo, F. (2021) Diferencias de género en la valoración de la intensidad emocional de las expresiones faciales de alegría y tristeza. *Escritos de Psicología*, (14), 1-10. DOI <https://dx.doi.org/10.24310/espsiescpsi.v14i1.12675>
- Güemes-Hidalgo, M., Ceñal González-Fierro, M. J., & Hidalgo Vicario, M. I. (2017) Desarrollo durante la adolescencia. Aspectos físicos, psicológicos y sociales. *Pediatría Integral*, 21(4), 233-244. Recuperado de: [https://www.pediatriaintegral.es/wp-content/uploads/2017/06/Pediatria-IntegralXXI-4\\_WEB.pdf#page=8](https://www.pediatriaintegral.es/wp-content/uploads/2017/06/Pediatria-IntegralXXI-4_WEB.pdf#page=8)
- Henar, P., García, M. y Gómez, M. (2016). Bienestar emocional. Madrid, Spain: Dykinson. Recuperado de <https://elibro.net/es/lc/uladech/titulos/58268>.
- Hernández Sampieri, R., Fernández Collado, C., & Baptista Lucio, P. (2014). Metodología de la investigación (6a. ed.). Recuperado de <http://observatorio.epacartagena.gov.co/wp->

content/uploads/2017/08/metodologia-de-la-investigacion-sexta-edicion.compressed.pdf

- Jiménez Cadena, Á. (2008). Quiero y puedo acrecentar mi inteligencia emocional. Editorial Paulinas. Recuperado de <https://elibro.net/es/lc/uladech/titulos/133356>
- López, L. (2007). Relajación en el aula: recursos para la educación emocional. Madrid, Spain: Wolters Kluwer España. Recuperado de <https://elibro.net/es/lc/uladech/titulos/63160>.
- López, RS, Maciá, CG, Juan, MV (2018) Emotional intelligence of vocational training students: Group, gender and age differences. *Educar*, 54 (1), 229- 245. DOI: 10.5565/rev/educar.797
- López, SG, Ortega, FZ, Jiménez, JLU, Valero, GG (2021) Impact of physical activity on emotional intelligence and sex differences. *Retos*, 42, 636-642. DOI: 10.47197/RETOS.V42I0.86448
- Maureira, F. (2018). ¿Qué es la inteligencia? Bubok Publishing S.L. <https://elibro.net/es/lc/uladech/titulos/51359>
- MINSA (2021). Recuperado de <https://www.gob.pe/institucion/minsa/noticias/490446-minsa-advierte-que-la-tasa-de-suicidio-esta-en-aumento-en-el-Perú>
- Miranda, M. (2017). *Inteligencia emocional según género en adolescentes de 13 a 16 años de una institución educativa de la ciudad de Cajamarca – 2017* (Tesis de Licenciatura). Universidad Privada del Norte, Perú. Recuperado de: <https://repositorio.upn.edu.pe/bitstream/handle/11537/10755/Miranda%20Viteri%2c%20Milagros%20del%20Pilar.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Muñoz, J. (2014). Sabiduría emocional y social: protocolo de intervención social mediante la inteligencia emocional (PISIEM). Barcelona, Spain: J.M. BOSCH EDITOR. Recuperado de <https://elibro.net/es/lc/uladech/titulos/59844>.
- Naranjo M. (2007). Autoestima: un factor relevante en la vida de la persona y tema esencial del proceso educativo. *Actualidades*

- Investigativas en Educación, (07), 1 – 27. Recuperado de <https://www.redalyc.org/pdf/447/44770311.pdf>*
- Papalia, D. E., Wendkos Olds, S., & Duskin Feldman, R. (2009). *Psicología del desarrollo: De la infancia a la adolescencia* (11a. ed.). México, D. F.: McGraw Hill. Recuperado de <https://www.mendoza.gov.ar/salud/wp-content/uploads/sites/16/2017/03/Psicologia-del-Desarrollo-PAPALIA-2009.pdf>
- Peñalver, O. (2009). *Emociones colectivas: la inteligencia emocional de los equipos*. Alienta Editorial. <https://elibro.net/es/lc/uladech/titulos/59669>
- Portillo Peñuelas, SA , Reynoso González, OU (2021) Self-concept, school adjustment and emotional intelligence in Mexican high school students online. *Publicaciones de la Facultad de Educacion y Humanidades del Campus de Melilla, 51 (1)*, 211-228. DOI: 10.30827/PUBLICACIONES.V51I1.16445
- Pulido Acosta, F., Herrera Clavero, F. (2018) Relationship between happiness, emotional intelligence and sociodemographic factors in secondary education. *Anuario de Psicología, 48 (1)*, 34, 42. DOI: 10.1016/j.anpsic.2018.04.002
- Quintana, C., Rey, L., Neto, F. (2015) Are loneliness and emotional intelligence important factors for adolescents? Understanding the influence of bullying and cyberbullying victimisation on suicidal ideation. *Psychosocial Intervention, 30 (2)*, 67, 74. DOI: 10.5093/PI2020A18
- Remigio, R. (2018). *La inteligencia emocional y la autoestima en estudiantes de V ciclo del nivel primaria en la I.E Carlos Martínez Uribe Huaral – 2017 (Tesis de Maestría)*. Universidad Cesar Vallejo, Perú. Recuperado de: [https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/16427/Remigio\\_VRY.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/16427/Remigio_VRY.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
- Reverté, E. y Merino (2018). *Inteligencia emocional*. Recuperado de <https://elibro.net/es/lc/uladech/titulos/105550>.

- Rojas, P. (2019). *Inteligencia y gestión emocional del profesorado en la escuela*. Wanceulen Editorial. <https://elibro.net/es/lc/uladech/titulos/111787>
- Rosario, MNJ , Sáez, IA , Esnaola, I. (2020) Predictive capacity of emotional intelligence on perceived social support of adolescents. *Suma Psicológica*, 27 (1), 18- 26. DOI: 10.14349/sumapsi.2020.v27.n1.3
- Ruiz, P. & Carranza, R (2018) Emotional intelligence, gender and family environment in Peruvian adolescents. *Acta Colombiana de Psicología*, 21 (2), 200-211. DOI: 10.14718/ACP.2018.21.2.9
- Rulicki, S. (2014). Comunicación no verbal: cómo la inteligencia emocional se expresa a través de los gestos. Ediciones Granica. Recuperado de <https://elibro.net/es/lc/uladech/titulos/66669>
- Sáenz, P. y Fernández, E. (2016). Motivación, inteligencia emocional y actividad física en universitarios. Universidad de Huelva. Recuperado de <https://elibro.net/es/lc/uladech/titulos/44742>
- Sánchez, D. (2016). Manual actualización en inteligencia emocional. Formación para el empleo. Editorial CEP, S.L. Recuperado de <https://elibro.net/es/lc/uladech/titulos/50960>
- Saracho, J. (2015). La organización emocional. Santiago de Chile, Chile: RIL editores. Recuperado de <https://elibro.net/es/lc/uladech/titulos/67478>.
- Saylik, R., Raman, E., & Szameitat, A. J. (2018). Sex differences in emotion recognition and working memory tasks. *Frontiers in Psychology*, 9, 10-72. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2018.01072>
- Siguenza, V., Carballido, R., Perez, A. & Fonseca, E. (2019) Implementation and evaluation of an emotional intelligence program in adolescents. *Universitas Psychologica*, (18), 1-13. DOI 10.11144/Javeriana.upsy18-3.iepi
- Solís, M. (2021) Emotional intelligence, empathy and warmth as protective factors against physical aggression in adolescents. *Revista CES Psicología*, *Revista CES Psicología*, 14 (2). DOI: 10.21615/CESP.5222

- Stenier, D. (2015). La Teoría de la Autoestima en el Proceso Terapéutico para el Desarrollo Humano (Tesis doctoral). Tecana American University Education, Maracaibo, Venezuela. Recuperado de: [https://tauniversity.org/sites/default/files/tesis/tesis\\_daniela\\_steiner.pdf](https://tauniversity.org/sites/default/files/tesis/tesis_daniela_steiner.pdf)
- Teruel, P., Salavera, C., Usán, P., Antoñanzas, JL (2019) Emotional intelligence centred on oneself and others: Rotterdam Scale of Emotional Intelligence (REIS). *Universitas Psychologica* 18 (4), 1-12. DOI: 10.11144/Javeriana.upsy18-4.iecm
- Ugarriza, N. (2001). La evaluación de la inteligencia emocional a través del inventario de Baron (I-CE) en una muestra de Lima Metropolitana. *Persona*, (04), 129-160.
- Ugarriza, N. y Pajares, L. (2003). Adaptación y Estandarización del Inventario de Inteligencia Emocional de Baron ICE: en niños y adolescentes. *Persona*, (08), 11-58. Recuperado de <https://www.redalyc.org/pdf/1471/147112816001.pdf>
- Vásquez, G. (2020). Contribución del programa de formación teatral en la autoestima y el rendimiento académico de niños del sexto grado de primaria. (Tesis de maestría). Universidad Ricardo Palma, Perú.
- Vicepresidente G, Badenes L & Plumed A (2018) Trait emotional intelligence and subjective well-being in adolescents: The moderating role of feelings. *Psicotema*, (30), 310-315. DOI 10.7334 / psicothema2017.232
- Wingenbach, T. S. H., Ashwin, C., & Brosnan, M. (2018). Sex differences in facial emotion recognition across varying expression intensity levels from videos. *PLoS ONE*, 13(1), e0190634. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0190634>

## ANEXOS

### 1. MATRIZ DE OPERACIONALIZACIÓN DE VARIABLES

VARIABLE	DEFINICIÓN CONCEPTUAL	DEFINICIÓN OPERACIONAL	DIMENSIONES	INDICADORES	ITEMS	INSTRUMENTOS	ESCALA VALORES
INTELIGENCIA EMOCIONAL	Determinado como un grupo de	Se evaluará con el Inventario de Baron ICE NA, adaptada por Ugarriza (2001) para obtener datos de análisis, este inventario tiene cinco componentes:	INTERPERSONAL	- EMPATIA - RESPONSABILIDAD SOCIAL	2,6,11,12, 14,21,26, 28	INVENTARIO EMOCIONAL DE BARON ICE, ADAPTADO POR NELLY UGARRIZA Y LIZ PAJARES	ESCALA ORDINAL, TIPO LIKERT: 1 = Muy raramente 2= Rara vez 3= A menudo 4= Muy a menudo
			INTRAPERSONAL	- AUTOCOMPRENSIÓN - ASERTIVIDAD	1,4,18,23 ,30		
			ADAPTABILIDAD	HABILIDAD RESOLVER PROBLEMAS	10,13,16, 19,22,24		

	intrapersonal, interpersonal, adaptabilidad, manejo del estrés, estado de ánimo	MANEJO D EESTRÉS	- TOLERAN CIA - CONTROL IMPULSOS	5,8,9,17, 27,29
		IMPRESIÓN POSITICA	- FELICIDAD - OPTIMISM O	3,7,15,20 ,25

## 2. INSTRUMENTOS

### INVENTARIO EMOCIONAL DE BARON ICE – NA

Instrucciones: Escribe el número que más se acerque a tu forma de ser.

1 =Muy rara vez    2= rara vez    3= a menudo    4= Muy a menudo

1	Me importa lo que les sucede a las personas.	
2	Es fácil decirle a la gente cómo me siento.	
3	Me gustan todas las personas que conozco.	
4	Soy capaz de respetar a los demás.	
5	Me molesto demasiado de cualquier cosa.	
6	Puedo hablar fácilmente sobre mis sentimientos.	
7	Pienso bien de todas las personas.	
8	Peleo con la gente.	
9	Tengo mal genio.	
10	Puedo comprender preguntas difíciles.	
11	Nada me molesta.	
12	Es difícil hablar sobre mis sentimientos más íntimos.	
13	Puedo dar buenas respuestas a preguntas difíciles.	
14	Puedo fácilmente describir mis sentimientos.	
15	Debo decir siempre la verdad.	
16	Puedo tener muchas maneras de responder una pregunta difícil, cuando yo quiero.	
17	Me molesto fácilmente.	
18	Me agrada hacer cosas para los demás.	
19	Puedo usar fácilmente diferentes modos de resolver los problemas.	
20	Pienso que soy el (la) mejor en todo lo que hago.	
21	Para mí es fácil decirle a las personas cómo me siento.	
22	Cuando respondo preguntas difíciles trato de pensar en muchas soluciones.	
23	Me siento mal cuando las personas son heridas en sus sentimientos.	
24	Soy bueno (a) resolviendo problemas.	
25	No tengo días malos.	
26	Me es difícil decirle a los demás mis sentimientos.	
27	Me fastidio fácilmente.	
28	Puedo darme cuenta cuando mi amigo se siente triste.	
29	Cuando me molesto actúo sin pensar.	
30	Sé cuando la gente está molesta aún cuando no dicen nada.	



### 3. CARTA DE AUTORIZACIÓN



**Nelly Ugarriza Chávezz** <nellyraquelugarriza@gmail.com>  
para mí ▾

dom, 19 sept, 14:34 ☆ ↶ ⋮

#### AUTORIZACIÓN

Por la presente autorizo a **LESLIE PAREDES VASQUEZ**, estudiante de Posgrado de la **Universidad César Vallejo de Chimbote**, quien por motivo de investigación, desea hacer uso del **INVENTARIO DE INTELIGENCIA EMOCIONAL de BarOn- NA** el cual ha sido adaptado en Lima, por quien suscribe y por la Mg. Liz Pajares del Aguila.

Tomo conocimiento de que la información que se obtenga con dicha prueba será confidencial y se utilizará de manera pertinente sólo para fines de investigación. Asimismo, le solicito un ejemplar de la tesis en Pdf una vez que haya sido sustentada.

***Dra. Nelly Raquel Ugarriza Chávez***  
Profesora Emérita de la UNMSM  
Firma

Surco, 19 de setiembre de 2021



**ESCUELA DE POSGRADO**

**MAESTRÍA EN INTERVENCIÓN PSICOLÓGICA**

**Declaratoria de Originalidad del Autor**

Yo, PAREDES VASQUEZ LESLIE ELIZABETH estudiante de la ESCUELA DE POSGRADO del programa de MAESTRÍA EN INTERVENCIÓN PSICOLÓGICA de la UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO SAC - CHIMBOTE, declaro bajo juramento que todos los datos e información que acompañan la Tesis titulada: "PROPUESTA PARA MEJORAR LA INTELIGENCIA EMOCIONAL EN ESTUDIANTES DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA, HUARAZ, 2021", 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
PAREDES VASQUEZ LESLIE ELIZABETH <b>DNI:</b> 47534145 <b>ORCID</b> 0000-002-31237137	Firmado digitalmente por: PVASQUEZLE el 27-01- 2022 21:57:06

Código documento Trilce: INV - 0519055